

## Edukasi Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Sekolah Dasar melalui Media Permainan Berbasis Kearifan Lokal "BAREGA" di Kelurahan Marang Kota Palangka Raya

*Education Clean and Healthy Behaviour (PHBS) in Children of Elementary Schools using Media Local Wisdom Games "BAREGA" at Marang Urban Village of Palangka Raya*

Trilianty Lestaris\*

Elsa Trinovita

Angeline Novia Toemon

Department of Medical Education,  
Universitas Palangka Raya,  
Palangka Raya, Central Kalimantan,  
Indonesia

email: [tlestarisa85@med.upr.ac.id](mailto:tlestarisa85@med.upr.ac.id)

### Kata Kunci

Anak  
BAREGA  
Permainan  
PHBS

### Keywords:

Children  
BAREGA  
Games  
PHBS

Received: December 2022

Accepted: February 2023

Published: July 2023

### Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya dalam menciptakan kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat dalam sikap dan perilaku agar dapat menerapkan hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara dan meningkatkan derajat Kesehatan. Anak usia sekolah dasar masih sering mengabaikan masalah kesehatan yang sering mereka alami, sehingga dibutuhkan upaya preventif dan promotif agar anak usia sekolah dasar memiliki pengetahuan, sikap dan tindakan PHBS yang baik dan benar agar mencegah terjadinya beberapa masalah kesehatan. Edukasi kesehatan bagi anak bertujuan untuk membiasakan pola hidup bersih dan sehat yang dimulai dari bertanggung jawab terhadap kesehatan diri sendiri dan lingkungan sekitarnya. Edukasi tersebut dapat dilakukan melalui penggunaan metode pembelajaran yang disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan anak. Oleh karena itu, Tim Pengabdian melakukan kegiatan pengabdian masyarakat sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan edukasi mengenai PHBS media inovatif berbasis kearifan lokal yaitu permainan "BAREGA", dengan khalayak sasaran utama anak usia sekolah dasar melalui penyuluhan dan demonstrasi kombinasi permainan puzzle dan ular tangga dengan materi pola hidup bersih dan sehat berbasis kearifan lokal. Pelaksanaan kegiatan ini berjalan dengan lancar, semua anak tampak sangat bersemangat dan antusias dan diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat khususnya anak dalam menerapkan pola hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

### Abstract

*Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is an effort to create conditions for individuals, families, groups, and communities in attitudes and behavior so they can adopt a healthy life to maintain and improve their health status. Elementary school-age children often ignore the health problems they experience, so preventive and promotive efforts are needed so that they have good and correct PHBS knowledge, attitudes, and actions to prevent some health problems from occurring. Health education for children aims to familiarize them with a clean and healthy lifestyle that starts with being responsible for their health and environment. This education can be done by using learning methods adapted to the characteristics and needs of children. Therefore, the Community Service Team carries out community service activities as an effort to increase education regarding PHBS, an innovative media based on local wisdom, namely the game "BAREGA," with the primary target audience being elementary school-age children through counseling and demonstrations on a combination of puzzle games and snake's ladders with a material clean and healthy lifestyle based on local wisdom. The implementation of this activity went smoothly, all the children looked very enthusiastic, and it was hoped that it would increase public awareness, especially among children, in implementing a clean and healthy lifestyle in everyday life.*



© 2023 Trilianty Lestaris, Elsa Trinovita, Angeline Novia Toemon. Published by [Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya](http://www.institutrisetdanlayananmasyarakat.com). This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v8i4.4407>

## PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hasil interaksi dari berbagai faktor yang berbeda, yaitu faktor internal dan faktor eksternal setiap pribadi. Berbagai faktor utama yang berpengaruh terhadap kesehatan, baik secara individu, kelompok, dan masyarakat dirangkai dalam 4 faktor Blum, yaitu: lingkungan (*environment*), perilaku (*behavior*), pelayanan Kesehatan (*health services*) dan keturunan (*heredity*). Keempat variabel ini saling mempengaruhi kesehatan. Oleh karena itu, faktor terpenting yang mempengaruhi kesehatan seseorang adalah menerapkan gaya hidup bersih dan sehat (Ishak *et al.*, 2022).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya dalam menciptakan kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat dalam sikap dan perilaku agar dapat menerapkan hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara dan meningkatkan derajat Kesehatan (Wati & Ridlo, 2020). Penerapan PHBS dalam sebuah masyarakat juga merupakan tanggung jawab setiap orang dan juga merupakan tanggung jawab pemerintah kota beserta jajarannya sehingga dapat dijalankan secara efektif (Nurmahmudah *et al.*, 2018). Pembelajaran PHBS disekolah dapat berupa aktifitas sehat seperti mencuci tangan dengan sabun, mengkonsumsi jajanan sehat dikantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan dan membuang sampah pada tempatnya (Sugiritama *et al.*, 2021). Kondisi sehat dapat dicapai dengan mengubah perilaku dari yang tidak sehat menjadi perilaku sehat serta menciptakan lingkungan sehat, oleh karena itu kesehatan perlu dijaga, dipelihara dan ditingkatkan oleh setiap anggota rumah tangga serta diperjuangkan oleh semua pihak. Kebiasaan hidup bersih dan sehat merupakan persoalan penting dan menjadi fokus dalam pencegahan timbulnya berbagai masalah kesehatan pada anak. Masalah kesehatan pada anak usia sekolah dasar masih banyak ditemukan, karena masih rentannya anak terhadap berbagai penyakit, terutama yang berhubungan dengan penceraan anak seperti diare, kecacingan dan gangguan pencernaan lainnya.

Permasalahan ini muncul disebabkan karena anak kurang memperoleh informasi dan pengetahuan yang benar mengenai PHBS. Anak usia sekolah dasar masih sering mengabaikan masalah kesehatan yang sering mereka alami, sehingga dibutuhkan upaya preventif dan promotif agar anak usia sekolah dasar memiliki pengetahuan, sikap dan tindakan PHBS yang baik dan benar agar mencegah terjadinya beberapa masalah kesehatan. Edukasi Kesehatan bagi anak bertujuan untuk membiasakan pola hidup bersih dan sehat yang dimulai dari bertanggung jawab terhadap kesehatan diri sendiri dan lingkungan sekitarnya. Pendidikan dalam hakekatnya memiliki tujuan dan sasaran untuk mengembangkan setiap potensi yang dimiliki oleh manusia hal inipun tidak terlepas dari proses pendidikan untuk anak yaitu memberikan pembelajaran yang menyenangkan melalui suatu metode menyenangkan yang disebut bermain. Bermain dapat menjadi sarana untuk mengubah tenaga potensial dalam diri anak yang akan membentuk macampenguasaan pada kehidupan yang akan datang. Pengalaman mengenali dunia sekitar diperoleh anak selama bermain. Bermain dapat memberikan rangsangan pada anak untuk melakukan berbagai tugas perkembangannya, selain itu dapat menjadi pondasi yang kuat dalam mencari jalan keluar suatu masalah kelak. Pengenalan penjelajahan lingkungan melalui kegiatan bermain yang menyenangkan perlu dilakukan agar anak mendapatkan stimulus tumbuh kembangnya, oleh karena itu penataan lingkungan bermain yang aman dan nyaman serta kondusif perlu dilakukan oleh orangtua di rumah dan guru di sekolah (Elfiadi, 2016). Bermain merupakan dunia anak, melalui bermain anak akan mempelajari bermacam hal mengenai kehidupan. Orang tua perlu menyisipkan unsur pendidikan dalam permainan yang dimainkan anak. Anak sangat membutuhkan bermain dan permainan untuk tumbuh kembangnya (Lestari *et al.*, 2018). Salah satunya dapat dilakukan melalui penggunaan metode pembelajaran yang disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan anak. Salah satu metode yang tepat dan dapat digunakan adalah metode kombinasi permainan membentuk puzzle dan ular tangga.

Kombinasi dari permainan puzzle dan ular tangga berbasis kearifan lokal adalah metode inovatif yang menarik. Hal ini disebabkan perpaduan antara permainan puzzle yang tujuannya untuk meningkatkan daya ingat anak dan permainan ular tangga yang tujuannya untuk meningkatkan minat belajar anak, terutama tentang materi kesehatan khususnya PHBS. Permainan akan dimainkan beberapa kelompok anak. Kemudian, mereka harus berdiskusi secara interaktif untuk menyusun puzzle dan setelah puzzle tersusun anak diberikan tantangan agar mereka dapat menjawab pertanyaan yang

berhubungan dengan PHBS secara benar dan tepat sesuai aturan main. Kombinasi permainan ini dinamakan permainan "BAREGA" (Bangun Bersama Edukasi Keluarga). BAREGA merupakan kata dalam Bahasa Dayak ngaju yang bermakna berharga. Dalam permainan ini mempunyai makna bahwa edukasi untuk anak merupakan hal yang berharga untuk masa depan anak itu sendiri dan juga untuk keluarga yang cemerlang.

Mayoritas penduduk Kelurahan Marang berdomisili dipinggiran sungai rungan dengan mata pencaharian sebagai nelayan tradisional dan peternak. Berdasarkan profil Kelurahan Marang tahun 2021, kondisi sungai Rungan yang melintasi kelurahan ini cukup memprihatinkan dengan kualitas air sungai yang menurun. Hal ini dapat mempengaruhi pola hidup masyarakat setempat termasuk anak usia sekolah dasar di kelurahan Marang. Tingkat kesehatan masyarakat di Kelurahan Marang masih tergolong rendah juga dipengaruhi oleh tingkat ekonomi yang rendah dan hal ini berdampak menurunnya kesejahteraan masyarakat termasuk penerapan pola hidup bersih dan sehat di masyarakat, khususnya untuk anak usia sekolah dasar (Kelurahan Marang, 2021). Berdasarkan permasalahan yang terjadi, tim pengabdian FK UPR melakukan salah satu upaya dengan khalayak sasaran anak usia sekolah dasar maka dilaksanakan kegiatan edukasi PHBS bagi anak usia sekolah dasar melalui media permainan puzzle dan ular tangga berbasis kearifan lokal "BAREGA". Diharapkan melalui kegiatan ini dapat meningkatkan penerapan pola hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

## METODE

Tim pengabdian masyarakat memiliki peran masing-masing sesuai dengan kepakaran, ditunjukkan pada Tabel I berikut.

**Tabel I.** Pembagian tugas tim pengabdian

Nama	Kepakaran	Tugas
Dr. Trilianty Lestaris, S.Si., M.Kes.	Kesehatan Masyarakat	Pembuatan materi PHBS berkaitan dengan Kesehatan masyarakat dan merancang permainan serta pameri
Elsa Trinovita, M.Si.	Farmasi/Herbal	Pembuatan materi PHBS yang berhubungan dengan farmasi dan herbal
dr. Angeline Novia Toemon, M.Imun.	Kedokteran/Imunologi	Pembuatan materi PHBS yang berhubungan dengan kedokteran imunologi

Sasaran Kegiatan pengabdian ini adalah anak usia sekolah dasar di Kelurahan Marang dengan jumlah 35 orang didampingi oleh guru, lurah, dan kader Kesehatan di Kelurahan Marang. Peralatan yang digunakan diantaranya alat peraga media permainan puzzle ular tangga "BAREGA", spanduk, alat cuci tangan, sabun dan materi. Indikator keberhasilan suatu kegiatan adalah adanya perubahan antara sebelum diadakan kegiatan pengabdian masyarakat dan sesudah adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat diharapkan akan membawa dampak yang positif terhadap khalayak sasaran dan pihak yang terkait terutama peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sebagai berikut:

### 1. Ceramah Interaktif

Metode ceramah yang dikombinasikan PHBS praktek mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun (Gambar 1).



**Gambar 1.** Ceramah interaktif dan praktek cuci tangan pakai sabun

## 2. Praktek Permainan Kombinasi Puzzle dan Ular Tangga



Gambar 2. Bermain Kombinasi Puzzle dan Ular Tangga

## 3. Evaluasi dan Monitoring

Evaluasi dilakukan terhadap produk dan tahap-tahap kegiatan yang telah dilakukan. Setelah dilakukan demonstrasi cara bermain puzzle dan ular tangga, siswa (i) dibantu oleh guru dapat melakukan permainan dan praktek cuci tangan kembali, sehingga dapat terlihat apakah sasaran telah memahami atau tidak.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian yang pertama dilakukan oleh tim adalah melakukan ceramah interaktif mengenai PHBS secara interaktif, diikuti dengan praktek mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir untuk semua peserta kegiatan. Praktek cuci tangan ini tidak hanya dilakukan pada saat awal kegiatan, namun juga dilakukan sebelum kegiatan pengabdian selesai dilaksanakan. Kegiatan kedua adalah demonstrasi permainan kombinasi puzzle dan ular tangga. Metode permainan digunakan untuk menarik minat sasaran khalayak. Anak usia sekolah dasar sedang berada pada fase rasa ingin tahu yang besar mengenai berbagai hal di lingkungan sekitarnya (Firmansyah *et al.*, 2021; Setiawan *et al.*, 2021). Kelebihan media permainan adalah menyenangkan, adanya partisipasi untuk belajar, anak dapat belajar memecahkan masalah dan mampu meningkatkan kemampuan berkomunikasi anak (Jayantika *et al.*, 2021).

Permainan dimainkan beberapa kelompok anak dengan masing-masing kelompok 4-5 anak, kemudian, mereka berdiskusi secara interaktif untuk menyusun puzzle dan setelah puzzle tersusun anak diberikan tantangan untuk melewati tiap kotak ular tangga yang berjumlah 12 kotak. Apabila dapat menyelesaikan tantangan dengan tepat, peserta berhak melangkah lebih cepat. Ditambahkan tantangan pada setiap kotak ular tangga yang mengandung aturan atau perintah untuk menjawab pertanyaan yang berhubungan dengan PHBS, memperagakan/mendemonstrasikan gerakan-gerakan kebersihan diri, menyanyikan sebuah nyanyian-nyanyian gubahan lagu. Dengan begitu, anak-anak dapat lebih jelas dan dapat menerima materi edukasi PHBS secara maksimal dan juga dapat mengenal kearifan budaya mereka sejak dini.

Permainan puzzle merupakan alat permainan edukatif yang mengandalkan insting atau kecerdasan anak dalam bermain dengan cara membongkar pasang kepingan puzzle berdasarkan pasangannya dengan menyesuaikan bentuk, warna dan ukurannya. Permainan puzzle sebagai media edukasi merupakan metode yang menyenangkan dan mampu menghadirkan sesuatu kegembiraan dalam belajar anak dan tanpa sadar menstimulus otak (Farhani & Pratiwi, 2019). Dengan bermain puzzle diharapkan anak dapat membongkar pasang kepingan puzzle dengan baik dan benar guna melatih kemampuan motorik halus yang dimiliki anak. Kemampuan motorik halus yang dimiliki oleh seorang anak akan menunjang kegiatan pembelajarannya baik di bidang akademik maupun nonakademik. Semakin baik dan kuat kemampuan motorik halus yang dimiliki oleh anak, maka akan semakin baik pula prestasi yang mampu diraih anak serta dapat berkreasi lebih banyak lagi terutama pada saat di sekolah. Namun apabila kemampuan motorik halus yang dimiliki



anak kurang atau terhambat, maka pembelajaran ataupun aktivitas yang dilakukan tidak akan berjalan dengan optimal dan juga menghambat prestasi anak tersebut. Setiap anak akan mampu mencapai tahap perkembangan motorik halus yang optimal apabila mendapatkan penanganan serta stimulasi yang tepat (Karalina, 2020).

Kemampuan kognitif anak sangat penting untuk mendapatkan stimulus. Intelegensi atau kemampuan kognitif adalah suatu proses berpikir individu dalam menghubungkan, menilai, dan mempertimbangkan suatu kejadian atau peristiwa. Dimana proses kognisi berhubungan dengan tingkat kecerdasan (intelegensi) yang mencirikan seseorang dengan berbagai minat terutama ditujukan kepada ide-ide belajar (Sujiono *et al.*, 2014). Selain itu, kemampuan kognitif adalah kemampuan yang berkaitan dengan proses berpikir, dimana perkembangan kognitif anak dipengaruhi oleh kematangan otak yang mampu menunjukkan fungsinya secara baik, misalnya kemampuan menolak dan menerima (Dahlia, 2018). Salah satu permainan yang dapat meningkatkan kemampuan kognitif bagi anak adalah bermain ular tangga. Permainan ini dipilih selain mediana mudah didapatkan juga sangat efektif dalam menciptakan suasana interaktif antar anak. Melalui permainan ular tangga dapat tercipta suasana yang menyenangkan sekaligus mendidik kemampuan anak usia dini. Permainan ular tangga sendiri adalah sejenis kegiatan permainan yang menyenangkan hati, dimainkan oleh sekelompok orang dengan menggunakan papan yang dibagi dalam kotak-kotak kecil dan di beberapa kotak digambar sejumlah tangga dan ular yang menghubungkannya dengan kotak lain (Swastrini *et al.*, 2016). Karakteristik dari permainan ini, para pemain dapat belajar penambahan dan pengurangan serta adanya kombinasi yang menarik pada tiap kotak sehingga menjadikan permainan ini layak digunakan media anak dalam bermain sambil belajar meningkatkan kemampuan anak dalam mengenal perilaku hidup bersih dan sehat. Permainan ular tangga menciptakan perasaan bahagia dan emosi positif yang muncul melalui motivasi ketika anak berharap menang, kepuasan ketika berhasil menjawab pertanyaan dan menaiki tangga, kegagalan yang menyenangkan, komunikasi dan hubungan sosial yang intensif antara pemain mengajarkan anak untuk menjalin relasi sosial yang baik. Konsep permainan ular tangga dalam pengabdian ini bersifat fleksibel sehingga ketika masalah kesehatan beralih maka informasi pada ular tangga tersebut dapat diganti (Imawati *et al.*, 2019).

Aktivitas fisik yang dilakukan pada kegiatan pengabdian ini adalah salah satu perilaku sehat perlu dibiasakan dari usia anak-anak. Fase anak-anak merupakan fase belajar. Anak-anak yang memiliki kebiasaan melakukan aktivitas fisik secara rutin diharapkan memiliki kebugaran yang lebih baik sehingga mencegah kejadian kesakitan akibat penyakit tidak menular (Arif *et al.*, 2020). Program pengabdian digunakan media permainan yang merupakan kombinasi permainan dan dinamakan permainan "BAREGA" (Bangun Bersama Edukasi Keluarga). BAREGA merupakan kata dalam Bahasa Dayak ngaju yang bermakna berharga. Dalam permainan ini mempunyai makna bahwa edukasi untuk anak merupakan hal yang berharga sebagai investasi berharga untuk masa depan anak itu sendiri dan juga untuk keluarga yang cemerlang. Peran aktif peserta sangat besar dalam mendukung kelancaran penyelenggaraan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Kelurahan Marang. Selain itu, luaran hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini juga dipublikasikan dalam media massa cetak dan online (Gambar 3).



Gambar 3. Luaran publikasi kegiatan Tim FK UPR pada media massa

Indikator keberhasilan suatu kegiatan adalah adanya perubahan antara sebelum diadakan kegiatan pengabdian masyarakat dan sesudah adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat diharapkan akan membawa dampak yang positif terhadap khalayak sasaran dan pihak yang terkait terutama peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Pada pengabdian ini setelah dilakukan demonstrasi cara bermain puzzle dan ular tangga dan mencuci tangan dengan benar, siswa (i) dapat melakukan permainan kembali, sehingga dapat terlihat apakah sasaran telah memahami maksud dan tujuan dari pengabdian masyarakat yang dilakukan. Selain itu indikator keberhasilan yang dapat dilihat adalah dalam bentuk keaktifan para peserta dalam bertanya sehingga terjadi dialog interaktif antara narasumber dan peserta sehingga terjadi komunikasi dua arah sebagai salah satu bentuk pemahaman peserta terkait dengan materi yang disampaikan oleh narasumber. Pengamatan selama pengabdian masyarakat berlangsung terlihat peserta sangat antusias melaksanakan permainan dan mampu lebih mengenal satu sama lain sehingga dapat bekerja sama (Gambar 4). Hal ini menunjukkan bahwa peserta lomba memperoleh manfaat penggunaan media permainan "BAREGA". Hasil evaluasi setelah kegiatan selesai memberikan beberapa masukan untuk perbaikan program ini di masa yang akan datang, antara lain waktu pengabdian yang terbatas sehingga persiapan belum maksimal; dan perlu penambahan materi supaya lebih beragam dan bervariasi.



**Gambar 4.** Media Permainan BAREGA dan Peserta

## KESIMPULAN

Kombinasi dari permainan puzzle dan ular tangga berbasis kearifan lokal adalah metode inovatif yang menarik. Hal ini disebabkan perpaduan antara permainan puzzle yang tujuannya untuk meningkatkan daya ingat anak dan permainan ular tangga yang tujuannya untuk meningkatkan minat belajar anak, terutama tentang materi kesehatan khususnya PHBS sehingga, anak-anak dapat lebih jelas dan dapat menerima materi edukasi PHBS secara maksimal dan juga dapat mengenal kearifan budaya mereka sejak dini.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Palangka Raya atas dukungan pendanaan melalui program hibah LPPM Universitas Palangka Raya Tahun 2022, Fakultas

Kedokteran Universitas Palangka Raya dan pihak Kelurahan Marang beserta berbagai pihak yang telah membantu pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

## REFERENSI

- Arif, R. I., Daima, U. Z., & Yudabbirul, A. (2020). Sosialisasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Melalui Permainan Ular Tangga di Kota Palangka Raya. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Membangun Negeri*, *4*(2), 253-260.
- Dahlia. (2018). *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Elfiadi. (2016). Bermain dan Permainan Bagi Anak Usia Dini. *ITQAN: Jurnal Ilmu-Ilmu Kependidikan*, *7*(1), 51-60.
- Farhani N. & Pratiwi V.N. (2019). Permainan Puzzle Sebagai Media Edukasi Konsumsi Sayur dan Buah di TK/PG Yasporbi Surabaya. *Community Deveolpment Journal*, *3*(2), 45-50. <https://doi.org/10.33086/cdj.v3i2.657>
- Firmansyah, A., Setiawan, H., Wibowo, D. A., Rohita, T., & Umami, A. (2021). Virtual Reality (VR) Media Distraction Relieve Anxiety Level of the Children During Circumcision. In *Proceedings of the 1<sup>st</sup> Paris Van Java International Seminar on Health, Economics, Social Science and Humanities (PVJ-ISHESSH 2020)*, 611-614. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210304.137>
- Imawati, P. F., Maulana, A., Azmi, P. L., Haniyfa, R. S., & Maheswari, T. (2019). Ular Tangga Raksasa Sebagai Media Pembelajaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa SMPN 3 Arjasa, Kabupaten Situbondo. *Jurnal KSM Eka Prasetya UII*, *1*(6), 1-8.
- Ishak, S. N., La Patilaiya, H., Miranda, O., Malik, A. A., & Kudo, W. (2022). Permainan Edukatif sebagai Sarana Peningkatan Pengetahuan, Sikap serta PHBS Siswa SDN 26 Kelurahan Gambesi Kota Ternate. *Jurnal Anugerah*, *4*(1), 35-42. <https://doi.org/10.31629/anugerah.v4i1.4258>
- Jayantika, G. P., Rahmawati, T. A., Pitriani, Rostantia, B., Karsono, R. R., & Zorgi, S. (2021). Permainan Ular Tangga Sebagai Media Pembelajaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Siswa SDN 3 Benteng. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *1*(2), 95-98. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v1i2.21>
- Karalina, V. (2020). Peranan Permainan Puzzle Untuk Meningkatkan Kemampuan Koordinasi Motorik Halus Bagi Anak Autis. *Skripsi*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Kelurahan Marang. (2021). *Profil Kelurahan Marang 2021*. Palangka Raya: Kelurahan Marang.
- Lestari, P. I., Prima, E., & Sulistyadewi, N. P. E. (2018). Bermain Dan Permainan Anak Usia Dini Di Tempat Penitipan Anak. *Seminar Nasional Aplikasi Iptek (SINAPTEK)*, 103-108. <https://doi.org/10.36002/sptk.v0i0.463>
- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T., & Agustin, I. T. (2018). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Sekolah. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *1*(2), 46-52. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v1i2.327>
- Setiawan, H., Khairunnisa, R. N., & Oktavia, W. (2021). Handwashing Health Education to Prevent Covid-19 Transmission in SMP Inspirasi. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *4*(1), 428-432. <http://dx.doi.org/10.35568/abdimas.v4i1.1017>
- Sugiritama, I. W., Wiryawan, I. G. N. S., Ratnayanthi, I. G. A. D., Ariana, I. G. K. K., Linawati, N. M., & Wahyuniari, I. A. I. (2021). Pengembangan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Sekolah melalui Metode Penyuluhan. *Buletin Udayana Mengabdi*, *20*(1), 64-70. <https://doi.org/10.24843/BUM.2021.v20.i01.p11>
- Sujiono, Y. N., Zainal, O. R., Rita, R., & Tampiomas, E. L. (2014). *Metode Pengembangan Kognitif*. Banten: Universitas Terbuka.

- Swstrini, K. C., Antara, P. A., & Tirtayani, L. A.. (2016). Penerapan Bermain Ular Tangga untuk Meningkatkan Kemampuan Kerjasama Kelompok B1 di TK Widya Sesana Sangsit. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 4(2), 7764. <https://doi.org/10.23887/paud.v4i2.7764>
- Wati, P. D. C. A. & Ridlo, I. A. (2020). Hygienic and Healthy Lifestyle in the Urban Village of Rangkah Surabaya. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 8(1), 47-58. <https://doi.org/10.20473/jpk.V8.I1.2020.47-58>