

Pendidikan Kesehatan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) melalui *Snake Ladder Game* pada Kelompok Remaja

Lailaturohmah Kurniawati^{1*}, Iyyana Al Fiatur Rofiiqoh²,
Khusnun Adma Hamidah³

^{1,2,3} Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Indonesia

*corresponding author: lailaturohmah10@aiska-university.ac.id

Received 06-08-2024

Revised 19-08-2024

Accepted 24-08-2024

ABSTRAK

Permasalahan yang sering muncul dikalangan remaja yaitu sikap dan pengetahuan remaja yang masih minim terkait perilaku hidup bersih sehat. *Snake ladder game* merupakan permainan berupa papan bidak yang familiar dikalangan anak-anak hingga remaja, sehingga dengan metode ini pesan preventif kesehatan PHBS bisa tersampaikan sesuai sasaran yaitu remaja. Tujuan dari pengabdian masyarakat untuk melatih terlaksananya Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) melalui *Snake Ladder Game* pada kelompok remaja Jebres, Surakarta. Metode pelaksanaan kegiatan ini terdiri dari 3 langkah dalam praktiknya: tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Hasil *post test* pengabdian masyarakat metode *Snake Ladder Game* pada perilaku hidup bersih dan sehat remaja dengan tingkat pengetahuan baik yaitu 92%. Pengabdian Masyarakat memberikan pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan Pendidikan Kesehatan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) melalui *Snake Ladder Game*.

Kata kunci: Sehat, *Snake Ladder Game*, PHBS, Remaja

ABSTRACT

Problems that often arise among adolescents are the attitude and knowledge of adolescents who are still minimal regarding healthy hygiene behavior. *Snake ladder game* is a game in the form of a pawn board that is familiar among children to adolescents, so that with this method the preventive health message of PHBS can be conveyed according to the target, namely adolescents. The purpose of community service is to train the implementation of Clean Healthy Living Behavior (PHBS) through the *Snake Ladder Game* in the Jebres youth group, Surakarta. The method of implementing this activity consists of 3 steps in practice: the preparation stage, the implementation stage, and the evaluation stage. The results of the community service *post test* of the *Snake Ladder Game* method on clean and healthy living behavior of adolescents with a good level of knowledge are 92%. Community service has an effect on increasing knowledge of Health Education for Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) through the *Snake Ladder Game*.

Keywords: Healthy, *Snake Ladder Game*, PHBS, Adolescents

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah serangkaian tindakan yang dilakukan sebagai bentuk perwujudan atas output edukasi yang didapatkan kemudian dapat digunakan sebagai penolong bagi individu maupun kelompok terhadap diri mereka sendiri maupun lingkungan (Abdimas, 2019). Dikutip dari Kitab Ihya' Ulumuddin karya Imam Al Ghazali, Rasulullah mengatakan bahwa kebersihan merupakan perwujudan rasa iman. Beliau bersabda: "*Kesucian itu adalah sebagian dari*

iman." (HR Muslim dalam Arkeman et al., 2020). Kebersihan wajib dijaga oleh semua kalangan, dengan memelihara kebersihan otomatis dapat mencegah terjadinya berbagai macam penyakit. PHBS di lingkungan remaja bisa juga didukung oleh institusi sekolah (Reddy & Snehaththa, 2011). PHBS pada lingkungan pendidikan (perguruan tinggi, sekolah, sekolah islam, seminar, padepokan dan lain-lain), tujuan utamanya adalah wajib menciptakan lingkungan yang Ber-PHBS, seperti cuci tangan dengan sabun, makan dan minum yang sehat, memakai toilet yang higienis, tidak membuang sampah sembarangan, menjauhi rokok, menjauhi Narkoba, minuman yang memabukkan, Narkoba, meludah pada tempat yang disediakan, serta membasmi nyamuk yang berpotensi menimbulkan penyakit (Situmeang et al., 2024).

Praktik kesehatan dan kebersihan dalam kehidupan sehari-hari adalah menyetop maupun menjauhi kegiatan merokok, mengurangi kegiatan tawuran, membuang sampah pada tempatnya, menjaga lingkungan hijau di sekitar rumah, mencuci tangan dan meningkatkan *personal hygiene*. Demi terciptanya hal yang demikian, maka kerjasama yang menyeluruh dari pemerintah desa, ahli kesehatan, orang tua dan generasi muda yang terlibat sangat diperlukan. Kel Sudioprojan, Kec Jebres, Surakarta terletak di pinggiran kota, berdekatan dengan Sungai dan bendungan sehingga remaja sangat mungkin untuk mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat tapi nyatanya mereka malah sekenakanya dalam pembuangan sampah, membat pohon hingga gundul tanpa disertai reboisasi yang memadai, dan juga belum terdapat tempat cuci tangan dan tercukupinya kebutuhan air bersih. Perilaku hidup bersih harus ditingkatkan untuk mencegah resiko terjadinya suatu masalah Kesehatan (Marsofely & Setiawan, 2023).

Jebres merupakan kecamatan di Kota Surakarta bagian timur. Struktur topografi kecamatan Jebres merupakan perbukitan dan merupakan area pusat pemakaman dari seluruh wilayah Kota Surakarta. Daerah ini sering dipakai untuk industri dan dekat dengan berbagai macam institusi Pendidikan (Trisnowati, 2022). Dengan banyaknya institusi sekolah dan Pendidikan maka mayoritas terdapat kalangan usia remaja. Remaja di daerah Jebres, Surakarta masih banyak yang belum sadar akan pentingnya PHBS, seringkali ditemukan remaja yang suka merokok, remaja yang tidak menjaga *personal hygiene* dengan cuci tangan dan membuang sampah sembarangan, Sehingga seringkali terjadi bencana alam banjir di daerah sekitar.

Badan kesehatan dunia (WHO) menyatakan bahwa dalam skala mendunia, penyakit yang berkaitan dengan PHBS telah menjangkit lebih dari 2 miliar individu dalam lingkup global, dan lebih dari $\frac{3}{4}$ diantaranya dialami oleh anak-anak. Menurut data WHO pada tahun 2015, Asia Tenggara yang merupakan prioritas pertama dari 6 wilayah endemik dunia untuk pengobatan memiliki presentase 42%; Remaja jebres banyak yang merokok, hampir 40% remaja sudah mengenal rokok sejak dini, reratanya banyak yg menderita hipertensi hampir 80% karena terlalu banyak konsumsi asupan dengan kandungan natrium, Diare di kalangan remaja mengalami peningkatan yang signifikan setiap tahunnya, dan pada anak dan dewasa dinobatkan sebagai 10 penyakit yang paling banyak terdapat di Kecamatan Jebres. Penyakit ini bisa menyerang semua kalangan, terutama anak kecil. Berdasarkan data kunjungan

balita penderita diare pada Januari-Februari 2024, jumlah penderita diare usia dibawah 5 tahun mencapai 62,2% atau sebanyak 37,8 persen (Salsabila et al., 2022). Tingginya prevalensi penyakit diare, terutama pada anak kecil yang datang ke puskesmas, mendorong para peneliti untuk memastikan bahwa remaja menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, termasuk kurangnya PHBS. Hal ini menjadi pendorong dilakukannya penelitian dan analisis yang komprehensif. Selama ini masih banyak masyarakat khususnya remaja yang kurang menyadari pentingnya tindakan pencegahan terhadap rasa sakit (Habibie, 2019).

Rendahnya pengetahuan berpengaruh pada tingkah laku individu termasuk pada bidang kesehatan. Akibatnya dapat menyebabkan meledaknya jumlah prevalensi penyakit seperti penyakit akibat rendahnya ilmu tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) (Jamil et al., 2019). Berdasarkan data tahun 2020, 35% penduduk Indonesia merokok dan 72,9% orang memiliki sedikit aktivitas fisik. Sedangkan orang yang pola makannya mengandung serat dalam jumlah minimal sebanyak 60%. Secara umum, proporsi penduduk yang tergolong tidak terlalu aktif sebesar 26,1%, dimana terdapat 22 provinsi yang penduduknya melakukan aktivitas fisik minimal di atas rata-rata Indonesia (Kemenkes, 2020).

Usia belasan tahun adalah waktu di mana anak melatih kemampuan fisik dan membentuk fisik yang bugar. Pertumbuhan anak dipengaruhi dari banyak faktor yaitu fisiknya yang terbentuk terdiri dari motorik kasar dan halus, membaiknya faktor kognitif, serta aspek sosial dan emosional. Terbentuknya motorik kasar paling signifikan yaitu pada masa kecil hingga jenjang lanjut (Natsir, 2019). Tugas pertumbuhan anak usia remaja yaitu melatih pembentukan kebiasaan untuk membiasakan hidup sehat dan bersih secara individu, usia remaja mampu beradaptasi dengan keadaan sekitar, dan mampu mengenali perlunya bersih diri dan bertingkah laku sesuai standar kebersihan karena kesehatan serta kebersihan adalah hal yang sangat penting. Tingkah laku merupakan hal yang sangat penting agar tercapainya kondisi kesehatan personal pada Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada usia remaja supaya terhindar dari berbagai penyakit.

Media permainan merupakan opsi yang tepat untuk meningkatkan pendidikan kesehatan di lingkungan remaja. Secara umum usia remaja 99% menggemari edukasi kesehatan menggunakan media permainan, spesifiknya untuk pengetahuan PHBS karena praktiknya tidak membosankan dan terdapat banyak interaksi (Pukhraj et al., 2021). Dengan demikian, penyampaian informasi baru yang sangat inovatif yaitu dengan metode ular tangga yang merupakan permainan tradisional yang dikenal secara global (Kamala Devi, 2016), dan diketahui semua remaja di dunia. Permainan ini memiliki tipe berkelompok, yang membutuhkan interaksi antar pemain dan tidak bisa dimainkan sendirian. Dampak psikologis yang didapat dari permainan ular tangga ini adalah peningkatan kemampuan berinteraksi dengan ranah sosial mereka (Hariyanti et al., 2023). Sehingga, ular tangga memiliki kelebihan yang menjadi daya tarik tersendiri untuk para remaja yang ingin meningkatkan perilaku yang sadar akan kebersihan dan kesehatan (Hariyanti et al., 2023).

Pengabdian Masyarakat adalah salah satu bentuk ibadah dan amanat kepemimpinan untuk kebermanfaatan terhadap sesama, Al-Qur'an Surat At-Tahrim Ayat 6.

مَا اللَّهُ يَعْصُونَ لَا شِدَادَ غِلَظَ مَلَائِكَةٍ عَلَيْهَا وَالْجَارَةُ النَّاسُ وَقُودُهَا نَارًا وَأَهْلِيكُمْ أَنْفُسُكُمْ قُوا آمَنُوا الَّذِينَ آتَيْهَا يَا يُؤْمِرُونَ مَا وَيَفْعَلُونَ أَمْرَهُمْ

"Hai Orang-orang beriman yang terkasih: Lindungi dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya ialah manusia dan batu. Dijaga oleh Malaikat pelindung yang kuat dan tangguh serta tidak melanggar perintah Tuhan dan selalu melakukan apa yang diperintahkanNya." (QS. at-Tahrim: 6)

Sebagaimana telah dijelaskan pada ayat sebelumnya (ayat rasional), sehubungan dengan peristiwa yang terjadi di rumah tangga Nabi Muhammad SAW, ayat 6 memberikan petunjuk kepada orang-orang yang beriman sebagai berikut: Nabi SAW bersabda Jagalah juga keluargamu, terutama istrimu, anak-anakmu, dan semua orang yang berada di bawah tanggung jawabmu, dengan membimbing dan mendidik mereka. Semoga kalian semua terhindar dari api neraka yang bahan bakarnya termasuk orang-orang kafir, dan batu dijadikan berhala. Selain itu, ada juga malaikat (malaikat) yang kasar hati dan sikapnya, kasar tingkah lakunya saat melakukan penyiksaan, dan tidak menaati perintah Allah, sehingga hukuman yang dijatuhkannya pun tidak kalah beratnya dan tidak lebih dari apa yang diperintahkan Allah SWT, melainkan sesuai dengan dosa dan kesalahan setiap penghuni neraka.

Permasalahan mitra yang diangkat adalah praktik kebersihan dan kesehatan (PHBS) para remaja, sehingga perlu diupayakan untuk meningkatkan kesadaran remaja terkait PHBS sehingga kita upayakan sebuah pelatihan untuk membantu para remaja mengenali PHBS dengan metode interaktif permainan ulartangga. Tujuan dari pengabdian masyarakat adalah untuk memberikan pelatihan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) melalui *Snake Ladder Game* pada kelompok remaja Jebres, Surakarta.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pendidikan kesehatan mengadopsi metode bermain *snake ladder game* dengan media papan bidak permainan ular tangga dan *power point* yang telah disediakan pelaksana. Adapun tiga langkah pelaksanaannya adalah persiapan, eksekusi, dan tahap evaluasi. Grup penggerak kesehatan berkoordinasi dengan Kepala Desa Jebres, Surakarta lalu dengan kepala RT 03, RW 36 Jebres untuk mendukung kegiatan pengabdian Bersama dua mahasiswa program studi S1 Keperawatan yang melakukan praktik edukasi kesehatan. Secara lebih jelas pelaksanaannya adalah:

1) Tahap persiapan

Tahap persiapan memerlukan tempo 3 pekan sebelum eksekusi pelaksanaannya. Dalam langkah ini, grup penggerak kesehatan melakukan koordinasi dengan kepala desa dan perangkat desa/kelurahan jebres untuk

memutuskan objek kegiatan, waktu, serta lokasi eksekusi. Disamping itu, grup penggerak edukasi kesehatan juga terlebih dahulu menyediakan media edukasi kesehatan seperti power point dan *snake ladder game*. Berdasarkan permasalahan mitra yang berhasil diidentifikasi, tim pengusul merencanakan konsep solusi yang mampu mewujudkan upaya kemitraan masyarakat. Adapun konsep solusi tersebut adalah sebagai berikut : Program sosialisasi dan pelatihan materi PHBS dengan metode ular tangga, teknik permainan ular tangga sebagai media pemberian informasi kesehatan yaitu PHBS, dibentuk kelompok yang per kelompoknya berisi 5-6 orang remaja, masing-masing grup diberi perlengkapan game ular tangga (papan ular tangga 35 petak, bidak, dadu lempar, lembar aturan main, kartu-kartu tantangan). Diluankan waktu 10 menit untuk mengajarkan aturan permainan, 35 menit untuk memainkan permainan, dan 5 menit untuk ringkasan dan evaluasi akhir.

Sama halnya seperti praktik permainan ular tangga pada umumnya, metode ini juga menekankan pada siapa pemain yang pertama menang serta sanggup menaklukkan keseluruhan tantangan pada kartu yang tersedia. Bedanya hanya pada kandungan yang diutarakan dalam permainan yaitu merupakan pembelajaran tentang PHBS. Sasaran dalam kegiatan ini yaitu remaja yang ada di jebres, Surakarta. Berikut ilustrasi gambar *snake ladder game* yang digunakan ;



Gambar 1. Ilustrasi gambar papan permainan *Snake ladder game* PHBS

2) Tahap pelaksanaan

Pelaksanaan pada tgl 10 Mei 2024, peneliti dan tim pengabdian masyarakat sudah melakukan observasi di kelompok remaja RT 03/Rw 36, Jebres, Kota Surakarta. Wilayah RT 03/RW 36 Ngoresan, Jebres, Surakarta pada sebelah timur dan selatan berbatasan dengan sungai bengawan solo. Sedangkan wilayah barat rt 03 rw 36 berbatasan langsung dengan rt 03 rw 36. Untuk

sebelah utara berbatasan langsung dengan rt 02 rw 36, perbatasan antar rt dibatasi dengan jalanan kampung. Posisi tanah dari RT 03 lebih rendah dibandingkan RT 04 dan RT 02 sehingga lebih rentan terkena banjir apalagi ditambah pola hidup buang sampah yang sembarangan di Sungai dan bengawan. Total anggota remaja yaitu 20 orang terdiri dari 10 laki laki, dan 10 perempuan, Sebagian besar laki-laki suka merokok dan makan sembarangan/jajan yang kurang sehat. Tim pengabdian melakukan kegiatan di basecamp kelompok remaja. Tim pengabdian melakukan kegiatan pengabdian dengan metode *game snake ladder* untuk meningkatkan pemahaman terkait PHBS pada remaja.

3) Tahap evaluasi

Tahap evaluasi terlaksana pada akhir edukasi dengan memberikan kuesioner pasca-uji kepada para remaja. Selain itu, grup pengedukasi kesehatan juga melakukan pengujian dan pengkajian serta pengawasan terhadap kemampuan putra/I remaja tentang PHBS setelah praktik edukasi kesehatan berakhir. Output yang didapat berupa nilai hasil pengukuran wawasan menggunakan kuesioner wawasan peserta akan PHBS.

HASIL KEGIATAN

Berikut data karakteristik responden kegiatan pengabdian Masyarakat, di Kelurahan Jebres Surakarta, Jawa Tengah. Data berikut menguraikan karakteristik responden dengan rincian : usia, jenis kelamin, alamat, agama, dan pendidikan terakhir

Tabel 1. Data Distribusi Karakteristik Peserta Pengabdian Masyarakat

Karakteristik	Distribusi	
Usia	<i>f</i>	%
Usia 12-15 Tahun	8	40,0
Usia 16-19 Tahun	5	25,0
Usia 20-25 Tahun	7	35,0
Gender		
Pria	10	50,0
Wanita	10	50,0
Alamat		
Jebres	20	100,0
Agama		
Islam	18	90,0
Non Islam	2	10,0
Studi Terakhir		
SMP	8	40,0
SMA	5	25,0
Lanjutan; Sarjana/D3/D4/S1/kerja	7	35,0

Hasil pengabdian menunjukkan responden berjumlah 20 remaja, Usia yang paling banyak di rentang 12-15 Tahun, Jenis kelamin remaja yang mendominasi laki-laki dan perempuan sama rata, Alamat semua kelurahan jabres, Agama Islam mendominasi, Pendidikan yang ditempuh paling banyak usia SMP. Kasus Isu PHBS Januari-Maret 2024 ditunjukkan pada gambar 2. Gambaran Kasus PHBS Jebres,Surakarta :



Gambar 2. Gambaran kasus PHBS Jebres, Surakarta

**Sumber: Puskesmas Ngoresan (2024)*

Hasil Observasi data awal menunjukkan bahwa kejadian PHBS remaja yang paling banyak terjadi selama Januari-Maret 2024 adalah kejadian jajan sembarangan, remaja sangat suka makanan pedas dan instan dengan 35 kasus terdeteksi, rerata remaja sangat suka dengan makanan yang pedas dan instan, misalnya; seblak, mie instan level yang serba pedas, Remaja yang gemar merokok teridentifikasi 20 kasus yang ditemukan, untuk remaja yang membuang sampah sembarangan terdeteksi 17 kasus, dan remaja yang melakukan kenakalan terhadap bullying ada 25 kasus terdeteksi.

Kegiatan Pelatihan Kesehatan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) melalui *Snake Ladder Game* pada Kelompok Remaja Jebres, Surakarta. Kegiatan penyuluhan dilakukan pada 28 Juni 2024. Respondennya berjumlah 20 orang. Bentuk kegiatannya adalah pemberian materi tentang PHBS Remaja. Pemberian materi dan tanya jawab ± 20 menit, lalu dilanjutkan bermain game. Berikut hasil *pretest* dan dokumentasi gambar kegiatan:

Tabel 2. Hasil Pre-Test Snake Ladder Game PHBS Remaja Jebres, Surakarta

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
Baik	3	15%
Cukup	2	5%
Kurang	15	80%
Total	20	100%

Sebelum dilakukan penyuluhan kepada responden kita memberikan beberapa pertanyaan melalui lisan tentang PHBS remaja dan beberapa contoh kenakalan pada remaja dengan tingkat pengetahuan masih rendah yaitu 80%. Berikut hasil post-test dan dokumentasi gambar kegiatan :

Tabel 4. Hasil Post-Test Snake Ladder Game PHBS Remaja Jebres, Surakarta

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
Baik	18	92%
Cukup	2	3%
Kurang	0	0%
Total	20	100%

Setelah dilakukan penyuluhan kepada responden, selanjutnya tim pengabdian masyarakat memberikan beberapa pertanyaan melalui lisan tentang PHBS remaja dan beberapa contoh kenakalan pada remaja dengan hasil tingkat pengetahuan baik yaitu 92%.



Gambar 3. Kegiatan Kelompok Permainan Snake Ladder PHBS Jebres, Surakarta



Gambar 4. Foto Bersama Kelompok Remaja Snake Ladder PHBS Jebres, Surakarta

Kegiatan PHBS dimulai dengan program sosialisasi dan pelatihan materi PHBS dengan metode ulartangga. Teknik permainan ular tangga sebagai media penyampaian pendidikan kesehatan berupa PHBS, dibuat grup, yang masing-masing berisi 5-6 orang remaja, masing-masing grup diberi sebuah perlengkapan permainan ular tangga (papan ular tangga 30 kotak, bidak, dadu lempar, lembar aturan main, kartu-kartu tantangan) dialokasikan tempo selama 10 menit untuk mediator regulasi permainan, 35 menit pelaksanaan permainan, dan 5 menit rangkuman hasil serta evaluasi. Sama halnya seperti praktik permainan ular tangga pada umumnya, barang siapa yang pertama menang serta sanggup menaklukkan keseluruhan tantangan pada kartu yang tersedia. Bedanya hanya pada kandungan yang diutarakan dalam permainan yang merupakan pembelajaran tentang PHBS. Sasaran dalam kegiatan ini yaitu remaja yang ada di jebres, Surakarta.

PHBS seringkali bermasalah pada kelompok rentan, namun kelompok usia remaja seringkali terabaikan dan terlewatkan padahal usia remaja merupakan usia yang sangat rentan akan hal-hal yang baru. Hasil penelitian menunjukkan responden berjumlah 20 remaja, Usia yang paling banyak di rentang 12-15 Tahun. Jenis kelamin remaja yang mendominasi laki-laki dan perempuan sama rata. Alamat mereka semua terletak di kelurahan jabres. Agama Islam mendominasi. Pendidikan yang ditempuh paling banyak usia SMP. Anak usia SMP (Sekolah Menengah Pertama) dikategorikan sebagai remaja awal, berusia 13-15 tahun. Usia remaja terbagi menjadi tiga tahap yaitu permulaan dengan usia 12-15 tahun, pertengahan dengan usia 15-18 tahun, dan tahap akhiran yaitu dengan usia 19-22 tahun.¹ Usia 13-15 tahun dikategorikan dalam tahap interaksi dengan lainnya atau disebut juga dengan pemuda.² Oleh karena itu anak berusia 13 sampai 15 tahun beradaptasi pada pribadinya sendiri, orang sekelingnya, dan keadaan sekelilingnya.

Permainan ular tangga pemainnya lebih dari satu dan permainan ini juga mewajibkan adanya interaksi antar pemain di atas papan yang secara bergantian menjalankan bidaknya. Aturan mainnya adalah penggunaan dadu dan bidak harus sesuai dengan jumlah pemain. Kemudian pelempar pertama akan mengawali dari kotak awal dan akan bergantian melemparkan dadu. Pemain akan menjalankan bidak sesuai angka dadu yang keluar. Bidak yang berhenti pada ujung bawah tangga akan otomatis ke atas hingga bagian atas tangga dan kebalikannya jika bidak yang berhenti pada ujung bawah ular maka bidak akan turun ke kepala ular. Tujuan dari game ini adalah mendapatkan pemenang yaitu pemain yang paling cepat mencapai petak terakhir.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kegiatan yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh peningkatan pengetahuan Pendidikan Kesehatan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) melalui *Snake Ladder Game* pada Kelompok Remaja Jebres, Surakarta. Pendidikan kesehatan adalah upaya mengajak masyarakat, atau kumpulan golongan tertentu khususnya para remaja agar terciptanya peningkatan kualitas hidup sehat melalui berbagai media pembelajaran atau teknik tertentu berdasarkan areanya. Metode *Snake Ladder Game* sangat cocok diterapkan untuk meningkatkan pengetahuan anak usia remaja.

Setelah dilakukan penyuluhan kepada responden kita memberikan beberapa pertanyaan melalui lisan tentang PHBS remaja dan beberapa contoh kenakalan pada remaja dengan tingkat pengetahuan baik yaitu 92%. Hal ini sejalan dengan penelitian Isna 2023. Edukasi kesehatan merupakan serangkaian hal yang memperkuat kekuatan komunitas lokal dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan. Sedangkan dalam keperawatan, pendidikan kesehatan adalah tindakan bermuatan keperawatan yang dilakukan secara individual untuk membantu klien baik perorangan, grup, hingga masyarakat dalam menangani problematika kesehatan dengan menggunakan media edukasi dan pelatihan yang pada praktiknya praktisi kesehatan akan menjadi perawat pendidik.

Menurut Notoatmojo, (2003) Edukasi hidup sehat adalah usaha untuk mengajak pihak lain agar mampu mengembangkan praktik hidup sehat (Gintings A, 2007). Edukasi hidup sehat adalah proses perpindahan perilaku yang sudah direncanakan terhadap masyarakat agar bisa berdikari dan mampu untuk mendapatkan hidup yang sehat dengan memanfaatkan berbagai jenis media edukasi (Prasetyo, 2016). Saran kepada pihak yang berwenang atas paguyupan remaja dapat memberikan fasilitas untuk meningkatkan kreativitas remaja dalam segala bidang, pemerintah daerah setempat dapat memberikan support penuh terkait kegiatan positif remaja, melanjutkan dan meningkatkan program perilaku hidup bersih dan sehat sehingga remaja mendapatkan pengalaman dalam meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis sangat berterima kasih kepada pihak yang memberikan dukungan *financial* terutama kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang sudah memberikan dana hibah terhadap pelaksanaan kegiatan ini. Dukungan tim dan mitra terutama tim pengabdian dan Para Komunitas Remaja Jebres Surakarta terutama Rt 03/RW 036 terkait tempat pelaksanaan dan koordinasi kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdimas, C. (2019). *Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) Mencuci Tangan Menggunakan Sabun Dan Air Mengalir Sebagai Upaya Untuk Menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Sejak Dini*.
- Arkeman, H., Kartini, K., & Widyatama, H. G. (2020). Penyuluhan Dengan Metode Ceramah Dan Media Digital Untuk Meningkatkan Pengetahuan Tentang Demam Berdarah. *JUARA: Jurnal Wahana Abdimas Sejahtera*, 1(2), 109. <https://doi.org/10.25105/juara.v1i2.5636>
- HABIBIE, A. N. (2019). *Prevalensi dan korelasi bullying diantara remaja di Indonesia: analisis data sekunder survei kesehatan berbasis sekolah*. Universitas Airlangga.
- Hariyanti, N., Tjalla, M., Arqam, A., Dalle, H. A., & Sunubi, A. H. (2023). *The Use of Snakes and Ladders Game as English Teaching Media to Improve Mentally Retarded Students' Vocabulary*.
- Jamil, L., Mardhiati, R., & Astuti, N. H. (2019). Hubungan antara perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) tatanan rumah tangga dengan kejadian diare pada balita. *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*, 4(1), 125–133.
- Kamala Devi, C. (2016). *Effect of snake and ladder game on knowledge regarding personal hygiene among school children at selected school, coimbatore*. College of Nursing, Sri Ramakrishna Institute of Paramedical Sciences
- Kemenkes, R. I. (2020). Pokok-pokok renstra kemenkes 2020-2024. *Kemenkes RI*.
- Marsofely, R. L., & Setiawan, Y. (2023). Bagaimana Pembelajaran Edugame Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Mempengaruhi Perubahan Sikap dan Perilaku Siswa? *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 3468–3476.
- Meriyati, M., Latifah, S., Hidayah, N., Shawmi, A. N., Amrullah, M. A., & Fitriana, N. S. (2019). *Snake and Ladder Game Integrated with Asmaul-husna: Development of Learning Media*. 1155(1). <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1155/1/012024>
- Natsir, M. F. (2019). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada tatanan rumah tangga masyarakat desa parang baddo. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(3), 54–59.
- 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*, 81–88.

- Reddy, B. S., & Snehalatha, M. (2011). Sanitation and personal hygiene: what does it mean to poor and vulnerable women? *Indian Journal of Gender Studies*, 18(3), 381–404.
- Salsabila, A. A., Lala, H., & Suharno, B. (2022). Pengaruh Edukasi Kesehatan Phbs Di Sekolah Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa Kelas 3 Sd. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia (JIKI)*, 8(2), 157–165.
- Situmeang, I. R., Tobing, J., Simanjuntak, M., Tobing, P., & Hutagalung, S. B. (2024). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). *IKRA-ITH ABDIMAS*, 8(2), 240–243.
- Trisnowati, T. (2022). Peningkatan pengetahuan ibu tentang menopause di Desa Ngemplak Mojosongo Surakarta. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(11), 3863–3872.