

Perilaku Hidup Sehat Dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Akidah Akhlak

Intan Pandini

Madrasah Aliyah Terpadu Al-Kautsar Kecamatan Tebo Tengah Kabupaten Tebo
intanpandini27584@gmail.com

Abstrak: Penerapan perilaku hidup sehat siswa merupakan salah satu bagian yang penting dalam meningkatkan minat belajar siswa di sekolah. Apalagi majelis guru yang menunggu di asrama sekolah tersebut, harus mampu membimbing dan membina siswa-siswa untuk menerapkan perilaku hidup sehat agar tercipta minat belajar yang tinggi dan keberhasilan dalam belajar. Metode yang digunakan dalam penelitian adalah pendekatan deskriptif kualitatif dengan pertimbangan mengungkapkan apa adanya yang diperoleh di lapangan dan sudut pandang dari majelis guru terhadap penerapan perilaku hidup sehat dalam meningkatkan minat belajar siswa. Dengan metode pengumpulan data observasi, wawancara, dan dokumentasi. Pelaksanaan perilaku hidup sehat belum sepenuhnya dilaksanakan di Madrasah Aliyah Al-Kautsar Muara Tebo. Ada beberapa siswa yang masih belum bisa diarahkan dan dibina, hal ini karena kurangnya kesadaran siswa untuk berubah menjadi yang lebih baik. Penulis menemukan bahwa majelis guru telah melaksanakan tugasnya untuk membimbing dan membina siswa-siswa untuk menerapkan perilaku hidup sehat agar meningkatkan minat belajarnya terutama dalam mata pelajaran Akidah Akhlak. Akan tetapi masih ada siswa yang belum berubah dan hal itu dikarenakan kurangnya kerjasama orang tua dengan pihak madrasah, selain itu majelis guru juga berusaha untuk meningkatkan sarana dan prasarana yang menunjang dalam penerapan perilaku hidup sehat. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi peneliti untuk selalu berperilaku hidup sehat. Di penghujung laporan penelitian ini, penulis menghimbau kepada seluruh pihak yang terkait baik itu kepala sekolah, majelis guru dan siswa untuk senantiasa bekerjasama dan selalu sadar diri dalam menerapkan perilaku hidup sehat, karena sehat itu mahal. Selain itu, madrasah juga akan mendapat kebanggaan dengan penerapan perilaku hidup sehat yang akan meningkatkan kemajuan kesehatan baik jasmani maupun rohani.

Kata Kunci: Akidah Akhlak, Minat Belajar, Perilaku Hidup Sehat

1. Pendahuluan

Kesehatan merupakan hal yang paling berharga yang kita miliki. Kesehatan sangat menunjang dalam segala kegiatan yang kita lakukan dalam kehidupan sehari-hari. Sehat berawal dari kebiasaan atau cara hidup yang bersih. Sehat tidak hanya dilihat dari jasmani seseorang namun juga dilihat dari rohani seseorang. Apabila sehat jasmani belum tentu rohaninya sehat.

Apabila jasmani dan rohani sehat maka tujuan pendidikan akan tercapai dengan baik. Seperti yang tercantum dalam Undang-undang Republik Indonesia (UURI) Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Bab II pasal 3 disebutkan pendidikan nasional yang mempunyai tujuan yaitu:

“...untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.”¹

Tujuan pendidikan tersebut dapat tercapai bila peserta didik mempunyai kesadaran yang tinggi. Apabila anak didik mengetahui bahwa hidup sehat itu penting untuk menjalankan semua aktivitas sehari-hari dan merupakan perintah agama menjadi hamba Allah yang beriman dan akhlaknya akan tingkah laku hidup sehat akan terwujud. Hal ini terdapat dalam hadist dari Abu Malik Al-Harits bin Ashim Al-Asy'ary ra. Rasulullah SAW. bersabda:

••• الطهور شرط الايمان ••• (رواه مسلم)

¹ Departemen Pendidikan Nasional, *UU SISDIKNAS: UURI No. 20 Tahun 2003 (Jakarta: SL Media, 2011)*, hlm.11.

Artinya: “*Suci (bersih) adalah sebagian dari iman*”. (HR. Muslim)²

Para guru harus membantu peserta didik dalam menerapkan perilaku hidup sehat itu sebagai kebiasaan yang baik. Karena hidup sehat dan bersih merupakan sebagian dari iman agar kita khusyuk dalam menjalankan ibadah kepada Allah Swt dan merupakan syarat utama dalam beribadah yaitu suci dan bersih, seperti yang tercantum dalam Surah An-Nisa’ ayat 43 yaitu:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَارَىٰ حَتَّىٰ تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ وَلَا جُنُبًا إِلَّا عَابِرِي سَبِيلٍ حَتَّىٰ تَغْتَسِلُوا ۗ وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِّنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَمَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَفُورًا غَفُورًا

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu shalat, sedang kamu dalam keadaan mabuk, sehingga kamu mengerti apa yang kamu ucapkan, (jangan pula hampiri mesjid) sedang kamu dalam keadaan junub, terkecuali sekedar berlalu saja, hingga kamu mandi. Dan jika kamu sakit atau sedang dalam musafir atau datang dari tempat buang air atau kamu telah menyentuh perempuan, kemudian kamu tidak mendapat air, Maka bertayamumlah kamu dengan tanah yang baik (suci); sapulah mukamu dan tanganmu. Sesungguhnya Allah Maha Pema'af lagi Maha Pengampun”. (QS : 04: 43)³

Salah satu modal pembangunan nasional adalah sumber daya manusia yang berkualitas yaitu sumber daya manusia yang sehat fisik, mental dan social serta mempunyai produktivitas yang optimal. Maka, untuk mewujudkan sumber daya manusia yang sehat fisik, mental dan sosial serta mempunyai produktivitas yang optimal tersebut, diperlukan upaya-upaya pemeliharaan dan peningkatan kesehatan serta terus menerus, yang dimulai sejak dalam kandungan, balita, usia sekolah sampai dengan usia lanjut. Dalam undang-undang Republik Indonesia Nomor 39 Tahun 2009 tentang kesehatan pasal 11 menyatakan bahwa: “setiap orang berkewajiban berperilaku hidup sehat untuk mewujudkan, mempertahankan, dan memajukan kesehatan setinggi-tingginya”.⁴

Jadi antara kesehatan jasmani dan rohani harus seimbang agar kita dapat menjalankan aktivitas atau kegiatan dengan baik. Dari jasmani dan rohani yang sehat maka siswa akan lebih berminat dalam menerima pelajaran dan lebih berkonsentrasi.

Peserta didik yang berada di madrasah/sekolah, merupakan kelompok masyarakat yang mempunyai tingkat kesehatan yang lebih baik bila dibandingkan dengan berbagai kelompok masyarakat lainnya. Meskipun demikian kelompok ini merupakan kelompok yang rawan, karena berada dalam periode pertumbuhan dan perkembangan. Oleh karena itu, untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia (SDM) dalam pembangunan, tidak terlepas dari dua faktor yang saling berhubungan antar yang satu dengan yang lainnya, yaitu faktor pendidikan dan kesehatan para peserta didik.

Karena kesehatan merupakan syarat utama agar upaya pendidikan itu berhasil, sebaliknya pendidikan yang diperoleh akan sangat mendukung terciptanya peningkatan kesehatan seseorang. Lingkungan yang sehat sangat mempengaruhi perhatian dan minat siswa untuk belajar.

Beranjak dari latar belakang permasalahan di atas, menurut pengamatan peneliti, penerapan perilaku hidup sehat pada lokasi penelitian yakni di Madrasah Aliyah Terpadu Al-Kautsar Tebo masih kurang terealisasi karena kurangnya sarana dan prasarana serta tenaga pendidik yang kurang terampil dan kurang sabar dalam membimbing peserta didik dalam menciptakan perilaku hidup sehat yang dapat meningkatkan minat belajar siswa tersebut. Namun pihak madrasah/sekolah telah mengupayakan berbagai cara untuk menerapkan perilaku hidup sehat. Tetapi banyak juga kendala yang dihadapi pihak madrasah/sekolah karena kurangnya dana untuk membangun sarana dan prasarana

² Achmad Sunarto., *Terjemah Hadist Arba'in Annawawiyah* (Jakarta: Pustaka Amani, 2000), hlm. 25

³ Tim Penerjemah., *Al-Qur'an dan Terjemahnya* (Jakarta: Departemen Agama RI, 2007), hlm. 85

⁴ Departemen Kesehatan., *Undang-undang Kesehatan : UURI No. 36 Tahun 2009* (Jakarta: SL Media, 2011), hlm. 14

madrasah/sekolah yang lengkap. Dengan demikian, apabila tercipta lingkungan hidup madrasah/sekolah yang sehat akan terbentuklah semangat belajar yang tinggi, angka absen akan semakin menurun, minat belajar siswa semakin meningkat, dan hasil belajar siswa akan semakin membaik serta menghasilkan anak didik yang sehat, kuat jasmani dan rohaninya.

Berkaitan dengan permasalahan yang dikemukakan tersebut, menjadi daya tarik penulis untuk melakukan penelitian ini. Sehingga dalam hal ini peneliti mengambil judul: “Perilaku Hidup Sehat Dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa Siswa Pada Mata Pelajaran Akidah Akhlak”.

2. Pembahasan

a. Perilaku Hidup Sehat

Hidup sehat adalah suatu pola tingkah laku yang menunjukkan adanya unsur-unsur kesehatan yang telah terulang berkali-kali sehingga menjadi kebiasaan yang mendalam, dimana sikap dan tingkah lakunya tadi tidak terlalu melalui pemikiran. Seperti yang dikatakan M. Quraish Shihab; “hidup sehat itu adalah berfungsi atau Bergeraknya potensi diri, jasmani dan rohani manusia sehingga mampu mencapai tujuan kehadirannya di pentas bumi ini. Dengan kesehatan, kualitas hidup dan pengabdianya menjadi meningkat”.⁵

Secara harfiah, arti perilaku ialah tanggapan atau reaksi individu terhadap rangsangan atau lingkungan.⁶

Skinner dalam Soekidjo Notoatmodjo, perilaku merupakan “...respons atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar).”⁷

Menurut Soekidjo Notoatmodjo, perilaku hidup sehat adalah perilaku-perilaku yang berkaitan dengan upaya atau kegiatan seseorang untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatannya.⁸

Perilaku hidup sehat adalah suatu corak hidup yang menunjukkan norma-norma kesehatan, perilaku hidup sehat itu akan kelihatan pada sikap anak sebagai berikut:

- 1) Anak biasa memelihara kebersihan dirinya.
- 2) Anak terbiasa memelihara lingkungan hidupnya yang meliputi sekolah, keluarga dan masyarakat.
- 3) Anak patuh dan taat melaksanakan nasehat guru dalam menjaga kesehatan dirinya.
- 4) Anak dapat menghargai dan mengusahakan makanan sehat.
- 5) Anak mampu menjadi teladan dalam penciptaan dan pemeliharaan hidup sehat bagi lingkungannya.

b. Minat Belajar

Minat adalah “kecenderungan jiwa yang tetap ke jurusan sesuatu hal yang berharga bagi orang. Sesuatu yang berharga bagi seseorang adalah yang sesuai dengan kebutuhannya”.⁹

Menurut Slameto, minat adalah suatu rasa lebih suka atau keterikatan pada suatu hal atau aktivitas tanpa ada yang menyuruh.¹⁰ Dengan demikian minat sangat tergantung pada

⁵ M. Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an: Fungsi Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat* (Mizan: Bandung, 1994), hlm. 282

⁶ Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1997), hlm. 1112

⁷ Soekidjo Notoatmodjo., *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2007), hlm. 133

⁸ Soekidjo Notoatmodjo., *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2007), hlm. 137

⁹ Zakiah Daradjat., *Metodik Khusus Pengajaran Agama Islam*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1995), hal. 133

¹⁰ Slameto., *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2010), hlm. 180

aktivitas antara diri sendiri dengan sesuatu yang berada di luar dirinya. Sehingga akan lebih memperhatikan dengan rasa senang tanpa ada tekanan.

Skinner *dalam* Muhibbin Syah mengatakan bahwa belajar adalah “...suatu adaptasi atau penyesuaian tingkah laku yang berlangsung secara progresif.”¹¹

Chaplin dalam Muhibbin Syah mengemukakan belajar adalah “...perolehan perubahan tingkah laku yang relatif menetap sebagai akibat latihan dan pengalaman.”¹²

Sedangkan menurut penulis, belajar merupakan proses perbuatan yang dilakukan dengan sengaja, yang memberikan perubahan pada diri individu menjadi lebih baik melalui pengalaman, latihan dan pemahaman.

Berdasarkan penjelasan ini, maka kegiatan belajar merupakan perubahan tingkah laku yang relatif menetap pada diri seorang yang belajar yang dilalui melalui latihan dan pengalaman. Belajar adalah suatu kegiatan yang dilakukan untuk memperoleh sejumlah ilmu pengetahuan. Dalam belajar, tidak bisa terlepas dari beberapa hal yang dapat mengantarkan kepada keberhasilan dalam belajar. Penyebabnya tidak lain karena belajar tidak teratur, tidak disiplin dan kurang bersemangat, tidak tahu bagaimana cara berkonsentrasi dalam belajar, mengabaikan masalah pengaturan waktu dalam belajar, istirahat yang tidak cukup, dan kurang tidur. Keseluruhan faktor tersebut mewarnai kelangsungan belajar.

Minat belajar adalah suatu kecenderungan jiwa untuk melakukan proses perubahan pada diri individu melalui pengalaman-pengalaman untuk mendapatkan ilmu pengetahuan dan membuatnya menjadi individu yang lebih baik.

Minat sebagai salah satu aspek psikologis dipengaruhi oleh beberapa faktor baik dari dalam maupun dari luar. Dilihat dari dalam diri siswa, minat dipengaruhi oleh cita-cita, keinginan, kebutuhan, bakat dan kebiasaan hidupnya. Sedangkan bila dilihat dari faktor luar, minat dapat berubah-ubah dengan kondisi lingkungan, yaitu dapat berupa kelengkapan sarana dan prasarana sekolah, kebersihan lingkungan, orang tua, masyarakat dan sosial budaya.

Menurut Slameto, faktor-faktor yang berpengaruh di atas dapat di atasi oleh guru di sekolah dengan cara:

- 1) Penyajian materi yang disajikan secara sistematis, lebih praktis dan penyajiannya lebih berseni.
- 2) Memberikan rangsangan kepada siswa agar menaruh perhatian yang tinggi terhadap bidang studi yang diajarkan.
- 3) Mengembangkan kebiasaan yang teratur,
- 4) Meningkatkan kondisi fisik siswa.
- 5) Mempertahankan cita-cita dan aspirasi siswa.
- 6) Menyediakan sarana penunjang yang memadai.¹³

Dalam membangkitkan minat belajar siswa salah satunya adalah dengan menerapkan kebiasaan untuk selalu berperilaku hidup sehat. Seperti yang telah disampaikan di atas meningkatkan kondisi fisik siswa menjadi anak didik yang sehat dan kuat jasmani dan rohaninya sehingga mudah dalam menerima pelajaran yang diberikan guru dan memperhatikan guru menjelaskan materi pelajaran. Selain itu, lingkungan yang bersih lebih membuat siswa lebih nyaman dan senang dalam belajar.

¹¹ Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan Suatu Pendekatan Baru*, (Bandung: Remaja Rodakarya, 2010), hlm. 88.

¹² Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan Suatu Pendekatan Baru*, (Bandung: Remaja Rodakarya, 2010), hlm. 88.

¹³ Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2010), hlm. 185

c. Akidah Akhlak

Secara etimologi, akhlak berasal dari kata *khalaqa* yang berarti menciptakan, menjadikan, membuat. Akhlaq adalah kata yang berbentuk jamak taksir dari kata *khuluqun*, yang berarti *tabi''at* atau budi pekerti.¹⁴

Akhlak secara kebahasaan bisa baik atau buruk tergantung kepada tata nilai yang dipakai sebagai landasannya, meskipun secara sosiologis di Indonesia kata akhlak sudah mengandung konotasi baik sehingga orang yang berakhlak berarti orang yang berakhlak baik.¹⁵

Akidah dan akhlak selalu disandingkan sebagai satu kajian yang tidak bisa lepas satu sama lain. Hal tersebut dikarenakan sebelum melakukan sesuatu akhlak, maka terlebih dahulu meniatkannya dalam hati (akidah). Semakin baik akidah seseorang, maka semakin baik pula akhlak yang diaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Sebaliknya semakin buruk tingkat keyakinan akidah seseorang, maka akhlaknya pun akan sebanding dengan akidah akhlak dalam kehidupan sehari-hari.¹⁶

Dengan demikian dapat difahami bahwa pemenuhan perilaku akidah dan akhlak yang baik tidak dapat dinilai oleh manusia secara fisik. Sama halnya dengan sifat ikhlas yang sulit untuk dilihat. Namun kedua hal tersebut memiliki kesamaan. Keduanya sama-sama bisa dirasakan oleh orang lain, dan orang yang memiliki hati merasakan ketulusan seseorang yang berakhlak karimah. Sebagai contohnya ialah suri tauladan kehidupan para nabi yang berakidah dan berakhlak karimah. Para nabi itu telah Allah berikan hikmah, kemampuan pengetahuan, dan keshalihan serta perilaku yang sangat baik di hadapan umat manusia maupun di hadapan Allah.

3. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif dimana penelitian kualitatif sebagai metode ilmiah sering digunakan dan dilaksanakan oleh sekelompok peneliti dalam bidang ilmu social, termasuk juga ilmu pendidikan. Sejumlah alasan juga dikemukakan yang intinya bahwa penelitian kualitatif memperkaya hasil penelitian kuantitatif. Penelitian kualitatif dilaksanakan untuk membangun pengetahuan melalui pemahaman dan penemuan. Pendekatan penelitian kualitatif adalah suatu proses penelitian dan pemahaman yang berdasarkan pada metode yang menyelidiki suatu fenomena social dan masalah manusia. Pada penelitian ini peneliti membuat suatu gambaran kompleks, meneliti kata-kata, laporan terinci dari pandangan responden dan melakukan studi pada situasi yang alami.

Penelitian ini dilaksanakan pada siswa kelas XII di MAS Terpadu Al-Kautsar Tebo, yang berlokasi di jalan Danau Tanduk KM 07 Kecamatan Tebo Tengah, Kabupaten Tebo, Jambi. Penelitian ini dilaksanakan dari tanggal 12 Agustus sampai 21 Agustus 2022.

4. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Perilaku hidup sehat adalah suatu upaya untuk memberikan rangsangan berupa pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, kelompok dan masyarakat dengan cara berkomunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku untuk membantu peserta didik mengenali dan mengatasi masalahnya sendiri sehingga sadar, mau dan mampu mempraktekkan hidup sehat dalam kehidupannya.

Perubahan merupakan jalan dalam membentuk perilaku yang sehat perubahan dapat terjadi apabila terjadi motivasi untuk berubah. Salah satu cara untuk menimbulkan motivasi pada seseorang adalah dengan melibatkannya dalam suatu aktivitas/kegiatan. Dengan demikian akan menimbulkan interaksi dan timbullah kesadaran tentang keadaan dirinya sehingga berkeinginan atau berminat dan

¹⁴ Imam al-Ghazali, *Membersihkan hati dari akhlak yang tercela*. Jakarta; Pustaka Amani. 1996, h. 26.

¹⁵ Zainuddin Ali, *Pendidikan Agama Islam*, Jakarta: Bumi Aksara, 2011, h. 29.

¹⁶ Mahjuddin, *Akhlak Tasawuf*, Jakarta: Kalam Mulia, 2009, h. 5.

terdorong untuk berubah menjadi lebih baik. Begitu juga dengan kesehatan, seseorang jika ingin sehat harus berubah, yakni dengan memiliki perilaku-perilaku yang sehat agar dapat menerapkan kesehatan pada dirinya dan lingkungan sekitarnya.

Berdasarkan pengamatan penulis dimana memang masih banyak siswa yang belum mencerminkan perilaku hidup sehat. Seseorang belum dianggap sehat sekalipun ia tidak berpenyakit jiwa atau pun raga. Orang tersebut harus dinyatakan sehat secara sosial. Hal ini dianggap perlu karena penyakit yang diderita seseorang umumnya ditentukan oleh perilakunya atau keadaan sosial budayanya yang tidak sehat. Seperti tidur sampai larut malam, suka membuang sampah di sembarang tempat, jarang mandi, tidak memotong kuku yang panjang dan hitam, memakai pakaian yang kusut dan bau, tidak mencuci baju dan tidak menukarnya sampai beberapa hari, tidak mencuci tangan dengan sabun saat makan, jajan di sembarang tempat dengan tidak memperhatikan bersih dan halalnya, kurang suka berolahraga dan ada siswa yang tidak menyiram WC sesudah buang air. Demikian pula halnya anak didik tidak mempunyai perilaku yang menjaga kesehatan, kebiasaan itu didasari oleh ketidak mampuan secara materiil, pengetahuan maupun sosial budayanya yang minim. Belum lama ini ada siswa yang pulang ke rumahnya karena sakit demam serta ditemukan banyak siswa yang tidur di dalam kelas karena tidak mandi dan tidur larut malam. Sakit demam dikarenakan perilaku siswa yang tidak sehat yang tidak menjaga kebersihan lingkungan dan diri sendiri dan tidur larut malam membuat mengantuk dan tertidur saat kegiatan belajar mengajar berlangsung.

Pengamatan penulis dimana ada siswa yang belum menerapkan kebiasaan-kebiasaan hidup sehat misalnya masih banyak siswa yang membuang sampah di dalam kelas dan tidak menyapunya bahkan para siswa dibantu ustazah sebagai wali kelasnya untuk membersihkan dan menyapu kelasnya sedangkan siswa yang lain hanya melihatnya saja. Suasana belajar yang kotor mengganggu kegiatan belajar mengajar karena kurang nyaman.

Berdasarkan wawancara dapat diketahui bahwa hampir setiap hari baik oleh ustazah dan ustad pengurus pondok pesantren maupun guru-guru mata pelajaran yang lain yang mengajar di Madrasah Aliyah Terpadu Al-Kautsar Tebo melakukan pembinaan dengan memberikan nasehat dan bimbingan kepada siswa.

Kendala guru dan Ustad/ustazah pengurus Pondok Pesantren Terpadu khususnya di Madrasah Aliyah Terpadu Al-Kautsar Tebo adalah:

Kurangnya Kesadaran Siswa

- 1) Masalah pendidikan, pengetahuan dan pengalaman sangat mempengaruhi perkembangan siswa, khususnya kemampuan siswa memahami dasar agama. Karena dengan tingkat pendidikan yang rendah sangat kurang memahami ilmu yang nanti siswa sulit dibina dan diajarkan. Apalagi tentang kesehatan yang sangat minim informasinya.
- 2) Kurangnya Kerja Sama Madrasah/Sekolah Dengan Orang Tua Siswa
- 3) Pihak madrasah/sekolah jika menghendaki hasil yang baik dalam menghadapi tantangan dalam menerapkan hidup sehat siswa, melakukan kerja sama atau hubungan yang erat antara madrasah/sekolah dan keluarga atau orang tua.
- 4) Kurangnya Perlengkapan Sarana dan Prasarana

Kepala Madrasah Aliyah Al-Kautsar dan Pengurus Ponpes Terpadu Al-Kautsar Tebo hanya bisa berusaha dan mengupayakan bagaimana perilaku hidup sehat itu dapat terwujud. Tetapi apabila keadaan sarana dan prasarana tidak memadai terutama dalam sanitasi, persediaan air bersih dan tempat asrama yang nyaman.

- 5) Pengaruh Negatif Dari Teman Pergaulan

Sebagai manusia kita hidup saling berdampingan dan membutuhkan bantuan orang lain, karena pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial. Apabila keadaan lingkungannya baik maka

seseorang akan menjadi baik, begitu pula sebaliknya. Tidak sedikit ditemui pengaruh negatif dari teman dapat membuat kita terjerumus menjadi buruk. Begitu juga yang terjadi di Madrasah Aliyah Terpadu Al-Kautsar Tebo. Hasil observasi di lapangan diperoleh memang ada siswa yang tidak memiliki perilaku hidup sehat seperti suka membuang sampah di sembarang tempat, tidak mandi saat melaksanakan KBM, tidak memotong kuku yang panjang dan hitam, memakai pakaian yang kusut, bau dan kotor, tidak mencuci baju dan tidak menukarnya sampai beberapa hari, tidak mencuci tangan dengan sabun saat makan, jajan di sembarang tempat dengan tidak memperhatikan bersih dan halalnya, siswa kurang suka berolahraga dan masih ditemukan siswa yang tidak menyiram WC sesudah buang air. Untuk itu, siswa yang perilaku hidup sehatnya kurang baik dan tidak sesuai dengan ajaran agama Islam perlu kita bina dan kita bimbing terus menerus hingga terjadi perubahan pada dirinya.

Seorang guru tidak hanya bertugas sebagai seorang pengajar atau penyampai ilmu saja tetapi yang lebih penting lagi adalah sebagai pendidik yang diharapkan dapat mengubah siswa menjadi seorang yang dewasa, berilmu dan berakhlak mulia serta membimbing dan membina menjadi seorang yang lebih baik dari sebelumnya. Untuk mencapai keberhasilan dalam melaksanakan penerapan perilaku hidup sehat santri/siswa yang sesuai dengan ajaran agama Islam, maka seorang guru harus berupaya keras dan senantiasa berusaha memberikan jalan terbaik dalam rangka penerapan perilaku hidup sehat siswa di Madrasah Aliyah Terpadu Al-Kautsar.

Dalam kaitan dengan bentuk-bentuk penerapan perilaku hidup sehat siswa dan kendala-kendala yang dihadapi oleh guru atau pengurus ponpes dalam upaya penerapan perilaku hidup sehat siswa di Madrasah Aliyah Terpadu Al-Kautsar Tebo, berikut ini upaya yang dilakukan guru atau pengurus ponpes dan hasil yang dicapai dari upaya tersebut yaitu sebagai berikut:

1) Melalui Nasehat

Nasehat merupakan salah satu cara yang tepat dalam penerapan perilaku hidup sehat siswa. Karena hal ini dapat dilakukan dimana dan kapan saja. Biasanya nasehat dilakukan ketika ada seseorang yang berlaku atau bertindak tidak baik. Tujuan guru memberikan nasehat kepada siswa yang tidak menerapkan perilaku hidup sehat di sini adalah agar siswa yang berlaku tidak sehat dapat tergugah hatinya dan dapat mengubah perilaku buruknya tersebut.

2) Melalui Keteladanan

Salah satu upaya penerapan perilaku hidup sehat siswa dengan memberi contoh teladan yang baik kepada siswa. Bagaimana siswa dapat hidup bersih jika ustad/ustzah dan gurunya seorang yang harus digugu dan ditiru tidak bisa menjadi teladan yang baik.

3) Melalui Pendekatan, Teguran dan Bimbingan

Setiap siswa yang ada di sekolah tidaklah mempunyai sifat yang sama. Mereka mempunyai sifat yang berbeda-beda. Ada yang selalu ingin diperhatikan oleh guru, ada yang cuek, ada yang bersih, ada yang kotor dan sebagainya. Cara mendidik siswa pun berbeda-beda ada yang bisanya dibimbing dengan lembut dan penuh kasih sayang tapi ada juga yang dengan cara agak keras dengan tujuan dapat menimbulkan efek jera untuk tidak berbuat sesuatu yang tidak sesuai dengan ajaran agama.

4) Melalui Pembiasaan

Penerapan perilaku siswa juga dilakukan melalui pembiasaan-pembiasaan yang nantinya dapat menjadi perilaku yang diterapkan sehari-hari atau menjadi suatu yang dapat mendarah daging dan dilakukan siswa secara terus menerus dalam kehidupannya dimanapun ia berada.

5) Melalui Hukuman

Pemberian hukuman adalah salah satu cara untuk mendidik dan membina perilaku hidup sehat siswa, tapi hukuman yang dimaksud disini adalah hukuman yang mendidik bukan dengan

emosi dan kekerasan. Hukuman di sini dimaksudkan agar siswa sadar dan jera sehingga tidak lagi mengulangi perbuatan buruknya dan berdampak positif bagi siswa.

5. Kesimpulan dan Saran

Pelaksanaan penerapan perilaku hidup sehat dalam meningkatkan minat belajar siswa di Madrasah Aliyah Terpadu Al-Kautsar Tebo belum mencerminkan perilaku hidup sehat, seperti memakan makanan yang tidak tahu bersih, halal dan nilai gizinya, tidak mencuci tangan dengan sabun sebelum makan, membuang sampah disembarang tempat, memakai pakaian yang kusut dan bau, serta tidur sampai larut malam. Maka pengurus ponpes/guru selalu berusaha menerapkan perilaku hidup sehat untuk meningkatkan minat belajarnya agar lebih berprestasi lagi.

Kendala pengurus dan guru dalam menerapkan perilaku hidup sehat siswa di Madrasah Aliyah Terpadu Al-Kautsar Tebo yang dalam kawasan pondok pesantren Al-Kautsar adalah kurangnya kesadaran siswa, kurangnya kerja sama madrasah/sekolah dengan orang tua siswa, kurangnya sarana dan prasarana serta pengaruh negatif dari teman yang lain. Hasil yang dicapai dari upaya menerapkan perilaku hidup sehat dalam meningkatkan minat belajar siswa pada mata pelajaran Akidah Akhlak di Madrasah Aliyah Terpadu Al-Kautsar Tebo melalui nasehat, keteladanan, kebiasaan, bimbingan dan hukuman adalah para siswa berusaha semaksimal mungkin mengindahkannya dalam kehidupan sehari-hari tanpa ada paksaan dan minat belajar pun semakin meningkat. Dengan perilaku hidup sehat, siswa/santri mengalami perubahan dalam dirinya menjadi lebih memperhatikan kebersihan jasmani dan rohani, serta minat belajarnya menjadi meningkat, nyaman dalam menerima pelajaran dan prestasi pun menjadi meningkat.

Sebagai akhir dari penelitian ini, penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Kepada guru di Madrasah Aliyah Terpadu Al-Kautsar Tebo agar berperilaku yang patut dicontoh, membiasakan hidup sehat yang diajarkan agama Islam, memberikan perhatian dan nasehat kepada siswa serta bekerja sama dengan kepala sekolah dan orang tua siswa dalam menerapkan perilaku hidup sehat siswa, dengan upaya ini guru memiliki pengetahuan dan informasi yang baik tentang perilaku hidup sehat. Hal ini berguna untuk memberikan informasi dan perkembangan perilaku hidup sehat siswa.
2. Kepada siswa di Madrasah Aliyah Terpadu Al-Kautsar Tebo untuk berusaha memperbaiki perilaku hidup sehat siswa yang selama ini tidak baik. Siswa yang bersih dan sehat jiwa maupun raga akan tenang dalam ibadah sesuai syariat Islam.

Bibliografi

- Achmad Sunarto. 2000. *Terjemah Hadist Arba'in Annawawiyah*. Jakarta: Pustaka Amani
- Departemen Kesehatan., *Undang-undang Kesehatan: UURI No. 36 Tahun 2009*. Jakarta: SL Media
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. 1997. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka
- Departemen Pendidikan Nasional. 2011. *UU SISDIKNAS: UURI No. 20 Tahun 2003*. Jakarta: SL Media
- Imam Ghazali. 1996. *Membersihkan hati dari akhlak yang tercela*. Jakarta; Pustaka Amani.
- M. Quraish Shihab. (1994). *Membumikan Al-Qur'an: Fungsi Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat*. Mizan: Bandung
- Mahjuddin. 2009. *Akhlak Tasawuf*, Jakarta: Kalam Mulia
- Muhibbin Syah. 2010. *Psikologi Pendidikan Suatu Pendekatan Baru*. Bandung: Remaja Rodakarya
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Soekidjo Notoatmodjo. 2007. *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta
- Tim Penerjemah. 2007. *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. Jakarta: Departemen Agama RI
- Zainuddin Ali. (2011). *Pendidikan Agama Islam*, Jakarta: Bumi Aksara
- Zakiah Daradjat. 1995. *Metodik Khusus Pengajaran Agama Islam*. Jakarta: Bumi Aksara