

# Snakes and Ladders Game as a Media for PHBS Counseling at SDN 3 Muktisari

Permainan Ular Tangga Sebagai Media Penyuluhan Kesehatan PHBS Di SDN Muktisari 3

Andika Abdul Malik<sup>1</sup>, Nida Siti Padilah<sup>1</sup>, Euis Nurparida<sup>1</sup>, Anggi Rosmawati<sup>1</sup>, Sri Sulastri Desiyanti<sup>1</sup>, Ganjar Triyana<sup>1</sup>

<sup>1</sup>STIKes Muhammadiyah Ciamis, Ciamis, Indonesia

Korespondensi: Andika Abdul Malik

Email:

[andika.abdulmalik111@gmail.com](mailto:andika.abdulmalik111@gmail.com)

Alamat :

Jl. Benda gang sukalilah, Kelurahan Cikalang, Kecamatan Tawang, Kota Tasikmalaya, 46114, Jawa Barat, 089608733665

## KOLABORASI

Inspirasi  
Masyarakat Madani

Vol. 01, No. 02

PP. 112 - 120

EISSN: 2809 - 0438

### ABSTRACT

**Introduction:** Childhood is often referred to as the golden period, where the growth obtained in this period greatly influences the development of the next period. Because this golden period only comes once to be used optimally. This period occurs in the middle ages of 6-12 years or commonly referred to as school age. School age is an important age in the growth and physical development of children. This period is also referred to as the critical period because at this time children begin to develop habits that tend to persist into adulthood.

**Objective:** This study aims to determine the effectiveness of the snake and ladder game as a medium of counseling on PHBS knowledge and its application in the daily lives of students at SDN 3 Muktisari Ciamis Regency.

**Method:** The model used for community service is health education using the concept of play. In this counseling, participants are expected to be able to implement a comprehensive (comprehensive) strategy, especially in creating new behaviors, namely PHBS in schools.

**Result:** Based on the results of pre and post assessment of the level of knowledge, counseling participants experienced an increase. This shows that the counseling on PHBS has a positive effect for the students of SDN 3 Muktisari. In line with research (Mulyadi, 2018) that there is a significant influence before and after being given health education on the level of knowledge about clean and healthy living behavior.

**Conclusion:** The conclusion from the implementation of this community service was counseling about PHBS using the giant snake and ladder media, giving a positive effect on the students of SD Negeri 3 Muktisari. This was shown by the enthusiasm, activeness of participants in participating in the counseling and there was also an increase in knowledge about PHBS before and after being given counseling.

**Keywords:** snake and ladder game, clean and healthy living behavior, health education

## **Pendahuluan**

Masa kanak-kanak sering disebut sebagai periode emas, dimana pertumbuhan yang diperoleh dalam periode ini sangat berpengaruh terhadap perkembangan periode berikutnya. Karena periode emas ini hanya datang sekali untuk dimanfaatkan secara optimal. Periode ini terjadi pada usia pertengahan 6-12 tahun atau biasa disebut dengan usia sekolah (Sari, et al., 2012). Usia sekolah merupakan usia penting dalam pertumbuhan dan perkembangan fisik anak. Periode ini juga disebut sebagai periode kritis karena pada masa ini anak mulai mengembangkan kebiasaan yang cenderung menetap sampai dewasa. Besarnya jumlah anak usia sekolah merupakan aset atau modal utama pembangunan di masa depan yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya (Kementerian Kesehatan RI, 2017). Minimnya pengetahuan dan rendahnya kesadaran tentang kesehatan pada anak usia ini, membuat mereka masih membutuhkan bimbingan dan pengawasan dari orang terdekat (Puspita et al., 2017). Disamping itu juga banyak anak yang mengabaikan kesehatan yang apabila tidak dilakukan pembiasaan terhadap pola hidup sehat dengan tepat maka berisiko mengalami berbagai gangguan kesehatan, maka dari itu perlu dilaksanakannya pendidikan kesehatan.

Pendidikan kesehatan adalah suatu usaha atau kegiatan untuk membantu individu, keluarga, kelompok dan masyarakat dalam melaksanakan kemampuannya untuk mencapai kesehatan secara optimal sehingga masyarakat tidak hanya tahu tetapi mampu dan berkeinginan untuk melakukan suatu anjuran yang berhubungan dengan kesehatan (Nurmaningtyas et al., 2019). Upaya dalam peningkatan mutu/kualitas kesehatan memang selalu mengalami berbagai hambatan, oleh karena itu saat ini pemerintah sedang gencar-gencarnya melakukan berbagai program guna peningkatan kualitas kesehatan diantaranya perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) (Hamdalah, 2013).

Hal terpenting dari pencegahan penyakit, kontaminasi makanan serta penyehatan lingkungan adalah dengan berperilaku hidup bersih dan sehat (Vitriani & Suryani, 2019). Karena beberapa penyakit seperti diare, DBD dan kolera merupakan penyakit yang dapat ditimbulkan karena kurangnya berPHBS. Dilansir dari data Badan Kesehatan Dunia atau World Health Organization (WHO) 100.000 anak Indonesia meninggal akibat diare setiap tahunnya, disamping itu data Departemen Kesehatan juga menunjukkan diantara 1000 penduduk terdapat 300 orang yang terjangkit penyakit diare sepanjang tahun (Firmansyah, et al., 2021). Menurut Gracia, 2016 mencuci tangan dengan sabun memiliki tingkat keefektifan yang paling tinggi untuk pencegahan diare yaitu 44% dibanding cara pencegahan yang lain (Risnawaty, 2016a). Persentase menurut tipe inovasi pencegahan sebagai berikut: mencuci tangan dengan sabun (44%), penggunaan air olahan (39%), sanitasi (32%), pendidikan kesehatan (28%), penyediaan air (25%), sumber air yang diolah (11%) (Risnawaty, 2016b).

Berkaitan dengan itu, kegiatan mencuci tangan dengan sabun adalah salah satu program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (Nurhidayat, et al., 2021; Setiawan, et al., 2021). PHBS adalah sekumpulan perilaku yang dapat dipraktikkan atas dasar adanya kesadaran sebagai hasil pembelajaran dan menjadikan seseorang atau keluarga yang dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan setinggi-tingginya (Madanih et al., 2019).

Sama halnya dengan siswa sekolah pada umumnya, siswa SDN 3 Muktisari juga rentan terhadap terjadinya diare karena sekolah belum pernah mengadakan penyuluhan tentang PHBS. Oleh karena itu perlu diadakannya penyuluhan kesehatan tentang PHBS. Namun penyuluhan

kesehatan yang dilakukan harus di upgrade atau diinovasi agar siswa tidak merasa bosan melainkan dapat menyimak dan dipraktikkan dengan. Salah satu media yang digunakan untuk mengionisasi penyuluhan kesehatan agar tidak menjenuhkan siswa adalah dengan media ular tangga.

Media ular tangga dinilai sangat efektif untuk melakukan suatu penyuluhan atau pembelajaran pada anak, dimana anak bisa langsung ikut dalam permainan tersebut, sehingga materi yang disampaikan akan lebih mudah di mengerti dan di pahami dan juga bisa digunakan sebagai sarana sosia-lisasi antara anak sekolah dengan teman sebaya dengan menggunakan konsep belajar sambil bermain (Labibah, A., Nurhapsari, A., Mujayanto, 2015). Desain permainan nya yang menggiurkan sehingga dapat menarik perhatian anak untuk ikut bermain. Selain itu, salah satu sifat anak usia 8 – 12 tahun adalah usia yang mulai bisa menerima suatu permainan yang diwarnai oleh nalar dan logika yang bersifat objektif (Siyam, S. N. L., Nurhapsari, A. Benyamin, 2015).

Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan ular tangga sebagai media penyuluhan terhadap pengetahuan PHBS siswa di SDN 3 Muktisari Kabupaen Ciamis.

## **Tujuan**

Penelitian ini yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas permainan ular tangga sebagai media penyuluhan terhadap pengetahuan PHBS dan pengaplikasian dalam kehidupan sehari-hari siswa di SDN 3 Muktisari Kabupaen Ciamis.

## **Metode**

Model yang dilakukan pada pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan pendidikan kesehatan menggunakan konsep bermain. Pada penyuluhan ini diharapkan peserta dapat melaksanakan strategi yang bersifat paripurna (komprehensif), khususnya dalam menciptakan perilaku baru yaitu ber-PHBS di sekolah. Beberapa indikator yang dipakai sebagai ukuran untuk menilai PHBS di sekolah yaitu: a. Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun b. Mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah c. Menggunakan jamban yang bersih dan sehat d. Olahraga yang teratur dan terukur e. Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan sekali f. Memelihara kebersihan badan yaitu kuku, rambut dan gigi g. Membuang sampah pada tempatnya

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan oleh dosen sebagai pengusul dan 6 orang mahasiswa sebagai fasilitator. Mahasiswa membantu menjadi operator, narasumber kedua serta pencatat pemeriksaan. Kegiatan penyuluhan digelar ruangan kelas yang memadai sarana prasarannya. Sasaran dari program pengabdian masyarakat yang kami lakukan ini adalah siswa-siswi SD Negeri 3 Muktisari yang beralamat di kecamatan Cipaku Kabupaten Ciamis. Metode pengabdian ini adalah dengan pendidikan atau penyuluhan kesehatan disertai praktek ular tangga raksasa tentang penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak SD kelas 4 yang berjumlah 15 orang, 4 orang sebagai perwakilan, penyuluhan ini dilakukan dalam kurun waktu 2 jam. Dalam hal ini Kepala sekolah dan wali kelas SD Negeri 3 Muktisar telah memberikan kesanggupan memberikan waktu luang anak didiknya dan bersedia memfasilitasi sarana prasarana untuk kelancaran penyuluhan PHBS tersebut.

## Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan kesehatan ini ditanggapi antusias oleh peserta SD Negeri 3 Muktisari. Hal tersebut dibuktikan dengan para peserta yang aktif selama berjalannya penyuluhan. Aktivitas dimulai pukul 09.00 wib serta berakhir pukul 10.00 wib.

**Tabel 1. Kegiatan**

No	Kegiatan	Waktu
1.	Pembukaan	09.00-09.10
2.	Pre Test	09.10-09.15
3.	Pendidikan/ penyuluhan kesehatan tentang PHBS	09.15-09.30
4.	Demonstrasi ular tangga dan tanya jawab	09.30-09.45
5.	Post Test	09.45-09.50
6.	Penyerahan hadiah peserta terbaik	09.50-09.55
7.	Penutup	09.55-10.00

Berdasarkan hasil pre dan post penilaian tingkat pengetahuan, peserta penyuluhan mengalami peningkatan. Hal tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan tentang PHBS memberikan efek positif bagi siswa-siswi SDN 3 Muktisari. Selaras dengan penelitian (Mulyadi, 2018) bahwa terdapat pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Selain itu juga menurut (Inayah et al., 2018), terdapat pengaruh pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan PHBS pada siswa Sekolah Dasar.

Adanya peningkatan pengetahuan siswa menunjukkan adanya pengaruh kegiatan penyuluhan terhadap pengetahuan, apalagi diinovasikan dengan menggunakan media ular tangga raksasa. Sejalan dengan hasil penelitian (Putri Isriyatil Jannah, 2020) bahwa penilaian permainan tersebut dinilai sangat baik dan sangat layak untuk dijadikan media penyuluhan kesehatan. Kegiatan penyuluhan terbukti memberikan efek positif, sehingga akan semakin baik jika dilakukan secara berkesinambungan (Wijayanti et al., 2017).

## Kesimpulan

Kesimpulan dari pelaksanaan pengabdian masyarakat ini penyuluhan tentang PHBS dengan menggunakan media ular tangga raksasa, memberikan efek positif pada siswa-siswi SD Negeri 3 Muktisari. Hal tersebut ditunjukkan dengan antusias, kaktifan peserta dalam mengikuti penyuluhan dan juga terdapat peningkatan pengetahuan mengenai PHBS sebelum dan setelah diberikan penyuluhan.

## Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada dosen pembimbing kami yaitu bapak Andan Firmansyah, kepada Kepala Sekolah SD Negeri 3 Muktisari dan kepada pihak lain yang telah berkontribusi juga mensukseskan acara penyuluhan kesehatan ini.

## Daftar Pustaka

- 1 Ernita Kurnia Sari, Elida Ulfiana, P. D. (2012). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Gosok Gigi Dengan Metode Permainan Simulasi Ular Tangga Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap, Dan Aplikasi Tindakan Gosok Gigi Anak Usia Sekolah Di Sd Wilayah Paron Ngawi. *Revista Brasileira de Ergonomia*, 9(2), 10.
- 2 Firmansyah, A., Setiawan, H., & Ariyanto, H. (2021). Studi Kasus Implementasi Evidence-Based Nursing: Water Tepid Sponge Bath Untuk Menurunkan Demam Pasien Tifoid. *Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan Dan Keperawatan*, 14(02), 174–181.
- 3 Hamdalah, A. (2013). Efektivitas media cerita bergambar dan ular tangga dalam pendidikan kesehatan gigi dan mulut siswa SDN 2 Patrang Kabupaten Jember. *Jurnal Promkes*, 1(2), 118–123.
- 4 Inayah, R., A, A., & Aini, L. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Perilaku Hidup Bersih Sehat (Phbs) Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Serut Kecamatan Panti Kabupaten Jember. *The Indonesian Journal of Health Science*, 137. <https://doi.org/10.32528/ijhs.v0i0.1536>
- 5 Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Profil Kesehatan Indonesia 2017* (Vol. 1227, Issue July). <https://doi.org/10.1002/qj>
- 6 Labibah, A., Nurhapsari, A., Mujayanto, R. (2015). Pengaruh Permainan Ular Tangga Modifikasi Terhadap Pengetahuan Kesehatan Gigi dan Mulut Pada Anak (Studi terhadap Siswa SD N 4 Tanggunharjo, Kecamatan Grobogan). *Medali Jurnal*, 2(1), 1–4.
- 7 Madanih, R., Anjari, S. D., & Mutholib, A. (2019). Penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan 7 langkah cara mencuci tangan yang efektif di Sekolah Paud Mawar Kelurahan Sawah Baru, Ciputat, Tangerang Selatan. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ, September*.
- 8 Mulyadi, M. I. , Warjiman. and C. (2018). ‘Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat. *Jurnal Keperawatan STIKES Suaka Insan*, 3(2), 1–9.
- 9 Nurhidayat, N., Suhanda, S., Setiawan, D., Ariyanto, H., & Setiawan, H. (2021). Health Promotion with Counseling on Fulfilling Balanced Nutritional Needs for Community Groups in Pandemic Covid-19 Outbreak. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 853–860. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v4i2.142>
- 10 Nurmaningtyas, R., Hadisuyitno, J., Kaswari, S. R. T., & Riyadi, B. D. (2019). Penyuluhan Pesan Gizi Seimbang Dengan Media Permainan Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Gizi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah*, 27(1), 23–29.
- 11 Puspita, D., Messakh, S. T., & Nuarika, C. (2017). Gambaran Personal Hygiene Anak Usia Sekolah Dasar Yang Tinggal Di Sekitar Tpa Ngronggo Salatiga. *Kritis*, 26(1), 92–110. <https://doi.org/10.24246/kritis.v26i1p92-110>

- 12 Putri Isriyatil Jannah, R. S. N. D. (2020). Pengembangan Permainan Ular Tangga Sebagai Media Promosi Kesehatan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 15(4), 245–252.
- 13 Risnawaty, G. (2016a). Determinant Factor of Handwashing With Soap ( Ctps ) in People on the Tanah Kalikedinding. *Jurnal Promkes*, 4(1), 70–81.
- 14 Setiawan, H., Khairunnisa, R. N., & Oktavia, W. (2021). Handwashing Health Education to Prevent Covid-19 Transmission in SMP Inspirasi. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 428–432
- 15 Siyam, S. N. L., Nurhapsari, A. Benyamin, B. (2015). Pengaruh Stimulasi Permainan Ular Tangga Tentang Gingivitis Terhadap Pengetahuan Anak Usia 8-11 Tahun, Studi Terhadap Siswa SD Negeri Kuningan 04 Kecamatan Semarang Utara. *Odonto Dental Jurnal*, 2(1), 25–28.
- 16 Vitriani, E., & Suryani, D. (2019). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Jalanan di Yayasan Rumah Impian Yogyakarta. *Jurnal Berkala Kesehatan*, 5(2), 45. <https://doi.org/10.20527/jbk.v5i2.6987>
- 17 Wijayanti, R. A., Nuraini, N., & Deharja, A. (2017). Efektifitas Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dalam Meningkatkan Pengetahuan Siswa Di Smp Islam Mahfilud Duror Jelbuk. *Jurnal Ilmiah Inovasi*, 16(3). <https://doi.org/10.25047/jii.v16i3.312>

## LAMPIRAN



Gambar 1. Desain Ular Tangga



Gambar 2. Booklet Penyuluhan



Gambar 3. Pembukaan dan Perkenalan



**Gambar 4. Demonstrasi Permainan Ular Tangga**



**Gambar 5. Evaluasi Materi**



**Gambar 6. Penyerahan Hadiah Peserta Terbaik**





**Gambar 7. Dokumentasi Bersama**



**Gambar 8. Penyerahan Cenderamata kepada Kepala sekolah**



**Gambar 9. Foto Bersama**