

**Edukasi Sekolah Melalui Lomba Ular Tangga Pencegahan Stunting  
Kelompok Teman Sebaya**

*School Education Through Snakes and Ladders Contest for Prevention of  
Stunting for Peer Groups*

**Lina Eta Safitri<sup>1</sup>, Nurlaila Agustikawati<sup>2</sup>, Putri Adekayanti<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Ilmu Kesehatan Masyarakat, STIKES Griya Husada Sumbawa

Email : [safitrieltalina96@gmail.com](mailto:safitrieltalina96@gmail.com)<sup>1</sup>, [agustikawatighs@gmail.com](mailto:agustikawatighs@gmail.com)<sup>2</sup>, [adekayantiputri@gmail.com](mailto:adekayantiputri@gmail.com)<sup>3</sup>

---

**Article History:**

Received: 25 Januari 2023

Revised: 04 Februari 2023

Accepted: 01 Maret 2023

**Keywords:** Snakes And  
Ladders, Educational Games,  
Elementary School

**Abstract:** *Stunting is a condition of failure to thrive in children under five (babies under five years) resulting from chronic malnutrition so that children are too short for their age. Malnutrition occurs since the baby is in the womb and in the early days after the baby is born, however, stunting only appears after the baby is 2 years old. One of the causes of stunting is the lack of information about it. The purpose of this service is to create a learning atmosphere that is liked by children. The method used is counseling with snakes and ladders media. The result of this service is that elementary school students are happy when playing snakes and ladders games and become enthusiastic when studying*

---

**Abstrak**

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita (bayi di bawah lima tahun) akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir akan tetapi, kondisi stunting baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun. Salah satu penyebab terjadinya stunting adalah kurangnya informasi tentang hal tersebut. Tujuan pengabdian ini adalah untuk menciptakan suasana belajar yang disenangi oleh anak-anak. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dengan media ular tangga. Hasil pengabdian ini yaitu siswa/siswi sekolah dasar senang saat melakukan permainan ular tangga dan menjadi semangat ketika belajar

**Keywords:** Ular Tangga, Permainan Edukatif, Sekolah Dasar

## PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita (bayi di bawah lima tahun) akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir akan tetapi, kondisi stunting baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun. Balita pendek (stunted) dan sangat pendek (severely stunted) adalah balita dengan panjang badan (PB/U) atau tinggi badan (TB/U) menurut umurnya dibandingkan dengan standar baku WHO-MGRS (Multicentre Growth Reference Study) 2006. Sedangkan definisi stunting menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes) adalah anak balita dengan nilai z-scorenya kurang dari  $-2SD$ /standar deviasi (stunted) dan kurang dari  $-3SD$  (severely stunted)

Di Indonesia, sekitar 37% (hampir 9 Juta) anak balita mengalami stunting (Riset Kesehatan Dasar/ Riskesdas 2013) dan di seluruh dunia, Indonesia adalah negara dengan prevalensi stunting kelima terbesar. Balita/Baduta (Bayi dibawah usia Dua Tahun) yang mengalami stunting akan memiliki tingkat kecerdasan tidak maksimal, menjadikan anak menjadi lebih rentan terhadap penyakit dan di masa depan dapat beresiko pada menurunnya tingkat produktivitas. Pada akhirnya secara luas stunting akan dapat menghambat pertumbuhan ekonomi, meningkatkan kemiskinan dan memperlebar ketimpangan.

Pengalaman dan bukti Internasional menunjukkan bahwa stunting dapat menghambat pertumbuhan ekonomi dan menurunkan produktivitas pasar kerja, sehingga mengakibatkan hilangnya 11% GDP (Gross Domestic Products) serta mengurangi pendapatan pekerja dewasa hingga 20%. Selain itu, stunting juga dapat berkontribusi pada melebarnya kesenjangan/inequality, sehingga mengurangi 10% dari total pendapatan seumur hidup dan juga menyebabkan kemiskinan antar-generasi. Anak kerdil yang terjadi di Indonesia sebenarnya tidak hanya dialami oleh rumah tangga/keluarga yang miskin dan kurang mampu, karena stunting juga dialami oleh rumah tangga/keluarga yang tidak miskin/yang berada di atas 40 % tingkat kesejahteraan sosial dan ekonomi. Seperti yang digambarkan dalam grafik dibawah, kondisi anak stunting juga dialami oleh keluarga/rumah tangga yang tidak miskin<sup>1</sup>.

Paradigma sehat merupakan cara pandang, pola pikir, atau model pembangunan kesehatan yang memandang masalah kesehatan saling terkait dan memengaruhi banyak faktor yang bersifat lintas sektoral dengan upaya yang lebih diarahkan pada peningkatan, pemeliharaan, serta perlindungan kesehatan, tidak hanya pada upaya penyembuhan penyakit atau pemulihan kesehatan. Berbagai masalah kesehatan yang terjadi di masyarakat sangat memengaruhi upaya pelaksanaan peningkatan derajat kesehatan masyarakat, salah satunya adalah masalah gizi. Gizi memiliki peran penting dalam pembangunan kualitas sumber daya manusia (SDM). Ketidakseimbangan gizi dapat menurunkan kualitas SDM<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Sekretaris Wakil Presiden Republik Indonesia (2017). 100 Kabupaten/Kota Prioritas untuk Intervensi anak Kerdil (Stunting). Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan. Jakarta

<sup>2</sup> Cecep T, Mitha P. Pengantar Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat. Yogyakarta Nuha Med. 2015

Keberhasilan pembangunan nasional suatu bangsa ditentukan oleh ketersediaan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas, yakni SDM yang memiliki fisik yang tangguh, mental yang kuat dan kesehatan yang prima disamping penguasaan terhadap ilmu pengetahuan dan teknologi. Anak usia sekolah adalah generasi penerus bangsa dimana kualitas bangsa di masa depan ditentukan oleh kualitas anak-anak saat ini<sup>3</sup>

Pembangunan yang kokoh dimulai dengan peningkatan kualitas sumber daya manusia Untuk itu perlu mempersiapkan sejak dini termasuk pada usia sekolah. Status gizi anak usia sekolah merupakan salah satu indikator kesehatan yang perlu menjadi perhatian<sup>4</sup>

Masih tingginya prevalensi anak pendek yang menunjukkan masalah gizi di Indonesia merupakan masalah kronis yang berkaitan dengan kemiskinan, rendahnya pendidikan, serta kurang memadainya pelayanan dan kesehatan lingkungan<sup>5</sup>

Masalah gizi oleh banyak faktor yang saling terikat secara langsung dapat dipengaruhi oleh penyakit infeksi dan kurangnya asupan gizi secara kualitas maupun kuantitas, sedangkan secara tidak langsung dipengaruhi oleh jangkauan dan kualitas pelayanan kesehatan, pola asuh anak yang kurang memadai, sanitasi lingkungan, serta rendahnya ketahanan pangan di tingkat rumah tangga<sup>6</sup>. Berdasarkan hal tersebut maka dilakukan pengabdian untuk meningkatkan pengetahuan siswa/siswi kelas 6 atau kelas 5 Sekolah Dasar Negeri Kebayan tentang cara pencegahan stunting.

## **METODE**

Tahapan-tahapan pelaksanaan pengabdian pertama melakukan survei lokasi yang menjadi sasaran pelaksanaan kegiatan pengabdian, melakukan perizinan pengabdian, mengatur jadwal pengabdian dan terakhir melaksanakan pengabdian kepada masyarakat.

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan memberikan edukasi kepada siswa/siswi melalui metode penyuluhan yang mengkombinasikan dengan pemanfaatan media ular tangga yang berlokasi di Sekolah Dasar Negeri Kebayan di Jl.Kelapis RT/RW: 02/13 Dusun Kebayan Desa Brang Biji Kecamatan Smbawa, Kabupaten Sumbawa. Pelaksanaan Pengabdian dilakukan pada 3 Desember 2022 prosedur penyuluhan pertama kali pemberian materi pengantar oleh moderator setelah itu penggunaan media ular tangga. Permainan dilakukan dengan melibatkan kelompok-kelompok siswa/siswi.

---

<sup>3</sup> Salimar S, Kartono D, Fuada NF, Setyawati B. Stunting anak usia sekolah di Indonesia menurut karakteristik keluarga. *Penelit Gizi dan Makanan (The J Nutr Food Res.* 2013;36(2):121– 6

<sup>4</sup> Sulastri, D. (2012). Faktor determinan kejadian stunting pada anak usia sekolah di Kecamatan Lubuk Kilangan Kota Padang. *Majalah kedokteran andalas*, 36(1), 39-50.

<sup>5</sup> Aramico, B., Sudargo, T., & Susilo, J. (2016). Hubungan sosial ekonomi, pola asuh, pola makan dengan stunting pada siswa sekolah dasar di Kecamatan Lut Tawar, Kabupaten Aceh Tengah. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 1(3), 121-130

<sup>6</sup> Hadi H. Beban ganda masalah gizi dan implikasinya terhadap kebijakan pembangunan kesehatan nasional. text. 2005

## HASIL

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 3 Desember 2022 pukul 09.00 – 09.45 WITA sesuai dengan perencanaan yang dilakukan. sasaran penyuluhan adalah siswa/i SDN 02 Kebayan kelas 4, 5 dan 6, Jumlah siswa/i sekitar 50 anak. Penyuluhan yang dilakukan lebih pada penggunaan media pembelajaran yaitu ular tangga. Kegiatan diawali dengan pengenalan oleh mahasiswa terkait prosedur permainan dan pengantar materi tentang stunting.



Gambar 1. Pembukaan Oleh Moderator

Permainan ular tangga dilakukan secara berkempok yang terdiri dari 3 orang dalam satu kelompok, masing-masing anggota kelompok memilih tugas yaitu sebagai pembaca tulisan di kotak media ular tangga, sebagai pemutar dadu dan terakhir ada yang sebagai pion. Permainan dilakukan sebanyak dua kali, permainan pertama di ikuti oleh 3 kelompok dan permainan kedua di ikuti oleh 4 kelompok.

Alat permainan edukatif adalah segala sesuatu yang dapat digunakan sebagai sarana atau peralatan untuk bermain yang mengandung nilai edukatif (pendidikan) dan dapat mengembangkan seluruh kemampuan anak. Permainan edukatif yang di terapkan saat pengabdian yaitu permainan ular tangga yang sangat menyenangkan, terlihat dari keseruan siswa/i SDN Kebayan saat anggota yang memutar dadu keluar angka yang membawa poin pada kotak ular yang menandakan pion tersebut harus Kembali ke kotak yang lebih rendah dari posisi awal.



Gambar 2. Proses Permainan Ular Tangga

## DISKUSI

Pendidikan kesehatan adalah aplikasi atau penerapan pendidikan dalam bidang kesehatan. Secara operasional pendidikan kesehatan merupakan semua kegiatan untuk memberikan dan meningkatkan pengetahuan, sikap, praktek baik individu, kelompok atau masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri. Seorang tenaga pendidik haruslah memiliki kreativitas yang tinggi dalam meningkatkan minat siswa/i dalam menimbah ilmu di antaranya dengan mengaplikasikan cara anak-anak senangi

Permainan ular tangga diharapkan dapat meningkatkan minat siswa karena Permainan ini mudah dilakukan, sederhana peraturannya dan mendidik apabila diberikan tema yang positif. Selain itu permainan ular tangga membuat siswa menjadi lebih aktif karena siswa dapat berpartisipasi langsung dalam pembelajaran. Dengan bermain sambil belajar maka minat anak-anak untuk belajar menjadi meningkat<sup>7</sup>

---

<sup>7</sup> Fitri, Dwi Elka, and Lince Kartika Jelita Laia. "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Makanan Sehat Di Panti Asuhan Kemuliaan Pasir Putih Pekanbaru." *Ensiklopedia of Journal* 4.2 (2022): 85-87.

## KESIMPULAN

Penyuluhan dengan memanfaatkan media ular tangga dapat meningkatkan antusias siswa/siswi sekolah dasar saat belajar. Permainan ular tangga merupakan salah satu bentuk permainan edukatif yang bisa di kombinasikan dengan materi tentang kesehatan terutama stunting atau materi lainnya sehingga menjadi cara yang menarik dan tidak monoton dalam proses penyampai informasi kepada anak sekolah dasar.

## PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Pengabdian kepada masyarakat ini di danai oleh STIKES Griya Husada Sumbawa. Penulis mengucapkan terimakasih kepada Lembaga penelitian dan pengabdian STIKES Griya Husada Sumbawa, atas bantuan proses pelaksanaan pengabdian ini.

## DAFTAR REFERENSI

1. Aramico, B., Sudargo, T., & Susilo, J. Hubungan sosial ekonomi, pola asuh, pola makan dengan stunting pada siswa sekolah dasar di Kecamatan Lut Tawar, Kabupaten Aceh Tengah. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 1(3), 121-130 (2016)
2. Cecep T, Mitha P. Pengantar Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat. Yogyakarta Nuha Med. 2015;
3. Fitri, Dwi Elka, and Lince Kartika Jelita Laia. "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Makanan Sehat Di Panti Asuhan Kemuliaan Pasir Putih Pekanbaru." *Ensiklopedia of Journal* 4.2 (2022): 85-87.
4. Hadi H. Beban ganda masalah gizi dan implikasinya terhadap kebijakan pembangunan kesehatan nasional. text. 2005
5. Salimar S, Kartono D, Fuada NF, Setyawati B. Stunting anak usia sekolah di Indonesia menurut karakteristik keluarga. *Penelit Gizi dan Makanan (The J Nutr Food Res)*. 2013;36(2):121– 6
6. Sekretaris Wakil Presiden Republik Indonesia (2017). 100 Kabupaten/Kota Prioritas untuk Intervensi anak Kerdil (Stunting). Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan. Jakarta.
7. Sulastri, D. (2012). Faktor determinan kejadian stunting pada anak usia sekolah di Kecamatan Lubuk Kilangan Kota Padang. *Majalah kedokteran andalas*, 36(1), 39-50.