

ULAR TANGGA RAKSASA SEBAGAI MEDIA PEMBELAJARAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA SISWA SMPN 3 ARJASA, KABUPATEN SITUBONDO

Prilyana Fajria Imawati
Aldi Maulana
Putri Lauda Azmi
Rani Siyratu Haniyfa
Talitha Maheswari

KSM Eka Prasetya Universitas Indonesia

Alamat: Ruang KSM Eka Prasetya UI, Gedung Pusat Kegiatan Mahasiswa UI Lantai 2 Jalan Prof.

Dr. Fuad Hassan, Kampus Baru Universitas Indonesia, Depok

Alamat *e-mail*: ksmekaprasetyaui@gmail.com

Abstrak.

Kurangnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menjadi masalah tersendiri di Kabupaten Situbondo. Akibatnya, penyakit yang berkaitan dengan PHBS seperti diare menjadi kasus yang sering dijumpai sepanjang tahun 2017 di Situbondo. Penelitian dan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mengenai (PHBS) sehingga terbangun kesadaran sejak dini mengenai pentingnya menjaga Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, terutama di kalangan anak-anak dan remaja. Media pembelajaran yang digunakan berupa permainan ular tangga kesehatan raksasa. Media tersebut berbentuk papan permainan berukuran besar yang di dalamnya terdapat materi-materi mengenai PHBS, yang didesain menarik sehingga memudahkan anak-anak dan remaja dalam memahami materi pembelajaran. Sasaran penelitian terapan ini adalah siswa kelas VIII SMPN 3 Arjasa, Situbondo. Keberhasilan permainan diukur dengan pretest yang dilakukan sebelum permainan dilaksanakan, dan di akhir dilakukan post test. Metode pre test dan post test yang digunakan yaitu dengan wawancara semi terstruktur serta teknik analisis data memakai skoring. Permainan dilakukan sebanyak empat kali dalam dua minggu. Hasil yang didapat adalah kenaikan skor pengetahuan siswa setelah post test dibandingkan dengan skor yang didapat saat pre test. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan siswa mengenai PHBS. Model pembelajaran dalam pengabdian masyarakat yang dilakukan melalui penelitian terapan ini bisa menjadi solusi alternatif yang dapat dilaksanakan berbagai pihak untuk sosialisasi ataupun penyampaian materi tertentu, tidak hanya terbatas pada materi tentang PHBS maupun kesehatan saja.

Kata kunci: *efektivitas, media edukasi, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*

I. LATAR BELAKANG

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) memiliki manfaat untuk menanggulangi masalah kesehatan, menciptakan lingkungan yang sehat dan meningkatkan kualitas hidup. Penerapan PHBS bagi peserta didik khususnya sedari dini adalah memahami pentingnya (1) mencuci tangan dengan sabun sebelum makan, (2) mengkonsumsi jajanan sehat, (3) menggunakan jamban bersih dan sehat, (4) olahraga yang teratur (5) pentingnya memberantas jentik nyamuk, (6) tidak merokok, (7) membuang sampah pada tempatnya, serta (8) melakukan kerja bakti untuk menciptakan lingkungan yang sehat. Prinsip kedua, pentingnya PHBS juga berkaitan dengan gizi seimbang. Pola makan bergizi seimbang menjadi tidak berguna apabila tidak diikuti dengan prinsip dan kebiasaan hidup bersih, seperti (1) menyajikan makanan selalu dalam keadaan tertutup (2) memasak makanan dengan suhu yang tepat agar kuman mati (3) mencuci sayur dan buah hingga bersih, serta (4) menjaga makanan dan minuman agar tidak tercemar oleh logam berat. Makadariitu PHBS adalah indikator utama untuk hidup yang lebih sehat. Masyarakat yang tidak peduli akan pentingnya penerapan PHBS dapat menderita penyakit yang berakibat fatal, beberapa diantaranya yaitu penularan penyakit kusta, diare, DBD, bahkan pneumonia.

Prevalensi penyakit menular, kematian ibu dan bayi, serta tingkat penyakit-penyakit kronis yang masih tinggi di suatu daerah telah mengindikasikan kurangnya kesadaran PHBS pada masyarakatnya. Seperti yang terjadi pada masyarakat di daerah Kayumas, Situbondo, Jawa Timur. Masyarakat di daerah tersebut

belum menyadari pentingnya pendidikan kesehatan PHBS bagi peserta didik untuk penanaman nilai positif terhadap pentingnya berperilaku bersih dan sehat. Hal ini dapat dibuktikan dengan masih banyaknya masyarakat yang masih terindikasi penyakit diare dan kusta.

Penyebab belum adanya pemahaman dan pengetahuan mengenai PHBS tentu dapat diselidiki lebih lanjut dalam penelitian yang berbeda. Apakah faktor akses terhadap pendidikan kesehatan, belum efektifnya upaya-upaya yang selama ini telah dilakukan, atau ada hal lain. Kali ini, peneliti bukan akan fokus pada permasalahan semacam itu. Peneliti akan fokus pada pengujian media sosialisasi untuk menanggulangi dampak yang telah terjadi, serta sebagai modal antisipasi khususnya terkait dengan penyakit-penyakit yang diderita karena kurangnya pemahaman tentang PHBS.

Diare adalah salah satu penyakit menular yang disebabkan oleh berbagai jenis mikroba seperti bakteri, virus, dan parasit. Diare juga dapat disebabkan karena keracunan makanan, alergi, serta air minum yang terkontaminasi. Terdapat 2 jenis diare yaitu diare yang kurang dari 14 hari dan yang berlangsung lebih dari 14 hari (Amin, 2015). Selain itu, penyakit menular yang cukup tinggi di daerah Kayumas, Situbondo adalah kusta. Kusta dapat menimbulkan masalah yang sangat kompleks. Masalah yang dihadapi penderita tidak hanya masalah medis, tetapi juga masalah sosial, ekonomi, budaya, keamanan dan ketahanan nasional (Rismawati, 2013)

Kasus diare yang ditemukan di Situbondo meningkat dari data yang didapat dari tahun 2014 hingga 2017. Kasusnya

mencapai 1.319 di tahun 2017. Untuk penyakit kusta juga ditemukan 134 kasus baru (*insiden*) yang terjangkit pada laki-laki dan perempuan. Dua penyakit menular tersebut sangat berkaitan dengan pengaplikasian PHBS di lingkungan sekitar, karena bakteri, virus, dan parasit penyebab diare dan kusta dapat dicegah dengan PHBS. Dapat disimpulkan bahwa daerah Kayumas, Situbondo, Jawa Timur masih dalam zona merah pemahaman PHBS dan perlu ada program yang dapat meningkatkan pemahaman tersebut agar terhindar dari penyakit dan mewujudkan generasi muda yang berkualitas.

Dengan informasi dari perkembangan masalah serta berbagai kecenderungan permasalahan kesehatan, memicu peneliti untuk membuat program edukasi kesehatan dengan sasaran utama peserta didik. Program ini sejalan dengan Visi Kepala Daerah Situbondo terkait rencana pembangunan demi menjadikan “Masyarakat situbondo yang mandiri untuk hidup sehat” (Profil Situbondo, 2016). Untuk merealisasikan program pembelajaran PHBS, peneliti membuat metode yang menggabungkan kegiatan belajar dan bermain yang akan membuat suasana pembelajaran menjadi diminati oleh peserta didik. Pembelajaran mengenai PHBS dilakukan dengan menyenangkan melalui permainan Ular Tangga Raksasa. Inovasi ini dimaksudkan supaya mampu memberi wawasan lebih efektif mengenai pemahaman peserta didik tentang PHBS. Selain itu, permainan Ular Tangga Raksasa menjadikan waktu luang peserta didik jauh lebih bermanfaat.

II. TINJAUAN PUSTAKA

Media pembelajaran adalah perantara atau penyampai pesan yang akan disampaikan oleh pengirim kepada penerima pesan (Sadiman dalam Erwin dkk: 2017). Dalam

proses kegiatan belajar mengajar, media pembelajaran sangat penting digunakan untuk menarik minat siswa terhadap materi yang sedang diajarkan. Menurut Pratami dkk. (2017), kegiatan pembelajaran yang aktif dan menyenangkan dapat tercipta bila guru menggunakan media pembelajaran yang menarik sehingga bisa menarik minat belajar siswa dalam proses pembelajaran. Hal ini didukung dengan pendapat Hamalik dalam Arsyad (2014: 19) yang menyatakan bahwa pemakaian media pembelajaran dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan keinginan dan minat yang baru, membangkitkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar, dan membawa pengaruh-pengaruh psikologis terhadap siswa sehingga penggunaan media memiliki pengaruh dalam keberhasilan proses belajar mengajar di kelas.

Salah satu media pembelajaran yang dapat digunakan adalah melalui permainan yang edukatif. Permainan atau *game* edukasi merupakan salah satu tema permainan yang berusaha memberikan nilai edukasi di dalamnya, sehingga permainan yang awalnya hanya berfungsi sebagai media penghibur, akhirnya juga dapat digunakan sebagai media pembelajaran atau pelatihan (Kuswardayan: 2012).

Pada penelitian terdahulu, Deti Lestiyorini (2012) berhasil mengembangkan *game* edukasi “Ular Tangga” untuk mata pelajaran matematika kelas V SD berbasis aplikasi komputer. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Erwin dan Farida (2017) menemukan bahwa media *game* edukasi dapat meningkatkan hasil belajar IPA siswa kelas IV SD. Hal tersebut karena media *game* edukasi merupakan media yang menarik, meningkatkan perhatian dan konsentrasi siswa, serta memberikan pengalaman yang menyenangkan pada siswa dengan bermain dan belajar.

Adapun perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang kami lakukan diantaranya yaitu pada jenis penelitian, objek penelitian dan jenis *game* edukasi yang digunakan. Terdapat perbedaan pada jenis penelitian yaitu peneliti terdahulu menggunakan pengembangan, sedangkan peneliti saat ini menggunakan penelitian pengembangan dan eksperimen, yang bertujuan untuk mengetahui kebenaran pengaruh dari media *game* edukasi terhadap pengetahuan siswa. Pada penelitian ini, objek yang akan diteliti adalah siswa kelas VIII SMPN 3 Kayumas, Situbondo. Jenis *game* edukasi yang digunakan peneliti adalah game “Ular Tangga Kesehatan Raksasa”, yang dalamnya siswa mendapat pengetahuan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat.

III. METODE PELAKSANAAN

1) Sosialisasi Program

Sebelum pelaksanaan program, dilakukan sosialisasi dan diskusi mengenai teknis permainan ular tangga dan tujuan dilaksanakan permainan kepada pihak sekolah (kepala sekolah dan guru).

2) *Pre test*

Pada tahap ini, dilakukan tes dengan metode wawancara pada siswa dengan mengajukan pertanyaan mengenai PHBS. Kegiatan ini bertujuan untuk menilai tingkat pengetahuan dan pemahaman siswa SMP 3 Arjasa khususnya kelas VIII. Hasil dari *pre test* juga menjadi indikator penilaian sebelum dilakukan permainan ular tangga sehat. *Pre test* dilakukan dalam dua hari sebelum permainan dilaksanakan dengan sepuluh siswa yang menjadi target partisipan.

3) Pelaksanaan Permainan Ular Tangga Sehat

Permainan ular tangga dilaksanakan sebanyak 4 (empat) kali dalam waktu dua minggu. Awalnya, permainan ini dilakukan di lapangan sekolah, namun karena terik matahari yang menyengat membuat siswa sulit berkonsentrasi dalam permainan. Setelah evaluasi permainan pertama, permainan kedua hingga keempat dilakukan di dalam ruangan laboratorium sekolah SMP 3 Arjasa yang cukup luas dan sejuk sehingga permainan menjadi lebih efektif.

4) *Post test*

Pada tahap ini, dilakukan tes dengan metode wawancara pada siswa dengan mengajukan pertanyaan mengenai PHBS. Seperti halnya dengan *pre test*, namun *post test* dilakukan setelah kegiatan permainan ular tangga sehat dengan tujuan untuk melihat apakah ada peningkatan pengetahuan dan pemahaman mengenai PHBS. *Post test* dilakukan dalam dua hari dengan 10 target partisipan yang sama dengan *pre test*.

5) Evaluasi dan Analisis Data

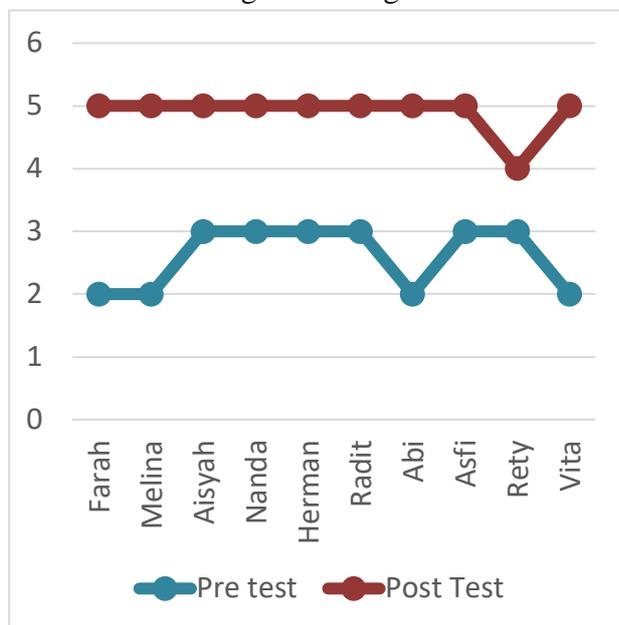
Tahap ini berisi mengenai evaluasi kegiatan secara keseluruhan dan menganalisis hasil dari *pre test* dan *post test* yang hasilnya akan dituangkan dalam bentuk grafik.

V. HASIL DAN DISKUSI

Bagian ini membahas mengenai deskripsi data penelitian, yaitu peningkatan pengetahuan dan pemahaman mengenai PHBS. Data tersebut diperoleh dari wawancara partisipan yang terpilih. Adapun pertanyaan yang diajukan dalam wawancara mencakup lima

unsur PHBS antara lain makanan/jajanan sehat, olahraga atau aktifitas fisik, bahaya rokok, dan cuci tangan menggunakan sabun.

Grafik 1. Peningkatan Pengetahuan PHBS



Dari diagram di atas menunjukkan peningkatan pengetahuan mengenai PHBS sebesar 98%. Diagram tersebut diperoleh dari hasil *pre test* dan *post test*. Data diperoleh dari wawancara mendalam dengan partisipan yang terpilih sebanyak sepuluh siswa. Sebanyak empat siswa mengalami peningkatan pengetahuan pada 3 indikator, lima siswa mengalami peningkatan pengetahuan pada 2 indikator dan satu siswa mengalami peningkatan pengetahuan sebanyak 1 indikator saja.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

Dari penelitian terapan dalam bentuk pengabdian masyarakat ini, dapat disimpulkan bahwa permainan ular tangga raksasa PHBS menjadi permainan edukatif yang efektif dan menyenangkan untuk memberikan pemahaman PHBS di SMPN 3 Arjasa.

Konsep permainan ular tangga raksasa ini

bersifat fleksibel, jika suatu saat permasalahan yang dihadapi masyarakat sasaran bukan lagi tentang PHBS, maka konten dalam kartu dapat disesuaikan dengan masalah yang tengah dihadapi.

DAFTAR PUSTAKA

Amin, L. Z. 2015. Tata Laksana Diare Akut. *Continuing Medical Education*, 42 (7), 504-508.

Arsyad, Azhar. 2014. *Media Pembelajaran*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Departemen Kesehatan RI. Undang Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI: 2009.

Kejadian, Dengan, and Kusta Multibasiler. 2013. *Unnes Journal of Public Health*, 2 (1).

Kusnadi, dkk. 2012. 9 Bakteri Penyebab Penyakit. Diakses melalui: http://file.upi.edu/browse.php?dir=Direktori/FPMIPA/JUR._PEND._BIOLOGI/GI/1968050919940311KUSNADI/BUKU_COMMON_TEXT_MIKROBIOLOGI%2C_Kusnadi%2Cdkk/

Kuswardayan,I, Nikensasi, P, Sunaryo, D. 2012. Rancang Bangun Permainan Edukasi Matematika dan Fisika dengan Memanfaatkan Accelerometer dan Physics Engine Box2d pada Android. Surabaya: *Jurnal ITS*.

Lestiyorini, Deti. 2012. *Game Edukasi Ular tangga Pada Mata Pelajaran Matematika untuk Siswa Kelas V Sekolah Dasar*. Skripsi: Universitas Negeri Yogyakarta Fakultas Teknik Program Studi Pendidikan Informatika.

Nuraini, Ida. 2017. Kualitas Pertumbuhan Ekonomi Daerah Kabupaten / Kota Di Jawa Timur, 79–93.

Pratami, Winggadkk. 2017. Pengaruh Media Game Edukasi “Teka Teki Pengetahuan” Terhadap Minat Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran IPA Kelas 5 SDN 03 Protomulyo. Semarang: *Jurnal Universitas Negeri Semarang*.

Wijayanto, Erwin dan Istianah, Farida. 2017. Pengaruh Penggunaan Media Game Edukasi Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Kelas IV SDN Kajartengguli Prambon Sidoarjo. Surabaya: *Jurnal PGSD Universitas Negeri Surabaya*.

Lampiran: Dokumentasi Kegiatan

Pre test



Pelaksanaan Permainan



Pemberian Hadiah Kepada Pemenang Permainan



Post test



Sosialisasi dan Diskusi dengan Berbagai Pihak

