

## **MEDIA PEMBELAJARAN MISTERY BOX: PENINGKATAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) ANAK USIA DINI**

**Feny Kurnia, Mustika Dewi Muttaqien**  
STAI Al-Hamidiyah Jakarta, Indonesia  
E-mail: mustikadm@stai-aha.ac.id

### **Abstract**

*This research based on the factors of low clean and healthy living behavior in children and mystery box media plays a very important role in increasing clean and healthy living behavior in children. Because of the result of observations at PAUDQu Darul Falah Depok that there were 8 children who were still low in awareness of clean and healthy living behavior. The purpose of this study was to find out the application of the mystery box media and to find out the increase in clean and healthy behavior in children through mystery boxes. The subjects in this study were a group of students, with 8 students consisting of 4 boys and 4 girls. The object of this study is clean and healthy living behavior through the mystery box media. The method in this study uses the classroom action research method developed by Kemmis and McTaggart through four stages, namely planning, action, observation, and reflection. The flow of this research was carried out in two cycles. The result of this study is that children's clean and healthy living behavior increases. This can be proven in the pre-cycle activities; the result was 44.78%. Continuing in the activities of cycle I meeting 1, the result was 49.9%. At meeting 2, the result was 52.59%. And at meeting 3, the result was 61.97%. Then in the activity cycle II meeting 1, the result was 67.81 %. At the second meeting, the result was 72.91%. And in the third meeting, the result was 80.20%. It can be concluded that the mystery box can improve clean and healthy living behavior in group A children at PAUDQu Darul Falah Depok.*

**Keywords:** Clean and Healthy Living Behavior, Mystery Box Media, Early Childhood 4-5 Years Old

## Pendahuluan

Menurut Pasal 1 UU Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Pendidikan Anak Usia Dini adalah suatu program pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia 6 tahun dan dilakukan melalui pendidikan yang mendorong pertumbuhan dan perkembangan jasmani anak dan membantu mereka mempersiapkan diri untuk pendidikan lanjutan.

Komponen PAUD dari *UNICEF* meliputi pengasuhan, stimulasi awal, pembelajaran dini, gizi, endidika, *HIV* dan *AIDS*, dan perlindungan dari seluruh situasi (Mardhiati, 2019:137). Berkaitan dengan pelaksanaan pendidikan pada Anak Usia Dini, terdapat dalam Al-Quran Surat An Nahl ayat 78 yang berbunyi:

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ ۚ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ  
(النحل: ٧٨)

Artinya:

*“Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur”.*

Berdasarkan ayat tersebut, dapat disimpulkan bahwa setiap anak terlahir dalam keadaan lemah dan tanpa pengetahuan apa pun. Namun, Allah telah menganugerahi mereka dengan pendengaran, penglihatan, dan hati nurani sebagai bekal utama. Ketiga anugerah ini menjadi potensi penting untuk mendukung perkembangan anak di tahap-tahap usia selanjutnya.

Dalam dunia pendidikan, terutama pada Pendidikan Anak Usia Dini, kesehatan menjadi langkah awal yang krusial bagi anak untuk berkembang secara bertahap sesuai dengan tahap perkembangannya. Upaya meningkatkan pemeliharaan kesehatan anak sangat penting, karena kualitas perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh kondisi kesehatannya selama masa tumbuh kembang. Anak yang sehat memiliki potensi untuk berkembang dengan optimal, sehingga pendidikan kesehatan memegang peranan strategis untuk ditanamkan sejak dini.

Kementrian Kesehatan menganjurkan praktik hidup bersih dan sehat. Kesehatan yang lebih baik pada anak usia dini akan memungkinkan sumber daya manusia yang sehat dan berkualitas di masa depan. Selain itu, masa kritis anak-anak sering disebut sebagai masa kritis, yang berarti jika anak mendapatkan gangguan atau kebutuhannya tidak terpenuhi, itu akan berdampak serius pada kecerdasan, kesehatan, sikap, dan perilaku anak.

Perilaku hidup bersih dan sehat dibahas bukan hanya dalam bidang kesehatan secara umum, tetapi juga dari sudut pandang kesehatan Islam. Kebersihan adalah upaya manusia untuk menjaga diri dan lingkungannya dari

berbagai penyakit dan menerapkan gaya hidup sehat. Sebagaimana hadits tentang kebersihan:

النَّظَافَةُ مِنَ الْإِيمَانِ

*Artinya: "Kebersihan itu sebagian dari iman" (HR. Ahmad)*

Sudah cukup jelas bahwa kesehatan sangat utama, tidak hanya kesehatan jasmani yang ditanamkan pada anak, akan tetapi kesehatan batiniah perlu juga ditanamkan. Sebagaimana haditsnya:

إِلَّا سَلَامٌ نَّظِيفٌ فَتَنْظِفُوا فَإِنَّهُ لَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ إِلَّا نَظِيفٌ

*Artinya: "Agama Islam itu (agama) bersih, maka hendaklah kamu menjaga kebersihan, maka sesungguhnya tidak akan masuk surga kecuali orang-orang yang bersih." (HR. Baihaqi).*

Perilaku adalah kegiatan yang dilakukan seseorang, baik yang dapat dilihat secara langsung maupun tidak langsung. Sehat adalah suatu kondisi atau keadaan baik yang mencakup fisik, mental, dan sosial. Jadi, bukan hanya terbebas dari penyakit. Sehingga perilaku sehat yaitu tindakan seseorang yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung untuk menjaga dan meningkatkan kesehatannya serta mencegah resiko penyakit.

Menurut Devhi (2021:98), PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) adalah setiap perilaku kesehatan yang dilakukan berdasarkan kesadaran pribadi sehingga semua anggota keluarga dapat menjaga kesehatan diri sendiri dan berperan aktif dalam kegiatan sosial. Menurut organisasi Indonesia POM (Sulasmi & Karmila, 2018:31), PHBS adalah gaya hidup bersih untuk menghindari serangan bakteri. Tindakan ini bertujuan untuk menjaga kesehatan individu melalui kegiatan-kegiatan kesehatan yang bertujuan meningkatkan kesehatan masyarakat maupun diri sendiri.

Menurut Notoatmodjo, anak-anak perlu diajarkan beberapa aspek penting untuk membentuk perilaku sehat, yaitu menjaga kebersihan diri, kebersihan lingkungan, serta menyimpan barang-barang yang dapat membahayakan kesehatan dengan baik. (Ode, 2021:463).

Pernyataan di atas menjelaskan bahwa rendahnya perilaku kesehatan pada anak, terutama sejak usia dini, sering kali berkaitan dengan kebersihan pribadi dan lingkungan. Berbagai penyakit yang muncul akibat kurangnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat, seperti sakit gigi, gizi buruk akibat konsumsi makanan yang kurang sehat, gigi berlubang, cacingan, diare, dan lain-lain. Hal ini terjadi karena sistem kekebalan tubuh anak belum sekuat orang dewasa. Oleh karena itu, perhatian khusus terhadap pendidikan dan pemantauan kesehatan anak sangat diperlukan dalam mendukung proses tumbuh kembang mereka. Pada anak usia dini perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dilakukan melalui pembentukan kebiasaan sehari-hari, misalnya mencuci tangan dengan langkah yang benar, cara menggosok gigi dengan

benar, serta memilih makanan yang sehat dan bergizi. Hal ini sangat bermanfaat untuk selalu dilakukan agar kesehatan tubuh anak terbagi. Penanaman perilaku hidup bersih dan sehat melalui sekolah merupakan langkah yang strategis untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak merupakan serangkaian tindakan yang diterapkan oleh guru, siswa, dan masyarakat di lingkungan sekolah sebagai hasil dari proses pembelajaran. Tujuannya adalah agar mereka secara mandiri dapat mencegah berbagai penyakit, meningkatkan kesehatan, serta berkontribusi aktif dalam menciptakan lingkungan yang sehat.

Menurut Andriansyah (2013:47), tujuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan, dan kemampuan masyarakat untuk menjalani hidup bersih dan sehat. Selain itu, PHBS bertujuan mendorong peran aktif masyarakat, termasuk sektor swasta dan dunia usaha, dalam mewujudkan tingkat kesehatan yang optimal. Secara khusus, tujuan PHBS adalah menanamkan kesadaran pada seluruh masyarakat, terutama anak usia dini, akan pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan demi mendukung perkembangan mereka secara optimal.

Syarifuddin (2021:72) menyatakan bahwa manfaat PHBS adalah meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menerapkan pola hidup bersih dan sehat. Dengan begitu, masyarakat dapat mencegah serta menangani berbagai masalah kesehatan. Selain itu, penerapan PHBS membantu menciptakan lingkungan yang sehat dan meningkatkan kualitas hidup. Moerad & Kustanti (2019:12) mengidentifikasi lima tatanan PHBS, yaitu PHBS di rumah tangga, sekolah, tempat kerja, fasilitas kesehatan, dan tempat umum.

Pengamatan awal yang dilakukan di PAUDQu Darul Falah Depok menunjukkan bahwa anak-anak usia dini di sekolah tersebut masih memiliki kekurangan yang signifikan dalam kebiasaan gaya hidup bersih dan sehat. Hal ini terlihat dari kurangnya kesadaran untuk mencuci tangan sebelum makan, kebiasaan sikat gigi yang tidak teratur, kurangnya kesadaran tentang tempat penyimpanan makanan dan membersihkan meja setelah digunakan, serta kurangnya kesadaran untuk membuang sampah pada tempatnya. Ini menunjukkan perlunya upaya dari guru untuk meningkatkan kebiasaan gaya hidup bersih dan sehat pada anak usia dini. Tentu saja, perilaku ini harus dimulai dan diajarkan sejak usia dini. Upaya untuk mempromosikan kebersihan dan hidup sehat dapat dilakukan dengan berbagai cara. Salah satunya adalah dengan menggunakan alat pembelajaran yang menarik bagi anak, mudah dipahami, dan sesuai dengan hasil pembelajaran yang diharapkan.

Mengajarkan anak-anak usia dini untuk menjalani hidup bersih dan sehat bukanlah hal yang mudah. Untuk meningkatkan tingkat pengetahuan

anak, bahan ajar sangat penting, namun jika guru hanya memberikan pemahaman melalui materi tanpa menggunakan alat peraga, anak-anak tetap tidak akan mengerti dan memahami materi tentang hidup bersih dan sehat. Pembelajaran akan menjadi lebih menarik dan anak-anak akan lebih aktif dalam kegiatan. Terdapat banyak alat pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan gaya hidup bersih dan sehat, salah satunya adalah alat misteri. Media Kotak Misteri adalah alat pembelajaran tradisional yang digunakan untuk memfasilitasi pengajaran guru. Kotak misteri berbentuk seperti kotak hadiah besar yang dapat dibuka dan ditutup kembali. Proses pembuatan kotak misteri tidak memerlukan waktu yang lama dan bahan yang digunakan cukup terjangkau. Kotak Misteri adalah alat pembelajaran yang efektif dan sangat menarik, yang membuat materi pembelajaran menjadi mudah dipahami.

Upaya meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui media *mystery box* pada anak dilakukan karena didalam media tersebut sudah dirancang beberapa materi pembelajaran yang menjelaskan dan mempraktekkan kegiatan perilaku bersih dan sehat yang sesuai dengan perkembangan anak.

Media *mystery box* (kotak misteri) adalah alat pembelajaran tradisional yang digunakan untuk memfasilitasi pengajaran guru. Kotak misteri berbentuk seperti kotak hadiah dan cukup besar ukurannya, sehingga dapat dibuka dan ditutup kembali. Proses pembuatan kotak misteri tidak memakan banyak waktu dan memerlukan bahan yang relatif murah. Kotak Misteri adalah alat pembelajaran yang efektif dan sangat menarik yang memudahkan pemahaman materi yang diajarkan

Media *mystery box* bahan ajar yang dibuat dalam bentuk kotak atau benda berbentuk kubus. Sebuah kotak adalah bangun geometri tiga dimensi yang dikelilingi oleh enam sisi yang sama besar berbentuk persegi. Kotak dapat digunakan sebagai alat pembelajaran (Khasanah, 2021:15).

Menurut Miftah media *mystery box* adalah media pembelajaran yang berbentuk kotak dengan desain yang berbeda-beda pada setiap kotaknya dan papan yang terbuat dari *sterofoam* atau kardus yang didesain semenarik mungkin yang dipadukan dengan kartu yang berisi tentang materi pembelajaran yang akan disampaikan ataupun permasalahan yang harus diselesaikan setiap kelompok. Media ini didesain semenarik mungkin untuk meningkatkan antusiasme peserta didik (Saputri, 2019:15).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa media *mystery box* adalah media pembelajaran yang *efisien* yang dibuat oleh guru secara menarik yang dapat memudahkan peserta didik untuk memahami materi pelajaran dan menumbuhkan semangat serta keaktifan dalam belajar.

*Mystery box* dapat digunakan oleh guru dalam proses pembelajaran di kelas. Lebih mempermudah dalam pembelajaran karena peserta didik

memahami materi yang akan di ajarkan, karena selain membahas materi juga disertakan gambar-gambar yang menyangkut materi yang akan diajarkan. *Mystery Box* juga sebagai variasi dalam kegiatan belajar mengajar sehingga tidak terlalu monoton dalam proses pembelajarannya.

Kegunaan *mystery box* lainnya yaitu bisa menjadi media permainan, bukan hanya guru yang menjelaskan tetapi untuk mengaktifkan para peserta didik. Misalnya dalam satu kelas ada sepuluh anak di bagi menjadi beberapa kelompok, kemudian memainkan permainan tersebut. Dengan cara bergantian memutarakan *mystery box* tersebut dan kemudian maju ke depan untuk membacakan dan menjelaskan materi tersebut.

Dari penelitian yang berjudul Perancangan APE *Mystery Box* Dalam Pembelajaran Matematika Anak Usia Dini yang dilakukan oleh Dewi, dkk (2023:10) didapatkan hasil bahwa media *mystery box* dapat meningkatkan keberanian dan rasa ingin tahu anak usia dini dalam mempelajari matematika. Pembelajaran dengan menggunakan *mystery box* menjadi semakin efektif, siswa semakin aktif, dan semakin mengembangkan potensi anak dalam kemampuan matematika.

Dari penelitian yang berjudul Penggunaan Media *Wordwall English Learning Mystery Box* Untuk Meningkatkan Kemampuan Anak Mengenai Bahasa Inggris Dasar di TK GMIM 15 Tandurusa Bitung yang dilakukan oleh Lumente, dkk (2023:970) didapatkan hasil bahwa pembelajaran dengan penggunaan media *wardwall english learning mystery box* membantu anak lebih antusias dalam memperoleh keterampilan berbahasa khususnya bahasa inggris dasar dan meningkatkan rasa ingin tahu anak dalam pembelajaran. Media *wardwall english learning mystery box* berhasil meningkatkan kemampuan bahasa inggris anak.

Dari penelitian yang berjudul Hubungan Antara Aktivitas Anak Pada Permainan *Mystery Box* Dengan Kemampuan Bercerita Anak Usia Dini yang dilakukan oleh Avvisany, dkk (2023:51-52) didapatkan hasil bahwa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara aktivitas anak pada permainan *mystery box* dengan kemampuan bercerita anak usia dini di RA Ali Bin Abi Thalib Tasikmalaya. *Mystery box* memberikan pengaruh sebesar 71% terhadap kemampuan bercerita anak usia dini.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat anak usia dini melalui media pembelajaran *mystery box*. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui penerapan media *mystery box* dalam upaya meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat anak usia dini.

## Metode

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas. Penelitian tindakan kelas (PTK) adalah jenis penelitian yang

memaparkan baik proses maupun hasil yang melakukan PTK di kelasnya untuk meningkatkan kualitas pembelajarannya (Arikunto, 2015:1). PTK merupakan terjemahan dari *Classroom Action Research* yaitu suatu *action research* (penelitian tindakan) yang dilakukan dikelas. PTK sangat cocok untuk penelitian, karena penelitian diadakan di dalam kelas dan lebih difokuskan pada masalah yang terjadi di dalam kelas atau dalam proses belajar mengajar.

Penelitian Tindakan Kelas merupakan sebuah penelitian yang dilakukan oleh seorang peneliti atau pendidik di dalam suatu kelas yang dilaksanakan untuk memecahkan masalah-masalah pembelajaran yang dihadapi melalui refleksi diri dengan tujuan untuk memperbaiki kualitas mutu proses pembelajaran yang terjadi dikelas.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa-siswi TK kelompok A usia 4-5 tahun dengan jumlah murid 8 anak terdiri dari 4 anak laki-laki dan 4 anak perempuan di PAUDQu Darul Falah Depok. Objek dalam penelitian ini adalah Perilaku Hidup Bersih dan Sehat anak usia dini.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen penilaian perilaku hidup bersih dan sehat. Digunakan sebagai acuan untuk melakukan pengamatan guna memperoleh data, di dalamnya terdapat indikator penilaian yang hendak dicapai anak. Instrumen penilaian perilaku hidup bersih dan sehat anak usia 4-5 tahun terdiri dari enam indikator, yaitu siswa mampu membersihkan gigi dengan teratur tiga kali sehari, mampu membedakan makanan sehat dan bergizi, mampu mencuci tangan dengan langkah-langkah yang benar, mampu membuang sampah pada tempatnya, mampu melaksanakan tata tertib yang ada di sekolah, mampu membersihkan peralatan makan setelah digunakan. Bentuk penilaian berdasarkan kriteria keberhasilan siswa yang terdiri dari Belum Berkembang (BB), Mulai Berkembang (MB), Berkembang Sesuai Harapan (BSH), dan Berkembang Sangat Baik (BSB).

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian adalah teknik analisis deskriptif kuantitatif. Analisis data kuantitatif digunakan untuk menentukan seberapa besar peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat anak setelah adanya tindakan. Analisis yang dilakukan berasal dari data observasi aktivitas anak dalam media *mystery box* dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada akhir siklus.

**Tabel 1**  
**Instrumen Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)**

Variabel	Aspek	Indikator
	PHBS Diri Sendiri	Anak mampu membersihkan gigi dengan teratur sebanyak tiga kali sehari
		Anak mampu membedakan makanan yang sehat dan bergizi

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat		Anak mampu mencuci tangan dengan langkah-langkah yang benar
	PHBS Lingkungan	Anak mampu membuang sampah pada tempatnya
		Anak mampu melaksanakan tata tertib yang ada di sekolah
		Anak mampu membersihkan peralatan makan setelah digunakan

**Tabel 2**  
**Persentase Keberhasilan Siswa**

Persentase	Keterangan
0%-25%	Belum Berkembang (BB)
26%-50%	Mulai Berkembang (MB)
51%-75%	Berkembang Sesuai Harapan (BSH)
76%-100%	Berkembang Sangat Baik (BSB)

Sesuai dengan karakteristik Penelitian Tindakan Kelas, dalam penelitian ini dikatakan berhasil apabila terjadi perubahan yang ditunjukkan dengan adanya peningkatan anak dalam hal kemampuan berperilaku hidup sehat dan bersih. Penelitian ini dipandang berhasil apabila peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat anak usia 4-5 tahun mencapai kriteria keberhasilan 75%.

## Hasil dan Diskusi

Berdasarkan hasil penelitian pada saat pra siklus, diperoleh data yang menjadi dasar untuk melanjutkan ke siklus I. melalui pra siklus ini diperoleh bahwa perilaku hidup bersih dan sehat anak masih rendah. Pengamatan ini dilakukan dengan menggunakan pedoman observasi yang telah dipersiapkan berisi tentang indikator yang harus dicapai anak.

Berdasarkan data yang diperoleh saat pengamatan selama pra siklus, dapat dilihat bahwa nilai yang diperoleh anak pada perilaku hidup bersih dan sehat sebelum dilakukan tindakan dengan menggunakan media *mystery box* diperoleh nilai rata-rata kelas sebesar 44,78% yang artinya berada pada kriteria Mulai Berkembang. Dari hasil tersebut tindakan penelitian dilanjutkan pada siklus 1.

### 1. Hasil Pembahasan Siklus 1

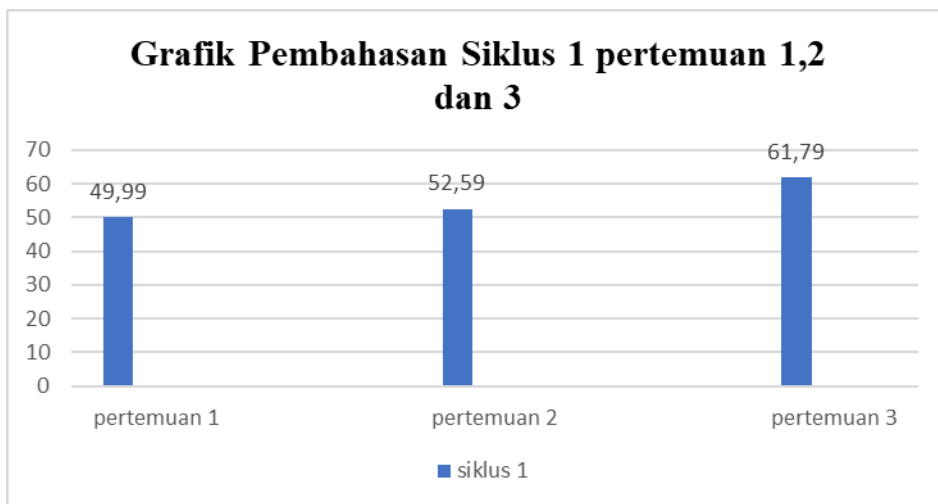
Pada siklus I peneliti melakukan kegiatan pembelajaran dengan menggunakan media *Mystery Box* dalam meningkatkan perilaku hidup bersih



dan sehat (PHBS) pada anak. Pada siklus ini dilaksanakan dalam 3 pertemuan dan didapati hasil pada pertemuan 1 presentase nilai rata-rata kelas adalah 49,99%, hasil pada pertemuan ke 2 presentase nilai rata-rata kelas adalah 52,59%, dan hasil pada pertemuan ke 3 presentase nilai rata-rata kelas adalah 61,97%. Dari hasil siklus 1 pertemuan 1, 2, dan 3 telah terjadi peningkatan namun belum memenuhi tingkat pencapaian perkembangan keberhasilan yang telah ditetapkan yaitu 75% maka dari itu penelitian dilanjut pada siklus 2.

Berdasarkan hasil pengamatan selama siklus 1 yang dilaksanakan pada 3 pertemuan, dapat dilihat bahwa nilai yang diperoleh anak pada perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) setelah dilakukan tindakan dengan menggunakan media *mystery box*, maka hasil rata-rata terlihat pada grafik dibawah ini.

Berdasarkan hasil pengamatan selama siklus 1 pada yang dilaksanakan pada 3 pertemuan, dapat dilihat bahwa nilai yang diperoleh anak pada perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) setelah dilakukan tindakan dengan menggunakan media *Mystery Box*, maka hasil rata-rata terlihat pada grafik dibawah ini.



**Grafik 1**

**Grafik Siklus 1 Pertemuan 1, 2 dan 3  
Perbandingan Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)  
Anak melalui Media *Mystery Box***

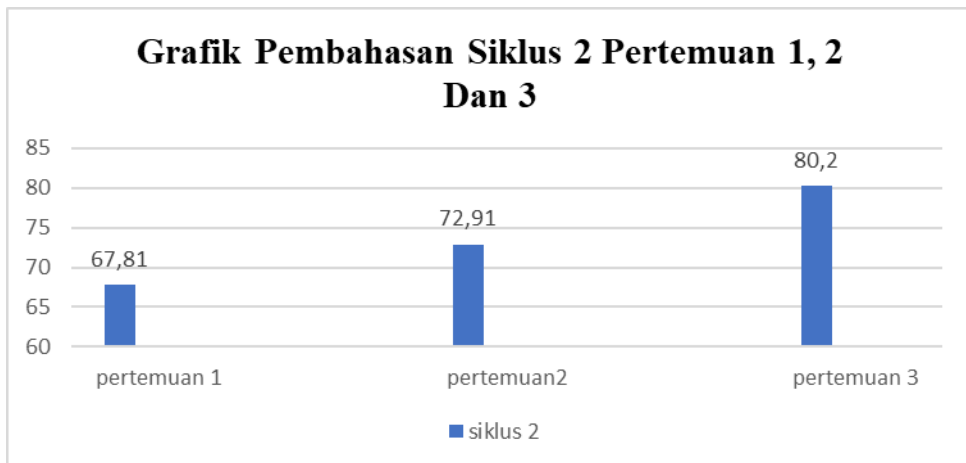
## 2. Hasil Pembahasan Siklus 2

Pada siklus II Peneliti melakukan kegiatan pembelajaran menggunakan media *mystery box* dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak. Pada siklus ini dilaksanakan dalam 3 pertemuan dan didapati hasil pada pertemuan 1 presentase nilai rata-rata kelas adalah 67,18%, hasil pada pertemuan ke 2 presentase nilai rata-rata kelas adalah

72,91%, dan hasil pada pertemuan ke 3 presentase nilai rata-rata kelas adalah 80,20%. Dari hasil siklus 2 pertemuan 1,2 dan 3 telah terjadi peningkatan pemahaman sebesar 35,42% maka demikian media *mystery box* dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) anak usia 4-5 tahun kelompok A di PAUDQu Darul Falah Depok.

Berdasarkan hasil pengamatan selama siklus 2 yang dilaksanakan pada 3 pertemuan, dapat dilihat bahwa nilai yang diperoleh anak pada perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) setelah dilakukan tindakan dengan menggunakan media *mystery box*, maka hasil rata-rata terlihat pada grafik dibawah ini.

Berdasarkan hasil pengamatan selama siklus 2 pada yang dilaksanakan pada 3 pertemuan, dapat dilihat bahwa nilai yang diperoleh anak pada perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) setelah dilakukan tindakan dengan menggunakan media *Mystery Box*, maka hasil rata-rata terlihat pada grafik dibawah ini.



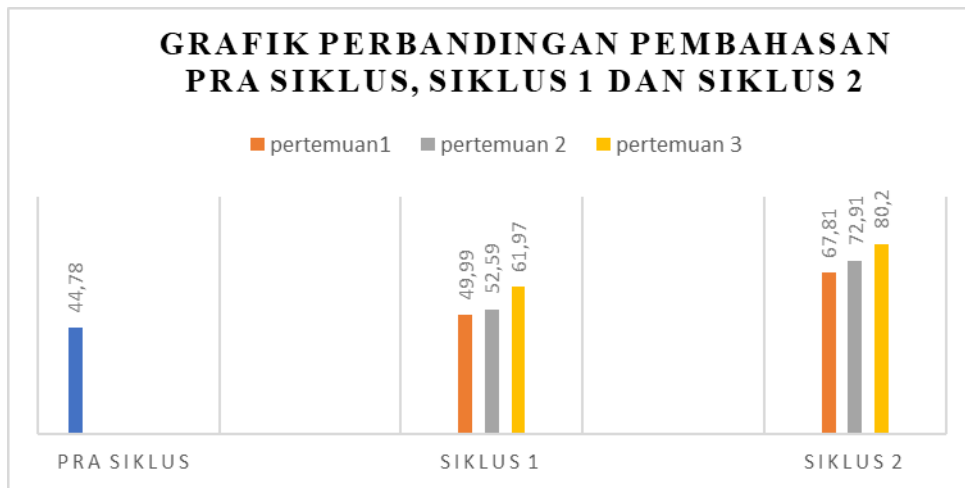
**Grafik 2**  
**Grafik Siklus 2 Pertemuan 1, 2 dan 3**  
**Perbandingan Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)**  
**Anak dengan Media *Mystery Box***

### 3. Perbandingan Hasil Tindakan Penelitian

Berdasarkan data yang diperoleh dari pra siklus, siklus1 dan siklus 2 maka terlihat adanya peningkatan pada perilaku hidup bersih dan sehat anak pada setiap siklusnya. Hal tersebut dapat terlihat pada pencapaian nilai yang diperoleh anak pada saat pra siklus, siklus 1 dan siklus 2, berikut ini adalah tabel perbandingan nilai rata-rata kelas pra siklus, siklus 1 dan siklus 2.

Berdasarkan data yang diperoleh dari pra siklus, siklus1 dan siklus 2 maka terlihat adanya peningkatan pada perilaku hidup bersih dan sehat anak pada setiap siklusnya. Hal tersebut dapat terlihat pada pencapaian nilai yang

diperoleh anak pada saat pra siklus, siklus 1 dan siklus 2, berikut ini adalah grafik perbandingan nilai rata-rata kelas pra siklus, siklus 1 dan siklus 2.



**Grafik 3**

**Grafik Perbandingan Nilai Pra Siklus, Siklus 1, Siklus 2  
Perbandingan Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)  
Anak dengan Media *Mystery Box***

Pada grafik tersebut dilihat bahwa nilai yang diperoleh meningkat pada setiap siklusnya, kemudian untuk nilai rata-rata kelas yang diperoleh pada saat pra siklus nilai rata-rata yang diperoleh sebesar 44,78%, meningkat di siklus pertama menjadi 61,97% dan di siklus kedua sebesar 80,20 %. Oleh karena itu di dalam penelitian ini ditemukan bahwa perilaku hidup bersih dan sehat anak usia 4-5 tahun pada kelompok A melalui media *mystery box* di PAUDQu Darul Falah Deok berhasil mengalami peningkatan.

Dari hasil yang ditemukan maka dapat dikatakan bahwa pengembangan media *mystery box* yang diterapkan merupakan inovasi untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat. Media *mystery box* dirancang khusus dan disesuaikan dengan kebutuhan. Dalam hal ini *mystery box* digunakan untuk memberikan arahan agar siswa mengerti dan memahami materi pelajaran mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Dari hasil yang ditemukan dapat dikatakan bahwa media *mystery box* yang dikembangkan oleh guru berhasil meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat anak usia dini. *Mystery box* mampu meningkatkan antusiasme dan pemahaman siswa terhadap materi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Hal ini sejalan dengan pemaparan Saputri (2019:15) yang mengatakan bahwa *mystery box* didesain semenarik mungkin yang berisi tentang materi pembelajaran yang akan disampaikan ataupun permasalahan yang harus diselesaikan setiap kelompok. Media ini didesain semenarik mungkin untuk meningkatkan antusiasme peserta didik.

Dari penerapan media *mystery box*, siswa diketahui mampu mengembangkan perilaku hidup bersih dan sehat seperti mencuci tangan dan membuang sampah pada tempatnya. Hal ini sejalan dengan pendapat Notoatmojo (dalam Ode, 2021:463) yang menyatakan bahwa terdapat beberapa hal yang perlu diajarkan anak dalam mengembangkan perilaku sehat, yaitu menjaga kebersihan diri maupun kebersihan lingkungan dan menjauhkan hal-hal yang berbahaya untuk kesehatan.

Media *mystery box* juga mampu meningkatkan perilaku siswa untuk menjaga kebersihan dan kesehatan. Dari hasil penelitian ditemukan peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat seperti siswa mampu membersihkan gigi dengan teratur tiga kali sehari, mampu membedakan makanan sehat dan bergizi, mampu mencuci tangan dengan langkah-langkah yang benar, mampu membuang sampah pada tempatnya, mampu melaksanakan tata tertib yang ada di sekolah, mampu membersihkan peralatan makan setelah digunakan. Hal ini menunjukkan bahwa siswa mampu menunjukkan perubahan tingkah laku dan keterampilan yang signifikan mengenai hidup bersih dan sehat. Hal ini sejalan dengan yang disampaikan oleh Sandy (2018:2090) bahwa media *mystery box* bertujuan untuk memberikan arahan agar siswa mengerti dan memahami suatu pelajaran atau materi pembahasan. Siswa mampu menunjukkan perubahan tingkah laku, pemahaman, keterampilan, dan penalaran yang memiliki hasil signifikan setelah mendapat media pembelajaran yang telah disesuaikan.

## Kesimpulan

Penerapan media *mystery box* dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) anak usia 4-5 tahun kelompok A di PAUDQu Darul Falah Depok berjalan dengan baik. Hal ini dapat dilihat dari pembelajaran yang sudah dilakukan, dimulai dari pra siklus, siklus 1 dan siklus 2. Setiap siklus menggunakan media *mystery box* sehingga membuat anak tidak mudah bosan dalam pembelajaran dan lebih memahami materi dengan cara yang menyenangkan. Hal tersebut dapat dilihat dengan meningkatnya perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak.

Penerapan media *mystery box* dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) anak. Hal tersebut dapat dibuktikan pada kegiatan pra siklus, siklus 1 dan siklus 2 dengan masing-masing siklus ada tiga pertemuan. Dalam kegiatan pra siklus didapati data awal rata-rata perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) 44,78%. Dilanjutkan dalam kegiatan siklus I didapatkan rata-rata keberhasilan 61,97%. Lalu pada kegiatan siklus II didapatkan rata-rata keberhasilan 80,20%. Dari kegiatan pembelajaran yang sudah dilakukan dengan menggunakan media *mystery box* didapatkan hasil yaitu presentase perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak meningkat dan sudah mencapai dari pencapaian perkembangan yang diharapkan. Hal

tersebut menunjukkan bahwa media pembelajaran *mystery box* berhasil meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia 4-5 tahun kelompok A di PAUDQu Darul Falah Depok.

### **Daftar Rujukan**

- Ali, M. & Miranda, D. (2015). *Peningkatan Rasa Ingin Tahu Melalui Permainan Kotak Misteri di TK Immanuel Pontianak*. Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa, 5(7).
- Agustin, R. A. (2019). *Perilaku Kesehatan Anak Sekolah*. Jawa Timur: Pustaka Abadi.
- Arikunto, Suhardjono, & Supadi. (2006). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Avvisany, Rosyidah, Nursihah. (2023). *Hubungan Antara Aktivitas Anak Pada Permainan Mystery Box Dengan Kemampuan Bercerita Anak Usia Dini*. JR-PAUD: Jurnal Rinjani Pendidikan Anak Usia Dini. Vol 1 (2), h. 43-53.
- Dewi, Asmarani, Nisa. (2023). *Perancangan APE Mystery Box Dalam Pembelajaran Matematika Anak Usia Dini*. Murangkalih: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini. Vol 2 No. 1, h. 1-11.
- Hardiningrum, Hakim Z.F, Chilyzatiz Z. (2021). *Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Masa Pandemi Covid-19*. Early Childhood: Jurnal Pendidikan. Vol 5 No 1, Mei.
- Hidayah, N., Hidayah, A. (2021). *Gambaran Pengetahuan Masyarakat Tentang Pencegahan Covid-19 di Kecamatan Padangsidimpuan Batunadua, Kota Padangsidimpuan*. Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia, Vol. 6 No.1 Juni. hal 108-114.
- Imban, S. (2021). *Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih & Sehat Anak Usia Dini Melalui Metode Demonstrasi di Kelompok A TK Beringin Jaya Kabupaten Bolaang Mongondow Utara*. Early Childhood Islamic Education Journal, 2(1).
- Julianti, R., Nasirun, M., & Wembrayarli, W. (2018). *Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Lingkungan Sekolah*. Jurnal Ilmiah Potensia, 3(2).
- Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qura'an dan Terjemah Edisi Penyempurnaan Juz 21-30. (2019). Jakarta: Badan litbang dan Diklat Kementerian Agama RI.

- Lumante, Tiwow, Tolukun. (2023). *Penggunaan Media Wordwall English Learning Mistery Box Untuk Meningkatkan Kemampuan Anak Mengenal Bahasa Inggris Dasar di TK GMIM 15 Tandurusa Bitung*. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, Vol 9 (24), 962-971.
- Mahmud. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Mardhiati, R. (2019). *Guru Paud: Pendidikan Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Anak Usia Dini*, Jurnal IKRAITH-ABDIMAS, Vol 2 No 3 Bulan November.
- Moerad, Sukriyah Kustanti, et al. (2019). *Pendampingan Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Anak Usia Dini-Pos PAUD Terpadu Melati Medokan Ayu-Rungkut Surabaya*. SEGAWATI.
- Nurfadhillah (2022). *Pendidikan Guru Sekolah Dasar. Media Pembelajaran*, Sukabumi: Jejak Anggota IKAPI.
- Ode, A, L. (2021). *Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini ditengah Pandemi Covid 19*. Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, . Vol 5, 2021.
- Pangestuti, P. (2021). *Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Metode Bercerita*. Action Research Journal, 1(1).
- Parnawi Afni. (2020). *Penelitian Tindakan Kelas (Classroom Action Research*. Yogyakarta: Deepublish.
- Purba, I, P, M, A. (2021). *Implementasi Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2018 Tentang Karantina Kesehatan di Jawa Timur Menghadapi Pandemi Covid 19*. Jurnal Pahlawan, Vol.4 No.1 hal 1-10.
- Sandu, Siyoto, dkk. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sandy, D. (2018). *Pengembangan Media Pembelajaran Magic Box Plinko Pada Mata Pelajaran IPA Materi Ekosistem Untuk Siswa Kelas V SDN Lakarsantri Surabaya*, JPGSD, Vol 6 No 11, h. 2084-2093.
- Santoso, S. (2020). *Kesehatan dan Gizi*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini, Nomor 137 Tahun 2014 (usia 3-4,4-5)
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. (Bandung: Alfabeta).

Tabi'in, A. (2020). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak Usia Dini Sebagai Upaya Pencegahan Covid 19*. JEA (Jurnal Edukasi AUD), 6(1).

UU Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 1 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.