

Pengaruh Edukasi Media Ular Tangga Terhadap Pengetahuan PHBS Siswa SD di Desa Lalembo

La Ode Ahmad Saktiansyah^{1*}, Jumakil², La Ode Liaumin Azim³

^{1,2,3} Jurusan Kesehatan Masyarakat, Universtas Halu Oleo, kendari, Indonesia

Open Access Freely Available Online

Dikirim: 11 Mei 2026

Direvisi: 16 Juli 2026

Diterima: 17 Juli 2026

***Penulis Korespondensi:**

E-mail:

saktiansyah89@uho.ac.id

ABSTRAK

Diare merupakan salah satu penyakit yang paling sering menyerang anak-anak di seluruh dunia. Diare adalah kehilangan cairan dan elektrolit secara buang air besar dengan bentuk tinja yang encer atau cair lebih dari 3 kali sehari dengan atau tanpa darah atau lendir.. Diare merupakan pembunuh utama anakanak, terhitung sekitar 8% dari semua kematian pada anak di bawah usia 5 tahun di seluruh dunia. Di desa Lalembo Kec. Sawa, Kabupaten Konawe Utara. Diare merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih sering ditemukan pada anak usia sekolah dan dapat dipengaruhi oleh perilaku hidup bersih dan sehat. Di Desa Lalembo Kecamatan Sawa Kabupaten Konawe Utara masih ditemukan kasus diare pada anak yang diduga berkaitan dengan perilaku kebersihan diri dan lingkungan yang belum optimal. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain pre-test dan post-test yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas edukasi kesehatan menggunakan media permainan ular tangga terhadap peningkatan pengetahuan PHBS pada anak usia sekolah dasar. Penelitian dilaksanakan pada tahun 2025 dengan jumlah responden sebanyak 16 anak sekolah dasar, yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah diberikan edukasi kesehatan menggunakan media permainan ular tangga, sehingga media ini efektif digunakan sebagai sarana promosi kesehatan pada anak usia sekolah dasar

Kata kunci: Edukasi Kesehatan, Ular Tangga, Pengetahuan, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Anak Sekolah Dasar

ABSTRACT

Diarrhea is one of the most common illnesses affecting children worldwide. Diarrhea is defined as the loss of fluids and electrolytes through bowel movements characterized by loose or watery stools more than three times a day, with or without blood or mucus. Diarrhea is a leading cause of death among children, accounting for approximately 8% of all deaths in children under the age of five worldwide. In the village of Lalembo, Sawa Subdistrict, North Konawe Regency, diarrhea remains a common health issue among school-aged children and is influenced by hygiene and healthy living practices. In Lalembo Village, Sawa Subdistrict, North Konawe Regency, cases of diarrhea in children are still reported, which are suspected to be linked to suboptimal personal and environmental hygiene practices. This study is a quantitative study with a pre-test and post-test design aimed at determining the effectiveness of health education using the Snakes and Ladders game as a medium in improving PHBS knowledge among elementary school-aged children. The study was conducted in 2025 with a sample of 16 elementary school students, selected using accidental sampling. The results showed a significant increase in knowledge following health education using the Snakes and Ladders game, indicating that this medium is effective as a tool for health promotion among elementary school-aged children..

Keywords: Health Education, Snakes and Ladders, Knowledge, Healthy and Hygienic Living Practices (PHBS), Elementary School Students

PENDAHULUAN

Diare adalah bertambahnya defekasi (buang air besar) lebih dari biasanya/lebih dari tiga kali dalam rentan waktu 24 jam, disertai dengan perubahan konsisten tinja (menjadi cair) dengan

atau tanpa darah (Yohana et al., 2023). Penyebab tersering diare pada anak disebabkan oleh infeksi virus terutama Rotavirus (40-60%). Selain itu, Bakteri dan parasit juga dapat menyebabkan diare seperti E. coli, Aeromonas hydrophilia, parasit

Giardia lamblia, Fasiolopsis buski, Trichuris trichiura, dan lainnya, pencegahan diare menjadi sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan pada anak-anak (Ruth & Oishi, 2024).

Diare masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di berbagai negara di seluruh dunia. Di Indonesia, diare pada anak-anak masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di Indonesia dengan angka prevalensi nasional tercatat sebesar 10,8% (Putri & Nurdin, 2023). Di tingkat regional, Sulawesi Tenggara terus melaporkan kasus diare yang fluktuatif, dengan Kota Kendari sebagai wilayah yang secara konsisten mencatatkan jumlah kasus tertinggi dibandingkan kabupaten/kota lainnya di provinsi tersebut. Berdasarkan data terkini di Kota Kendari, kejadian diare masih menjadi isu kesehatan utama, terutama pada kelompok anak usia sekolah dan balita, dengan distribusi kasus yang bervariasi di berbagai wilayah kerja puskesmas. Tingginya angka kejadian ini erat kaitannya dengan faktor lingkungan dan perilaku, di mana pemahaman serta penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menjadi determinan krusial dalam menekan angka kesakitan diare di masyarakat (Kemenkes RI, 2023).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di tatanan institusi pendidikan, khususnya pada anak usia sekolah dasar, merupakan fondasi utama dalam membentuk gaya hidup sehat di masa depan (Laudasarni et al., 2024). Masa anak-anak adalah periode emas (*golden age*) untuk menanamkan nilai-nilai kesehatan, karena perilaku yang terbentuk pada usia ini cenderung menetap hingga dewasa. Kurangnya pengetahuan dan penerapan PHBS sejak dini berisiko meningkatkan prevalensi penyakit menular dan gangguan kesehatan lingkungan di lingkungan sekolah maupun rumah (Astriani, 2025). Namun, realitas di lapangan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan seringkali bersifat konvensional, seperti metode ceramah, yang cenderung membosankan dan kurang mampu menarik perhatian anak (Erika, 2022). Kurangnya keterlibatan aktif siswa dalam proses edukasi menyebabkan rendahnya retensi informasi mengenai praktik PHBS, seperti mencuci tangan pakai sabun, penggunaan jamban sehat, dan pengelolaan sampah. Masalah ini juga ditemukan di Desa Lalembu, Kecamatan Sawa, Kabupaten Konawe Utara, di mana tingkat pemahaman siswa terhadap PHBS masih memerlukan peningkatan yang signifikan melalui pendekatan yang lebih inovatif dan interaktif (Yunika et al., 2022).

Salah satu media edukasi yang efektif untuk anak usia sekolah dasar adalah *game-based learning* atau permainan edukatif. Media Ular Tangga dipilih karena sifatnya yang interaktif, menyenangkan, dan mampu memvisualisasikan pesan-pesan kesehatan melalui perpaduan gambar serta aktivitas bermain (Syaridayanti & Sari, 2025). Melalui permainan ini, anak dapat belajar secara tidak langsung (*learning by playing*) tanpa merasa terbebani, sehingga diharapkan mampu meningkatkan pemahaman mereka secara lebih efektif dibandingkan metode ceramah tradisional (Syaridayanti & Sari, 2025).

Hasil observasi awal di Desa Lalembu menunjukkan masih adanya permasalahan kesehatan yang perlu mendapat perhatian. Diare tercatat sebagai salah satu masalah kesehatan dengan jumlah 20 kasus yang ditemukan pada saat wawancara. Kondisi ini diduga berkaitan dengan perilaku kebersihan diri dan lingkungan, seperti kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun, kebersihan makanan, serta kondisi sanitasi lingkungan. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Efektivitas Media Ular Tangga dalam Meningkatkan Pengetahuan PHBS Anak Sekolah Dasar di Desa Lalembu, Konawe Utara". Penelitian ini diharapkan menjadi referensi bagi tenaga kesehatan maupun pendidik dalam mengoptimalkan edukasi kesehatan di tingkat sekolah dasar.

METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan *Quasi-Experiment* dengan desain *One-Group Pretest-Posttest Design*. Penelitian dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri di Desa Lalembu, Kecamatan Sawa, Kabupaten Konawe Utara, pada tahun 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V dengan jumlah sampel sebanyak 16 siswa yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah media edukasi Ular Tangga, sedangkan variabel dependen adalah tingkat pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Instrumen yang digunakan adalah kuesioner yang terdiri dari [sebutkan jumlah] pernyataan yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Prosedur penelitian dimulai dengan pemberian *pretest* untuk mengukur pengetahuan awal siswa mengenai PHBS, diikuti dengan intervensi edukasi menggunakan media Ular Tangga, dan diakhiri dengan pemberian *posttest* setelah satu minggu.

intervensi untuk mengukur peningkatan pengetahuan.

Data yang terkumpul diolah menggunakan analisis statistik *Paired Sample T-Test* (atau *Wilcoxon Sign Rank Test* jika data tidak terdistribusi normal) untuk mengetahui perbedaan rata-rata pengetahuan siswa sebelum dan sesudah intervensi dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha =$

0,05). Seluruh proses penelitian telah mematuhi prinsip etik penelitian, termasuk perizinan dari pihak sekolah dan persetujuan orang tua responden (*informed consent*).

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1
Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Jumlah (n)	Persentase (%)
Usia		
8 Tahun	5	31,26
9 Tahun	7	43,75
10 Tahun	3	18,75
11 Tahun	1	6,25
Kelas		
II	5	31,26
III	7	43,75
IV	3	18,75
V	1	6,25
Jenis Kelamin		
Laki- laki	9	56,25
Perempuan	7	43,75
Total	16	100

Berdasarkan Tabel 1 karakteristik responden, mayoritas responden dalam penelitian ini berusia 9 tahun, yaitu sebanyak 7 orang (43,75%). Berdasarkan tingkat kelas, sebagian besar responden berada di kelas III, dengan jumlah

7 orang (43,75%). Ditinjau dari jenis kelamin, mayoritas responden adalah laki-laki, yaitu sebanyak 9 orang (56,25%).

Hasil *Pre Test*, *Post Test I* dan *Post test II*

Tabel 2
Hasil *Pre Test*, *Post Test I* dan *Post test II* Tingkat Pengetahuan PHBS

Kelompok Pengetahuan				
Pengetahuan	Mean (SD)	Δ Mean (CI 95%)	t	p
<i>Post-test 1</i>	7.00 (632)	2.65		
<i>Pre-Test</i>	4.37(806)	(2.01-3.23)	9.15	0.000
<i>Post-test 2</i>	9.31 (602)	4.93		
<i>Pre-Test</i>	7.00 (632)	(4.33-5.53)	17.57	0.000
<i>Post-test 2</i>	9.31 (602)	2.31		
<i>Post-test 1</i>	7.00 (632)	(1.80-2.81)	9.77	0.000

Tabel 3 hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test 1*. Rerata skor pengetahuan meningkat dari 4,37 (SD = 0,806) pada *pre-test* menjadi 7,00 (SD = 0,632) pada *post-test 1*, dengan selisih rerata sebesar 2,65 (CI 95%: 2,01–3,23). Nilai $t = 9,15$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan setelah intervensi pertama signifikan secara statistik.

Pada perbandingan antara *pre-test* dan *post-test 2*, terjadi peningkatan pengetahuan yang lebih besar. Rerata skor pengetahuan meningkat dari 4,37 (SD = 0,806) pada *pre-test* menjadi 9,31 (SD = 0,602) pada *post-test 2*, dengan selisih rerata sebesar 4,93 (CI 95%: 4,33–5,53). Hasil uji statistik menunjukkan nilai $t = 17,57$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menandakan bahwa peningkatan pengetahuan tersebut sangat signifikan secara statistik.

Perbandingan antara *post-test* 1 dan *post-test* 2 juga menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang bermakna. Rerata skor pengetahuan meningkat dari 7,00 (SD = 0,632) pada *post-test* 1 menjadi 9,31 (SD = 0,602) pada *post-test* 2, dengan selisih rerata sebesar 2,31 (CI 95%: 1,80–2,81). Nilai $t = 9,77$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) mengindikasikan bahwa intervensi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan responden secara berkelanjutan. Sehingga dapat dikatakan media edukatif *games* “ular tangga” terbukti dapat meningkatkan pengetahuan anak usia sekolah dasar terhadap materi edukasi yang diberikan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan data karakteristik responden, mayoritas anak berada pada usia 9 tahun dan menempuh pendidikan di kelas III Sekolah Dasar, dengan jumlah siswa laki-laki lebih banyak dibandingkan siswa perempuan. Masa Sekolah Dasar merupakan dasar tahap yang sangat penting dalam proses pembentukan kebiasaan hidup sehat, karena pada usia ini anak lebih mudah menerima dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Sekolah Dasar juga berperan sebagai tempat awal bagi anak untuk mendapatkan pengetahuan mengenai kesehatan dan kebersihan diri (Prasetyanti & Yanuaringsih, 2019). Oleh karena itu, diperlukan pemahaman mengenai sejauh mana pengetahuan mengenai PHBS di kalangan siswa (Yudha, 2025). Mengingat sebagian besar aktivitas anak dilakukan di lingkungan sekolah, maka sekolah memiliki peran yang strategis dalam membentuk perilaku hidup bersih dan sehat. Sehubungan dengan hal tersebut, pemanfaatan media pembelajaran berupa permainan ular tangga dinilai efektif dan sesuai untuk meningkatkan pengetahuan PHBS pada anak usia sekolah dasar. (Nabila et al., 2025).

Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan antara pre-test dan post-test 1. Rerata skor pengetahuan meningkat dari 4,37 (SD = 0,806) menjadi 7,00 (SD = 0,632) dengan selisih rerata sebesar 2,65 (CI 95%: 2,01–3,23), serta nilai $p < 0,05$. Permainan merupakan salah satu metode pembelajaran yang diminati karena mampu menjadikan proses pendidikan lebih menarik dan efektif bagi anak-anak. Pengembangan media permainan edukatif, seperti permainan ular tangga yang memuat berbagai pertanyaan terkait perilaku hidup bersih dan sehat, menjadi salah satu alternatif pembelajaran yang efektif (Ishaqi, 2020). Melalui

permainan ini, siswa dilatih untuk menganalisis setiap pertanyaan dan memberikan jawaban yang tepat agar dapat melanjutkan permainan, sehingga proses belajar berlangsung secara aktif dan menyenangkan. (Hikmah et al., 2023)

Peningkatan pengetahuan yang lebih besar terlihat pada perbandingan pre-test dan post-test 2, di mana rerata skor meningkat dari 4,37 menjadi 9,31 dengan selisih rerata sebesar 4,93 (CI 95%: 4,33–5,53). Nilai $p < 0,05$ menunjukkan bahwa peningkatan tersebut sangat signifikan secara statistik. Hasil ini menunjukkan bahwa pemberian intervensi secara berulang melalui media permainan ular tangga dapat memperkuat pemahaman dan daya ingat anak terhadap materi PHBS yang diberikan (Dhita & Galuh, 2019). Selain itu, hasil perbandingan antara post-test 1 dan post-test 2 juga menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan, dengan selisih rerata sebesar 2,31 (CI 95%: 1,80–2,81). Temuan ini menegaskan bahwa media permainan ular tangga tidak hanya efektif dalam meningkatkan pengetahuan pada tahap awal, tetapi juga mampu mempertahankan dan meningkatkan pengetahuan secara berkelanjutan setelah intervensi lanjutan (Kusworo et al., 2023).

SIMPULAN

Penggunaan media edukasi Ular Tangga terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia sekolah dasar di Desa Lalembu. Media permainan edukatif merupakan instrumen yang tepat dan menarik bagi anak usia sekolah dalam menyerap informasi kesehatan dibandingkan dengan metode konvensional.

Pihak sekolah disarankan untuk mengintegrasikan media permainan edukatif Ular Tangga ke dalam program promosi kesehatan di sekolah secara rutin, guna memastikan pengetahuan siswa mengenai PHBS tetap terjaga. diharapkan melakukan penelitian dengan menambah kelompok kontrol (desain *quasi-experiment* dengan dua kelompok) serta mengukur perubahan perilaku siswa secara langsung, tidak hanya terbatas pada variabel pengetahuan, guna mendapatkan hasil yang lebih komprehensif.

REFERENSI

- Astriani, R. D. (2025). *Pemberdayaan masyarakat dalam penanganan diare pada anak-anak di perumahan global mansion rw 014 kelurahan periuk Kota Tangerang*. 1(1), 38–46.
- Dhita, K. P., & Galuh, P. Y. (2019). Pengaruh Permainan Ular Tangga Terhadap Perilaku

- Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, Vol.5(Vol. 5 No 1 (2019)), 47. <https://jurnal.stikesbaptis.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/335>
- Erika, U. D. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Pemulung. *Jurnal Keperawatan*, 4(1), 13–20.
- Hikmah, F., Susindra, Y., Suandana, I. A., & Perwiraningrum, D. A. (2023). *Pemanfaatan Game Edukasi Pada Penyuluhan PHBS di SD Glagahwero 2 Jember*. 103–110.
- Ishaqi, D. A. Al. (2020). Pengaruh Metode Edukasi Bermain Ular Tangga Terhadap Praktik Cuci Tangan 6 Langkah Pakai Sabun Di Sd Negeri Janti 2. *STIKes Bina Sehat PPNI Mojokerto*, 4(2), 21–29. <http://repository.stikes-ppni.ac.id:8080/xmlui/handle/123456789/256>
- Kusworo, H., Yuliza, E., & Herlina, I. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Prasekolah. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 2(9), 887–893. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v2i9.182>
- Laudasarni, Y., Dinatha, N. M., Teang, L. L., Dedo, B. A., & Made Dewi Sariyani. (2024). Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Siswa SMP. *Jurnal Edukasi Citra Olahraga*, 4(1), 10–19. <https://doi.org/10.38048/jor.v4i1.3471>
- Nabila, P. S., Sari, D. K., Surakarta, U. A., Ki, J., Dewantara, H., Surakarta, K., & Tengah, J. (2025). *Gambaran Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa / Siswi di Sekolah Dasar Negeri 02 Bejen Karanganyar*. 5(November).
- Prasetyanti, D. K., & Yanuaringsih, G. P. (2019). Pengaruh Permainan Ular Tangga Terhadap Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Anak Sekolah Dasar. *JURNAL PENELITIAN KEPERAWATAN*, 5(1). <https://doi.org/10.32660/jurnal.v5i1.335>
- Putri, S. M., & Nurdin, A. (2023). *FAKTOR PENYEBAB KEJADIAN DIARE PADA BALITA DI ACEH : Literature Review*. 1–11.
- Ruth, I., & Oishi, V. (2024). *DIARE PADA ANAK*. 8(2), 471–476.
- Syaridayanti, Y., & Sari, P. (2025). Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Siswa SDN 146/IV Kota Jambi tentang PHBS Indikator Cuci Tangan Pakai Sabun Melalui Media Ular Tangga. *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 6(2). <https://doi.org/10.47034/ppk.v6i2.1089>
- Yohana, L., Nurdin, A., Fitria, U., Dinen, K. A., Kurnia, R., Aceh, U. A., Aceh, A., Aceh, A., Aceh, A., & Aceh, A. (2023). *FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI DIARE PADA ANAK*.
- Yudha. (2025). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Permainan Ular Tangga (PEMULA) PHBS terhadap Pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa Sekolah Dasar. In *Universitas Sriwijay*. Universitas Sriwijaya.
- Yunika, R. P., Al Fariqi, M. Z., Cahyadi, I., Yunita, L., & Rahmiati, B. F. (2022). Pengaruh Edukasi PHBS Terhadap Tingkat Pengetahuan pada Yayasan Jage Kestare. *Karya Kesehatan Siwalima*, 1(1), 28–32. <https://doi.org/10.54639/kks.v1i1.735>