

PENGARUH BERMAIN ULAR TANGGA TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA ANAK USIA SEKOLAH SDN 01 PEKUNCEN WIRADESA

Aida Rusmariana

Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Fissilmi Kaffah

Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

fissilmikaffah786@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menjadi salah satu upaya preventif dan promotif untuk meningkatkan kesehatan masyarakat Indonesia. Di Indonesia ada 5 tatanan PHBS, Dari 5 tatanan tersebut, PHBS di Sekolah menjadi salah satu tatanan yang tidak kalah penting. Pemberian informasi tentang PHBS di lingkungan sekolah dilakukan guna meningkatkan pengetahuan siswa terkait PHBS. Media yang digunakan untuk pemberian informasi kepada anak sekolah salah satunya adalah dengan media permainan ular tangga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh bermain ular tangga terhadap pengetahuan tentang PHBS pada anak usia sekolah.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *Quasi Experimental*, dengan metode *One group pre test-post test desain*. Sampel penelitian ini adalah 30 siswa kelas 4, 5, dan 6 di SDN 01 Pekuncen Kecamatan Wiradesa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive random sampling*. Pengetahuan responden diukur menggunakan kuesioner pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada anak Usia Sekolah. Analisis data menggunakan *Paired sampel t-test*.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai pre-test siswa didapatkan rata-rata 78,17, dan didapatkan nilai post-test siswa rata-ratanya adalah 86,33. Setelah dilakukan uji menggunakan *Paired sampel t-test* didapatkan hasil nilai p value yaitu 0,001 ($<0,005$), maka terdapat pengaruh bermain ular tangga terhadap pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia sekolah SDN 01 Pekuncen Kecamatan Wiradesa.

Simpulan : Ada pengaruh bermain ular tangga terhadap pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada anak usia sekolah SDN 01 Pekuncen Kecamatan Wiradesa. Disarankan kepada tenaga pendidik dan tenaga kesehatan agar dapat menggunakan permainan ular tangga sebagai salah satu media pemberian informasi kesehatan tentang PHBS kepada anak usia sekolah.

Kata Kunci : PHBS, Ular tangga, Pengetahuan, Anak usia sekolah.

PENDAHULUAN

Indonesia mempunyai sejumlah strategi dalam upaya meningkatkan kesehatan. Strategi tersebut lebih terfokus dan menitikberatkan pada upaya preventif dan promotif daripada upaya kuratif, rehabilitatif (Ditjen Kesmas, 2023). Upaya preventif dan promotif yang dilakukan kepada anak usia sekolah adalah tentang masalah tumbuh kembang, masalah perilaku, gangguan belajar, dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS adalah upaya pencegahan dan promosi yang telah dilaksanakan oleh pemerintah Indonesia. Di Indonesia ada 5 tatanan PHBS diantaranya adalah PHBS di Rumah tangga, PHBS di Sekolah, PHBS di Tempat kerja, PHBS di Sarana kesehatan, dan PHBS di Tempat umum.

Dari 5 tatanan tersebut, PHBS di Sekolah menjadi salah satu tatanan yang tidak kalah penting. Sekolah yang sehat dengan anggota komunitas tingkat sekolah yang berperilaku Hidup Bersih dan Sehat dapat mencegah sekolah menjadi titik penularan atau sumber berbagai penyakit. PHBS di lingkungan sekolah meliputi 8 indikator yaitu : Cuci tangan pakai sabun dengan air bersih, Buang sampah di tempat sampah, Mengonsumsi makan dan minuman sehat, Menggunakan jamban sehat, Tidak merokok di sekolah, Mengikuti kegiatan olahraga secara rutin, Periksa kesehatan secara berkala, dan Memberantas jentik nyamuk (Kemenkes, 2011).

Pendidikan PHBS di lingkungan sekolah perlu dilakukan guna meningkatkan pengetahuan siswa terkait PHBS. Kurangnya pengetahuan PHBS pada siswa sekolah dasar dapat menimbulkan berbagai permasalahan. Diantara permasalahannya adalah apabila di sekolah siswa tidak mengetahui cara mencuci tangan dengan air mengalir pakai sabun, cara masih mengonsumsi jajanan sembarangan, maka siswa akan rentan terkena masalah pencernaan, seperti penyakit diare, kecacingan, dan penyakit kulit (World Health Organization, 2024). Apabila para siswa tidak mengetahui cara menggosok gigi dengan benar dan teratur maka siswa akan rentan terkena masalah gigi, salah satunya adalah karies gigi (Kemenkes, 2022). Kemudian apabila siswa masih membuang sampah sembarangan, tidak memelihara kebersihan rambut dan membiarkan genangan air, maka akan mengganggu suasana belajar tidak mendukung, serta menimbulkan permasalahan yang dapat menurunkan prestasi dan semangat belajar siswa.

Menurut (Kemenkes, 2016) menerapkan PHBS dapat mencegah penyakit menular maupun penyakit tidak menular. Salah satu yang sangat penting untuk keberhasilan perilaku setiap individu adalah pengetahuan. Perilaku yang baik dengan didasarkan ilmu pengetahuan diharapkan lebih konsisten daripada perilaku yang tidak dilatar belakangi oleh pengetahuan, pengetahuan yang benar berpengaruh terhadap peningkatan kesehatan anak SD, karena pengetahuan menjadi latar belakang terbentuknya sikap serta perilaku, sehingga perlu dilaksanakan pendidikan kesehatan salah satunya berupa bermain untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang PHBS sebagai tindakan pencegahan pada anak SD. Menurut (Suparmi, 2018) ada beberapa faktor yang memengaruhi keberhasilan bermain salah satu faktornya adalah media yang digunakan. Media pada hakikatnya adalah alat yang digunakan untuk menjelaskan materi atau pembelajaran demi kelancaran bermain tersebut.

Media bermain yang dapat digunakan kepada anak sekolah salah satunya adalah permainan ular tangga. Ular tangga merupakan permainan tradisional yang dimainkan oleh dua orang atau lebih. Bentuk *game* ini papan kotak-kotak kecil dan juga sebagian tangga atau ular yang terhubung dengan kotak-kotak lainnya. Metode bermain ular tangga tersebut dapat diubah dan menciptakan permainan yang memiliki potensi untuk meningkatkan pengetahuan siswa. Permainan ini dapat membantu siswa belajar tentang PHBS. Seperti penelitian yang sudah dilakukan oleh Malik 2021 yang menggunakan permainan ular tangga sebagai media untuk mengedukasi anak sekolah tentang PHBS, dan didapatkan hasil dari penelitian tersebut adalah permainan ular tangga terbukti dapat memberikan efek positif bagi siswa, karena anak bisa ikut berpartisipasi langsung, sehingga materi yang disampaikan akan lebih mudah dimengerti dan dipahami karena menerapkan konsep belajar sambil bermain (Malik et al., 2021) .

Bermain ular tangga ini cocok dilakukan pada anak sekolah kelas 4-6 , Menurut (Ratnaningsih et al., 2017) pada anak sekolah dengan kelas tingkat atas di umur ini gagasan dan pemikiran anak mulai meningkat atau menjadi lebih logis. anak dapat mengidentifikasi bentuk, pola dan dapat memecahkan masalah sesuai dengan lingkungan mereka. Kemampuan berpikir anak sudah logis, dan mampu menganalisis suatu situasi secara mendalam untuk memecahkan permasalahan. Pada kelompok usia ini, anak mulai memanfaatkan energi fisik dan emosional mereka sebagai sarana untuk mengumpulkan pengetahuan dan pengalaman melalui kegiatan sosial yang melibatkan aktivitas fisik.

Berdasarkan data Report Diare Kabupaten Pekalongan, jumlah penderita diare terbanyak di Kabupaten Pekalongan berada di wilayah kerja Puskesmas Wiradesa yaitu sebanyak 457, dan menurut data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Pekalongan, jumlah anak dengan karies gigi yang terbanyak juga di wilayah kerja Puskesmas Wiradesa yaitu sebanyak 3.374. Kemudian berdasarkan data dari Puskesmas Wiradesa bahwa kasus diare terbanyak adalah di wilayah Pekuncen yaitu sebanyak 57, dan menurut data dari Puskesmas Wiradesa, jumlah kasus karies di sekolah se Kecamatan Wiradesa yang terbanyak adalah di SDN 01 Pekuncen yaitu sebanyak 270 siswa (Dinkes Kabupaten Pekalongan, 2023).

Peneliti melakukan studi pendahuluan di SDN 01 Pekuncen pada tanggal 25 November 2024 melalui observasi bahwa sudah terdapat tempat sampah di depan kelas, tetapi belum dibedakan jenis sampahnya, sudah terdapat tempat cuci tangan tetapi hanya ada satu di dekat kantin, sudah terdapat kantin sehat, tetapi jajanan yang di jual di kantin tersebut belum mencerminkan jajanan sehat karena masih menjual seperti pop mie, gorengan, serta makanan dan minuman instan lainnya. Kemudian setelah dilakukan wawancara secara langsung kepada para siswa kelas 4, 5, 6 yang ditemui terkait 15 indikator PHBS, didapatkan informasi 10 dari 15 siswa belum mengetahui cara mencuci tangan 6 langkah, belum mengetahui waktu-waktu yang tepat untuk cuci tangan. 12 dari 15 siswa belum mengetahui lebih lanjut terkait bagaimana cara memberantas jentik nyamuk dan memilah sampah sesuai jenisnya. 13 dari 15 siswa masih mempunyai kuku yang panjang dan tidak bersih. Sehingga perlu diberikan terapi bermain untuk meningkatkan pengetahuan mereka tentang PHBS pada anak SDN 01 Pekuncen

Kecamatan Wiradesa, oleh karena itu peneliti memilih SD tersebut sebagai tempat dilakukannya penelitian.

METODE

Desain penelitian adalah desain yang dirancang sedemikian rupa sehingga dapat mengarahkan penelitian untuk memperoleh jawaban atas pertanyaan penelitian (Sucipto, 2020). Penelitian yang dilakukan ini berjudul pengaruh bermain ular tangga terhadap pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia sekolah SDN 01 Pekuncen Kecamatan Wiradesa. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *Quasi Experimental*, dengan metode *One group pre test-post test desain*. Populasi pada penelitian yang dilakukan ini adalah anak usia sekolah kelas 4-6 di SDN 01 Pekuncen Kecamatan Wiradesa. Populasi pada penelitian yang dilakukan ini berjumlah 211 siswa, yang diperoleh berdasarkan data murid semester ganjil tahun 2024/2025. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling yaitu *Purposive random sampling* karena ditentukan menggunakan strata tingkatan kelas. Sampel pada penelitian ini dilakukan skrining dengan mempertimbangkan beberapa kriteria responden, yaitu kriteria inklusi anak Kelas 4, 5, 6 yang masih aktif di SD 01 Pekuncen Kecamatan Wiradesa, mengikuti kegiatan penelitian dari awal sampai akhir, dan kriteria eksklusi anak tidak berada di tempat selama penelitian berlangsung, anak tidak kooperatif. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 10 Mei 2025. Analisis data yang digunakan menggunakan *Paired sampel t-test*.

HASIL

Penelitian ini dilaksanakan kepada 30 responden kelas 4, 5, dan 6 di SD Negeri 01 Pekuncen Kecamatan Wiradesa dengan hasil sebagai berikut:

1. Gambaran tingkat pengetahuan sebelum diberikan permainan ular tangga

Tabel 5. 1
Gambaran tingkat pengetahuan PHBS
sebelum dilakukan bermain ular tangga

Variabel	Mean	Median	Min	Max	Std. Deviation
Tingkat pengetahuan pre-test	78,17	80,00	60	100	9,331

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan pengetahuan sebelum diberikan bermain ular tangga adalah didapatkan hasil rata-rata yaitu 78,17, yang terpaut jauh dari nilai maksimalnya yaitu 100. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terdiri dari 8 indikator, materi 8 indikator tersebut telah dituangkan pada pertanyaan kuesioner pre-test sebanyak 20 butir pertanyaan. Setelah dilakukan analisis pada

setiap soal pengetahuan PHBS yang masih kurang dari siswa sebelum mendapat intervensi bermain ular tangga adalah pada pertanyaan nomor 3, 4, 12, 14 dan 15.

Hasil pengetahuan awal yang termasuk kurang ini diperkuat oleh pendapat (Notoatmodjo, 2005) yang menyatakan bahwa terdapat faktor yang mempengaruhi pengetahuan, yaitu informasi, tingkat pendidikan, budaya, pengalaman, dan sosial ekonomi. Suatu proses belajar tidak akan mendapatkan hasil yang maksimal jika tidak didukung dengan kemampuan serta kemauan dalam belajar dan didukung dengan teknologi dalam proses belajar.

Pertanyaan 3 dan 4 yaitu mengenai pengertian sampah dan alasan tidak boleh membuang sampah sembarangan, sebanyak 14 anak menjawab salah pada pertanyaan nomor 3, dan 10 anak menjawab salah pada pertanyaan nomor 4. hasil pengetahuan yang kurang ini diperkuat dari pengalaman responden sebelumnya yaitu belum pernah mendapatkan informasi lebih lanjut terkait materi sampah, siswa sering mendapatkan informasi bahwa sampah harus dibuang pada tempatnya, tetapi siswa tidak diberikan tambahan informasi tentang pengertian sampah dan dampak buruknya membuang sampah sembarangan, sehingga pengetahuan siswa lebih rendah pada pertanyaan 3 dan 4, hal ini sejalan dengan pendapat dari (Notoatmodjo, 2005) yang menyatakan bahwa terdapat faktor yang mempengaruhi pengetahuan, yaitu informasi yang didapatkan.

Pertanyaan 12 mengenai kandungan zat-zat berbahaya pada rokok bagi kesehatan, sebanyak 23 anak menjawab salah pada pertanyaan 12, hasil pengetahuan yang kurang ini diperkuat karena responden masih minim terpapar informasi terkait zat-zat berbahaya pada rokok, mengingat responden masih berusia anak sekolah, sehingga jarang menjadi prioritas sasaran informasi terkait zat-zat berbahaya pada rokok.

Pertanyaan 14 mengenai berapa kali mandi yang ideal dalam sehari, sebanyak 10 anak menjawab salah pada pertanyaan nomor 14, hasil pengetahuan yang kurang ini diperkuat karena kebiasaan kebersihan diri siswa di rumah berbeda-beda, siswa yang melakukan aktifitas fisik lebih banyak dari siswa lainnya maka perilaku mandinya akan lebih banyak dari siswa biasanya yang melakukan aktifitas fisik secukupnya, seperti pendapat dari (Notoatmodjo, 2005) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah budaya.

Pertanyaan 15 tentang memberantas jentik jentik nyamuk di sekolah, sebanyak 20 anak menjawab salah pada pertanyaan nomor 15. pengetahuan yang kurang pada pertanyaan nomor 15 ini diperkuat berdasarkan pengalaman responden sebelumnya, yaitu belum pernah mendapatkan informasi mengenai pentingnya memberantas jentik jentik nyamuk, selain itu kurangnya penyediaan media informasi kesehatan di sekolah seperti booklet, leaflet, dan poster yang berisi tentang PHBS sehingga menyebabkan pengetahuan responden rendah pada hasil pre-test.

Selain pengetahuan yang relatif kurang pada pertanyaan nomor 3, 4, 12, 14 dan 15, peneliti juga menganalisis dan menemukan bahwa terdapat beberapa soal

yang lebih dari separo responden sudah dapat menjawab soal dengan benar, yaitu pertanyaan nomor 1, 2, 16, 17, dan nomor 19.

Pertanyaan nomor 1,2, dan 16 adalah pertanyaan terkait cuci tangan pakai sabun dan air mengalir, sebanyak 30 anak menjawab benar pada pertanyaan nomor 1 dan 2, serta 29 anak menjawab benar pada pertanyaan nomor 16. Lebih dari separo responden menjawab pertanyaan ini dengan benar karena diperkuat dari pengalaman responden yang sudah sering mendapat materi tentang cuci tangan pakai sabun dan air mengalir, diperkuat juga dari kebiasaan sehari-hari responden bahwa pengakuan dari pihak sekolah juga mengharuskan untuk cuci tangan sebelum dan sesudah makan, sehingga mayoritas responden sudah memahami jawaban dari soal 1, 2, dan 16.

Pertanyaan 17 adalah pertanyaan mengenai mengonsumsi makanan dan minuman sehat, dan pertanyaan 19 terkait menyikat gigi dengan benar, sebanyak 30 anak menjawab benar pada pertanyaan 17 dan 19. Hal ini diperkuat dari banyaknya informasi yang sudah didapatkan responden terkait materi mengonsumsi makanan dan minuman sehat dan juga terkait pentingnya menyikat gigi dengan benar, mengingat responden adalah anak usia sekolah sehingga menjadi prioritas dari pemberian edukasi tentang mengonsumsi makanan dan minuman sehat dan tentang menyikat gigi dengan benar.

Responden sudah cukup menguasai di beberapa item pertanyaan seperti soal nomor 1, 2, 16, 17 dan 19, tetapi pada pertanyaan lain lebih dari separo responden masih menjawab salah, untuk itu perlu diberikan informasi terkait kesehatan tentang PHBS di sekolah dengan menggunakan media yang dapat membantu informasi tersebut dapat tersampaikan dengan baik.

2. Gambaran tingkat pengetahuan setelah diberikan permainan ular tangga

Tabel 5. 2
Gambaran tingkat pengetahuan PHBS
setelah dilakukan bermain ular tangga

Variabel	Mean	Median	Min	Max	Std. Deviation
Tingkat pengetahuan post-test	86,33	90,00	65	100	9,279

Berdasarkan hasil penelitian setelah dilakukan bermain ular tangga mengenai PHBS di sekolah, responden mengalami peningkatan pengetahuan yang baik setelah diberikan perlakuan yaitu bermain ular tangga PHBS. Hal ini dapat dilihat dari perbedaan hasil pre-test dan post-test responden yang mengalami peningkatan pada hasil post-test. Terutama terkait indikator pertanyaan nomor 3, 4, 12, 14 dan 15.

Pada pertanyaan nomor 3 pada saat pre-test terdapat 16 responden menjawab benar, kemudian pada saat post-test bertambah menjadi 18 responden menjawab benar. Pada pertanyaan nomor 4 pada saat pre-test terdapat 20 anak menjawab benar, pada saat post-test bertambah menjadi 24 responden menjawab benar. Pada pertanyaan 12 pada saat pre-test terdapat 7 anak menjawab benar dan pada saat post-test bertambah menjadi 10 anak menjawab benar. Pada pertanyaan 14 pada saat pre-test terdapat 20 anak menjawab benar dan pada saat post-test bertambah menjadi 24 anak menjawab benar. Pada pertanyaan 15 pada saat pre-test terdapat 10 anak menjawab benar, dan pada saat post-test bertambah menjadi 13 anak menjawab benar.

Peningkatan pengetahuan ini dapat terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh dari mata dan telinga. Peningkatan pengetahuan juga diakibatkan oleh keterlibatan banyak unsur yang antara lain yaitu materi, manusia, fasilitas, dan perlengkapan yang dapat mempengaruhi atau meningkatkan proses dan hasil dalam belajar. Hal ini sejalan dengan pendapat (Notoatmodjo, 2005) bahwa perubahan pengetahuan pada seseorang dapat terjadi akibat dari proses belajar, sehingga memberikan dampak pada perilaku seseorang tersebut.

Dengan didukung oleh informasi kesehatan berupa materi PHBS dalam bentuk permainan ular tangga yang dilakukan yaitu berisi tentang materi-materi 8 indikator PHBS di sekolah diberikan dengan ringkas, jelas dan tepat. Sehingga hal ini dapat membantu meningkatkan pengetahuan responden setelah dilakukan pemberian materi.

Para edukator yang telah mendapat pengalaman dan juga ilmu tentang kesehatan PHBS ini dapat memberikan informasi serta metode yang tepat pada responden. Oleh karena itu penelitian yang dilakukan ini dapat berjalan dengan baik dan terarah sehingga responden dapat fokus dan terarah dalam proses pemberian penyuluhan kesehatan tentang PHBS di sekolah.

Metode yang tepat yaitu menggunakan metode bermain untuk anak usia sekolah dalam waktu yang tidak terlalu lama, hal ini dapat membantu dalam pemberian informasi tersampaikan pada responden dengan baik. Metode bermain ular tangga dengan bantuan media kertas plano sebagai media penyampaian, sehingga responden dapat menerima informasi dengan mudah.

3. Pengaruh bermain ular tangga terhadap pengetahuan tentang PHBS.

Tabel 5. 3
Pengaruh bermain ular tangga terhadap pengetahuan tentang
Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia sekolah
SDN 01 Pekuncen Kecamatan Wiradesa

Variabel	Periode		P value	Keterangan
	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>		
Pengetahuan PHBS	78,17	86,33	0,001	Bermakna

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan analisis menggunakan uji paired sampel t-test menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara bermain ular tangga terhadap pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia sekolah SDN 01 Pekuncen Kecamatan Wiradesa ($p=0,001$). Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata pengetahuan PHBS post-test yaitu 86,33, lebih tinggi dari rata-rata sebelum dilakukan bermain ular tangga yaitu 78,17. Hal ini menunjukkan bahwa bermain ular tangga dapat meningkatkan pengetahuan siswa tentang PHBS.

Menurut (Suparmi, 2018) ada beberapa faktor yang memengaruhi keberhasilan bermain salah satu faktornya adalah media yang digunakan. Media pada hakikatnya adalah alat yang digunakan untuk menjelaskan materi atau pembelajaran demi kelancaran bermain tersebut. Apalagi diinovasikan menggunakan ular tangga sehingga informasi dapat tersampaikan dengan baik. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Malik et al., 2021) yang menggunakan permainan ular tangga sebagai media untuk mengedukasi anak sekolah tentang PHBS, dan didapatkan hasil dari penelitian tersebut adalah permainan ular tangga terbukti dapat memberikan efek positif bagi siswa, karena anak bisa ikut berpartisipasi langsung, sehingga materi yang disampaikan akan lebih mudah dimengerti dan dipahami karena menerapkan konsep belajar sambil bermain.

Indikator pengetahuan PHBS yang masih kurang dari siswa sebelum mendapat intervensi bermain ular tangga adalah pada pertanyaan nomor 12 dan 15. Pertanyaan nomor 12 mengenai kandungan zat-zat berbahaya pada rokok bagi kesehatan, pertanyaan 15 tentang memberantas jentik jentik nyamuk di sekolah, selanjutnya setelah bermain ular tangga siswa tidak mengalami kesulitan dalam menjawab pertanyaan tersebut.

Setelah siswa diberikan pengertian, pemahaman, dan kemampuan tentang PHBS sehingga siswa dapat memelihara dan meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat, maka pendidikan kesehatan penting dilaksanakan di sekolah-sekolah.

Pengetahuan yang didapatkan melalui kegiatan pemberian informasi menggunakan metode bermain ular tangga, maka siswa dapat menyebarluaskan kepada keluarga dan lingkungan sosialnya. Salah satu yang sangat penting untuk keberhasilan perilaku setiap individu adalah pengetahuan. Perilaku yang baik dengan didasarkan ilmu pengetahuan diharapkan lebih konsisten daripada perilaku yang tidak dilatar belakangi oleh pengetahuan, pengetahuan yang benar berpengaruh terhadap peningkatan kesehatan anak SD, karena pengetahuan menjadi latar belakang terbentuknya sikap serta perilaku, sehingga perlu dilaksanakan pendidikan kesehatan salah satunya berupa bermain untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang PHBS sebagai tindakan pencegahan pada anak SD.

Berdasarkan uraian di atas bahwa dapat dinyatakan bahwa bermain ular tangga dapat meningkatkan pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia sekolah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hal-hal yang telah penulis uraikan pada bab terdahulu maka pada bagian ini dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Pengetahuan PHBS siswa SDN 01 Pekuncen sebelum dilakukan bermain ular tangga PHBS yaitu rata-rata 78,17 dengan standar deviasi 9,331, nilai minimum 60 dan nilai maksimum 100.
2. Pengetahuan PHBS siswa SDN 01 Pekuncen setelah dilakukan bermain ular tangga PHBS yaitu rata-rata 86,33 dengan standar deviasi 9,279, nilai minimum 65 dan nilai maksimum 100.
3. Hasil analisis uji statistik menunjukkan bahwa nilai p (p value) untuk pengetahuan sebelum dilakukan bermain ular tangga dengan pengetahuan setelah dilakukan bermain ular tangga adalah sebesar 0,001 artinya ($<0,005$), maka terdapat pengaruh yang signifikan antara bermain ular tangga terhadap tingkat pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia sekolah SDN 01 Pekuncen Kecamatan Wiradesa.

REFERENSI

Aulia zulkifli, R., Meutia Zahara, & Riza Septiani. (2024). Factors Related To The Level Of Knowledge On Clean Living Behaviorand Healthy (Phbs) In Banda Aceh Primary Students. *Jurnal Kesmas Dan Gizi (Jkg)*, 6(2), 303–310. <https://doi.org/10.35451/jkg.v6i2.2094>

Dewi, R. C. (2015). *Teori dan Konsep Tumbuh kembang*. Nuha Medika. Yogyakarta

Dinkes Kabupaten Pekalongan. (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Pekalongan Tahun 2023*. Dinkes Kabupaten Pekalongan.

Ditjen Kesmas. (2023). *Strategi Kesehatan Masyarakat*. Kemenkes Ditjen Kesmas.

<https://kesmas.kemkes.go.id/konten/148/0/strategi#>

- Fadhila, N. A., & Rangkuti, A. F. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Phbs Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan. *Jurnal Kesehatan Dan Pengelolaan Lingkungan*, 2(2), 123–129. <https://doi.org/10.12928/jkpl.v2i2.6339>
- Henny, S. (2021). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Ahlimedia Press. Malang
- Indriastuti, D. R. (2021). *Buku Saku Membangun Kepedulian Masyarakat Untuk Berperilaku Pola Hidup Bersih Sehat*. UNISRI Press. Surakarta
- Kemenkes. (2011). *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Kementrian Kesehatan RI.
- Kemenkes. (2019). *Pentingnya Cek Kesehatan Gigi Berkala*. Kemenkes. <https://ayosehat.kemkes.go.id/pentingnya-cek-kesehatan-gigi-berkala>
- Kemenkes. (2022a). *3 Penyebab Banjir yang Banyak Diabaikan Masyarakat*. Kemenkes. <https://pusatkrisis.kemkes.go.id/3-penyebab-banjir-yang-banyak-diabaikan-masyarakat>
- Kemenkes. (2022b). *Pengaruh Cacingan pada Kesehatan Anak*. Kemenkes. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1554/pengaruh-cacingan-pada-kesehatan-anak
- Kemenkes. (2022c). *Sehat dengan bangun pagi*. Kemenkes.
- Kemenkes. (2022d). *Tahukah Kamu, Berapa Idealnya Jumlah Air Putih yang Kita Minum Perhari?* Kemenkes. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/579/tahukah-kamu-berapa-idealnya-jumlah-air-putih-yang-kita-minum-perhari
- Kemenkes. (2023a). *Dampak Buruk Rokok Bagi Perokok Aktif dan Pasif*. Kemenkes. <https://ayosehat.kemkes.go.id/dampak-buruk-rokok-bagi-perokok-aktif-dan-pasif>
- Kemenkes. (2023b). *Demam Berdarah Dengue*. Kemenkes. <https://ayosehat.kemkes.go.id/topik/demam-berdarah-dengue>
- Kemenkes. (2023c). *Ini Segudang Manfaat Berolahraga*. Kemenkes. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2295/ini-segudang-manfaat-berolahraga
- Kemenkes. (2023d). *Pentingnya Cuci Tangan: Manfaat, Langkah, dan Momen yang Tepat*. Kemenkes. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2425/pentingnya-cuci-tangan-

manfaat-langkah-dan-momen-yang-tepat

- Kemenkes. (2023e). *Penyakit Gigi & Mulut*. Kemenkes.
<https://p2ptm.kemkes.go.id/informasi-p2ptm/penyakit-gigi-mulut#>
- Kemenkes. (2023f). *Yuk Pilah Sampahmu!* Kemenkes.
https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2830/yuk-pilah-sampahmu
- Kemenkes. (2024a). *Agar Nyamuk Tidak Betah*. Kemenkes.
<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/blog/20240605/3345673/agar-nyamuk-tidak-betah/>
- Kemenkes. (2024b). *Istirahat yang Cukup*. Kemenkes.
<https://p2ptm.kemkes.go.id/informasi-p2ptm/istirahat-yang-cukup>
- Kemenkes. (2024c). *Pola makan yang sehat*. Kemenkes.
https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/3467/pola-makan-yang-sehat
- Kemenkes. (2024d). *sikatlah gigi dua kali sehari*. Kemenkes.
<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/blog/20240506/3545442/sikatlah-gigi-dua-kali-sehari/>
- Kemenkes. (2024e). *Tips tampil keren dengan hidup bersih*. Kemenkes.
<https://ayosehat.kemkes.go.id/list-perangkat-ajar/tips-tampil-keren-dengan-hidup-bersih#:~:text=Infografis ini mendukung materi Kemenkes,aktivitas pola perilaku hidup sehat>
- Kemenkes. (2016). *PHBS*. Kemenkes. <https://ayosehat.kemkes.go.id/phbs>
- Kemenkes. (2022). *Apa itu karies gigi?* Kemenkes Ditjen Kesmas.
https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1383/apa-itu-karies-
- Kementrian Kesehatan RI. (2013). *Buku Panduan Peningkatan Higiene Sanitasi Pangan di Sekolah Melalui Permainan Ular Tangga*. Kementrian Kesehatan RI.
- Kyle, T. (2015). *Buku ajar Keperawatan Pediatri*. Buku Kedokteran EGC. Jakarta
- Lestari, T. (2015). *Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*. Nuha Medika. Yogyakarta
- Malik, A. A., Padilah, N. S., Nurparida, E., Rosmawati, A., Desiyanti, S. S., & Triyana, G. (2021). Snakes and Ladders Game as a Media for PHBS Counseling at SDN 3 Muktisari. *Kolaborasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 112–120.
<https://journal.inspira.or.id/index.php/kolaborasi/article/view/23>
- Maryunani, A. (2018). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. CV.Trans Info Media. Jakarta Timur

- Masriadi. (2021). *Metodologi Penelitian*. CV. Trans Info Media. Jakarta
- Mayassa Fitri C, Ernie Halimatushadyah, Syafrima Wahyu, Frida Oktavia Punomo, & Kartika Rahma. (2023). Pendidikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Meningkatkan Kesehatan Anak di SDN Langkob Desa Majalaya. *ABDIKAN: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains Dan Teknologi*, 2(3), 309–315. <https://doi.org/10.55123/abdikan.v2i3.1901>
- Notoatmodjo, S. (2005). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasinya*. PT RINEKA CIPTA. Jakarta
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika. Jakarta
- Proverawati, A. (2017). *Perilaku Hidup Bersih dan sehat*. Nuha Medika. Yogyakarta
- Pukhraj, K. S., Deol, R., & Kodi, S. M. (2021). Effect of Snake and Ladder Game on Knowledge, Attitude, and Expressed Practices Regarding Personal Hygiene among Primary School Children: A Randomized Controlled trial. *International Journal of Nursing Research (IJNR) International Peer Reviewed Journal Research Article*, 7(3), 81–88. <https://doi.org/10.31690/ijnr.2021.v07i03.002>
- Ratnaningsih, T., Indatul, S., & Peni, T. (2017). *Tumbuh kembang dan stimulasi*. 88–91. Yogyakarta
- Sasmitha, N. R., & Sutria, E. (2020). *Edukasi Kesehatan Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Untuk Peningkatan Pengetahuan Anak Usia Sekolah : Tinjauan Sistematis*. 3(2), 279–285. Yogyakarta
- Sucipto. (2020). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Gosyen Publishing. Jakarta
- Sugiyono. (2020a). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Alfabeta CV. Bandung
- Sugiyono. (2020b). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Penerbit Alfabeta. Bandung
- Suparmi. (2018). *Buku Saku Bayi dan Balita Sehat*. CV. Trans Info Media. Jakarta Timur
- Susilo, R. (2017). *Pendidikan Kesehatan dalam Keperawatan*. Nuha Medika. Yogyakarta
- Swarjana, K. (2022). *Konsep Pengetahuan Sikap Perilaku Persepsi Stres kecemasan Nyeri Dukungan Sosial Kepatuhan Motivasi Kepuasan Pandemi Covid-19 Akses Pelayanan Kesehatan*. Penerbit ANDI (ANGgota IKAPI).

Yogyakarta

UMIZIAH, L. D. W. I. (2016). *Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada Siswa SMP Muhammadiyah 1 Kartasura*.
<http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/42020>

World Health Organization. (2024). *Penyakit Diare*. World Health Organization.
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diarrhoeal-disease>