



ASUHAN KEPERAWATAN KOMUNITAS DENGAN PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI PERMAINAN ULAR TANGGA UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN JAJANAN SEHAT PADA SISWA/I SEKOLAH DASAR NEGERI DI ACEH BESAR

Rizka Maulida¹⁾; Farah Diba^{2)*}; Budi Satria³⁾

¹⁾ *riizkamaulida@gmail.com, Universitas Syiah Kuala*

²⁾ *farah.diba@usk.ac.id, Universitas Syiah Kuala*

³⁾ *satria_keperawatan@usk.ac.id, Universitas Syiah Kuala*

*penulis korespondensi

Abstract

Background: School-age children are still in their growth and development phase, requiring proper nutrition at school. Healthy snacks are essential for elementary school children. This writing aims to provide an overview of the improvement in students' knowledge at SDN regarding healthy snacks through the Snakes and Ladders game.

Methods: This study employed a quasi-experimental method with a pre-test and post-test approach on two intervention groups. Data were collected through interviews with homeroom teachers, a nutrition questionnaire, and a Focus Group Discussion (FGD) involving 10 students. The grouping technique in this study used convenience sampling, a method of selecting samples based on availability and ease of access. Therefore, a total of 42 students were divided into two groups: the Snakes and Ladders game group (16 students) and the leaflet group (26 students). Evaluation was conducted by comparing the pre-test and post-test results of each group.

Results: The study results showed that students' knowledge in the Snakes and Ladders game group increased by 100% in the "good" category, while the leaflet group showed an 88.5% increase in the same category. The chi-square test yielded a p-value of 0.02 (<0.05), indicating a significant difference in knowledge between the two groups after the intervention. The Snakes and Ladders game proved to be more effective than the use of leaflets in improving students' knowledge about healthy snacks. **Recommendation:** Based on these findings, the author recommends that school health units (UKS) and community health centers (Puskesmas) provide more engaging media, such as the Snakes and Ladders game and other interactive games, for health education in schools. This approach can encourage children to be more interactive and enthusiastic in absorbing the health education material provided.

Keywords: Health Education, Healthy Snacks, Nutrition, School Age Children, Snakes and Ladders Game

Abstrak

Latar Belakang: Anak usia sekolah masih pada masa pertumbuhan dan perkembangan sehingga memerlukan nutrisi yang baik di sekolah. Jajanan sehat sangat penting bagi anak-anak usia Sekolah Dasar (SD). Penulisan ini bertujuan untuk memberikan gambaran peningkatan pengetahuan siswa/i di SDN mengenai jajanan sehat melalui permainan Ular Tangga. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode kuasi-eksperimental dengan pendekatan pre-test dan post-test pada dua kelompok intervensi. Data dikumpulkan melalui wawancara dengan wali kelas, kuesioner nutrisi, serta *Focus Group Discussion* (FGD) pada 10 siswa. Teknik pembagian kelompok dalam penelitian ini menggunakan *convenience sampling*, yaitu metode pemilihan sampel berdasarkan ketersediaan dan kemudahan akses. Oleh karena itu, total 42 siswa dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok permainan Ular Tangga (16 siswa) dan kelompok leaflet (26 siswa). Evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test masing-masing kelompok. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan siswa/i dalam kelompok permainan Ular Tangga mengalami peningkatan sebesar 100% dalam kategori baik, sedangkan kelompok leaflet meningkat sebesar 88,5% dalam kategori yang sama, uji chi-square menghasilkan nilai $p=0,02$ atau $<0,05$ yang berarti terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan antara kedua kelompok setelah diberikan intervensi. Permainan Ular Tangga terbukti lebih efektif dibandingkan penggunaan leaflet dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai jajanan sehat. **Rekomendasi:** Sekolah dan Puskesmas dapat memberikan media yang lebih menarik seperti permainan Ular Tangga dan permainan lainnya untuk pendidikan kesehatan dilingkungan sekolah agar anak lebih interaktif dan semangat dalam menangkap materi Pendidikan Kesehatan yang diberikan. **Keywords:** Anak Usia Sekolah, Gizi, Jajanan Sehat, Permainan Ular Tangga, Pendidikan Kesehatan



PENDAHULUAN

Masalah nutrisi pada anak Sekolah Dasar (SD) merupakan isu kesehatan yang penting dan kompleks. Anak-anak usia 6-12 tahun memerlukan makanan bergizi untuk pertumbuhan fisik dan mental mereka. Namun, data menunjukkan banyak anak SD mengalami gizi kurang maupun gizi lebih. Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 menunjukkan bahwa prevalensi gizi kurang pada anak SD masih cukup tinggi. Berdasarkan data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 mengungkapkan prevalensi kurang gizi (*wasting*) meningkat dari 7,7% menjadi 8,5%, sementara *stunting* menurun dari 21,6% menjadi 21,5%. Prevalensi kelebihan berat badan (*overweight*) naik dari 3,8% menjadi 4,2%, dan berat badan rendah (*underweight*) naik dari 17,0% menjadi 17,1% (Kemenkes, 2024).

Dampak konsumsi makanan tidak sehat mencakup masalah kesehatan mulut, mental, dan fisik (Murugesan & Mahendraprabu, 2024). *Junk food* dapat menyebabkan anemia, hipertensi, obesitas, dan diabetes melitus. Menurut Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI), kasus diabetes anak meningkat signifikan pada Januari 2023 (Fardlillah & Lestari, 2024). Selain itu, konsumsi makanan cepat saji juga mempengaruhi kemampuan kognitif dan prestasi akademik anak-anak (Nisa et al., 2021). Di Indonesia, kebiasaan jajan sembarangan diperkirakan mencapai 78%, terutama di kalangan anak SD (Liputan 6, 2024). Meskipun makanan cepat saji menawarkan kemudahan, makanan ini mengandung kalori tinggi, lemak jenuh, dan gula tambahan yang dapat berdampak negatif pada kesehatan anak-anak (Pamelia, 2018). Jajanan seperti es krim dengan berbagai pilihan rasa dan *topping* juga menjadi populer dan berdampak negatif pada kesehatan gigi dan tubuh secara umum (Kumparan, 2024).

Hasil pengkajian melalui wawancara dengan wakil kepala sekolah SD Negeri di Aceh Besar didapatkan bahwa permasalahan kesehatan yang muncul di sekolah yaitu seringnya siswa/I merasa lemas dan sakit perut terlebih lagi pada saat upacara bendera berlangsung, hal ini terjadi karena siswa/I tidak sarapan di rumah sebelum berangkat ke sekolah atau karena jajanan yang tidak sehat dikonsumsi. Kepala sekolah mengatakan telah memberikan himbauan kepada orang tua murid untuk membawa bekal dari rumah dan sarapan sebelum berangkat ke sekolah namun masih banyak orang tua yang tidak melakukannya hingga hal ini masih sering terjadi.

Berdasarkan wawancara dengan wali kelas dan guru di SDN didapatkan bahwa keluhan utama siswa/i yang mengunjungi Unit Kesehatan Sekolah (UKS) setiap hari disebabkan oleh sakit perut, demam, muntah, serta merasa lemas dan pusing. Berdasarkan hasil *Focus Group Discussion* (FGD) terhadap 10 siswa di SDN didapatkan bahwa mayoritas siswa dari FGD mengatakan jarang mengonsumsi buah dan sayur, sering membeli mie dan jajanan kemasan di kantin, serta belum pernah mendapatkan informasi tentang jajanan sehat. Wawancara dengan pihak sekolah juga mengungkap keluhan kesehatan yang sering dialami siswa, seperti sakit perut dan demam, yang terkait dengan pola makan yang kurang sehat. Data kuesioner nutrisi di salah satu kelas menunjukkan bahwa dari total 20 siswa/i, sebanyak (55%) anak tidak sarapan tiap hari sebelum berangkat ke sekolah, (45%) anak sarapan nasi dan (35%) biasanya memakan roti, (65%) anak sering memakan camilan saat jam istirahat, (90%) anak membeli jajanan di kantin sekolah, (60%) anak sering memakan jajanan/*snack* kemasan, (45%) anak sering mengonsumsi minuman kemasan berwarna. Sehingga data IMT dari 20 siswa/i juga didapatkan hasil bahwa 2 dari 20 anak memiliki berat badan lebih, 7 dari 20 anak memiliki berat badan ideal, dan 11 dari 20 anak memiliki berat badan rendah hal ini menunjukkan masih adanya anak-anak yang memiliki status gizi yang kurang. Data observasi juga menunjukkan bahwa kantin sekolah menjual berbagai jajanan cepat saji dan upaya untuk mendorong anak membawa bekal dari rumah belum berhasil.



METODE

Pemberian intervensi edukasi berupa kegiatan permainan Ular Tangga dilakukan dengan tujuan untuk mempermudah pemahaman anak sekolah dalam memahami pentingnya gizi seimbang bagi siswa/i Sekolah Dasar.

Peneliti memastikan kerahasiaan data responden dengan tidak mencantumkan nama atau informasi pribadi dalam laporan penelitian. Data yang dikumpulkan hanya digunakan untuk kepentingan akademik dan disimpan dengan aman. Hanya peneliti yang memiliki akses terhadap data, hasil penelitian disajikan dalam bentuk agregat bukan individu.

Penulis membagi 16 siswa/i untuk menerima intervensi melalui permainan Ular Tangga, sedangkan 26 siswa/i lainnya diberikan media *leaflet* yang berisi informasi tentang jajanan sehat. Pembagian kelompok dilakukan berdasarkan teknik *convenience sampling*, yaitu metode pemilihan sampel berdasarkan ketersediaan dan kemudahan akses. Dalam hal ini, permainan Ular Tangga memerlukan waktu sedikit lebih lama untuk menentukan pemenangnya dibandingkan dengan kelompok *leaflet*, yang hanya menerima informasi tentang jajanan sehat. Penulis menyediakan dua papan Ular Tangga, yang hanya dapat dimainkan oleh 16 siswa/i dalam dua ronde. Oleh karena itu, mengingat keterbatasan waktu dan media, jumlah siswa/i dalam kelompok permainan Ular Tangga lebih sedikit dibandingkan dengan kelompok *leaflet*.

Sebelum melakukan permainan para peserta terlebih dahulu diberikan pre-test dengan 12 item pertanyaan terkait pengetahuan mengenai jajanan sehat. Kemudian dilanjutkan dengan permainan ular tangga pada 16 siswa/i, adapun peraturan permainan ular tangga ini adalah setiap pemain bergilir melempar dadu dan memindahkan bidaknya sesuai angka yang muncul pada dadu. Jika pemain mendarat dipetak yang ada gambar jajanan sehat pemain bisa naik tangga dan maju beberapa petak ke atas, Jika pemain mendarat dipetak yang ada gambar jajanan tidak sehat maka pemain harus turun kepetak bawah sesuai ekor ular. Jika pemain berhenti pada petak yang ada tanda tanya, maka pemain harus mengambil kartu pertanyaan dan menjawabnya dengan memilih kartu jawaban yang sudah disediakan. Apabila pemain menjawab salah maka pemain harus kembali ke kotak sebelumnya. Pemain pertama yang mencapai *finish* adalah pemenangnya. 26 siswa/i lainnya mendapatkan *leaflet* untuk dibaca yang berisikan informasi terkait jajanan sehat. Setelah selesai melakukan permainan ular tangga kemudian 42 siswa/i diarahkan untuk melakukan post-test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji uni variat pada data karakteristik siswa/i didapatkan hasil seperti terlihat pada Tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1. Jenis Kelamin Siswa

No.	Karakteristik	Kelompok Ular Tangga		Kelompok <i>Leaflet</i>	
		f	%	f	%
1.	Jenis Kelamin				
	Perempuan	8	50	18	69,2
	Laki-laki	8	50	8	30,8
2.	Kelas				
	5	16	100	26	100
3.	Usia				
	10 Tahun	1	6,2	3	11,5
	11 Tahun	15	93,8	23	88,5

Sumber: data diolah

Berdasarkan tabel 1 di atas, menunjukkan bahwa total siswa/i sebanyak 42 orang, yang terbagi menjadi dua kelompok yaitu 16 orang pada kelompok ular tangga, dan 26 orang pada kelompok *leaflet*. Pada kelompok permainan Ular Tangga jumlah siswa laki-laki 8 orang (50%)



dan siswa perempuan juga berjumlah 8 orang (50%). Sedangkan pada kelompok *leaflet* siswi perempuan lebih banyak yaitu 18 orang (69%) dan siswa laki-laki sebanyak 8 orang (30,8%). Seluruh siswa/i yang terlibat dalam kelompok merupakan siswa kelas 5 (100%), mayoritas siswa/i pada kelompok ular tangga berusia 11 tahun (93,8%), dan kelompok *leaflet* juga mayoritas berusia 11 tahun (88,5%)

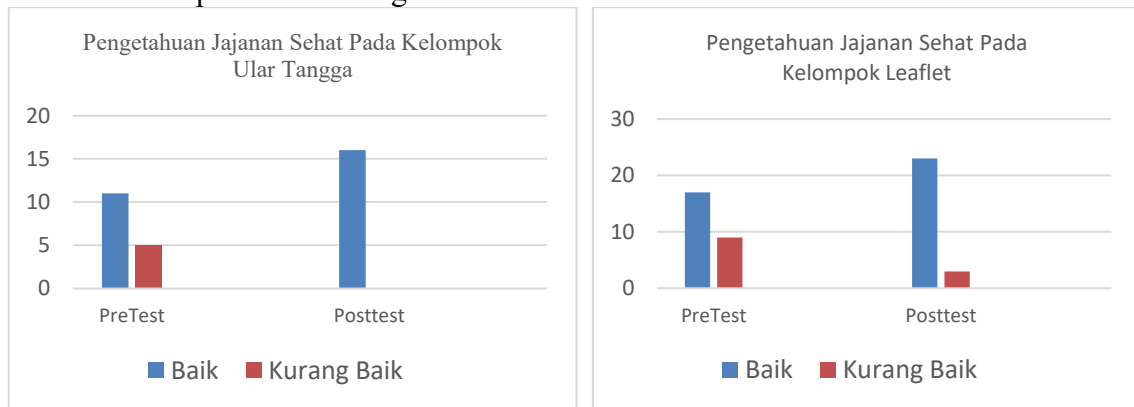
Hasil pre-test dan post-test menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada siswa/i mengenai jajanan sehat dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Hasil Pre-test dan Post-test Kelompok Ular Tangga (n =16) dan Kelompok *leaflet* (n=26)

No.	Kategori	Pre-Test				Post- Test			
		Ular Tangga		<i>Leaflet</i>		Ular Tangga		<i>Leaflet</i>	
		<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
1	Baik	11	68,8	17	65,4	16	100	23	88,5
2	Kurang Baik	5	31,3	9	34,6	0	0	3	11,5

Sumber: data diolah

Dari data ini, terlihat adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada kedua kelompok setelah diberikan intervensi. lebih jelasnya, perbandingan pengetahuan sebelum dan setelah intervensi dapat dilihat dari grafik di bawah ini:



Berdasarkan hasil, analisis hasil pre-test dan post-test menunjukkan pada kelompok permainan Ular Tangga, sebelum intervensi dilakukan, 5 dari 16 responden (31,2%) memiliki pengetahuan yang kurang terkait jajanan sehat. Setelah intervensi, seluruh siswa/i (100%) menunjukkan peningkatan pengetahuan yang baik. Hal ini menunjukkan peningkatan sebesar 31,2% dalam pengetahuan setelah mengikuti intervensi permainan Ular Tangga.

Sementara itu, pada kelompok *leaflet*, hasil pre-test menunjukkan bahwa 9 dari 26 siswa/i (34,6%) memiliki pengetahuan kurang baik terkait jajanan sehat. Setelah intervensi, hanya 3 dari 26 siswa/i (11,5%) yang masih memiliki pengetahuan kurang baik, menunjukkan peningkatan pengetahuan sebanyak 23,1%.

Perbandingan tingkat pengetahuan akhir responden antara kelompok ular tangga dengan kelompok *leaflet* diuji dengan menggunakan uji *chi square*. Perbandingan tingkat pengetahuan akhir responden disajikan pada tabel berikut:

Tabel 3. Perbandingan Tingkat Pengetahuan Akhir Siswa/I tentang Jajanan Sehat

No	Kategori	Ular Tangga		<i>Leaflet</i>		<i>df</i>	<i>p</i>
		<i>f</i>	%	<i>f</i>	%		
1	Baik	16	100	23	88,5	3	0,02
2	Kurang Baik	0	0	3	11,5		

Sumber: data diolah

Hasil uji perbandingan menggunakan uji *chi square*, didapatkan nilai p-value (0.020) < 0.05, maka H_0 ditolak, yang berarti terdapat perbedaan signifikan dalam peningkatan



pengetahuan antara kelompok permainan Ular Tangga dan kelompok *Leaflet*. Dengan kata lain, metode permainan Ular Tangga lebih efektif secara statistik dibandingkan dengan metode *leaflet* dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang jajanan sehat.

Selain peningkatan dalam hasil tes, respons siswa terhadap permainan Ular Tangga juga menunjukkan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan dan interaktif. Salah satu siswa menyatakan, “*Main Ular Tangga seru karena bisa belajar sambil bermain, jadi lebih mudah ingat jawabannya.*” Siswa lain menambahkan, “*Aku jadi lebih mengerti tentang jajanan sehat karena harus jawab pertanyaan sebelum bisa maju di permainan.*” Beberapa siswa juga merasa lebih termotivasi dalam belajar karena adanya tantangan dalam permainan, seperti yang dikatakan oleh seorang peserta, “*Permainannya bikin semangat karena kalau jawab benar bisa maju lebih cepat.*” Respons ini menunjukkan bahwa metode interaktif tidak hanya meningkatkan pemahaman siswa, tetapi juga membuat proses pembelajaran lebih menarik dan tidak membosankan.

Pembahasan

Permainan Ular Tangga modifikasi merupakan metode efektif yang menggunakan media permainan untuk anak usia sekolah. Media ini menarik perhatian anak saat promosi kesehatan (Adawiyah et al., 2020). Pesan melalui gambar menstimulasi perhatian dan ilustrasi informasi. Penambahan kartu pertanyaan membuat permainan lebih kooperatif, interaktif, dan partisipatif sehingga mudah diingat anak (Haqiqi, 2017).

Pengetahuan siswa terkait jajanan sehat mengalami peningkatan sesudah dilakukan permainan ular tangga dan pemberian *leaflet*. Namun, pada kelompok Ular Tangga dan kelompok *leaflet* terdapat persentase yang berbeda dan diperoleh persentase pada kelompok Ular Tangga lebih tinggi dibanding kelompok *leaflet*. Peningkatan pengetahuan pada saat pre-test (68,8%) dan saat post-test menjadi (100%). Sedangkan pada kelompok *leaflet* pada saat pre-test (65,4%) dan saat post-test (88,5%). Dari hasil ini menunjukkan bahwa pada kelompok permainan Ular Tangga mengalami kenaikan pengetahuan sebesar (31,4%) sedangkan pada kelompok media *leaflet* mengalami kenaikan pengetahuan sebesar (23,1%). Yang mana lebih tinggi persentase kenaikan dari kelompok permainan Ular Tangga.

Hal ini sejalan dengan penelitian Madinah et al. (2024), yang menemukan bahwa kemampuan akhir siswa terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada kelompok intervensi menggunakan media permainan Ular Tangga lebih besar dibandingkan dengan kelompok yang menggunakan *leaflet* dengan metode ceramah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adawiyah et al. (2020) penulis memberikan pretest- posttest untuk mengetahui pengetahuan siswa tentang jajanan sehat sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) baik pada kelompok ular tangga maupun kelompok *leaflet*.

Selain efektivitasnya, permainan Ular Tangga juga memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan dan meningkatkan motivasi siswa dalam memahami materi. Penelitian dari (Madinah et al., 2024) menunjukkan bahwa penggunaan media permainan dalam pendidikan kesehatan dapat meningkatkan keterlibatan siswa dan memperpanjang retensi informasi. Dengan adanya elemen permainan, anak-anak lebih tertarik untuk mengikuti edukasi kesehatan dibandingkan dengan metode pasif seperti membaca *leaflet* atau mendengarkan ceramah.

Namun, dari hasil penelitian menunjukkan bahwa media *leaflet* masih memiliki efektivitas dalam meningkatkan pengetahuan, meskipun tidak sebesar permainan Ular Tangga. Penggunaan *leaflet* lebih banyak bergantung pada kemampuan membaca dan pemahaman siswa, sehingga tidak semua siswa dapat menangkap informasi dengan baik dibandingkan dengan metode permainan yang lebih interaktif. *Leaflet* lebih cocok untuk penguatan informasi setelah diberikan intervensi dengan metode yang lebih aktif.

Permainan Ular Tangga lebih efektif dibandingkan *leaflet* dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang jajanan sehat karena sifatnya yang interaktif, menyenangkan, dan



melibatkan keterlibatan aktif. Permainan ini mendorong siswa untuk berpartisipasi langsung dalam proses belajar melalui tanya jawab dan tantangan di dalamnya. Pengulangan informasi dalam permainan membantu memperkuat daya ingat siswa, sementara interaksi sosial dalam kelompok memungkinkan mereka untuk berdiskusi dan memahami materi dengan lebih baik. Suasana belajar yang lebih hidup dan menarik ini membuat siswa lebih fokus dan termotivasi untuk memahami materi dibandingkan hanya membaca teks dalam *leaflet*. Seperti yang disampaikan oleh salah satu siswa, “*Main Ular Tangga seru karena bisa belajar sambil bermain, jadi lebih mudah ingat jawabannya.*” Hal ini menunjukkan bahwa metode permainan membuat pembelajaran lebih menyenangkan dan tidak membosankan.

Selain itu, permainan Ular Tangga memungkinkan siswa untuk berinteraksi dengan materi dalam durasi yang lebih lama dibandingkan membaca *leaflet*, sehingga meningkatkan efektivitas pembelajaran. Metode berbasis permainan juga lebih berpotensi mengubah perilaku dalam jangka panjang karena siswa belajar melalui pengalaman langsung, bukan sekadar membaca informasi. Salah satu siswa lainnya mengungkapkan, “*Aku jadi lebih mengerti tentang jajanan sehat karena harus menjawab pertanyaan sebelum bisa maju di permainan.*” Kutipan ini menggambarkan bagaimana mekanisme permainan membantu siswa lebih aktif dalam memahami materi. Dengan berbagai keunggulan ini, permainan Ular Tangga terbukti menjadi strategi edukasi yang lebih optimal dalam meningkatkan pemahaman tentang jajanan sehat dibandingkan metode pasif seperti *leaflet*.

Selain itu, terdapat faktor lain yang dapat memengaruhi efektivitas metode edukasi ini, seperti lingkungan belajar, karakteristik siswa, dan durasi intervensi. Studi oleh (Nugroho & Ma'arif, 2022) menunjukkan bahwa efektivitas suatu metode edukasi juga bergantung pada kondisi sosial dan budaya di mana intervensi dilakukan. Oleh karena itu, pendekatan yang lebih kontekstual dan berbasis kebutuhan spesifik siswa dapat meningkatkan keberhasilan program edukasi kesehatan.

Temuan ini mendukung teori pembelajaran aktif (*active learning*), yang menekankan bahwa anak-anak belajar lebih efektif ketika mereka terlibat langsung dalam proses pembelajaran. Sesuai dengan teori konstruktivisme yang dikemukakan oleh Vygotsky (1978), Teori Vygotsky menekankan bahwa pembelajaran adalah proses sosial yang berkembang melalui interaksi dengan orang lain. Salah satu konsep utamanya adalah menjelaskan bahwa anak-anak belajar paling efektif ketika mereka diberi tantangan yang sedikit di atas kemampuan mereka saat ini, tetapi masih dapat diselesaikan dengan bantuan orang lain, seperti guru, teman sebaya, atau alat bantu pembelajaran. pembelajaran melalui permainan seperti Ular Tangga memungkinkan siswa membangun pemahaman melalui interaksi sosial dan pengalaman langsung.

Dalam promosi kesehatan, metode *game-based learning* terbukti lebih efektif dibandingkan penyampaian informasi secara pasif seperti *leaflet*. Berdasarkan *Health Belief Model* (HBM), individu lebih mungkin mengadopsi perilaku sehat jika mereka merasa terlibat dalam pembelajaran dan memahami manfaat dari perilaku tersebut. Dengan permainan yang menarik dan interaktif, siswa lebih mudah mengingat informasi dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, penggunaan permainan edukatif seperti Ular Tangga dapat menjadi strategi yang lebih optimal dalam meningkatkan pemahaman dan membentuk kebiasaan sehat sejak dini.

Dari hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa permainan Ular Tangga lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai jajanan sehat dibandingkan dengan media *leaflet*. Hal ini dapat diasumsikan bahwa faktor visual, interaksi, dan keterlibatan aktif siswa dalam permainan menjadi faktor utama dalam meningkatkan pemahaman mereka. Dengan demikian, penggunaan media permainan seperti Ular Tangga dapat direkomendasikan sebagai metode edukasi kesehatan yang lebih menarik dan efektif untuk anak usia sekolah.



Studi lanjutan direkomendasikan untuk mengevaluasi dampak jangka panjang dari intervensi permainan Ular Tangga terhadap perubahan perilaku siswa dalam memilih jajanan sehat. Keterlibatan orang tua juga perlu diteliti lebih lanjut untuk memahami peran mereka dalam mendukung pembelajaran anak di rumah. Selain itu, permainan Ular Tangga berpotensi diintegrasikan ke dalam kurikulum pendidikan kesehatan di sekolah sebagai metode pembelajaran yang interaktif dan efektif. Implementasi ini akan lebih optimal jika dilakukan dengan pendekatan multidisipliner yang melibatkan guru, tenaga kesehatan, dan ahli gizi guna memastikan edukasi kesehatan yang komprehensif dan berkelanjutan.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, salah satunya adalah keterbatasan waktu dalam pelaksanaan intervensi. Permainan Ular Tangga membutuhkan durasi yang lebih lama dibandingkan metode *leaflet*, terutama karena permainan harus dilakukan dalam beberapa ronde akibat keterbatasan jumlah media permainan yang tersedia. Jika media permainan Ular Tangga yang digunakan lebih banyak, maka waktu intervensi dapat lebih efisien, dan permainan dapat melibatkan lebih banyak siswa secara bersamaan. Dengan demikian, efektivitas intervensi dapat meningkat tanpa terkendala oleh durasi yang panjang.

PENUTUP

Pemberian pendidikan kesehatan dalam bentuk permainan ular tangga dapat lebih berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan anak terhadap pemilihan jajanan sehat. Peningkatan pengetahuan pada saat pre-test (68,8%) dan saat post-test menjadi (100%). Sedangkan pada kelompok *leaflet* pada saat pre-test (65,4%) dan saat post-test (88,5%). Pengaplikasian metode permainan yang lebih interaktif dan menarik membuat anak lebih cepat dan lebih mudah untuk memahami materi yang disampaikan. Hasil yang didapatkan dalam penulisan ini diharapkan dapat menjadi salah satu acuan maupun sumber informasi bagi tenaga kesehatan dalam memberikan penanganan secara tepat dilingkup keperawatan komunitas.

Studi lanjutan direkomendasikan untuk mengevaluasi dampak jangka panjang dari intervensi permainan Ular Tangga terhadap perubahan perilaku siswa dalam memilih jajanan sehat. Keterlibatan orang tua juga perlu diteliti lebih lanjut untuk memahami peran mereka dalam mendukung pembelajaran anak di rumah. Selain itu, permainan Ular Tangga berpotensi diintegrasikan ke dalam kurikulum pendidikan kesehatan di sekolah sebagai metode pembelajaran yang interaktif dan efektif. Implementasi ini akan lebih optimal jika dilakukan dengan pendekatan multidisipliner yang melibatkan guru, tenaga kesehatan, dan ahli gizi guna memastikan edukasi kesehatan yang komprehensif dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, R. A. R., Rizona, F., & Purwanto, S. (2020). Pengaruh Permainan Ular Tangga Modifikasi Terhadap Pengetahuan Siswa Tentang Jajanan Sehat. *Proceeding Seminar Nasional Keperawatan*, 6(1), 31–36.
- Fardlillah, Q., & Lestari, Y. E. (2024). Dampak Pemberian Makanan Junk Food Pada Usia Dini. *Al-ATHFAL: Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1), 241–250.
- Haqiqi, A. (2017). Pengembangan media permainan ular tangga untuk layanan bimbingan dan konseling bagi siswa kelas VII. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 3(6), 214–231.
- Kemkes. (2022). Status Gizi SSGI 2022.
- Kumaran. (2024). 5 Jajanan Viral 2024 yang Kekinian, Enak, dan Wajib Dicoba oleh Warganet. <https://kumaran.com/jendela-dunia/5-jajanan-viral-2024-yang-kekinian-enak-dan-wajib-dicoba-oleh-warganet-234hadJzKBi>



- Liputan 6. (2024). Keracunan Jajanan Kemasan, 12 Siswa SD di Bandar Lampung Dilarikan ke Rumah Sakit. <https://www.liputan6.com/regional/read/5756200/keracunan-jajanan-kemasan-12-siswa-sd-di-bandar-lampung-dilarikan-ke-rumah-sakit>
- Madinah, S., Farhat, Y., & Hariati, N. W. (2024). Pengaruh Permainan Edukatif Ular Tangga Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Gizi Seimbang. *Jurnal Riset Pangan Dan Gizi*, 6(1), 13–22.
- Murugesan, V., & Mahendraprabu, M. (2024). Impact on junk food health. *Journal of Drug Delivery and Therapeutics*, 2(3).
- Nisa, H., Fatihah, I. Z., Oktovianty, F., Rachmawati, T., & Azhari, R. M. (2021). Konsumsi Makanan Cepat Saji, Aktivitas Fisik, dan Status Gizi Remaja di Kota Tangerang Selatan. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 31(1), 63–74.
- Nugroho, A. W., & Ma'arif, S. (2022). Pengembangan Media Game Edukasi "Marbel Fauna" pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 6686–6694. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i4.3326>
- Pamelia, I. (2018). Perilaku konsumsi makanan cepat saji pada remaja dan dampaknya bagi kesehatan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 14(2), 144–153.