



## Edukasi Kesehatan selama Pandemi Covid-19 bagi Anak TK ABA Sumurmuling Menggunakan Permainan Ular Tangga

Nor Eka Noviani <sup>1\*</sup>, Dittasari Putriana<sup>2</sup>, Nabila Rifda Salma <sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

\*Email: [norekanoviani@unisayogya.ac.id](mailto:norekanoviani@unisayogya.ac.id)

### Abstrak

#### Keywords:

ular tangga; covid-19; taman kanak-kanak; edukasi, permainan

*Pandemi Covid-19 belum berakhir. Setelah penerapan PPKM Level 3 pun, penerapan protocol Kesehatan pencegahan covid-19 di masyarakat dinilai masih rendah. Perlu upaya yang dimulai sejak dini bagi anak, terutama usia TK agar memahami serta membiasakan perilaku protocol Kesehatan selama pandemic. Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan secara daring dan luring. Secara daring, kegiatan berupa penjelasan tentang permainan edukatif dengan ular tangga yang berbasis protocol Kesehatan dapat dijadikan alternatif pembelajaran bagi anak TK menggunakan zoommeeting kepada para guru. Kegiatan ini juga mengukur pengetahuan guru tentang covid-19, praktek permainan ular tangga oleh guru dan penialian alat peraga ular tangga. Sementara, secara luring, kegiatan dilaksanakan dengan praktek bermain bersama 5 anak TK yang dilakukan dengan standar keamanan covid-19 didampingi oleh guru. Selain pengetahuan, diharapkan anak membiasakan diri dalam pelaksanaan protocol Kesehatan selama pandemic covid-19. Permainan sangat menarik, dibuat agar mempermudah anak TK dalam memahami tentang protokol kesehatan dan mudah dalam implementasinya. Dalam permainan ini, anak TK dapat bermain sekaligus belajar.*

### 1. PENDAHULUAN

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada 11 Maret 2020 secara resmi telah menyatakan *Coronavirus Disease* atau Covid-19 sebagai pandemi global. Hal ini karena virus tersebut cepat menyebar hingga wilayah yang jauh dari pusat wabah di China. Sejak pertama kali diumumkan pada Desember 2019, kasus menyebar sangat luas hingga lintas benua.

Pemerintah telah melakukan upaya pencegahan dan promosi, pengobatan hingga pengendalian. Upaya tersebut meliputi cuci tangan, pemakaian masker ketika bepergian, *work from home* (WFH), *physical distancing*, dan lain sebagainya. Adanya transmisi lokal di beberapa provinsi di Indonesia juga mulai diberlakukan

Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) sesuai Pasal 2 Permenkes Nomor 9 Tahun 2020 hingga istilah yang baru adalah Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat PPKM sesuai instruksi dari kementerian dalam negeri[1][2].

Pandemi COVID-19 berdampak pada terbatasnya aktivitas di luar rumah untuk semua umur. Beberapa tempat wisata dan tempat bermain anak di Indonesia maupun luar negeri ditutup. Hampir semua kegiatan dilakukan secara daring (online), baik untuk bekerja, sekolah dan belanja. Kegiatan sekolah secara daring berpengaruh terhadap aktivitas fisik dan waktu bermain. Kegiatan sekolah secara daring berpengaruh terhadap aktivitas fisik dan waktu bermain. Penelitian menunjukkan bahwa selama



pandemi, aktivitas fisik dan waktu bermain anak berkurang, tingginya waktu di depan layar smartphone/laptop dan lebih banyak tidur[3]. Di China, anak-anak yg melakukan aktifitas cukup hanya 17,7% dan menghabiskan waktu di depan layar sebanyak 65,5% selama pandemi[4].

Dalam pelaksanaannya, pembelajaran di rumah dengan metode pembiasaan tidaklah semudah yang dibayangkan. Faktor kurangnya semangat anak dan kurangnya kemampuan orang tua dalam mendampingi anak menjadi tantangan dalam penerapan metode pembiasaan. Tidak semua orang tua bisa seperti guru di sekolah. Banyak orang tua tidak telaten, anak biasanya malah dibentak-bentak yang juga efeknya kurang bagus. Mungkin karena keadaan situasi dan kondisi, anak jadi kurang semangat di rumah sehingga jenuh, tidak ada teman-teman, dan tidak ada yang memotivasi. Karena biasanya di sekolah guru menyampaikan pembelajaran diselingi dengan seni, ada tepuk-tepuk, bernyanyi, dan selingan berbagai kreativitas lainnya, sedangkan di rumah cenderung monoton[5].

Dampak yang lain terhadap anak di masa pandemic adalah adanya kekerasan fisik. Pelakunya adalah Ibu, Kakak/adik, ayah dan anggota keluarga lainnya. Bnetuk kekerasan kepada anak adalah dicubit (23%), dipukul (10%), dijewer (9%) dan lainnya. Selama pandemic, anak juga mengalami kekerasan psikis, yakni dimarahi (56%), dibandingkan dengan anak lain (34%), dibentak (23%), dipelototin, dan sebagainya. Pelaku kekerasan psikis secara berurutan adalah Ibu (79,5%), ayah, kakak-adik, dan sebagainya[6].

Pembelajaran baik selama di rumah, di sekolah terutama selama pandemic covid-19 tidaklah terlepas dari penggunaan media. Dalam belajar, anak memerlukan perantara atau disebut media pembelajaran. Dimana dengan adanya media pembelajaran mampu mengalihkan perhatian anak untuk konsentrasi dalam suatu kegiatan daripada tidak menggunakan media pembelajaran sama sekali[7].

Dari analisis situasi tersebut, hal-hal yang berkaitan dengan pandemic,

pembelajaran daring serta persiapan tatap muka, maka diperlukan pemahaman tentang protocol Kesehatan kepada anak dengan cara yang mudah dengan melakukan suatu aktifitas fisik.

## 2. METODE

Pengabdian masyarakat dengan edukasi covid19 pada anak TK, dilaksanakan di TK Aba Sumurmuling Gulurejo, Lendah, Kulon Progo. Dalam pengabdian masyarakat, Langkah-langkah yang dilakukan adalah

- 2.1 Kegiatan edukasi pada anak taman kanak-kanak menggunakan media permainan ular tangga yang dimodifikasi dengan gambar penerapan protocol Kesehatan selama pandemic Covid 19 kepada guru dan anak TK Aba Sumurmuling. Tim membuat desain dan mencari icon gambar yang ada di internet untuk ditampilkan di dalam desain. Konsep ular tangga dimulai dari *start* hingga *finish* sebanyak 100 kotak. Selain desain dari ular tangga, tim juga membuat materi berkaitan dengan covid-19 untuk disosialisasikan kepada guru.
- 2.2 Sosialisasi dan koordinasi dengan para guru terkait secara *daring* dengan pelaksanaan program pengabdian selama pandemic covid 19. Para guru diberikan materi tentang covid-19 serta kuesioner secara terbuka berkaitan dengan pengetahuan tentang kesehatan selama pandemic covid 19. Pengolahan skor pengetahuan guru dilakukan dengan deskriptif. Koordinasi juga dilakukan berkaitan dengan aktivitas PPKM yang masih berlaku di masyarakat.
- 2.3 Setelah koordinasi, kegiatan berikutnya adalah praktek bermain menggunakan permainan ular tangga bagi anak TK secara terbatas sekitar 5 anak secara *luring*. Kegiatan praktek bermain Bersama anak dilakukan dengan protocol Kesehatan dengan memakai masker, mencuci tangan dan menggunakan handsanitizer serta membatasi jarak dan tidak berkerumun.

Program Pengabdian masyarakat ini menerapkan dua metode secara *daring* dan *luring* menyesuaikan dengan kondisi yang terjadi saat ini.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program Kemitraan Masyarakat yang bermitra di TK ABA Sumurmuling. TK ABA Sumurmuling terletak di Dusun Gulurejo, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo. Jumlah siswa sebanyak 36 yang dipimpin oleh seorang kepala taman kanak-kanak dengan jumlah 2 guru dan guru honorer atau pegawai tidak tetap (ptt) sebanyak 1 orang. Selama pandemic covid 19, kegiatan sekolah daring juga diterapkan di TK ABA Sumurmuling. Dalam pembelajaran daring, anak belajar di rumah dengan pembiasaan dari orang tua. Di dalam pembelajaran daring juga terdapat 6 bidang pengembangan seperti moral agama, kognitif, sosial emosional, Bahasa, fisik motoric dan seni. dilaksanakan dengan tahap sebagai berikut:

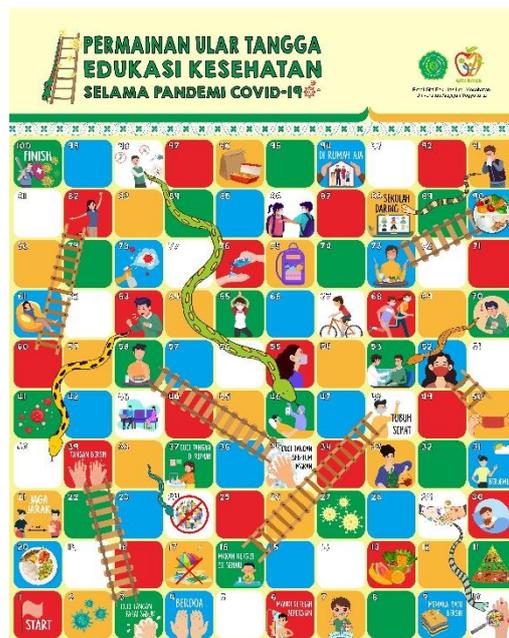
#### 3.1. Pembuatan konsep dan alat peraga

Konsep pembuatan ular tangga ukuran 3x3 meter dengan dadu ukuran 30x30 cm yang terbuat dari kain flannel. Untuk pion, digunakan cone kerucut Latihan bola dengan 5 warna. Adapun ular tangga yang dibuat menggunakan konsep pencegahan covid 19 dengan 5M serta perilaku hidup sehat lainnya[8]. Ada 5 hal penting dalam mencegah Covid-19, yaitu:

- 3.1.1 Sering mencuci tangan dengan sabun
- 3.1.2 Bekerja, belajar, beribadah dari rumah
- 3.1.3 Memakai masker bila sakit atau harus berada di tempat umum
- 3.1.4 Menjaga jarak dan menghindari kerumunan
- 3.1.5 Segera mandi dan mengganti pakaian setelah tiba di rumah.

Perilaku Kesehatan lain juga dimasukkan dalam konsep dan desain ular tangga dalam meningkatkan imunitas atau kekebalan tubuh dengan cara mengonsumsi gizi seimbang, tidak merokok, minum suplemen, melakukan aktivitas fisik atau senam serta istirahat yang cukup[9].

Berikut ini gambar dari monopoli untuk anak TK.



Gambar 1. Desain Permainan Ular Tangga Modifikasi Covid-19

Seperti halnya ular tangga pada umumnya, permainan ular tangga bergambar ini mengadopsi protokol Kesehatan yang berbasis 5M. Permainan ular tangga adalah permainan papan yang dimainkan oleh dua orang atau lebih. Permainan ular tangga ini merupakan sarana edukatif untuk mengajarkan penyakit Covid-19 dan protokol kesehatan pada anak. Setiap anak berpartisipasi aktif dalam memutar dadu, menjadi pion, dan menjawab serta mempraktekkan sesuatu sebagai sarana dalam meningkatkan kognitif, afektif dan psikomotor anak. Papan permainan ular tangga dibagi dalam kotak-kotak kecil dan beberapa kotak digambar sejumlah “tangga” atau “ular” yang menghubungkannya dengan kotak lain. Permainan ini diciptakan pada tahun 1870. Tidak ada papan permainan standar dalam ular tangga, jadi setiap orang dapat menciptakan ukuran papan permainan ular tangga, dengan jumlah kotak, ular, dan tangga sesuai yang diinginkan. Permainan ini mudah dilakukan, sederhana peraturannya dan mendidik dengan tema yang positif[10].

### 3.2. Koordinasi dan Sosialisasi dengan mitra (guru)

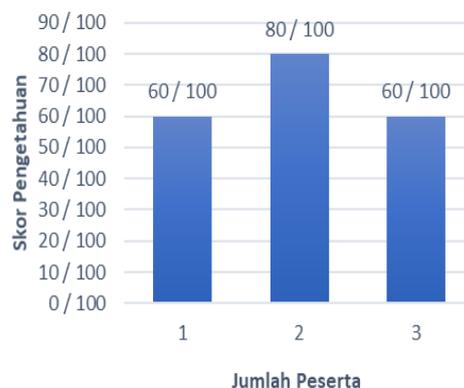
Kegiatan sosialisasi dan koordinasi dengan para guru sebagai upaya untuk menyamakan persepsi dalam pencapaian tujuan secara daring dengan menggunakan zoom meeting. Kegiatan ini melibatkan para guru. Kegiatan sosialisasi dengan menjelaskan mulai dari materi pengetahuan tentang covid-19 hingga koordinasi terhadap pelaksanaan pengabdian masyarakat.



**Gambar 2.** Sosialisasi Secara Daring Menggunakan Zoom

Para guru juga diberikan kuesioner secara terbuka berkaitan dengan pengetahuan tentang kesehatan selama pandemic covid 19. Dari hasil kuesioner dengan menggunakan *google form* dengan 5 pertanyaan, skor rata-rata menunjukkan angka 66,7. Gambar 2 menunjukkan skor pengetahuan guru berkaitan dengan pengetahuan tentang covid-19. Pertanyaan yang diberikan berkaitan dengan gejala penyakit, cara penularan, dampak pandemi covid-19 pada anak, cara pencegahan dengan protocol kesehatan dan penggunaan permainan ular tangga. Dalam proses pengisian kuesioner, beberapa guru masih asing dengan istilah-istilah yang berkaitan dengan covid-19 seperti droplet, anosmia. Oleh karena itu memerlukan Bahasa yang sederhana dalam pembuatan kuesionernya. Hambatan yang dialami oleh mitra terkait dengan sosialisasi dan koordinasi adalah terkait penggunaan gadget, penggunaan zoom meeting serta penggunaan kuesioner melalui *google form*. Karena keterbatasan ini, pengisian kuesioner hanya dilakukan selama satu kali.

### Skor Pengetahuan Guru tentang Kesehatan selama Pandemi Covid-19



**Gambar 3.** Nilai Skor Pengetahuan Guru

Pengetahuan yang kurang baik, baik diperoleh secara formal maupun informal mempunyai kontribusi individu dalam mengambil keputusan untuk berperilaku hidup sehat, yang mempunyai dampak pada status Kesehatan. Tingkat Pendidikan, pengetahuan tentang Kesehatan lingkungan serta perilaku hidup sehat dapat berpengaruh terhadap status gizi seseorang[11].

### 3.3. Bermain ular tangga Bersama anak

Bermain penting bagi anak, karena bermain merupakan bagian sangat penting dari proses tumbuh kembang anak. Melalui kegiatan bermain, anak akan belajar berbagai hal tentang kehidupan sehari-hari. Anak akan mendapatkan pengalaman yang berkaitan dengan lingkungannya, baik lingkungan sosial, budaya, lingkungan sosial ekonomi, maupun lingkungan fisik atau alam, yang sangat berguna untuk meningkatkan kemampuan berbahasa, berpikir, bersikap, bergaul, berkarya dan sebagainya. Dalam permainan, anak mencurahkan perhatian, perasaan dan pikiran pada proses bermain serta sifat dan bentuk lat permainannya. Dengan demikian, anak-anak akan belajar mengenali dan menjajaki lingkungannya[12].

Cara bermain ular tangga, yaitu:



- 3.3.1 Memahami tujuan dari permainan ular tangga, dimana pemain pertama yang mencapai kotak terakhir adalah pemenang dengan bergerak dari satu kotak ke kotak yang lainnya.
- 3.3.2 Menentukan siapa yang bermain lebih dahulu, kemudian pemenang mengocok dadu serta bergerak sesuai angka yang tertera.
- 3.3.3 Tangga yang didepan pemain memungkinkan untuk naik ke baris petak lebih tinggi, sedangkan pemain perlu turun saat berhenti di petak ular.
- 3.3.4 Mengambil giliran tambahan jika pemain mendapatkan angka 6, dan untuk memenangkan permainan, harus berhenti tepat di petak terakhir[6].

Secara umum, bermain ular tangga memiliki kelebihan, yaitu: terdapat unsur kompetensi, adanya partisipasi aktif dari anak untuk belajar, dapat menanamkan rasa toleransi sesama teman, melatih kesabaran, mampu membuat berimajinasi, mengasah kemampuan kognitif, melatih kemampuan motoric, bersifat menyenangkan dan memiliki daya Tarik pada tampilannya. Penggunaan ular tangga juga dapat meningkatkan hasil belajar siswa pada pelajaran berhitung[7].

Permainan dengan metode ular tangga diharapkan dapat meningkatkan kognitif dan pembiasaan diri pada anak. Proses pembiasaan dalam pendidikan merupakan hal penting. Penanaman disiplin terhadap protocol Kesehatan yang dilakukan sejak dini akan mempermudah orangtua Ketika anak-anak melakukan penyimpangan kelak di kemudian hari. Apabila sejak usia dini kedisiplinan sudah menjadi kebutuhan, maka dapat diramalkan pada masa dewasa, mereka akan selalu berdisiplin. Kebiasaan berdisiplin akan membuat anak merasa diterima di masyarakat dan tentu akan membuat anak bahagia[11].

Dalam permainan ular tangga, kelebihan yang diperoleh adalah terdapat unsur kompetisi, adanya partisipasi aktif dari anak untuk belajar, bersifat

menyenangkan dan memiliki daya Tarik pada tampilannya. Bermain ular tangga akan memberikan kemudahan bagi anak dalam melakukan Kerjasama dengan teman satu kelompoknya. Kelemahan yang dimiliki jika dadu mengalami kerusakan, akan menghambat pelaksanaan pembelajaran[6].

Permainan ular tangga protokol kesehatan covid-19 didesain untuk permainan edukatif bagi anak usia TK agar menerapkan protokol kesehatan di rumah dan di lingkungan sekitar. Permainan ular tangga ini merupakan permainan sederhana yang dapat dimainkan oleh anak TK dengan pengawasan orang tua atau guru. Permainan ini dibuat agar mempermudah anak TK dalam memahami tentang protokol kesehatan dan mudah dalam implementasinya. Dalam permainan ini, anak TK dapat bermain sekaligus belajar

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi, khususnya kepada anak TK berjalan dengan baik. Kegiatan dimulai dengan pembuatan design serta materi kegiatan, sosialisasi dan koordinasi serta aktivitas bermain kepada anak. Aktivitas bermain dapat dengan mudah dilakukan oleh anak dan memberikan banyak manfaat.

Kedepannya, media yang digunakan dapat dipakai oleh banyak kalangan, tidak hanya di tempat mitra melakukan pengabdian, juga dapat diterapkan di tempat lainnya.

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih diberikan kepada mitra program pengabdian masyarakat kepada TK ABA Sumurmuling Gulurejo, Lendah Kulon Progo, para guru dan siswa TK yang menjadi mitra.

#### REFERENSI

- [1] H. Dewi, Kurnia dan Zaini, "Pentingnya Pembelajaran bagi Anak Usia Dini," *Raudhatul Athfal J. Pendidik. Islam Anak Usia Dini*, vol. 1, no. 1, 2017.
- [2] K. dalam Negeri, *Instruksi Menteri*



- dalam Negeri Nomor 28 tahun 2021 tentang Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat Level 4 Corona Virus Diseases.* 2021.
- [3] G. F. Sarah A. Moore, R. E. Rhodes, T. C.-B. , Mariana Brussoni, L. J. Ferguson, R. Mitra, and L. M. V. and M. S. T. , Norm O'Reilly, John C. Spence, "Impact of the COVID-19 virus outbreak on movement and play behaviours of Canadian children and youth: a national survey," *Login Int. J. Behav. Nutr. Phys. Act.*, vol. 17, no. 85, 2020, doi: <https://doi.org/10.1186/s12966-020-00987-8>.
- [4] and K. K. Xiang M, Zhiruo Zhang, "Impact of COVID-19 pandemic on children and adolescents' lifestyle behavior larger than expected," *Prog. Cardiovasc. Dis.*, vol. 63, pp. 531–532, 2020, doi: <https://doi.org/10.1016/j.pcad.2020.04.013>.
- [5] H. P. Primasari, "Tantangan dalam Pembelajaran PAUD pada Masa Pandemi," *Surveymeter*, 2020. .
- [6] wiki How, "Cara Bermain Ular Tangga." .
- [7] V. Munadah, Reny;Rahayu, Puput Sri; Pranandari, Erliska; Jukia, Fitri; Rosdianti, "Penerapan Permainan Ular Tangga dalam Peningkatan Hasil Belajar Geometri Bangun Ruang di Kelas V SD 006 Rambah Samo," *Trapsila J. Pendidik. Dasar*, vol. 3, no. 1, pp. 46–56, 2021.
- [8] K. K. R. Indonesia, *Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 9 tahun 2020 tentang Pedoman Pembatasan Sosial Berskala Besar dalam Rangka Percepatan Penanganan Covid-19*. Jakarta, 2020.
- [9] K. K. R. Indonesia, *Apa yang Harus Dilakukan Masyarakat untuk Cegah Penularan Covid-19?* Jakarta, 2020.
- [10] E. dan F. Maisyarah, "Media Permainan Ular TAngga, Motivasi dan Hasil Belajar Peserta Didik di Sekolah Dasar," *J. Pendidik.*, 2019.
- [11] A. Ihsani, Nurul; Kurniah, Nina; Suprapti, "Hubungan Metode Pembiasaan dalam Pembelajaran dengan Disiplin Anak Usia Dini," *J. Ilm. Potensia*, vol. 3, no. 1, pp. 50–55, 2018.
- [12] A. Khobir, "Upaya Mendidik Anak Melalui Permainan Edukatif," *Forum Tarb.*, vol. 7, no. 2, pp. 195–208, 2009.