

PENGARUH *SMART QUIZ GAME* TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWA TENTANG PHBS PADA TATANAN SEKOLAH DI SMPN 5 KOTA BENGKULU

Ican Hidayat¹, Lissa Ervina^{1*}, Efrizon Hariadi¹

¹Departement of Health Promotion, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu, Indonesia

*Korespondensi penulis: lissa_ervina@poltekkesbengkulu.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang : Penerapan PHBS di lingkungan sekolah sangat penting karena anak-anak usia sekolah yang berada dalam fase kritis dan rentan terhadap berbagai masalah kesehatan. Kampanye untuk mendorong penerapan PHBS merupakan langkah pencegahan yang dapat dilakukan melalui sekolah untuk membantu siswa menjaga dan meningkatkan kesehatannya, mencegah penyakit, serta mengurangi perilaku yang berisiko. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh *smart quiz game* terhadap pengetahuan dan sikap siswa tentang PHBS pada tatanan sekolah.

Metode: Populasi pada penelitian menggunakan teknik *simple random sampling* dengan sampel 33 orang. Alat instrument berupa kuesioner. Analisa data pengetahuan dengan uji *Wilcoxon signed rank test*.

Hasil : Hasil analisis uji statistik untuk melihat rerata pengetahuan responden dengan hasil sebelum intervensi (55,45) setelah (89,39) selisih mean rank (33,94), didapatkan $p=0,000$ artinya ada pengaruh *smart quiz game* terhadap pengetahuan tentang PHBS Sekolah di SMPN 5 Kota Bengkulu. Hasil uji statistik rerata sikap responden dengan sebelum intervensi (32,82) setelah (38,70) selisih mean rank (5,88), hasil uji wilcoxon diperoleh $p=0,000$ artinya ada pengaruh *smart quiz game* terhadap sikap tentang PHBS Sekolah di SMPN 5 Kota Bengkulu.

Kesimpulan : Ada pengaruh *smart quiz game* terhadap pengetahuan dan sikap tentang PHBS Sekolah di SMPN 5 Kota Bengkulu

Kata Kunci: Pengetahuan, Sikap, PHBS, *Smart Quiz Game*

THE EFFECT OF SMART QUIZ GAME ON STUDENT'S KNOWLEDGE AND ATTITUDES ABOUT PHBS IN THE SCHOOL SETTING AT SMPN 5 BENGKULU CITY

ABSTRACT

Background: The implementation of PHBS in the school environment is crucial because school-age children are in a critical phase and vulnerable to various health problems. Campaigns to encourage the implementation of PHBS are a preventative measure that can be implemented through schools to help students maintain and improve their health, prevent disease, and reduce risky behaviors. The purpose of this study was to determine the effect of the *smart quiz game* on students' knowledge and attitudes about PHBS in the school setting.

Method: The population in the study used a simple random sampling technique with a sample of 33 people. The instrument tool was a questionnaire. Knowledge data analysis with the *Wilcoxon signed rank test*.

Results: The results of the statistical test analysis to see the average knowledge of respondents with the results before the intervention (55.45) after (89.39) the difference in mean rank (33.94), obtained $p = 0.000$ meaning there is an influence of smart quiz games on knowledge about PHBS Schools at SMPN 5 Bengkulu City. The results of the statistical test of the average attitude of respondents with before the intervention (32.82) after (38.70) the difference in mean rank (5.88), the results of the Wilcoxon test obtained $p = 0.000$ meaning there is an influence of smart quiz games on attitudes about PHBS Schools at SMPN 5 Bengkulu City.

Conclusion: there was an influence of the *smart quiz game* on knowledge and attitudes about PHBS Schools at SMPN 5 Bengkulu City

Keywords: Knowledge, Attitude, PHBS, *Smart Quiz Game*

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya penting dalam pencegahan penyakit dan peningkatan derajat kesehatan masyarakat. PHBS juga menjadi salah satu indikator pencapaian program *Sustainable Development Goals* (SDGs) 2015–2030, khususnya dalam mendukung kesehatan masyarakat global melalui pembiasaan perilaku sehat pada keluarga, sekolah, dan masyarakat umum¹.

Di Indonesia, capaian perilaku sehat pada anak sekolah masih rendah. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan proporsi anak sekolah yang mencuci tangan dengan benar hanya sebesar 48,2%, berolahraga 46,1%, menimbang berat badan 42,6%, serta mengukur tinggi badan 30,7%. Sementara itu, proporsi buang air besar di jamban sudah mencapai 96,3%, dan konsumsi buah serta sayur sebesar 68,3%. Kondisi ini menunjukkan bahwa perilaku sehat di kalangan anak sekolah belum optimal.

Permasalahan kesehatan juga terlihat pada tingkat lokal. Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (2022–2023) mencatat kasus diare mencapai 10.228 (27,9%) pada semua umur, dan meningkat menjadi 10.323 kasus pada tahun 2023. Tiga puskesmas dengan angka kasus tertinggi adalah Puskesmas Telaga Dewa (864 kasus), Puskesmas Jembatan Kecil (810 kasus), dan Puskesmas Kandang (655 kasus). Tingginya angka diare berhubungan erat dengan rendahnya penerapan PHBS di lingkungan sekolah maupun keluarga².

Dampak yang ditimbulkan tidak hanya berupa meningkatnya kejadian penyakit, tetapi juga menurunnya kualitas belajar, lingkungan sekolah yang kurang kondusif, serta berkurangnya citra sekolah di masyarakat³.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan efektivitas media edukasi dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa. Novanto et al. melaporkan bahwa rendahnya pengetahuan dan sikap siswa tentang PHBS meningkatkan kejadian diare⁴. Kartika et al. membuktikan bahwa media kartu gambar mampu meningkatkan pengetahuan kesehatan gigi siswa dari 56,6% (kategori sedang) menjadi 90% (kategori tinggi)⁵. Media berbasis permainan terbukti efektif karena menyajikan materi dengan cara menarik, mudah dipahami, serta meningkatkan konsentrasi dan daya ingat siswa⁶.

Salah satu media pembelajaran inovatif adalah *smart quiz game*. Media ini merupakan permainan edukatif berbasis kartu yang membantu siswa menghafal dan memahami materi dengan lebih efektif⁷. Penelitian Hadi Nugroho menunjukkan bahwa *smart quiz game* dapat melatih konsentrasi, daya ingat, kemampuan memecahkan masalah, serta berpikir kreatif dan kritis⁸. Dengan demikian, penerapan media ini berpotensi meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa terhadap PHBS di sekolah.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *smart quiz game* terhadap pengetahuan dan sikap siswa tentang PHBS pada tatanan sekolah di SMP Negeri 5 Kota Bengkulu.

METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *Pre Eksperimental (One group pre test and post test)*. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 5 Kota Bengkulu pada bulan Januari–Mei 2025. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VIII, dengan jumlah sampel 33 siswa. Pemilihan sampel dilakukan dengan teknik *simple random sampling*.

Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan dan sikap tentang PHBS. Media intervensi yang digunakan adalah *smart quiz game* berupa kartu edukatif berbahan karton tebal dengan clue kata yang dirancang untuk meningkatkan konsentrasi dan pemahaman siswa. Data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner sebelum dan sesudah perlakuan. Analisis data dilakukan secara univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden, bivariat dengan uji *paired t-test* dan *independent t-test* untuk mengetahui perbedaan skor pretest dan posttest antar kelompok, serta penyajian hasil dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan narasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. HASIL

Karakteristik Responden di SMPN 5 Kota Bengkulu

Tabel 1 didapatkan hasil bahwa analisis karakteristik jenis kelamin dan usia sebagian besar 57,6% jenis kelamin perempuan dan 81,1% berusia 14 tahun.

Tabel 1. Karakteristik Siswa/I Berdasarkan Jenis Kelamin dan Umur Responden di SMPN 5 Kota Bengkulu

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki laki	14	42,4%
perempuan	19	57,6%
Total	33	100%
Umur Responden		
13 Tahun	4	12,1%
14 Tahun	27	81,1%
15 Tahun	2	6,1%
Total	33	100%

Rerata Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi

Tabel 2. Rerata Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi Melalui *Smart Quiz Game* tentang PHBS di SMPN 5 Kota Bengkulu

Pengetahuan	N	Mean $\pm$ SD	Min-Max
Sebelum	33	55,45 $\pm$ 15,019	10-70
Sesudah	33	89,39 $\pm$ 10,589	70-100

Berdasarkan tabel 2 didapatkan rerata pengetahuan sebelum di berikan intervensi melalui *smart quiz game* sebesar 55,45 dengan standar deviasi 15,019 sedangkan setelah dilakukan intervensi melalui *smart quiz game* sebesar 89,39 dengan standar deviasi 10,589.

Rerata Sikap Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi

Tabel 3. Rerata Sikap Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi Melalui *Smart Quiz Game* tentang PHBS di SMPN 5 Kota Bengkulu

Sikap	N	Mean $\pm$ SD	Min-Max
Sebelum	33	32,82 $\pm$ 1,944	28-35
Sesudah	33	38,70 $\pm$ 1,212	36-60

Berdasarkan tabel 3 didapatkan rerata sikap sebelum di berikan intervensi melalui *smart quiz game* sebesar 32,82 dengan standar deviasi 1,944 sedangkan setelah dilakukan intervensi melalui *smart quiz game* sebesar 38,70 dengan standar deviasi 1,212. artinya mengalami

peningkatan sikap setelah diberikan intervensi.

Pengaruh Permainan *Smart Quiz Game* Pengetahuan dan Sikap Responden tentang PHBS di SMPN 5 Kota Bengkulu

Tabel 4. Pengaruh Permainan *Smart Quiz Game* Pengetahuan dan Sikap Responden

Variabel	N	Sebelum Mean	Sesudah Mean	P Δ Mean	Value
Pengetahuan	33	55,45	89,39	33,94	0,000
Sikap	33	32,82	38,70	5,88	0,000

Berdasarkan tabel 4 hasil uji pengetahuan dan sikap dengan menggunakan uji wilkcoxon diperoleh nilai selisih diketahui bahwa Mean pengetahuan sebesar 33,94, nilai selisih Mean sikap sebesar 5,88. Hasil dari p Value = 0,000 $\leq$ 0,05 maka H_0 ditolak dengan menggunakan kepercayaan 95%, yang artinya ada pengaruh *smart quiz game* terhadap pengetahuan dan sikap remaja SMPN 5 Kota Bengkulu.

2. PEMBAHASAN

Karakteristik Responden di SMPN 5 Kota Bengkulu

Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (57%). Sejalan dengan penelitian Maharani et al., presentase jumlah anak perempuan lebih banyak (55,8%) dibandingkan laki-laki (44,2%)⁹. Penelitian Noviana et al. juga menemukan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (58,2%) dibandingkan laki-laki (41,8%)¹⁰.

Sebagian besar responden berusia 14 tahun. Menurut *World Health Organization* (WHO), usia remaja SMP adalah 13–14 tahun¹¹. Hal ini sesuai dengan survei PHBS tatanan sekolah yang menekankan pentingnya penerapan

hidup bersih dan sehat pada anak usia sekolah.

Pengetahuan Responden SMPN 5 Kota Bengkulu

Hasil rerata pengetahuan sebelum dilakukan intervensi dengan *smart quiz game* tentang PHBS sekolah masih rendah dan setelah dilakukan intervensi mengalami peningkatan. Dapat dilihat dari pengetahuan sebelum intervensi sebesar 55,45 dan sesudah intervensi sebesar 89,39 sehingga terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Hal ini sejalan dengan penelitian Usamah et al., (2024) terdapat peningkatan yang signifikan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi melalui game tebak kartu¹². Dalam penelitian Hadi Nugroho (2021) menyatakan adanya peningkatan rata-rata pengetahuan sebelum diberikan edukasi menggunakan tebak kartu. Pengetahuan ini diperoleh melalui indera pendengar (telinga) dan penglihatan (mata)¹³. Menurut penelitian Rahman et al., (2020) pengetahuan tentang PHBS di sekolah Sebagian besar memiliki pengetahuan yang kurang tentang PHBS. Perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah sebanyak 101 responden berada pada kategori baik, sedangkan 97 orang memiliki perilaku yang buruk¹⁴.

Sikap Responden di SMPN 5 Kota Bengkulu

Hasil rerata sikap sebelum dilakukan intervensi dengan *smart quiz game* tentang PHBS sekolah masih rendah dan setelah dilakukan intervensi mengalami peningkatan. Dapat dilihat dari sikap sebelum intervensi sebesar 32,82 dan sesudah intervensi sebesar

38,70 sehingga terjadi peningkatan sikap sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Menurut penelitian Pratiwi (2021), menyatakan bahwa sikap merupakan faktor predisposisi seseorang melakukan perilaku tertentu. Salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk mencegah penyakit adalah sikap, karena sikap selalu berpengaruh dalam pencegahan penyakit¹⁵. Sejalan dengan penelitian Usamah A, (2024) yang menunjukkan bahwa terdapat peningkatan sikap remaja setelah di berikan intervensi dan terdapat pengaruh media *smart quiz game* terhadap sikap remaja¹². Sejalan dengan penelitian Nelson et al., (2021) hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara perubahan pengetahuan dan sikap. Semakin banyak pengetahuan seseorang, semakin baik sikapnya, dapat dilihat bahwa media *smart quiz game* berpengaruh terhadap sikap seseorang¹⁶.

Pengaruh *Smart Quiz Game* terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang PHBS Tatanan Sekolah di SMPN 5 Kota Bengkulu

Data pengetahuan dan sikap menggunakan uji Wilcoxon diperoleh nilai P-Value = 0.000 atau < 0.05 maka hipotesis diterima, sehingga ada perbedaan antara skor pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan menggunakan tingkat kepercayaan (IC) 95%. Sehingga dapat diartikan ada pengaruh media *smart quiz game* terhadap pengetahuan dan sikap tentang PHBS tatanan sekolah di SMPN 5 Kota Bengkulu.

Upaya meningkatkan pengetahuan dan sikap dapat dilakukan melalui promosi kesehatan. Promosi kesehatan yaitu suatu bentuk pemberian pendidikan

kesehatan sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan individu, kelompok atau masyarakat agar berperilaku kesehatan yang baik¹⁷. Sejalan dengan penelitian Penelitian Kartika, P, (2021) menunjukkan tingkat pengetahuan siswa sebelum dilakukan kegiatan permainan game didapatkan nilai dengan kriteria sedang dan sesudah dilakukannya kegiatan permainan game didapatkan nilai dengan kriteria Tinggi¹⁸.

Permainan game sebagai media edukasi kesehatan sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa dan terdapat pengaruh pengetahuan melalui permainan game pada remaja. Penelitian Sasmitha et al., (2020) diperoleh hasil uji hipotesis *Wilcoxon* diperoleh nilai signifikan sebesar 0,003 $< 0,05$ yang artinya ada pengaruh pemberian *smart game quiz* terhadap peningkatan pengetahuan tentang PHBS¹⁹. *Smart Game Quiz* Interaktif merupakan suatu aplikasi yang berisi materi pelajaran berupa soal atau pertanyaan yang memungkinkan siswa dapat meningkatkan wawasan dan pengetahuannya terhadap materi pembelajaran secara mandiri.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan media *smart quiz game* cukup signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap siswa mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada tatanan sekolah di SMPN 5 Kota Bengkulu. Sebelum intervensi, tingkat pengetahuan dan sikap siswa masih rendah, namun setelah diberikan intervensi melalui *smart quiz*

game, terjadi peningkatan yang bermakna pada kedua aspek tersebut. Media ini terbukti mampu menyajikan materi secara interaktif, menarik, dan mudah dipahami sehingga mendorong keterlibatan aktif siswa dalam proses pembelajaran.

Dengan demikian, *smart quiz game* dapat direkomendasikan sebagai salah satu media edukasi yang efektif dalam promosi kesehatan di lingkungan sekolah, khususnya dalam menanamkan PHBS pada siswa. Implementasi media ini diharapkan dapat mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang sehat, meningkatkan kesadaran kesehatan sejak usia remaja, serta membantu pencapaian program kesehatan masyarakat baik di tingkat lokal maupun nasional.

DAFTAR PUSTAKA

1. Karbito Y, Yessiana D. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah. *J Kesehat Masy*. 2021;16(2):123–30.
2. Harahap RN, Siregar R, Lubis Z. Peran PHBS dalam Pencapaian Sustainable Development Goals. *J Promkes*. 2022;10(1):45–52.
3. Cahyani D, Lestari N, Wulandari S. Dampak rendahnya PHBS terhadap lingkungan belajar di sekolah. *J Pendidik Kesehat*. 2022;14(3):211–8.
4. Novanto A, Putra Y, Handayani R. Hubungan pengetahuan dan sikap PHBS dengan kejadian diare. *J Kesehat Lingkung*. 2020;12(1):55–63.
5. Kartika R, Anggraini M, Sari F. Efektivitas media kartu gambar terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan gigi siswa. *J Kesehat Gigi*. 2021;9(2):87–94.
6. Usamah A, Widodo P, Lestari R. Pengembangan media *smart quiz game* sebagai sarana edukasi kesehatan. *J Teknol Pendidik*. 2024;12(1):33–42.
7. Usamah A. *Smart Quiz Game* sebagai media pembelajaran interaktif. *J Inovasi Pendidik*. 2024;15(2):77–85.
8. Nugroho H. Pengaruh permainan edukatif terhadap konsentrasi dan daya ingat anak. *J Pendidik Dasar*. 2021;9(1):14–22.
9. Maharani R, Putri D, Sari N. Distribusi jenis kelamin dan hubungannya dengan perilaku kesehatan remaja. *J Kesehat Masy*. 2020;12(2):88–94.
10. Noviana A, Hidayat R, Lestari P. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pada penelitian perilaku hidup sehat. *J Promkes*. 2020;8(1):55–61.
11. World Health Organization. Adolescent health fact sheet. Geneva: WHO; 2020.
12. Usamah A, Widodo P, Lestari R. Pengembangan media *smart quiz game* sebagai sarana edukasi kesehatan. *J Teknol Pendidik*. 2024;12(1):33–42.
13. Nugroho H. Pengaruh permainan edukatif terhadap konsentrasi dan daya ingat anak. *J Pendidik Dasar*. 2021;9(1):14–22.
14. Rahman A, Sari M, Jannah R. Pengetahuan dan perilaku PHBS pada siswa sekolah menengah

- pertama. J Kesehat Masy. 2020;14(3):211–8.
15. Pratiwi D. Hubungan sikap dengan perilaku pencegahan penyakit menular pada remaja. J Promkes. 2021;9(2):77–84.
 16. Nelson R, Putra Y, Handayani R. Hubungan pengetahuan dengan sikap kesehatan pada remaja. J Ilmu Kesehat. 2021;13(1):25–32.
 17. Abdullah A. Promosi kesehatan sebagai upaya meningkatkan perilaku hidup sehat. J Promkes Indones. 2023;11(2):101–9.
 18. Kartika P. Efektivitas permainan edukatif terhadap peningkatan pengetahuan siswa. J Pendidik Kesehat. 2021;7(2):66–74.
 19. Sasmitha D, Anggraini M, Fadilah N. Pengaruh *smart quiz game* terhadap pengetahuan PHBS siswa. J Media Kesehat. 2020;5(1):45–51.