

Permainan Ular Tangga sebagai Media Sosialisasi Kebiasaan Hidup Sehat di SDN Jatinangor Kabupaten Sumedang

Retasari Dewi^{1*}, Susanne Dida², Elnovani Lusiana³, Rostika Yuliani⁴

^{1,2,3,4}Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Padjadjaran

*Korespondensi: Retasari.dewi@unpad.ac.id

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has changed the perception and behavior of people in managing their health. Some health protocols continue to be maintained as part of disease prevention strategies. A healthy lifestyle should be promoted to children as a group that is vulnerable to respiratory infections. Therefore, one of the ways to socialize the importance of implementing a healthy lifestyle to children is through games. The purpose of this community service activity is to promote elementary school students' understanding of healthy lifestyle practices. This activity was held at SDN Jatinangor, Sumedang Regency. The method used in this activity is game-based learning with the Snakes and Ladders game board media for a healthy lifestyle. The results of PKM activities show that there is an improvement in knowledge before and after the intervention was implemented. The Snakes and Ladders game can be an alternative media to socialize health information to children.

Keywords: *Game-based learning; Snakes and Ladders; Healthy Lifestyle; children*

ABSTRAK

Pandemi Covid 19 sedikit banyak mengubah cara pandang dan cara masyarakat mengelola kesehatan. Beberapa protokol kesehatan tetap dipertahankan sebagai bagian dari upaya pencegahan penyakit. Kebiasaan hidup sehat juga disosialisasikan pada anak-anak sebagai kelompok yang rentan terkena infeksi pernapasan. Salah satu cara menyosialisasikan pentingnya menerapkan kebiasaan hidup sehat kepada anak-anak dilakukan melalui permainan. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pemahaman siswa sekolah dasar mengenai kebiasaan hidup sehat. Kegiatan ini dilakukan di SDN Jatinangor Kabupaten Sumedang. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pembelajaran berbasis permainan (*game-based learning*) dengan media papan permainan ular tangga kebiasaan hidup sehat. Hasil kegiatan PKM menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi dilaksanakan. Permainan ular tangga dapat menjadi media alternatif untuk menyosialisasikan informasi kesehatan pada anak-anak.

Kata Kunci: pembelajaran berbasis permainan; ular tangga; kebiasaan hidup sehat; anak-anak

RIWAYAT ARTIKEL

Diserahkan : 26/04/2024

Diterima : 31/05/2024

Dipublikasikan : 22/07/2024

PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 telah mengubah cara masyarakat memandang dan mengelola kesehatan. Sebuah penelitian menemukan bahwa terdapat perbedaan pada perlengkapan yang dibawa masyarakat di dalam tasnya sebelum dan sesudah pandemi (Lu'lu Mutia et al., 2023). Penelitian tersebut menjelaskan bahwa masker dan *handsanitizer* masih banyak dibawa dan digunakan meskipun pandemi sudah berakhir.

Beberapa kebiasaan sehat ini sayangnya tidak diadopsi oleh anak-anak. Riset terdahulu yang dilakukan Dida dkk, mengatakan bahwa dimasa pandemi media sosialisasi protokol kesehatan pada kelompok sasaran spesifik, yaitu anak-anak sekolah dasar sangat terbatas (Dida et al., 2022). Petunjuk dari sekolah dan pemerintah umumnya berupa poster atau himbauan tertulis, ada pula video animasi namun penyebarannya kurang masif di saluran TVRI dan akun menonton YouTube Kementerian Pendidikan Kebudayaan, Riset dan Teknologi Republik Indonesia dan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Media alternatif yang disosialisasikan secara langsung ke target sasaran, terbukti efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar akan penerapan protokol kesehatan (Dida et al., 2023).

Berdasarkan hasil observasi dan diskusi yang dilakukan tim Pusat Studi Komunikasi Kesehatan, diketahui bahwa SDN Jatiningor merupakan salah satu sekolah yang menerapkan *lesson study for learning community*, sekolah ini juga berada di wilayah binaan Universitas Padjadjaran yaitu Kecamatan Jatiningor. Siswa yang menjadi peserta kegiatan berusia 7-13 tahun, pada usia tersebut anak-anak mulai membentuk pola pikir dan perilaku yang akan mereka bawa hingga dewasa.

Dalam upaya meningkatkan pemahaman dan kesadaran anak-anak tentang kebiasaan hidup sehat, berbagai pendekatan pembelajaran telah dikembangkan. Salah satu pendekatan yang menarik adalah menggunakan permainan sebagai media pembelajaran. Riset terdahulu menjelaskan bahwa penggunaan

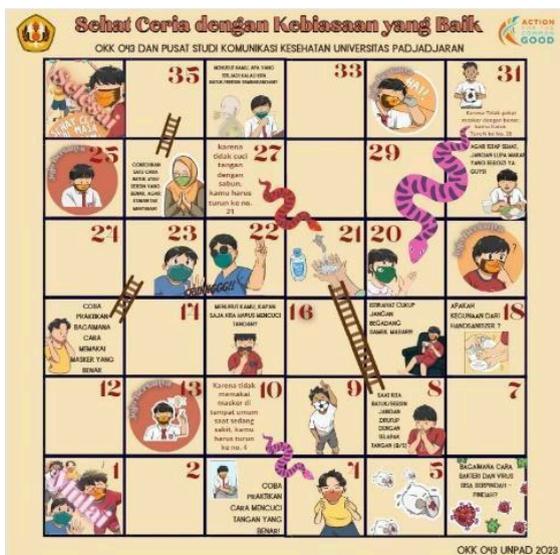
permainan edukatif dalam pembelajaran kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap positif siswa terhadap praktik-praktik kesehatan (Wang et al., 2023). Permainan interaktif terbukti dapat meningkatkan pemahaman anak-anak secara efektif tentang pentingnya mencuci tangan dan menjaga kebersihan (Lagu et al., 2022). Berdasarkan penelitian tersebut, dapat dikatakan bahwa pendekatan permainan interaktif mampu dilakukan secara efektif dalam meningkatkan keterlibatan siswa dan memfasilitasi pemahaman konsep-konsep kesehatan dengan cara yang menyenangkan dan interaktif.

Penelitian lain menekankan pentingnya penggunaan metode pembelajaran yang berbasis permainan dalam konteks pandemi, karena dapat membuat pembelajaran menjadi lebih menarik dan relevan bagi siswa (Kostenius et al., 2018). Hal ini diperkuat dengan temuan bahwa permainan edukatif membantu siswa untuk memahami informasi kesehatan secara lebih baik daripada penggunaan metode pembelajaran konvensional (Rudella et al., 2018).

Meskipun demikian, masih belum banyak kegiatan sosialisasi kesehatan yang memanfaatkan permainan sebagai media pembelajaran kebiasaan hidup sehat pasca pandemi, umumnya sosialisasi dilakukan melalui ceramah dan simulasi menggunakan alat peraga (poster, leaflet dan video). Inovasi dalam pendekatan pembelajaran kesehatan di masa pandemi, termasuk penggunaan teknologi dan permainan sebagai media pembelajaran sangat dibutuhkan (Wang et al., 2019). Dalam konteks pendidikan di Indonesia, permainan edukatif dapat menjadi sarana dalam mengajarkan konsep-konsep kesehatan kepada anak-anak (Sari et al., 2020). Namun, masih diperlukan observasi lebih lanjut untuk mengevaluasi efektivitas permainan dalam konteks meningkatkan pemahaman peserta pada kebiasaan hidup sehat pasca pandemi.

Kegiatan penyuluhan pada siswa sekolah dasar telah menjadi agenda rutin dari Pusat Studi Komunikasi Kesehatan. Perbedaan dengan kegiatan pengabdian sebelumnya, berada pada media yang digunakan, yaitu

komik “Sehat Ceria Setelah Pandemi” (Dewi et al., 2024). Informasi yang disosialisasikan dalam Komik adalah penerapan protokol kesehatan pada masa pandemi. Dalam kegiatan pengabdian kali ini, tim Pusat Studi Komunikasi Kesehatan dan mahasiswa menggunakan media ular tangga sebagai media sosialisasi penerapan kebiasaan hidup sehat pada siswa sekolah dasar.



Gambar 1. Ular Tangga Sehat Ceria dengan Kebiasaan yang Baik

(Sumber: OKK 043 Unpad, 2023)

Permainan ular tangga adalah salah satu permainan tradisional yang populer di kalangan anak-anak dan dewasa. Permainan ini biasanya dimainkan dengan menggunakan papan yang memiliki kotak-kotak berisi angka yang membentuk pola berkelok-kelok seperti ular. Pemain akan melempar dadu dan memindahkan pion atau permainan dari satu kotak ke kotak lainnya sesuai dengan angka dadu yang keluar. Karakteristik ular tangga yang memiliki pola berkelok-kelok seperti ular pada papan permainan memberikan aspek visual yang menarik. Selain itu, aturan main yang sederhana membuat permainan ini mudah diikuti oleh berbagai kalangan usia, termasuk anak-anak.

Seiring dengan perkembangan zaman, penggunaan ular tangga sebagai permainan diperluas menjadi media pembelajaran. Dengan teknologi, ular tangga didaptasi

menjadi bentuk permainan berbasis digital yang dimainkan dengan komputer maupun telepon pintar. Inovasi lain dari permainan ular tangga adalah ular tangga yang dibuat dalam ukuran raksasa, sehingga pemain menjadi pion dalam permainan.

Sejarah penggunaan ular tangga dalam media pembelajaran tidak memiliki tanggal pasti yang dapat ditentukan. Namun, dalam konteks pembelajaran, ular tangga diadopsi sebagai media pembelajaran karena mampu menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan dan menantang bagi siswa.

Melalui permainan ular tangga, guru dan fasilitator dapat mengaitkan setiap kotak pada papan permainan dengan konsep atau informasi yang ingin disampaikan kepada peserta. Misalnya, setiap kotak dapat berisi pertanyaan, perintah, atau penjelasan tentang topik tertentu yang ingin diajarkan. Siswa kemudian akan bergerak maju atau mundur sesuai dengan hasil dadu dan menjawab pertanyaan atau mematuhi perintah yang terdapat pada kotak tersebut. Dengan begitu proses penyajian materi pelajaran menjadi lebih atraktif dan interaktif.

Berdasarkan studi yang sudah ada sebelumnya di Indonesia, pemanfaatan permainan ular tangga sebagai media pembelajaran telah terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang berbagai konsep, termasuk kesehatan (Sari et al., 2020). Ular tangga juga efektif digunakan dalam konteks pembelajaran (Wang et al., 2019). Selain dapat meningkatkan pengetahuan, permainan ini juga mampu meningkatkan keterlibatan siswa dan memfasilitasi penyampaian materi dengan cara yang menyenangkan dan interaktif (Sumarsono et al., 2019).

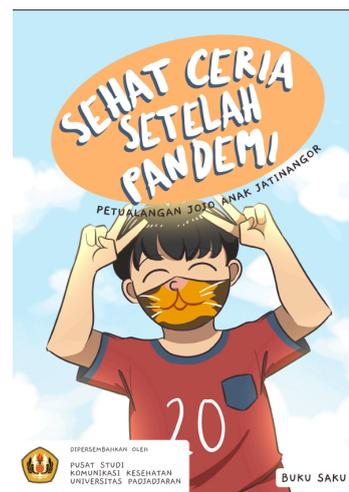
Dengan demikian, permainan ular tangga bukan hanya sekadar permainan biasa, tetapi juga merupakan alat yang efektif dalam konteks pendidikan. Penggunaannya sebagai media pembelajaran telah terbukti dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran, terutama dalam hal memfasilitasi pemahaman konsep-konsep tertentu.

Berdasarkan paparan tersebut, Pusat Studi Komunikasi Kesehatan dan mahasiswa Universitas Padjadjaran merancang sebuah permainan ular tangga kebiasaan hidup sehat. Ular tangga ini digunakan sebagai media sosialisasi dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa SDN Jatinangor pada kebiasaan hidup sehat.

METODE

Dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, tim Pusat Studi Komunikasi Kesehatan dan mahasiswa Universitas Padjadjaran secara menggunakan metode *game-based learning*. *Game-based learning* adalah metode pembelajaran yang menggunakan permainan yang dirancang khusus untuk membantu peserta memahami konsep dan materi yang diberikan (Maulidina et al., 2018).

Dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, siswa dituntut untuk memahami dan menyadari pentingnya kebiasaan hidup sehat, dengan pendekatan bermain. Permainan merupakan salah satu media yang digunakan untuk mengasah pengetahuan dan keterampilan otak dalam mengatasi permasalahan yang ada dalam permainan. Permasalahan yang ada dalam permainan pembelajaran, diambil dari materi pembelajaran yang digabungkan dengan imajinasi untuk membuat alur konflik menjadi menantang untuk dipecahkan. Ular tangga kebiasaan hidup sehat, mengambil materi dari Buku Saku “Sehat Ceria Pasca Pandemi” Petualangan Jojo Anak Jatinangor yang diterbitkan oleh Pusat Studi Komunikasi Kesehatan Universitas Padjadjaran.



Gambar 2. Buku Saku Sehat Ceria Setelah Pandemi

(Sumber: Pusat Studi Komunikasi Kesehatan Unpad, 2023)

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dibuat dalam tiga tahapan yaitu tahapan diantaranya tahap persiapan, tahap pelaksanaan serta tahap evaluasi yang dijelaskan dalam tabel berikut.

No	Rencana Kegiatan	Keterlibatan Tim PKM Dalam Kegiatan	Keterlibatan Masyarakat
1	Tahap Persiapan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Observasi lingkungan Kecamatan Jatinangor 2. Koordinasi dan pembagian tugas 3. Perancangan ular tangga 4. Pengurusan perizinan dan administrasi 5. Pembuatan instrumen PKM 	Sekolah memberikan akses untuk penyelenggaraan kegiatan PKM
2	Tahap pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fasilitator pengisian pre test 2. Memberikan instruksi dan cara bermain ular tangga 3. Fasilitator permainan ular tangga 4. Fasilitator pengisian post test 	Siswa sekolah menjadi peserta permainan ular tangga
3	Tahap evaluasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Monitoring saat permainan berlangsung dan mencatat kendala yang terjadi di lapangan 2. Analisis hasil pre-test dan post-test 3. Mendiskusikan hasil analisis dan 	

		kendala di lapangan.	
		4. Membuat laporan dan artikel PKM	

Tabel 1. Rencana Kegiatan PKM

(Sumber: Hasil analisis, 2023)

Tahap persiapan dimana tim PKM bersama mahasiswa melakukan identifikasi mengenai potensi dan permasalahan yang ada di SDN Jatinangor. Pada tahap ini tim PKM mahasiswa melakukan pengecekan lokasi serta observasi. Dari hasil observasi diputuskan membuat permainan ular tangga kebiasaan hidup sehat.

Untuk melengkapi kegiatan sosialisasi, tim PKM juga pembuatan kuesioner untuk mengukur pengetahuan siswa sebelum dan sesudah dilakukan intervensi melalui permainan ular tangga.

Tahap pelaksanaan dimulai dengan kegiatan pengisian pre-test yang dilakukan untuk mengetahui pengetahuan awal yang dimiliki peserta sebelum bermain ular tangga. Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan bermain ular tangga kebiasaan hidup sehat. Setelah bermain, peserta diminta untuk mengisi post-test.

Tim PKM menyiapkan pre-test dan post-test berupa angket bergambar yang terdiri dari 10 pertanyaan benar dan salah. Hasil pre-test dan post-test diukur dengan uji T sampel berhubungan, untuk melihat ada tidak perbedaan antara sebelum dan sesudah. Dasar analisis ini adalah membandingkan rata-rata kondisi (sebelum dan sesudah).

Dalam ular tangga terdapat pertanyaan dan praktik mengenai konsep-konsep kesehatan tertentu seperti penggunaan masker saat sakit, makan makanan bergizi, dan etika batuk yang benar. Mahasiswa dan tim PKM yang bertugas sebagai fasilitator bertugas memandu siswa melalui papan permainan ular tangga untuk menjelaskan konsep-konsep kesehatan, dan memberikan contoh praktik yang sesuai.

Tahap terakhir yaitu tahap evaluasi, tahap ini bertujuan untuk memastikan bahwa program penyuluhan ini telah mencapai tujuan

yang telah ditentukan serta memberikan manfaat yang diharapkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM sosialisasi kebiasaan hidup sehat dilaksanakan pada tanggal 2 Desember 2023 di SDN Jatinangor Kabupaten Sumedang.

Total peserta kegiatan 21 orang, perwakilan siswa siswi kelas 4, 5 dan 6. Fasilitator dalam permainan ini adalah mahasiswa Universitas Padjadjaran.

Materi sosialisasi yang diberikan dalam kegiatan PKM ini mengenai etika batuk dan bersin, cara mencuci tangan, cara menggunakan dan membuang masker serta pola makan yang sehat. Materi ini menjadi permasalahan yang harus dijawab dan dipercahkan peserta selama bermain ular tangga.

Sesi pertama, semua siswa yang menjadi peserta kegiatan PKM diminta menjawab 10 pertanyaan pre-test yang berbentuk soal benar atau salah. Setelah itu peserta dibagi dua kelompok untuk memudahkan memfasilitasi permainan.

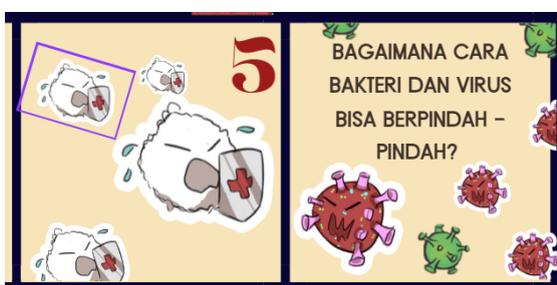
Kegiatan selanjutnya yaitu bermain ular tangga kebiasaan hidup sehat. Ular tangga yang digunakan dalam sosialisasi dicetak dalam ukuran raksasa 3x3m. Secara bergiliran pemain melempar dadu dan berjalan sesuai dengan kotak yang ditunjukkan dadu. Terdapat tiga jenis pertanyaan dalam ular tangga, pertanyaan pendek, benar atau salah dan praktik di lapangan. Aturannya peserta akan maju bila menjawab benar dan akan diam ditempat jika menjawab salah. Terdapat pula kotak tangga untuk naik dan kotak ular untuk turun.



Gambar 3. Kotak Ular

(Sumber: Pusat Studi Komunikasi Kesehatan Unpad, 2023)

Dalam permainan ular tangga ini, para peserta diberikan pertanyaan pendek yang mencakup bagaimana bakteri dan virus berpindah-pindah, kapan waktu mencuci tangan, apa kegunaan *hand sanitizer*, pertanyaan mengenai benda yang dapat digunakan untuk meminimalisir perpindahan kuman-kuman, dan terkait pemilihan makanan yang sehat untuk menjaga kesehatan. Peserta permainan rata-rata dapat menjawab pertanyaan-pertanyaan ini dengan benar. Namun permasalahan terjadi ketika beberapa peserta berhenti di tempat yang sama. Hal ini menuntut peserta permainan untuk mencari alternatif jawaban yang berbeda dengan teman sebelumnya yang berhenti di kotak tersebut.



Gambar 4. Kotak Pertanyaan tentang Bakteri dan Antibody

(Sumber: Pusat Studi Komunikasi Kesehatan Unpad, 2023)

Pertanyaan selanjutnya adalah pertanyaan benar atau salah. Pertanyaan ini menguji pemahaman siswa mengenai

penyebaran kuman di udara, etika batuk, dan penyebaran virus melalui bersin dan batuk. Untuk pertanyaan model ini, peserta tidak memiliki kesulitan yang berarti. Sama halnya dengan model pertanyaan pertama, permasalahan terjadi ketika beberapa peserta berhenti di kotak yang sama, sehingga meniru jawaban peserta sebelumnya. Hal ini menjadi evaluasi bagi tim ke depannya untuk melakukan penyempurnaan pada permainan ular tangga. Karena kemungkinan peserta berada di kotak yang sama dengan peserta lain itu cukup besar. Fasilitator permainan perlu menyiapkan beberapa alternatif pertanyaan untuk mengantisipasi permasalahan ini.



Gambar 5. Kotak Pertanyaan Benar/Salah tentang Etika Batuk

(Sumber: Pusat Studi Komunikasi Kesehatan Unpad, 2023)

Terakhir adalah pertanyaan untuk mempraktikkan bagaimana cara mencuci tangan yang benar dan cara memakai masker yang tepat. Rata-rata peserta belum dapat mempraktikkan cara mencuci tangan dengan langkah-langkah yang tepat, mereka hanya sekedar membasuh tangan saja. Fasilitator mengajarkan tata cara mencuci tangan sesuai dengan instruksi dari pemerintah. Pada praktik penggunaan masker, peserta diberikan masker dan diminta untuk memakai masker tersebut. Peserta memahami cara penggunaan masker

yang benar dengan menutup hidung sampai dagu dan mengencangkan bagian tulang hidung agar masker terpasang dengan rapat.



Gambar 6. Kotak Pertanyaan Praktik tentang Etika Batuk dan Bersin
(Sumber: Pusat Studi Komunikasi Kesehatan Unpad, 2023)

Setelah selesai bermain ular tangga, para peserta kembali ke kelas untuk pengisian post-test. Tim PKM juga memberikan apresiasi kepada pemenang permainan dan peserta yang paling aktif. Peserta juga diminta menceritakan pengalamannya saat bermain ular tangga.



Gambar 7. Kegiatan Permainan Ular Tangga Bersama Mahasiswa
(Sumber: Dokumentasi pribadi, 2023)

Pemanfaatan permainan ular tangga sebagai media pembelajaran kesehatan memiliki keunggulan karena dapat membuat pembelajaran menjadi lebih menarik dan relevan bagi siswa (Kostenius et al., 2018). Guru dapat memandu siswa melalui papan permainan ular tangga, menjelaskan konsep-konsep kesehatan, dan memberikan contoh praktik yang sesuai (Wang et al., 2023).

Berdasarkan nilai pretest dan post test peserta menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan siswa setelah intervensi pembelajaran menggunakan permainan ular tangga. Rata-rata (*mean*) skor pretest adalah 8.09, sedangkan rata-rata skor post-test adalah 8.42. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada pengetahuan sampel. Hal ini konsisten dengan temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan efektivitas permainan sebagai media pembelajaran (Sari et al., 2020).

Varians skor pretest adalah 1.090, sedangkan varians skor post-test adalah 0.757. Varians yang lebih rendah pada post-test menunjukkan bahwa skor siswa lebih terkonsentrasi di sekitar rata-rata setelah intervensi pembelajaran. Jumlah observasi pada kedua pretest dan post-test adalah 21, menunjukkan konsistensi dalam jumlah sampel antara kedua tes. Hal ini disajikan dalam tabel berikut.

	Pretest	Pos test
Mean	8.095238	8.428571
Variance	1.090476	0.757143
Observations	21	21
Pearson Correlation	0.833261	
Hypothesized Mean Difference	0	
Df	20	
t Stat	-2.64575	
P(T<=t) one-tail	0.007755	
t Critical one-tail	1.724718	
P(T<=t) two-tail	0.015509	
t Critical two-tail	2.085963	

Tabel 2. t-Test: Paired Two Sample for Means

(Sumber: Hasil analisis, 2023)

Selisih nilai tertinggi ada pada pertanyaan no.1 mengenai cara bakteri berpindah tempat, “Benarkah bakteri dan virus bisa berpindah dari tangan atau benda-benda yang kamu pegang?”. Dari hanya 17 sampel menjawab benar, menjadi 20 sampel menjawab benar. Hal ini terjadi juga pada pertanyaan no.4 yang menjadi pertanyaan dengan akumulasi nilai paling kecil. Pada pertanyaan “*Handsanitizer* dapat menggantikan air dan sabun untuk membersihkan tangan!” sebagian besar peserta menjawab salah, hanya ada satu

sampel yang menjawab benar pada pretest dan 3 sampel yang menjawab benar pada post test. Dapat disimpulkan bahwa tidak semua sampel memahami kegunaan dari *handsanitizer*.

Pada beberapa pertanyaan, sampel konsisten menjawab dengan benar, seperti pada pertanyaan no 3, no. 6, no. 7 dan no. 10. Secara keseluruhan semua sampel memahami bahwa cuci tangan dilakukan sebelum dan sesudah makan serta setelah dari kamar mandi, seluruh peserta menjawab benar pada *pre-test* dan *post test*. Sampel juga memahami bahwa penggunaan masker saat sakit, akan menurunkan risiko orang lain tertular penyakit, pertanyaan no. 6 ini dijawab benar oleh seluruh sampel. Sesuai dengan yang ada di ular tangga, sampel juga memahami cara memakai masker yang benar, terbukti pada pertanyaan no. 7 terkait penggunaan masker yang benar, semua sampel menjawab benar. Sampel juga memahami konsep menjaga kebersihan pada makanan agar tetap sehat, pertanyaan kuesioner no. 10 ini dijawab benar oleh semua peserta.

Selain itu, hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan koefisien korelasi antara skor pretest dan post-test sebesar 0.83. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara skor pretest dan post-test, menunjukkan bahwa siswa dengan skor tinggi pada pretest cenderung memiliki skor tinggi juga pada post-test. Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi pembelajaran menggunakan permainan ular tangga telah berhasil meningkatkan pengetahuan siswa tentang kebiasaan hidup sehat.



Gambar 8. Foto Bersama Peserta Kegiatan Permainan Ular Tangga

(Sumber: Dokumentasi pribadi, 2023)

Meski terbukti dapat meningkatkan pengetahuan siswa tentang kebiasaan hidup sehat, papan permainan ular tangga kebiasaan baik ini juga memiliki kekurangan yang harus diperbaiki jika ingin digunakan kembali menjadi media sosialisasi kesehatan. Pertanyaan berulang menjadi kendala utama dalam pelaksanaan PKM dengan media papan permainan ular tangga. Hal ini dikarenakan selalu ada kemungkinan pemain berhenti di kotak yang sama atau terdapat kotak yang tidak disinggahi oleh pemain. Kondisi ini menyebabkan materi sosialisasi tidak tersampaikan seluruhnya. Berbeda dengan kegiatan sosialisasi melalui metode ceramah, yang materinya disampaikan secara berurutan, metode pembelajaran berbasis permainan ular tangga tidak disampaikan dengan susunan yang runtut. Materi yang disampaikan disesuaikan dengan kotak yang ditempati peserta.

Diperlukan perbaikan pada rancangan papan permainan ular tangga kebiasaan baik, untuk mengatasi kendala yang terjadi pada saat bermain. Tim PKM perlu memastikan kembali sistem permainan, agar kegiatan ini tidak hanya menyenangkan tapi juga membantu peserta memahami materi sosialisasi secara utuh sesuai dengan tujuan kegiatan PKM.

SIMPULAN

Permainan ular tangga dapat digunakan sebagai media alternatif untuk pembelajaran maupun sosialisasi kesehatan pada kelompok usia anak-anak. Hal ini berdasarkan hasil kegiatan PKM yang dilakukan tim Pusat Studi Komunikasi Kesehatan dan Mahasiswa Universitas Padjadjaran yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan kebiasaan hidup sehat pada siswa SDN Jatinangor.

Metode pembelajaran berbasis permainan ular tangga dapat terus digunakan dalam kegiatan sosialisasi, dengan berbagai modifikasi dan inovasi. Seperti ular tangga berbasis aplikasi pada komputer. Perlu diperhatikan oleh perancang permainan adalah penggunaan gambar dan warna yang menarik

untuk merangsang minat peserta bermain ular tangga.

Kendala yang terjadi dalam kegiatan sosialisasi kebiasaan baik yaitu pertanyaan yang ditanyakan berulang pada peserta permainan ular tangga. Hal ini terjadi karena pertanyaan yang menjadi materi sosialisasi dicetak dalam papan permainan. Kendala ini dapat diantisipasi dengan tidak mencetak pertanyaan atau materi pada papan permainan ular tangga, dan membuat beberapa alternatif pertanyaan yang diberikan pada fasilitator permainan.

Dengan meningkatnya pengetahuan siswa mengenai kebiasaan hidup sehat, diharapkan para siswa dapat senantiasa mempraktikkan etika batuk/bersin, mencuci tangan, menggunakan masker saat sakit, pola makan dan istirahat cukup pada kehidupannya sehari-hari. Dan menjadikan kebiasaan ini sebagai gaya hidupnya di masa mendatang untuk generasi Indonesia Emas 2045.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pengabdian Kepada Masyarakat mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam kegiatan Pemanfaatan Permainan Ular Tangga sebagai Media Pembelajaran Kebiasaan Hidup Sehat Pasca Pandemi di SDN Jatinangor, Kabupaten Sumedang. Diantaranya adalah Kepala sekolah, Para guru dan para siswa SDN Jatinangor Kabupaten Sumedang dan para mahasiswa program Olahraga Kesenian dan Kreativitas Kelompok 043 Universitas Padjadjaran yang telah bersedia menjadi fasilitator dalam kegiatan sosialisasi ini.

DAFTAR PUSTAKA

Dewi, R., Dida, S., Lusiana, E., & Yuliani, R. (2024). Sosialisasi Cuci Tangan Melalui Buku Saku “Sehat Ceria Setelah Pandemi” Di Taman Bacaan Masyarakat Jatinangor. *Midang*, 2(1), 9. <https://doi.org/10.24198/midang.v2i1.52307>

Dida, S. (2023). *A Comparative Study of*

Health Protocol Knowledge through Storytelling in Elementary Students. 16(3), 2114–2125.

<https://doi.org/10.2478/bjlp-2023-00000159>

Dida, S., Lusiana, E., & Dewi, R. (2022). Comic “Sehat Ceria di Masa Pandemi” as a Media for Disseminating Health Protocols to Elementary School Students in Sumedang Regency. 2020(4). <https://doi.org/10.4108/eai.19-10-2021.2316743>

Kostenius, C., Hallberg, J., & Lindqvist, A. K. (2018). Gamification of health education: Schoolchildren’s participation in the development of a serious game to promote health and learning. *Health Education*, 118(4), 354–368. <https://doi.org/10.1108/HE-10-2017-0055>

Lagu, A. M. H. R., Thaha, R. M., Syafar, M., Hadju, V., & Kurniati, Y. (2022). Using Games to Promote Healthy Behavior in Children: A Narrative Review. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(E), 1904–1910. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.8851>

Lu’lu Mutia S.Ikom, Normansyah S.Ikom, N. F. S. I. (2023). *Telaah - Gen Y & Z : Jiwa Muda, Tapi Penyakit, Tulang Lansia, dan Jompo Dini?* <https://jabar.antaraneews.com/berita/479730/telaah-gen-y-z-jiwa-muda-tapi-penyakit-an-tulang-lansia-dan-jompo-dini?page=all>

Maulidina, M., Susilaningsih, S., & Abidin, Z. (2018). Pengembangan Game Based Learning Berbasis Pendekatan Saintifik Pada Siswa Kelas Iv Sekolah Dasar. *JINOTEP (Jurnal Inovasi Dan Teknologi Pembelajaran) Kajian Dan Riset Dalam Teknologi Pembelajaran*, 4(2), 113–118. <https://doi.org/10.17977/um031v4i22018p113>

Rudella, Jennifer & Butz, Jennifer. (2018). Using Interactive Video Games to Enhance Physical Activity Among Children. 10.1007/978-3-319-76006-3_6.

- Sari, E. P., Roslinda, R., & Nurlatifah, E. (2020). Pemanfaatan Permainan Ular Tangga dalam Meningkatkan Pemahaman Siswa tentang Kesehatan Lingkungan di SDN X. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 4(2), 150-160.
- Sumarsono, A., Anisah, A., & Iswahyuni, I. (2019). Media interaktif sebagai optimalisasi pemahaman materi permainan bola tangan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15(1), 1–11.
<https://doi.org/10.21831/jpji.v15i1.24051>
- Wang, C., Horby, P. W., Hayden, F. G., & Gao, G. F. (2019). A novel coronavirus outbreak of global health concern. *The Lancet*, 395(10223), 470-473. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(2\)30185-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(2)30185-9)
- Wang, Z., Gao, T., Li, G., Dong, G., Zhan, Y., Wang, B., & Sun, X. (2023). Effects of health education during public health emergencies on the health literacy, emotion and coping style of Chinese junior middle school students: a randomized controlled trial. *BMC Public Health*, 23(1), 1–11.
<https://doi.org/10.1186/s12889-023-17108-2>