

## BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI

### A. Simpulan

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan. PHBS pada anak *down syndrome* dapat dibentuk melalui proses belajar, yang dipengaruhi oleh pengetahuan untuk menerapkan PHBS, emosional anak *down syndrome*, dan pembiasaan. Dalam upaya mencapai kemandirian tersebut, tentunya diperlukan peran orang tua dalam menerapkan PHBS.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan ditemukan bahwa anak *down syndrome* memiliki kemampuan dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, seperti mencuci tangan, membuang sampah, BAB di toilet, menyikat gigi, menggunakan alas kaki, menggunakan masker, dan lain sebagainya. Hanya saja dalam membiasakan perilaku tersebut seringkali terdapat hambatan.

Kedua orang tua dari subjek menyatakan bahwa hambatan dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat tersebut adalah faktor *mood* atau emosional anak. Selain hambatan terdapat juga faktor yang mendukung dalam menerapkan PHBS, dalam hal ini faktor-faktor yang mendukung penerapan PHBS adalah dukungan dari keluarga, pengetahuan orang tua dalam mendidik dan mencari ilmu mengenai anaknya, keikhlasan dan kesabaran orang tua dalam menerima kondisi anak, motivasi dan *reward* yang diberikan oleh orang tua, komunikasi antara orang tua dan anak, sarana dan prasarana yang mudah diakses sehingga memudahkan anak untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, kekonsistenan orang tua dan keluarga dalam membimbing anak membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat.

Secara keseluruhan, orang tua yang menjadi subjek penelitian telah mampu menerapkan perannya dengan baik, yaitu orang tua berperan untuk merawat, memahami, melindungi dan menjaga kesehatan anaknya, memberikan nafkah

berupa sarana pra-sarana yang mendukung penerapan PHBS, mampu mendidik dan memberikan intervensi pada anak *down syndrome* untuk melakukan PHBS.

Setelah mengetahui kemampuan anak *down syndrome* dalam menerapkan PHBS dan peran orang tua, dibuatlah program PHBS yang disesuaikan dengan kemampuan, ketidakmampuan, dan kebutuhan anak yang didapatkan dari hasil asesmen PHBS yang telah dilakukan pada anak yang kemudian diakumulasikan dengan keberhasilan yang dicapai oleh orang tua dalam menerapkan PHBS pada anak *down syndrome*. Program tersebut disusun dalam bentuk buku, dan dilakukan validasi oleh expert judgment. Program tersebut dibuat untuk subjek penelitian, tetapi disertai juga dengan cara pembuatan program yang dapat dilakukan oleh orang tua atau guru secara mandiri.

## B. Rekomendasi

Rekomendasi yang dapat peneliti sampaikan adalah sebagai berikut:

### 1. Orang tua

- Orang tua yang memiliki anak *down syndrome* perlu melakukan asesmen untuk mengetahui perkembangan dan kemampuan anaknya.
- Orang tua disarankan untuk menggunakan program yang telah dibuat berdasarkan hasil asesmen PHBS, karena program ini diharapkan sesuai dengan kebutuhan anak *down syndrome*.

### 2. Guru

- Dalam meningkatkan pelayanan dalam memberikan pendidikan untuk anak *down syndrome* guru diharapkan membuat program yang sesuai dengan analisis hasil asesmen anak, dalam hal ini peneliti menyarankan untuk mencoba menggunakan instrumen asesmen yang telah dibuat dalam penelitian ini, dikarenakan instrumen tersebut telah dirancang untuk mudah diaplikasikan serta mudah untuk diterjemahkan oleh guru.

### 3. Peneliti selanjutnya

- Peneliti selanjutnya diharapkan memperbanyak subjek penelitian untuk mendapatkan data yang lebih valid.

- Program yang dibuat dalam penelitian ini masih bersifat hipotetik, sehingga dalam penelitian selanjutnya diharapkan dapat melakukan uji coba untuk mengetahui validitas, efektifitas, dan keberhasilan dari program yang telah dibuat.