

ULAR TANGGA ANTI-STUNTING: INOVASI EDUKASIKESHEHATAN UNTUK IBU HAMIL DAN IBU BALITA

Kheli Fitria Annuril¹, Hermansyah^{2*}, Efrizon Hariadi³

¹⁻³ Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Email Korespondensi: hermansyah1975@gmail.com

Disubmit: 05 Februari 2025

Diterima: 26 Mei 2025

Diterbitkan: 01 Juni 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i6.19471>

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang mempengaruhi perkembangan anak, dengan dampak jangka panjang terhadap kualitas hidup. Intervensi berbasis promosi kesehatan diperlukan untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil dan ibu balita tentang pentingnya pola asuh, asupan gizi, dan kesehatan lingkungan dalam mencegah stunting. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi kesehatan kepada ibu hamil dan ibu balita melalui media permainan ular tangga, dengan harapan meningkatkan pemahaman mereka terkait pola asuh, gizi, dan kesehatan lingkungan guna mencegah stunting. Kegiatan ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan, Kota Bengkulu. Media yang digunakan adalah permainan ular tangga yang dirancang khusus dengan materi edukasi pencegahan stunting. Kegiatan meliputi penyuluhan, pelaksanaan permainan secara kelompok, diskusi interaktif, dan sesi tanya jawab. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan menggunakan kuesioner. Sebanyak 36 peserta terlibat dalam kegiatan ini. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan yang signifikan pada tingkat pengetahuan ibu hamil dan ibu balita mengenai pencegahan stunting setelah mengikuti kegiatan. Peserta juga memberikan tanggapan positif terhadap metode edutainment, yang dianggap menarik dan mudah dipahami. Intervensi promosi kesehatan melalui media edutainment permainan ular tangga terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu balita terkait pencegahan stunting. Kegiatan ini dapat direplikasi di wilayah lain sebagai strategi inovatif untuk mengatasi stunting di masyarakat.

Kata Kunci: Stunting, Promosi Kesehatan, Edutainment, Permainan Ular Tangga, Pengabdian Masyarakat, Ibu Hamil, Ibu Balita

ABSTRACT

Stunting is a chronic nutritional problem that affects child development, with long-term impacts on quality of life. Health promotion-based interventions are needed to increase the understanding of pregnant women and mothers of toddlers about the importance of parenting, nutritional intake, and environmental health in preventing stunting. This community service activity aims to provide health education to pregnant women and mothers of toddlers through the snakes and ladders game media, with the hope of increasing their understanding of parenting, nutrition, and environmental health to prevent stunting. This activity was carried out in the working area of Pasar Ikan Health

Center, Bengkulu City. The media used was a snakes and ladders game specifically designed with educational material on stunting prevention. Activities included counseling, group game implementation, interactive discussions, and question and answer sessions. Evaluation was conducted by comparing the participants' knowledge level before and after the activity using a questionnaire. A total of 36 participants were involved in this activity. The evaluation results showed a significant increase in the level of knowledge of pregnant women and mothers of children under five regarding stunting prevention after participating in the activity. Participants also gave positive responses to the edutainment method, which was considered interesting and easy to understand. The health promotion intervention through edutainment media of snakes and ladders game proved to be effective in increasing the knowledge of pregnant women and mothers of toddlers related to stunting prevention. This activity can be replicated in other areas as an innovative strategy to overcome stunting in the community.

Keywords: Stunting, Health Promotion, Edutainment, Snakes And Ladders Game, Community Service, Pregnant Women, Mothers Of Toddlers

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah kesehatan global utama yang mempengaruhi anak-anak berumur di bawah lima tahun, terutama di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (Mardani, R., Wetasin, K., & Suwanwaiphatthana, W, 2015); (Kharisma. I, Suhendar, Solehudin Y, Nopiandi. A, et al, 2023). Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh yang terjadi akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yaitu sejak janin dalam kandungan sampai usia 2 tahun kelahiran. Stunting ditandai dengan pertumbuhan yang terganggu, dengan tinggi badan menurut umur di bawah -2 standar deviasi dari standar pertumbuhan anak WHO (Anzar, 2019).

Stunting merupakan masalah yang kompleks dan melibatkan banyak faktor, yang dipengaruhi oleh gizi buruk, infeksi, sanitasi yang tidak memadai, dan faktor sosioekonomi (Kharisma. I, Suhendar, Solehudin Y, Nopiandi. A, et al, 2023). Prediktor utama termasuk berat berasal dari janin misalnya berat badan lahir rendah, janin mengalami kekurangan gizi saat kehamilan. Sedangkan faktor yang berhubungan dengan ibu antara lain ibu mengalami kurang gizi saat hamil, menderita penyakit seperti malaria dan TBC, anemia, faktor usia ibu yang terlalu tua atau muda, paritas dan lainnyapendidikan ibu, pengetahuan ibu tentang malnutrisi anak, dan tipe keluarga (Mardani, R., Wetasin, K., & Suwanwaiphatthana, W, 2015).

Konsekuensi stunting jangka panjang dapat memengaruhi kesehatan, kualitas hidup, dan produktivitas di masa depan (Kharisma. I, Suhendar, Solehudin Y, Nopiandi. A, et al, 2023). Strategi pencegahan stunting berfokus pada gizi seimbang, sanitasi yang lebih baik, dan perawatan yang optimal. Intervensi spesifik mencakup praktik pemberian makanan pendamping ASI yang sesuai, tepat waktu dan memadai seperti yang direkomendasikan oleh WHO (Anzar, 2019). Mengatasi stunting membutuhkan kolaborasi dan komitmen yang kuat untuk memastikan pertumbuhan yang sehat dan potensi penuh untuk generasi mendatang. Strategi promosi kesehatan, termasuk advokasi, dukungan sosial, dan pemberdayaan masyarakat, sangat penting dalam upaya pencegahan

stunting. Namun, sebagian besar strategi lebih berfokus pada aspek konseptual daripada aspek operasional dan tidak memiliki bukti keberhasilan dalam menurunkan prevalensi stunting (Tiyas R., Hasanbasri M., 2023).

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan indikator penting dalam menilai kualitas layanan kesehatan dan kesejahteraan perempuan di suatu negara. Berdasarkan data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2020, AKI di dunia diperkirakan mencapai 223 kematian per 100.000 kelahiran hidup. Hasil Long Form Sensus Penduduk 2020 oleh Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan AKI sebesar 189 kematian per 100.000 kelahiran hidup. Angka ini menempatkan Indonesia pada peringkat kedua tertinggi di ASEAN dalam hal kematian ibu, jauh lebih tinggi dibandingkan negara-negara seperti Malaysia, Brunei, Thailand, dan Vietnam yang sudah di bawah 100 per 100.000 kelahiran hidup (BPS, 2023)

Kurangnya pengetahuan ibu tentang kehamilan dan persalinan serta perawatan bayi akan memiliki dampak serius terhadap kesehatan ibu dan bayi, bahkan dapat berkontribusi langsung terhadap tingginya angka kematian ibu (AKI). Upaya menekan Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan tanggung jawab bersama yang melibatkan berbagai pihak, mulai dari individu, keluarga, komunitas, tenaga kesehatan, hingga pemerintah. Pendekatan yang dilakukan tak hanya ke ibu hamil saja, tapi juga melibatkan kader kesehatan di wilayah tempat tinggal ibu hamil. Salah satu upaya yang dilakukan Kementerian Kesehatan dalam rangka membantu penurunan angka kematian ibu adalah pelayanan kelas ibu hamil. Kelas Ibu Hamil merupakan suatu bentuk kegiatan edukasi kelompok yang diperuntukkan bagi ibu hamil, biasanya difasilitasi oleh tenaga kesehatan seperti bidan atau perawat di fasilitas pelayanan kesehatan, seperti puskesmas, posyandu, atau klinik. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan ibu hamil serta suami atau anggota keluarga lainnya dalam menghadapi kehamilan, persalinan, dan perawatan bayi baru lahir.

Kelas ibu hamil telah sepenuhnya mampu dilaksanakan di tingkat-tingkat yang lebih kecil yaitu di setiap RW di Kelurahan. Namun, partisipasi ibu hamil dalam mengikuti kelas ibu hamil di tiap RW masih tergolong rendah (47,9%). Berdasarkan survey pendahuluan terhadap 10 ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan didapatkan hasil bahwa alasan mereka tidak mengikuti kelas ibu hamil sebagian besar dikarenakan kegiatan hanya sekedar penyuluhan materi yang ada di buku KIA sehingga kurang menarik minat ibu hamil untuk mengikuti kelas ibu hamil.

Temuan lainnya masih ada kasus balita yang kekurangan gizi atau gizi buruk, ibu hamil yang mengalami anemia, selain itu, beberapa ibu melaporkan mengalami berbagai masalah saat menyusui, termasuk payudara bengkak dan puting susu terasa sakit, serta kesadaran ibu tentang menyusui dan teknik menyusui masih rendah.

Kunjungan ibu hamil pada kelas ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Pasar ikan masih tergolong rendah, padahal kelas ibu hamil memiliki beragam manfaat untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang kehamilan, persalinan, dan perawatan bayi, termasuk deteksi dini risiko kehamilan, edukasi gizi seimbang, serta manajemen kesehatan mental. Kelas ini juga membantu ibu mempersiapkan rencana persalinan, meningkatkan keterampilan merawat bayi, serta mendorong dukungan keluarga dan jaringan sosial antar sesama ibu hamil. Selain itu, kelas ibu hamil berkontribusi menurunkan risiko komplikasi, mendukung pemberian ASI eksklusif, meningkatkan cakupan imunisasi, dan secara keseluruhan

membantu menurunkan angka kematian ibu dan bayi. Oleh karena itu, diperlukan alternative solusi dalam memberikan edukasi ibu hamil berupa permainan edukatif sebagai edutainment untuk meningkatkan minat dan motivasi ibu hamil sehingga tercipta suasana yang menyenangkan di kelas ibu hamil. Upaya yang dilakukan dengan mengembangkan alat permainan edukatif sebagai edutainment berbentuk media cetak ular tangga yang berisi tentang mitos dan fakta seputar kehamilan, mitos dan fakta seputar menyusui dan perawatan bayi baru lahir.

Permainan ini diadopsi dari permainan ular tangga namun memiliki ukuran yang lebih besar dan berisi pengetahuan tentang perawatan kehamilan, menyusui dan bayi baru lahir di setiap tingkat permainannya. Edukasi dengan menggunakan ular tangga merupakan salah satu inovasi yang mudah diaplikasikan sekaligus menghadirkan suasana belajar sambil bermain. Hal ini memberikan pengalaman baru bagi tenaga kesehatan maupun ibu hamil dan ibu balita bahwa bentuk penyuluhan tidak hanya sekedar ceramah. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, merubah sikap dan perilaku ibu hamil juga ibu balita terhadap perawatan selama kehamilan, menyusui dan bayi baru lahir.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Masalah kesehatan di masyarakat sering kali terkait dengan kurangnya pengetahuan atau kesadaran akan perilaku hidup sehat. Banyak penyakit yang sebenarnya dapat dicegah melalui edukasi dan promosi kesehatan, namun kurangnya pendekatan yang menarik membuat pesan-pesan kesehatan kurang efektif tersampaikan. Dalam konteks ini, mencari metode yang inovatif dan mudah diterima menjadi penting.

Tujuan pengabdian ini adalah dapat memberdayakan kader dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu balita tentang pencegahan stunting melalui media edutainment permainan ular tangga. Berdasarkan latar belakang masalah, rumusan pertanyaan dalam kegiatan ini adalah : Bagaimana efektivitas media edutainment permainan ular tangga dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu balita tentang pencegahan stunting?.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada bulan Juli-November 2024. Kegiatan diawali dengan proses perizinan, sosialisasi program dan koordinasi dengan Kepala Puskesmas juga ketua kader Kelurahan Malabro dan Berkas. Kemudian dilaksanakan Sosialisasi 1000 hari pertama kehidupan kepada masyarakat dengan khalayak sasaran dan stakeholder melalui permainan ular tangga sebagai media edutainment; Pelatihan Kader termasuk keterampilan mengenai Pemanfaat Permainan Ular Tangga; Pelayanan Kesehatan berupa pemeriksaan kesehatan ibu hamil; Penyuluhan Kesehatan/Promosi Kesehatan pada ibu hamil, ibu balita dan kader.

3. KAJIAN PUSTAKA

Permainan ular tangga adalah permainan yang berasal dari India yang pada awalnya dimainkan untuk memberikan pesan moral yang dikenal dengan nama Vaikuntapaali atau Paramapada Sopanam. Ular Tangga adalah permainan papan klasik yang menggabungkan gameplay sederhana dengan narasi moral yang mendalam. Berasal dari India kuno, permainan ini

dimaksudkan untuk menggambarkan jalan hidup menuju pencerahan spiritual, dengan tangga yang melambangkan kebajikan dan ular yang mewakili keburukan. Saat pemain bergerak naik dan turun papan, mereka menghadapi “hadiah” untuk perilaku yang baik dan “hukuman” untuk pilihan yang buruk (Garimella, 2024).

Permainan ular tangga pada awalnya merupakan permainan yang hanya dimainkan oleh anak-anak. Permainan ini dimainkan oleh dua orang pemain atau lebih dengan media papan permainan bergaris. Berisi sejumlah kotak yang dilengkapi dengan anak tangga dan ular. Jumlah kotak dapat bervariasi antara 8x8, 10x10 atau 12x12 sesuai dengan kebutuhan untuk menyampaikan informasi. Media permainan ini telah diadaptasi dalam berbagai variasi yang disesuaikan dengan tujuan permainan yang diberikan, baik untuk metode pengajaran di kelas maupun edukasi dari anak-anak hingga orang dewasa. Permainan ular tangga dapat dimainkan lebih dari satu orang dalam kelompok. Permainan tingkat sederhana dilakukan dengan setiap orang berkesempatan untuk melempar dadu dan menentukan langkah pertama dari setiap pemain. Bila nanti ada yang menemukan tangga maka pemain tersebut berkesempatan naik ke kolom sesuai anak tangga akhir yang dituju, sedangkan bila menemui ular maka akan turun sesuai ujung ekor ular tersebut.

Permainan ular tangga merupakan salah satu media permainan yang familiar dan sangat digemari oleh berbagai kalangan usia, dari anak-anak hingga orang dewasa. Dengan mengadaptasi permainan yang sudah dikenal ini untuk menyisipkan elemen-elemen edukasi tentang kesehatan, diharapkan pesan-pesan kesehatan dapat disampaikan dengan cara yang lebih menyenangkan, interaktif, dan tidak membosankan. Selain itu, aspek kompetitif yang dimiliki dalam permainan ini dapat menambah motivasi peserta untuk lebih memperhatikan dan mengingat informasi yang disampaikan melalui permainan.

Berbagai penelitian telah menunjukkan keampuhan permainan ini dalam meningkatkan hasil belajar, terutama dalam pendidikan sains untuk siswa. Dengan menggunakan model ADDIE, Widiani dkk. (2019) mengembangkan permainan ular tangga sebagai media pembelajaran yang mendapat penilaian validitas tinggi dari para ahli dan siswa, serta menunjukkan efektivitas yang signifikan dalam meningkatkan kinerja siswa (I W. Widiani, Ni P. Gita Parera, Adrianus I Wayan Ilia Yuda Sukmana, 2019).

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini media ular tangga digunakan sebagai media edukasi dan entertainment yang diharapkan dapat menjadi media pembelajaran yang menyenangkan untuk meningkatkan pengetahuan sikap dan perilaku ibu hamil dan menyusui tentang stunting. Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Pengetahuan sikap dan perilaku dapat dijelaskan dengan kerangka *Health Belief Model*.

Health Belief Model (HBM) telah terbukti efektif dalam menjelaskan dan memodifikasi pengetahuan, sikap, dan perilaku yang berhubungan dengan kesehatan di berbagai konteks. Berbagai penelitian telah menunjukkan keampuhannya dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku pasien tuberculosis (Fitriyani, Dwijayanti, Ruswandi, and Afriansyah, 2024), mempromosikan perilaku hidup bersih dan sehat di kalangan keluarga berisiko tinggi (Arindari, Suswitha and Maharani, 2024), dan memahami perilaku pencegahan selama pandemi COVID-19 (Wahyusantoso & Chusairi, 2021). Studi-studi ini secara konsisten melaporkan peningkatan yang signifikan dalam hasil yang berhubungan dengan kesehatan setelah

intervensi berbasis HBM. Fokus model ini pada kerentanan yang dirasakan, tingkat keparahan, manfaat, dan hambatan terhadap ancaman kesehatan tampaknya menjadi faktor kunci dalam keefektifannya. Namun, beberapa keterbatasan, seperti distribusi usia yang tidak merata dan potensi bias laporan diri, telah dicatat dalam penelitian tertentu (Wahyusantoso & Chusairi, 2021).

Edukasi kesehatan dengan menggunakan buku KIA terbukti dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pemantauan diri dan deteksi risiko dini (Setiawati, 2024) (Setiawati. I, Daniati. D, Zainiyah. H, 2024). Namun, masih terdapat beberapa tantangan, antara lain rendahnya pengetahuan ibu tentang manfaat buku KIA dan kurangnya penyuluhan dari tenaga kesehatan (Sulistiyaningsih, 2019)). Berdasarkan pada Kementerian Kesehatan RI beberapa hal terkait perilaku kesehatan yang perlu dilakukan oleh ibu pada saat hamil seperti tertuang dalam buku KIA diantaranya adalah : Melakukan pemeriksaan rutin kehamilan Pemeriksaan dilakukan minimal selama 4 kali selama kehamilan, yaitu 1 kali saat trimester pertama, 1 kali saat trimester kedua dan 2 kali saat trimester ketiga. Pemeriksaan yang dilakukan saat kunjungan adalah : (1) pemeriksaan timbang berat badan dan tinggi badan, (2) tekanan darah, (3) ukur LILA, (4) tinggi fundus uteri, (5) penentuan letak dan presentasi janin, denyut jantung janin, (6) imunisasi TT, (7) pemberian tablet tambah darah, (8) tes laboratoriu meliputi glogan darah, Hb, urine dan HIV, HbSAg maupun sifilis, (9) mendapatkan konseling, (10) mendapatkan tatalaksana bila ibu terdapat masalah kesehatan. Melakukan perawatan kehamilan Perawatan selama kehamilan yang dapat dilakukan oleh ibu diantaranya adalah makan makan yang bervariasi dengan pola gizi seimbang, istirahat yang cukup, menjaga kebersihan diri, dan aktivitas fisik. Sedangkan hal yang tidak boleh dilakukan selama hamil adalah bekerja berat, merokok, minum alkohol maupun jamu, tidur terlentang lebih dari 10 menit pada hamil tua dan stress (Guntara, M. A, Rahmannia. S, Lestari G., 2024)

Menurut Kementerian Kesehatan RI, beberapa hal terkait perilaku kesehatan yang perlu dilakukan oleh ibu menyusui diantaranya adalah Memberikan ASI pada bayi secara eksklusif dalam 6 bulan pertama kehidupan Mengetahui cara menyusui yang benar (posisi dan perlekatan) Mengetahui cara memerah dan menyimpan ASI Melakukan perawatan diri selama menyusui Hal ini diantaranya dalah tetap menjaga kebersihan badan, makan makan dengan gizi seimbang, asupan cairan yang cukup, istirahat yang cukup Memberikan MPASI saat usia bayi lebih dari 6 bulan dengan tetap mempertahankan ASI hingga 2 tahun (Guntara, M. A, Rahmannia. S, Lestari G., 2024).

4. METODE

Solusi yang ditawarkan untuk menangani permasalahan yang ada pada mitra di wilayah kerja Puskesmas adalah melalui kegiatan intervensi yang berfokus pada 1000 HPK (masa kehamilan) yang dikemas dalam permainan berbentuk ular tangga, melalui intervensi spesifik pada ibu hamil dan ibu balita.

Permainan ular tangga dalam program intervensi ini dirancang dengan aturan main yang menyerupai permainan tradisional, namun dengan modifikasi yang memasukkan elemen edukasi kesehatan yang signifikan. Setiap petak yang terdapat pada papan permainan memiliki pertanyaan atau

fakta menarik yang berkaitan dengan berbagai aspek kesehatan. Ketika pemain mendarat di petak ini, mereka wajib menjawab pertanyaan atau memahami informasi yang tersedia sebelum mereka bisa melanjutkan permainan ke petak berikutnya. Dengan demikian, proses pembelajaran terjadi secara alami bersamaan dengan permainan yang dilakukan.

Materi-materi yang diintegrasikan dalam permainan ini mencakup berbagai topik penting seputar stunting. Pesan kesehatan dalam permainan ini disampaikan melalui interaksi langsung yang berlangsung antara peserta dengan fasilitator yang bertugas membimbing jalannya permainan. Selain itu, informasi yang tertulis pada papan permainan juga membantu memperkuat semua pesan yang disampaikan. Apabila peserta mendarat pada petak tertentu, fasilitator akan memberikan penjelasan yang lebih mendalam serta mendorong terjadinya diskusi aktif di antara para pemain mengenai informasi yang baru mereka terima.

Pemberdayaan masyarakat adalah merupakan salah satu strategi yang tepat dilakukan untuk mengidentifikasi masalah kesehatan yang ada di masyarakat guna membantu masyarakat mengatasi masalah kesehatan. Kader merupakan orang yang secara sukarela ditunjuk oleh masyarakat yang diharapkan dapat memberdayakan masyarakat agar mampu memecahkan masalah dan kebutuhan gizi anggota keluarga balita dan mampu merujuk merujuk masyarakat ke fasilitas kesehatan. Pelatihan kader dapat menambah ilmu, wawasan, pengalaman dan keterampilan dalam melakukan bimbingan dan pembinaan, fasilitasi, pemantauan dan evaluasi pengelolaan kegiatan dan kinerja kader posyandu secara berkesinambungan.

Metode kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan berdasarkan konsep pemberdayaan masyarakat dan partisipasi masyarakat yang terdiri dari : Sosialisasi 1000 hari pertama kehidupan kepada masyarakat dengan khalayak sasaran dan stakeholder melalui permainan ular tangga sebagai media edutainment; Pelatihan Kader termasuk keterampilan mengenai Pemanfaat Permainan Ular Tangga; Pelayanan Kesehatan berupa pemeriksaan kesehatan ibu hamil; Penyuluhan Kesehatan/Promosi Kesehatan pada ibu hamil, ibu balita dan kader.

Table 1. Rencana Kegiatan/Plan of Action (POA)

No	Kegiatan	Sasaran	Metode	Media	Penanggung Jawab	Waktu dan tempat
1	Pengkajian dan wawancara kebutuhan Kader, Ibu hamil dan ibu balita serta tenaga kesehatan	1. Tenaga Kesehatan di Puskesmas 2. Kader 3. Ibu hamil dan ibu balita	Observasi & Wawancara	Lembar kuesioner	Dosen dan Mahasiswa	Minggu ke 1 dan Minggu Ke 2 Puskesmas dan wilayah kerja Puskesmas

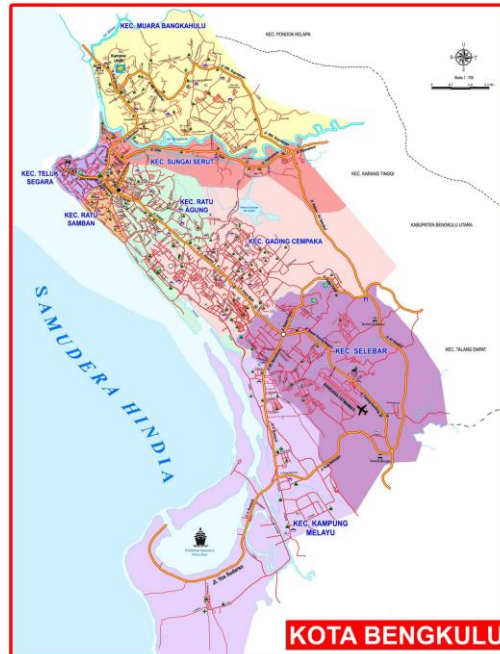
No	Kegiatan	Sasaran	Metode	Media	Penanggung Jawab	Waktu dan tempat
	an di Puskesmas.					
2	Presentasi proposal	Tenaga Kesehatan di Puskesmas	Diskusi	Slide presentasi	Dosen dan Mahasiswa	Minggu Ke-4
3	Sosialisasi dan Pelatihan pada kader termasuk keterampilan mengenai Pemanfaatan Permainan Ular Tangga	Tenaga Kesehatan Kader	Miniworkshop Demonstrasi	Laptop, slide, dan alat peraga	Dosen dan Mahasiswa	Minggu ke- 4
4	Implementasi oleh kader pada ibu hamil	Kader Ibu hamil dan ibu balita di wilayah kerja Puskesmas	Demonstrasi	Kursi Media permainan ular tangga	Kader Tenaga Kesehatan	Minggu ke- 4 dan ke 5
6	Evaluasi, Pemaparan hasil pengabdian masyarakat	Tenaga Kesehatan di Puskesmas	Diskusi	Slide presentasi	Dosen dan Mahasiswa	Minggu ke-5

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan mulai dari kegiatan penjajakan ke Puskesmas Pasar Ikan pada tahun 2023. Hasil survey awal menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk intervensi promosi kesehatan yang efektif, terutama dalam meningkatkan pengetahuan tentang gizi, pemberian ASI eksklusif, dan pencegahan stunting. Media edutainment seperti permainan ular tangga dapat menjadi pendekatan yang menarik dan efektif untuk mengedukasi ibu hamil dan ibu balita. Program ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan memberikan pemahaman

yang lebih baik mengenai pentingnya pola asuh yang sehat dan gizi yang seimbang.

UPTD Puskesmas Pasar Ikan merupakan salah satu Puskesmas yang ada dalam Kota Bengkulu, yang berada dalam wilayah Kecamatan Teluk Segara dengan luas wilayah 1.553 Km²/172,63 Ha, terletak di pesisir kota Bengkulu meliputi 9 kelurahan yaitu : Pondok Besi, Kebun Ros, Kebun Keling, Malabero, Sumur Meleleh, Berkas, Pasar Baru, Jitra juga Pasar Melintang



Gambar 1. Peta Lokasi

Terlaksana kegiatan PkM ini sebagai bentuk perhatian Poltekkes Kemenkes Bengkulu dalam upaya pencegahan stunting di Provinsi Bengkulu. Pelaksanaan kegiatan didukung oleh Dinkes Kota Bengkulu beserta jajarannya, Puskesmas Pasar Ikan, Camat Teluk Segara dan Lurah Berkas dan Lurah Malabro serta tokoh masyarakat setempat. Kegiatan dilaksanakan mulai bulan Agustus sampai dengan November 2024. Hasil kegiatan dapat dijabarkan sebagai berikut:

a. Kegiatan Sosialisasi HPK dan Stunting

Kegiatan sosialisasi 1000 HPK dan Stunting merupakan salah satu program kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan paa tanggal 06 Agustus 2024. Sosialisasi dilakukan oleh wakil dari Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, Camat Teluk Segara, Lurah Berkas dan Malabro, beserta stafnya dan dihadiri oleh Tim Dosen Poltekkes Kemenkes Bengkulu, Kader Kesehatan dan perwakilan ibu hamil serta ibu menyusui. Peserta yang hadir berjumlah kurang lebih 40 orang. Kegiatan sosialisasi 100 HPK dan stunting dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya 1000 HPK dan pencegahan stunting.

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, dilakukan sosialisasi tentang pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sebagai fase krusial dalam pertumbuhan dan perkembangan anak, serta upaya pencegahan stunting. Sosialisasi ini bertujuan untuk meningkatkan

pemahaman ibu hamil dan ibu balita mengenai dampak stunting terhadap kualitas hidup anak di masa depan.

Kegiatan dimulai dengan penyampaian materi mengenai 1000 HPK, yaitu periode dari kehamilan hingga usia dua tahun, yang merupakan waktu yang sangat penting bagi pertumbuhan fisik dan perkembangan otak anak. Ibu hamil dan ibu balita diberi pengetahuan tentang bagaimana nutrisi yang tepat selama kehamilan, pemberian ASI eksklusif, dan pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang bergizi dapat mencegah stunting. Selain itu, mereka diajak untuk memahami betapa pentingnya pemantauan kesehatan anak secara rutin, baik dari segi gizi maupun perkembangan motorik dan kognitif.

Sosialisasi ini juga menekankan pada peran ibu sebagai garda terdepan dalam upaya pencegahan stunting, dengan memberikan pengetahuan yang lebih baik tentang pola makan sehat, kebersihan lingkungan, dan pentingnya imunisasi. Dalam kegiatan ini, ibu hamil dan ibu balita diberikan pemahaman tentang bagaimana mereka dapat berperan aktif dalam mendukung tumbuh kembang anak yang optimal, sehingga dapat terhindar dari stunting.



Gambar 2. Foto saat kegiatan sosialisasi

b. Kegiatan Pelatihan Kader

Pelatihan kader dilakukan selama 1 hari yang dilakukan di Kantor kelurahan Berkas pada tanggal 14 Agustus 2024. Kader yang terlibat dalam pelatihan ini adalah kader posyandu yang ada di Kelurahan Berkas berjumlah 5 orang dan kader kelurahan Malabro berjumlah 5 orang.

Pelatihan ini bertujuan untuk memperkuat materi sosialisasi, serta dilakukan pula permainan ular tangga yang disesuaikan dengan tema pencegahan stunting. Melalui metode ini peserta dapat belajar secara menyenangkan dan interaktif, sehingga mempermudah mereka dalam mengingat dan memahami informasi yang diberikan. Dengan pendekatan yang menarik ini, diharapkan ibu hamil dan ibu balita tidak hanya memahami pentingnya 1000 HPK, tetapi juga dapat mengaplikasikan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari untuk mencegah stunting pada anak mereka.



Gambar 3. Gambar saat kegiatan pelatihan kader

c. Kegiatan Permainan Ular tangga di Kelurahan Malabro dan Kelurahan Berkas

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, permainan ular tangga menjadi salah satu metode utama dalam penyampaian materi edukasi kepada ibu hamil dan ibu balita mengenai pencegahan stunting yang berlangsung pada tanggal 07 November di Kelurahan Malabro dan tanggal 11 November di Kelurahan Berkas. Permainan ini dirancang secara khusus dengan elemen-elemen yang berfokus pada informasi penting mengenai stunting, penyebab stunting, cara untuk mencegahnya, juga seputar gizi, kesehatan ibu dan anak, serta pola asuh yang tepat selama 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Pada permainan ini juga ibu diminta untuk mempraktekkan cara menyusui yang benar, cara melakukan pijat oksitosin untuk memperlancar produksi ASI, cara perawatan payudara juga cara untuk melakukan pijatan pada bayi.

Peserta dibagi menjadi beberapa kelompok dan diminta untuk bermain ular tangga dengan aturan yang sedikit dimodifikasi, di mana setiap langkah yang mereka ambil berisi tantangan, pernyataan atau pertanyaan terkait pencegahan stunting. Setiap kali peserta mendarat di kotak tertentu, mereka akan mendapatkan informasi tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif, nutrisi yang tepat untuk ibu hamil dan balita, serta cara mengidentifikasi tanda-tanda stunting pada anak. Sebagai contoh, jika seorang peserta mendarat di kotak yang berisi pertanyaan mengenai manfaat gizi seimbang bagi ibu hamil, mereka harus menjawab dengan benar untuk melanjutkan permainan. Jika Jawaban mereka salah maka fasilitator (kader) akan mengoreksi dan memberitahukan jawaban yang tepat untuk soal tersebut.

Selain itu, ular dan tangga dalam permainan ini melambangkan konsekuensi dari pola hidup sehat dan tidak sehat. Jika peserta mendarat di kotak ular, mereka akan mendapatkan informasi tentang dampak buruk dari kebiasaan tidak sehat, seperti kekurangan gizi pada ibu hamil atau pemberian MP-ASI yang tidak tepat. Sebaliknya, mendarat di kotak tangga akan memberikan mereka pengetahuan positif tentang bagaimana tindakan mereka dapat mendukung tumbuh kembang anak yang optimal.

Melalui permainan ini, ibu hamil dan ibu balita tidak hanya belajar tentang pentingnya pola makan sehat dan pemberian ASI eksklusif, tetapi juga dapat saling berbagi pengalaman dan pengetahuan. Permainan ular tangga ini bertujuan untuk menjadikan edukasi lebih menyenangkan, interaktif, dan mudah diingat, serta meningkatkan partisipasi aktif dalam pencegahan stunting di kalangan masyarakat. Diharapkan, setelah mengikuti permainan ini, para peserta dapat lebih memahami dan mengaplikasikan apa yang telah mereka pelajari dalam kehidupan sehari-hari untuk mencegah stunting pada anak-anak mereka.



Gambar 4. Permainan ular tangga di Kelurahan Malabro



Gambar 5. Permainan ular tangga di Kelurahan Berkas

Table 2. Pengaruh Edutainment terhadap peningkatan pengetahuan Kader, Ibu hamil dan Ibu Balita

		Pengetahuan			
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error
Pair 1	Pengetahuan Sebelum diberikan edutainment ular tangga	.49	49	.505	
	Pengetahuan Setelah diberikan edutainment ular tangga	.96	49	.200	

Hasil dari implementasi program dengan metode ini menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam hal pengetahuan serta kesadaran kesehatan di kalangan peserta. Banyak peserta yang melaporkan bahwa mereka mulai menerapkan perilaku yang diajarkan seperti rutin memeriksa kandungannya ke bidan dan mengonsumsi tablet Fe yang diberikan. Selain itu, program ini juga berhasil meningkatkan interaksi

dan kerja sama di antara anggota masyarakat, yang secara tidak langsung mendukung terciptanya lingkungan yang lebih sehat dan mendukung pola hidup sehat di dalam komunitas.

Kegiatan intervensi promosi kesehatan melalui media edutainment permainan ular tangga menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan kader, ibu hamil, dan ibu balita mengenai pencegahan stunting. Data hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan di berbagai aspek terkait gizi seimbang, pola asuh yang tepat, serta identifikasi faktor risiko stunting. Selain itu, kegiatan ini juga mendorong peningkatan kesadaran dan perubahan perilaku positif di kalangan peserta.

Hasil kegiatan ini menunjukkan efektivitas media edutainment permainan ular tangga dalam meningkatkan pemahaman peserta tentang pencegahan stunting. Jika dibandingkan dengan metode penyuluhan konvensional yang bersifat satu arah, permainan ular tangga memberikan pengalaman belajar yang lebih interaktif dan menyenangkan. Hal ini sejalan dengan beberapa studi sebelumnya, seperti penelitian oleh (Wijayanti, T.S., Fayasari, A., & Khasanah, T.A., 2021) yang menunjukkan bahwa penggunaan media permainan edukatif dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang kesehatan anak secara signifikan. Dengan demikian, pendekatan ini dapat menjadi alternatif yang efektif dalam program promosi kesehatan masyarakat.

Sebaliknya, pendekatan tradisional yang hanya mengandalkan ceramah cenderung kurang efektif dalam mempertahankan perhatian dan keterlibatan peserta. Kontrasnya, media permainan seperti ular tangga mampu menciptakan suasana belajar yang kompetitif namun tetap santai, sehingga peserta lebih mudah memahami materi dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Oryza Sativa F., Syaban, M., 2022), yang menunjukkan bahwa penggunaan media permainan edukatif mampu meningkatkan partisipasi aktif dan pemahaman peserta secara signifikan dibandingkan dengan metode ceramah tradisional. Selain itu, studi oleh (Sesi Bitu Y., et al, 2024) juga menemukan bahwa suasana belajar yang menyenangkan dan interaktif dapat meningkatkan retensi informasi pada peserta.

Dari segi peningkatan keterampilan, permainan ini juga berhasil mendorong ibu hamil dan ibu balita untuk lebih proaktif dalam mengenali faktor risiko stunting. Hal ini berbeda dengan metode lain yang mungkin kurang memberikan kesempatan kepada peserta untuk berlatih secara langsung. Hasil penelitian dalam pendidikan kesehatan untuk ibu hamil, penggunaan alat bantu visual edutainment seperti kartu flash terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang pencegahan anemia (Sulistiyan A, Bohari, Fatmawati Tuti, 2023). Selain itu, studi oleh (Daswito, R., Gunnara, H., et al, 2024) juga mengonfirmasi bahwa pendekatan berbasis permainan meningkatkan partisipasi aktif dan pemahaman peserta tentang isu kesehatan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media edutainment permainan ular tangga merupakan strategi yang efektif dalam upaya pencegahan stunting di masyarakat.

Secara keseluruhan, intervensi promosi kesehatan yang menggunakan permainan ular tangga terbukti efektif dalam menyampaikan pesan-pesan kesehatan dengan cara yang menarik, menyenangkan, dan mudah diterima oleh masyarakat. Program ini

memiliki potensi untuk direplikasi dan dikembangkan lebih lanjut agar dapat mencapai dampak yang lebih luas lagi di berbagai lapisan masyarakat. Dengan berbagai upaya ini, diharapkan kesadaran akan pentingnya kesehatan dapat meningkat secara berkelanjutan di masyarakat kita.

6. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa intervensi promosi kesehatan melalui media edutainment permainan ular tangga merupakan metode yang efektif dan inovatif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu balita terkait pencegahan stunting. Media permainan ini tidak hanya mampu menyampaikan informasi dengan cara yang menarik, tetapi juga mempermudah peserta untuk memahami konsep penting seperti pola asuh, gizi, dan kesehatan lingkungan. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan peserta, disertai dengan antusiasme yang tinggi selama kegiatan berlangsung.

Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi model intervensi yang dapat diterapkan di berbagai wilayah dengan prevalensi stunting tinggi, sehingga mendukung upaya pemerintah dalam menurunkan angka stunting secara nasional. Repplikasi dan pengembangan media serupa diharapkan dapat lebih memperluas dampak edukasi kesehatan di masyarakat

7. DAFTAR PUSTAKA

- Anzar, J. (2019). Anzar, J. (2019). *Nutrisi untuk Stunting*. Anzar, J. (2019). *20th Conferences of Medical Sciences Dies Natalis Faculty of Medicine Universitas Sriwijaya*. Palembang.
- Arindari, Suswitha and Maharani. (2024). *Aplikatif Health Belief Model Melalui Promosi Kesehatan Pentingnya Hidup Bersih Dan Sehat Pada Keluarga Dengan Resiko Tinggi*. UKHUWAH : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, Vol. 2 No. 1, 33-39.
- BPS. (2023). *Mortalitas Indonesia : hasil Long Form Sensus Penduduk*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Daswito, R., Gunnara, H., et al. (2024). *Edukasi Kesehatan di Sekolah Menggunakan Metode Permainan Monopoli Kesehatan di SMA Negeri 1 Teluk Sebong*. Segantang Lada : Jurnal Pengabdian Kesehatan.
- Fitriyani, Dwijayanti, Ruswandi, and Afriansyah. (2024). *Efektivitas Edukasi Health Belief Model dalam Perubahan Pengetahuan dan Perilaku Pasien Tuberkulosis*. IJMS - Indonesian Journal on Medical Science, Volume 11 No 2, 141-147.
- Garimella, R. (2024). *Snakes and Ladders: The Ultimate Guide to India's Iconic Board Game*. Board Monk.
- Guntara, M. A, Rahmannia. S, Lestari G. (2024). *Pemanfaatan Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) oleh Ibu Hamil dan Balita*. HIGEIAJOURNAL OF PUBLIC HEALTH RESEARCH AND DEVELOPMENT, 39-50.
- <https://doi.org/10.15294/KEMAS.V11i1.3927>. (n.d.).
- I W. Widiyana, Ni P. Gita Parera, Adrianus I Wayan Ilia Yuda Sukmana. (2019). *Media Permainan Ular Tangga Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa*

- Kelas IV Pada Kompetensi Pengetahuan IPA. *JET : Journal Of Education Technology*, Volume 3 No 4, 315-322.
- Kharisma. I, Suhendar, Solehudin Y, Nopiandi. A, et al. (2023). Kegiatan Perbaikan Pola Hidup Sehat Masyarakat Desa Cimaja Sebagai Langkah Cegah Stunting. *EJOIN : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1246-1252.
- Mardani, R., Wetasin, K., & Suwanwaiphatthana, W. (2015). The Predicting Factors Affecting The Occurrence Of Stunting In Children Under Five Years Of Age. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1).
- Oryza Sativa F., Syaban, M. (2022). Pengembangan Evaluasi Berbasis Media Permainan Ular Tangga pada Materi Berbagai. *JURNAL BASICEDU*, 6981-6989.
- Sesi Bitu Y., et al. (2024). Pembelajaran Interaktif: Meningkatkan Keterlibatan Dan Pemahaman Siswa. *J-KIP (Jurnal Keguruan dan Ilmu Pendidikan)* Vol. 5, No. 2, 193-198.
- Setiawati. I, Daniati. D, Zainiyah. H. (2024). Skrining Resiko Tinggi Pada Ibu Hamil Melalui Penyuluhan Kesehatan Menggunakan Buku KIA. *PARADIGMA*, 7-14.
- Sugathapala & Walker. (2009). *having healthy babies an educational snakes and ladders game*. Stichting Networklearning.
- Sulistiyani A, Bohari, Fatmawati Tuti. (2023). Penyuluhan Bumil Anti-Anemia Dengan Menggunakan Media Flashcard di Posyandu Anggrek, Kota Serang. *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, Vol. 2 No. 2, 107-111.
- Sulistiyaningih, S. (2019). Hubungan Pengetahuan Dan Persepsi Ibu Hamil Tentang Buku Kia Dengan Pemanfaatan Buku Kia Di Wilayah Puskesmas Jekulo. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*.
- Tiyas R., Hasanbasri M. (2023). Systematic Literature Review: Strategi Promosi Kesehatan. *Manajemen Pelayanan Kesehatan*, 99-104.
- Wahyusantoso & Chusairi. (2021). Hubungan Health Belief Model pada Perilaku Prevensi saat Pandemi Covid-19 di Kalangan Dewasa Awal. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, Volume 1 (1), 129-136.
- WHO. (2023). *Stunted Growth and Development: Context, Causes and Consequences*.
- Wijayanti, T.S., Fayasari, A., & Khasanah, T.A. (2021). Permainan Edukasi Ular Tangga Meningkatkan Pengetahuan Dan Konsumsi Sayur Buah Pada Remaja di Jakarta Selatan.
- Yikar S., Nazik E. (2019). Effects of prenatal education on complaints during pregnancy and on quality of life. *Patient Education and Counseling*, 119-125.