

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kesehatan adalah salah satu aset paling berharga bagi setiap individu. Seperti kata pepatah, “*mens sana in corpore sano*” yang artinya di dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat. Dengan keadaan tubuh yang sehat, tentu akan mendukung produktivitas kerja atau aktivitas lainnya bagi setiap orang.

Sehat menurut Notoatmodjo (2007) adalah keadaan badan maupun jiwa, juga sosialnya sehingga menjadikan hidup yang produktif baik secara sosial maupun ekonomi. Dengan menerapkan pola hidup sehat yang maksimal, maka kesehatan tubuh dapat dicapai. Pola hidup sehat adalah gaya hidup seseorang dengan tetap memperhatikan hal-hal yang memengaruhi kesehatan tubuh, seperti olahraga dan makanan (Proverawati & Rahmawati, 2016:29). Lebih lanjut Proverawati & Rahmawati (2016:29) menjelaskan beberapa manfaat penerapan pola hidup sehat, diantaranya tidur yang berkualitas, menjaga pikiran yang positif, sehingga semangat bekerja meningkat, pencegahan penyakit, menjaga penampilan, dan meningkatnya rasa percaya diri. Selain itu, penerapan hidup sehat juga memengaruhi hasil belajar siswa. Perilaku hidup sehat siswa yang baik meningkatkan prestasi belajar siswa (Rahmat, Smith, dan Rahim, 2015).

Menurut Muhajir (2016:278), pola hidup sehat adalah hidup teratur, makanan sehat, selalu menjaga kebersihan, olah raga teratur, pencegahan penyakit, menjaga emosi dan kesehatan rohani, menyiapkan alat pendukung kesehatan di rumah, dan pemeriksaan kesehatan. Betapa pentingnya pemahaman pola hidup sehat bagi setiap orang. Perlu adanya penerapan dalam kehidupan sehari-hari sejak dini. Banyak cara yang dapat dilakukan untuk pemahaman hidup sehat kepada anak. Dapat dilakukan dengan workshop tentang pengenalan hidup sehat (Kadiyono & Harding, 2019); melalui program sekolah seperti UKS, sabtu bersih, senam pagi, dan operasi semut (Irwandi, Ufatin, & Sul-toni, 2016); melalui pelatihan dokter kecil (Budiharjo, 2015); melalui program sanitasi cilik di sekolah

(Daramusseng & Julianti, 2019); melalui lomba sekolah sehat (Harahap, dkk., 2018); melalui program intervensi (Rani & Balda, 2017); serta dapat pula dimasukkan dalam kurikulum sekolah tentang budaya hidup sehat bagi siswa (Aho, dkk., 2011).

Melihat situasi saat ini, dunia sedang dihebohkan dengan pandemi Covid-19 yang sedang menyerang hampir di seluruh warga dunia, tidak terkecuali Indonesia. Sangat penting bagi kita tetap mengikuti anjuran pemerintah serta selalu menjaga kebersihan dan kesehatan tubuh agar terhindar dari penyebaran virus tersebut. Pemahaman hidup sehat kepada anak-anak menjadi tanggung jawab bersama, baik pihak sekolah maupun orang tua. Guru berperan dalam pengembangan pembelajaran dengan menggunakan media edukasi untuk siswa (Moore, 2013). Selain guru, orang tua juga mempunyai peran yang sangat penting karena orang tua yang menjadi contoh langsung selama anak di rumah (Scoggins, Lambert, & Knight, 2016).

Dibutuhkan media edukasi yang menarik untuk pemahaman tentang pentingnya pola hidup sehat bagi siswa. Karena tujuan akhirnya adalah untuk pembiasaan hidup sehat dalam kesehariannya, maka tidak cukup hanya memasukkan ke dalam mata pelajaran sebagai pengetahuan kognitif saja. Ia perlu masuk lebih dalam hingga kepada sisi rasa (afektif), bahkan hingga pada perilakunya (psikomotorik).

Dalam menyampaikan pemahaman tersebut dibutuhkan sebuah media sebagai penyampai pesan. Media merujuk pendapat dari Suryani, Setiawan & Putria (2018:3) adalah bermacam bentuk sarana untuk menyampaikan pesan/informasi dari pengirim pesan ke penerima pesan yang dapat memancing pikiran, membangunkan semangat, perhatian, serta kemauan siswa sehingga mampu mendapatkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap sesuai dengan tujuan pesan/informasi yang disampaikan. Lebih lanjut Suryani, Setiawan & Putria (2018:3) menyebutkan bahwa media juga sebagai perantara guru untuk menyajikan segala sesuatu/pesan yang tidak dapat dilihat langsung oleh siswa, tetapi dapat digambarkan secara tidak langsung melalui media. Media dapat

digunakan guru dalam kegiatan belajar mengajar (Nurpratiwiningsih & Setiyoko, 2018).

Salah satu cara yang efektif untuk menyampaikan pemahaman kepada anak adalah melalui cerita. Cerita selalu menarik bagi anak karena otak khayal anak langsung hidup dan secara tidak langsung pesan yang dikemas melalui cerita akan langsung sampai. Jensen (dalam DePorter, Rerdon & Nourie, 2000:103) menyebutkan bahwa ilmuwan syaraf mengatakan, 90% masukan indra untuk otak berasal dari sumber visual dan otak mempunyai tanggapan cepat dan alami terhadap simbol, ikon, dan gambar yang sederhana dan kuat. Sejalan dengan itu, Riefananda seorang praktisi kepenulisan (Wawancara pribadi: Semarang, 10 April 2020) mengatakan bahwa media yang lebih mudah dicerna bagi anak usia sekolah dasar adalah media visual.

Buku cerita bergambar diyakini sebagai media yang tepat untuk menyampaikan pesan kepada anak. Mitchell (dalam Nurgiyantoro, 2013:153) menyebutkan bahwa buku cerita bergambar (*picture storybook*) adalah buku yang menampilkan gambar dan teks dan keduanya saling menjalin.

Dalam 10 tahun terakhir, ada beberapa penelitian yang membuktikan bahwa media buku cerita bergambar mampu meningkatkan pemahaman tentang hal-hal baru dalam kehidupan siswa dan lingkungannya (Nurhalimah, Hodidjah, & Aprilia, 2019; Ozsezer & Canbazoglu, 2018; Tesar, 2012; Gonena & Gulerb, 2011; Dirican, Bekir, & Bayraktar, 2020; Kummerling, Meibauer, & Meibauer, 2013; Russo, 2016; Russo, 2017; Suryaningsih & Fatmawati, 2017; Purwani & Muwakhidah, 2016; Blahut, 2017).

Buku cerita bergambar juga sebagai alternatif media yang tepat untuk memasukkan pendidikan karakter. Dalam beberapa tahun terakhir, buku cerita bergambar juga telah banyak digunakan sebagai alat/media pengembangan karakter siswa (Khairoh, Rusilowati, & Nurhayati, 2014; Krissandi, 2018; Vindaswari & Ulfah, 2018; Astawa, 2019; dan Khairiah, Hidayat, & Kosasih, 2020). Selain itu dengan memasukkan unsur kearifan lokal di dalamnya tentu

akan menambah kecintaan siswa terhadap budaya lokal yang dimilikinya. Hal ini sesuai dengan pendapat Utaminingsih & Zuliana (2018) yang menyatakan,

Advice on local advantages should be dug deeper and utilized for the learning process, in addition to understanding material, the insertion of local advantages in the learning process is also able to help raise the next generation against the love for the motherland.

Selain beberapa alasan di atas, berdasarkan hasil observasi kepada siswa kelas IV SDN Rejosari 3 sebelum masa pandemi pada 29 Februari 2020, kenyataannya ada banyak siswa yang memiliki pola hidup kurang sehat. Misalnya pada pola makan dan minum, beberapa dari mereka masih ada yang jajan sembarangan tanpa memperhatikan gizi pada makanan maupun minuman yang mereka konsumsi. Masih banyak siswa yang tidak sarapan sebelum berangkat sekolah, sehingga mengakibatkan konsentrasi belajar yang menurun. Selain itu masih ditemui beberapa siswa yang mengantuk di kelas karena tidur yang terlalu larut. Pada jam pelajaran olahraga, masih dijumpai siswa yang malas bergerak dan tidak semangat. Hal tersebut dapat diindikasikan bahwa siswa dalam kehidupan sehari-harinya masih belum menerapkan pola hidup sehat yang baik.

Lebih lanjut, hasil wawancara kepada salah satu guru SDN Rejosari 3 melalui saluran telepon pada 11 April 2020, menyebutkan bahwa kurangnya media yang tepat dan menarik bagi siswa tentang pemahaman pola hidup sehat. Buku cerita bergambar yang ada di sekolah belum ada yang berbasis kearifan lokal dan berisi tentang pola hidup sehat anak. Buku bergambar yang ada di sekolah juga kualitasnya kurang bagus, sehingga perlu untuk dikembangkan buku cerita bergambar yang lebih bagus serta memuat kearifan lokal Demak.

Berdasarkan beberapa permasalahan tersebut di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dan mengembangkan buku cerita bergambar bermuatan pendidikan karakter berbasis kearifan lokal Demak untuk pemahaman pola hidup sehat siswa sekolah dasar di Gugus Gunung Merbabu Kecamatan Mijen Kabupaten Demak.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasar latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah yang muncul sebagai berikut:

- (1) Pemahaman tentang pola hidup sehat siswa yang masih rendah.
- (2) Masih banyak siswa yang menerapkan pola hidup kurang sehat dalam kehidupan sehari-hari.
- (3) Kurangnya bahan bacaan siswa terkait informasi pemahaman pola hidup sehat.
- (4) Kurangnya media tentang pemahaman pola hidup sehat yang digunakan guru.
- (5) Buku cerita bergambar yang ada di sekolah belum berbasis kearifan lokal Demak.
- (6) Buku cerita bergambar yang ada di sekolah kualitasnya kurang bagus.

1.3 Cakupan Masalah

Untuk mengantisipasi luasnya masalah serta demi keefektifan penelitian, maka masalah dalam penelitian ini dibatasi sebagai berikut:

- (1) Pengembangan buku cerita bergambar bermuatan pendidikan karakter berbasis kearifan lokal Demak untuk pemahaman pola hidup sehat siswa.
- (2) Konten yang diangkat sesuai dengan keadaan yang terjadi saat ini.

1.4 Rumusan Masalah

Bertolak dari latar belakang, identifikasi masalah, dan cakupan masalah, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- (1) Bagaimana kebutuhan buku cerita bergambar bermuatan pendidikan karakter berbasis kearifan lokal Demak untuk pemahaman pola hidup sehat siswa SD di Gugus Gunung Merbabu Kecamatan Mijen Kabupaten Demak?
- (2) Bagaimana desain pengembangan buku cerita bergambar bermuatan pendidikan karakter berbasis kearifan lokal Demak untuk pemahaman pola hidup sehat siswa SD di Gugus Gunung Merbabu Kecamatan Mijen Kabupaten Demak?

- (3) Bagaimana kelayakan buku cerita bergambar bermuatan pendidikan karakter berbasis kearifan lokal Demak untuk pemahaman pola hidup sehat siswa SD di Gugus Gunung Merbabu Kecamatan Mijen Kabupaten Demak?

1.5 Tujuan Penelitian

Bertolak dari masalah yang diteliti, penelitian ini mempunyai tujuan sebagai berikut:

- (1) Menganalisis kebutuhan buku cerita bergambar bermuatan pendidikan karakter berbasis kearifan lokal Demak untuk pemahaman pola hidup sehat siswa SD di Gugus Gunung Merbabu Kecamatan Mijen Kabupaten Demak.
- (2) Menyusun desain pengembangan buku cerita bergambar bermuatan pendidikan karakter berbasis kearifan lokal Demak untuk pemahaman pola hidup sehat siswa SD di Gugus Gunung Merbabu Kecamatan Mijen Kabupaten Demak.
- (3) Menganalisis kelayakan buku cerita bergambar bermuatan pendidikan karakter berbasis kearifan lokal Demak untuk pemahaman pola hidup sehat siswa SD di Gugus Gunung Merbabu Kecamatan Mijen Kabupaten Demak.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoretis

Secara teoretis, penelitian ini dapat memberikan kajian baru dalam bidang pendidikan, khususnya berkaitan dengan pemahaman pola hidup sehat bagi anak. Penelitian dan pengembangan buku cerita bergambar bermuatan pendidikan karakter berbasis kearifan lokal Demak untuk pemahaman pola hidup sehat siswa ini juga dapat menjadi pendukung teori pada kegiatan penelitian selanjutnya.

1.6.2 Manfaat Praktis

(1) Bagi Guru

Diharapkan guru dapat menggunakan buku cerita bergambar bermuatan pendidikan karakter berbasis kearifan lokal Demak untuk pemahaman pola hidup sehat bagi siswa.

(2) Bagi Siswa

Pengembangan buku cerita bergambar bermuatan pendidikan karakter berbasis kearifan lokal Demak untuk pemahaman pola hidup sehat. Selain itu juga dapat menambah wawasan siswa tentang pentingnya hidup sehat serta dapat mengembangkan karakter siswa, juga menambah kecintaan siswa terhadap kearifan lokal setempat.

(3) Bagi Sekolah

Pengembangan buku cerita bergambar bermuatan pendidikan karakter berbasis kearifan lokal Demak untuk pemahaman pola hidup sehat bagi siswa ini dapat memberikan wawasan tambahan. Selain itu juga dapat menambah koleksi buku bacaan bagi perpustakaan sekolah.

(4) Bagi Peneliti

Penelitian dan pengembangan buku cerita bergambar bermuatan pendidikan karakter berbasis kearifan lokal Demak untuk pemahaman pola hidup sehat siswa memberikan pengalaman dan wawasan lebih bagi peneliti.

1.7 Spesifikasi Produk

Produk yang dikembangkan yaitu Buku Cerita Bergambar bermuatan karakter berbasis kearifan lokal Demak. Produk ini memiliki spesifikasi sebagai berikut.

(1) Spesifikasi Buku

Buku cerita bergambar yang dikembangkan merupakan buku seri anak sehat berkarakter tentang pola hidup sehat anak yang terdiri dari 5 judul. Spesifikasi masing-masing buku cerita bergambar sebagai berikut:

- a. Ukuran buku: 20 x 19 cm.

- b. Kover menggunakan kertas *art paper* 190 gr, cetak warna.
 - c. Isi menggunakan kertas *art paper* 100 gr, cetak warna.
 - d. *Finishing* staples.
- (2) Konsep Isi Buku

Bagian dalam buku meliputi:

- a. Halaman Judul
- b. Halaman *Copyright*
- c. Prakata
- d. Daftar Isi
- e. Halaman Perkenalan (Yuk, Kenalan!)
- f. Isi Cerita
- g. Halaman Info (Tahukah Kalian?)
- h. Halaman Gim Edukasi (Yuk, Mencoba!)
- i. Profil Penulis
- j. Profil Prodi Magister Pendas UMK
- k. Profil Penerbit

(3) Komponen Cerita dalam Buku Cerita Bergambar

- a. Tema

Tema cerita dalam buku ini adalah tentang pola hidup sehat anak. Adapun subtemanya adalah sebagai berikut:

- 1) Makanan Sehat
- 2) Pencegahan Covid-19
- 3) Istirahat Cukup
- 4) Olahraga Teratur
- 5) Kebersihan Lingkungan

- b. Judul

Judul buku cerita bergambar yang dikembangkan antara lain adalah sebagai berikut:

- 1) Tata Jambu Citra Si Duta Sampah (Karakter religiusitas, subnilai cinta lingkungan, subtema kebersihan lingkungan)

- 2) Ima Jambu Delima Tertidur di Kelas (Karakter Nasionalisme, subnilai disiplin, subtema istirahat cukup)
- 3) Masker Unik Buatan Tata Jambu Citra (Karakter Kemandirian, subnilai kreatif, subtema pencegahan Covid-19)
- 4) Tendangan Bimbim Belimbing (Karakter gotong royong, subnilai kerja sama, subtema olahraga teratur)
- 5) Ima Jambu Delima Si Jago Masak (Karakter Integritas, subnilai kejujuran, subtema makanan sehat)

c. Tokoh dan penokohan

Tokoh dalam buku cerita bergambar yang dikembangkan menggunakan karakter buah-buahan. Dalam buku cerita bergambar yang dikembangkan dalam penelitian ini menggunakan tiga tokoh utama yaitu Tata Jambu Citra, Ima Jambu Delima, dan Bimbim Belimbing. Nama tokoh diambil dari kearifan lokal Demak berupa komoditas buah khas demak yaitu jambu delima, jambu citra, dan belimbing. Tata, memiliki watak cerdas dan cinta lingkungan, Ima memiliki watak ceroboh, Bimbim memiliki watak kocak. Tokoh lain disesuaikan dengan masing-masing judul cerita yang diambil dari nama-nama buah.

d. Alur

Alur yang digunakan dalam buku cerita bergambar ini adalah alur maju.

e. Latar

Latar tempat, waktu, dan suasana disesuaikan dengan masing-masing judul cerita. Sebagian besar cerita menggunakan latar sekolah.

f. Sudut pandang

Dalam buku ini menggunakan sudut pandang orang ketiga, yaitu kakak yang sedang bercerita untuk adik-adiknya.

g. Amanat

Pesan dalam buku cerita bergambar yang dikembangkan dalam penelitian ini adalah ajakan tentang pola hidup sehat pada anak dengan memasukkan pendidikan karakter di dalamnya.

h. Gambaran isi cerita

Isi cerita disesuaikan dengan masing-masing subtema yang dikembangkan tentang pola hidup sehat anak dan ilustrasi yang menarik serta bahasa yang mudah dipahami siswa.

(4) Cara Pembuatan

Langkah pertama adalah penulisan naskah buku. Selanjutnya pembuatan gambar ilustrasi disesuaikan dengan tokoh dan isi cerita. Setelah gambar ilustrasi dibuat, langkah selanjutnya membuat *layout* buku sesuai ukuran yang diinginkan yaitu 20 x 19 cm. Selanjutnya buku akan diterbitkan ber-ISBN dan dicetak.

