



## **Pengaruh Permainan Edukatif Ular Tangga Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Gizi Seimbang** *The Effect of Educative Game Snakes and Ladders Toward Knowledge and Attitude about Balanced Nutrition*

**Sari Madinah<sup>1</sup>, H. Yasir Farhat<sup>2</sup>, Niken Widyastuti Hariati<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Banjarmasin

<sup>2,3</sup> Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Banjarmasin

### **Article Info**

#### **Article History**

Received Date: 10 Agustus 2023

Revised Date: 15 September 2023

Accepted Date: 16 September 2023

### **ABSTRAK**

Permasalahan gizi anak usia sekolah merupakan masalah kesehatan yang dapat menyebabkan gangguan fisik, psikologis dan prestasi menurun. Salah satu penyebabnya kurang pengetahuan dan kesadaran gizi. Cara yang efektif memberikan pengetahuan dengan menggunakan media agar mudah dipahami. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode edukasi dengan permainan ular tangga terhadap pengetahuan dan sikap gizi seimbang siswa Madrasah Ibtidaiyah Negeri 3 Tanah Laut. Jenis penelitian ini adalah quasi experiment dengan rancangan two group pretest posttest with control group design. Populasi berjumlah 213. Sampel diambil secara Stratified Random Sampling diperoleh 32 siswa dibagi menjadi dua kelompok yaitu intervensi (permainan ular tangga) dan kontrol (ceramah). Teknik pengumpulan data yaitu wawancara dengan kuesioner. Analisis data menggunakan Uji Wilcoxon dan Uji Mann Whitney. Terdapat perbedaan skor pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan pada tiap kelompok ( $p < 0,05$ ). Hasil analisis skor pengetahuan dan sikap sesudah diberikan perlakuan tiap kelompok terdapat perbedaan yang signifikan ( $p < 0,05$ ). Namun berdasarkan selisih rata-rata kedua kelompok diperoleh selisih lebih besar pada kelompok intervensi yaitu pengetahuan sebesar 1,31 dan sikap sebesar 0,94 yang berarti kelompok intervensi lebih unggul. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu metode edukasi dengan media permainan ular tangga maupun ceramah keduanya berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap, namun metode edukasi dengan permainan ular tangga memiliki pengaruh lebih besar terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap gizi seimbang.

*The nutritional problem of school-age children is a health problem that can cause physical, psychological disturbances and decreased achievement. One reason is lack of knowledge and awareness of nutrition. An effective way of imparting knowledge by using media to make it easy to understand. This study aims to determine the effect of educational methods using snakes and ladders game on the knowledge and attitudes of balanced nutrition of students at Madrasah Ibtidaiyah Negeri 3 Tanah Laut. This type of research is quasi experiment design with two group pretest posttest with control group design. The population is 213 students. Samples were taken using Stratified Random Sampling and obtained 32 students who were divided into two groups, namely the intervention group (snakes and ladders game) and the control group (discourse). Data collection technique is interview with a questionnaire. Data analysis used the Wilcoxon Test and the Mann Whitney Test. There were differences in knowledge and attitude scores before and after receiving treatment in each group ( $p < 0.05$ ). The results of the analysis of knowledge and attitude scores after being given treatment for each group showed a significant difference ( $p = < 0.05$ ). However, based on the average*

### **Kata Kunci:**

Pengetahuan; sikap;  
intervensi; kontrol

### **Keywords:**

Knowledge; attitude;  
intervention; control

*difference between the two groups, a large difference was obtained in the intervention group, that is knowledge of 1,31 and attitude of 0,94, which means that the intervention group was superior. The conclusion of this research is the educational method using snakes and ladders game media and discourse both have an effect on increasing knowledge and attitudes, but the educational method using snakes and ladders game has a greater influence on increasing knowledge and attitudes of balanced nutrition.*

Copyright © 2024 Jurnal Riset Pangan dan Gizi.  
All rights reserved

*Korespondensi Penulis:*

*Sari Madinah*

*Jurusan Gizi Poltekkes Kemnekes Banjarmasin*

*Jl. Mistar Cokrokusumo No. 1A Banjarbaru Kalimantan Selatan Indonesia*

*e-mail: sarimadinah9@gmail.com*

## PENDAHULUAN

### *Latar belakang*

Permasalahan gizi pada anak usia sekolah merupakan salah satu masalah kesehatan yang dapat menyebabkan gangguan fisik, psikologis dan prestasi akademik menurun. Umumnya masalah gizi anak usia sekolah terjadi karena kebiasaan makan dan perilaku di sekolah maupun di rumah, hal ini dikarenakan kurangnya pengetahuan anak tentang gizi [1]. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 bahwa secara nasional prevalensi kurus pada anak umur 5-12 tahun sebanyak 6,8% sedangkan prevalensi anak sekolah yang mengalami kegemukan sebanyak 10,8%. Salah satu penyebab permasalahan gizi yaitu kurangnya pengetahuan mengenai menu sehat dan kurangnya kesadaran akan gizi [2]. Berdasarkan data Riskesdas Kalimantan Selatan 2018 prevalensi kurus pada anak umur 5-12 tahun sebanyak 9,99%, gemuk sebanyak 10,91% dan obesitas sebanyak 12,69%. Adapun di Kabupaten Tanah Laut prevalensi kurus pada anak umur 5-12 tahun sebanyak 9,83%, gemuk sebanyak 10,94% dan obesitas sebanyak 9,96% [3].

Tingkat pengetahuan gizi berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan yang berdampak pada keadaan gizi dan pembentukan kebiasaan makan seseorang, kurang pengetahuan tentang gizi serta kebiasaan makan yang kurang baik akan menimbulkan masalah kecerdasan dan produktivitas, untuk mencegah hal tersebut maka perlu dilakukan pendidikan kesehatan dan gizi terhadap anak usia sekolah [4]. Pendidikan gizi membutuhkan media yang tepat sebagai penunjang keberhasilan, media tersebut bisa berupa permainan edukatif anak dengan konsep bermain sambil belajar dengan tujuan meningkatkan pengetahuan serta memudahkan anak memahami tentang gizi seimbang untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari [5].

Salah satu cara yang efektif memberikan informasi khususnya pendidikan gizi pada anak sekolah yaitu dengan media permainan ular tangga yang terbukti dapat meningkatkan kemampuan untuk berinteraksi dengan kehidupan sosial, dapat digunakan sebagai alat untuk bermain sambil belajar, menjadikan anak lebih aktif dan meningkatkan kualitas perkembangan fisik-motorik, bahasa, intelektual, sosial maupun emosional [6]. Penelitian lain menyatakan bahwa pendidikan gizi dengan menggunakan permainan ular tangga berpengaruh signifikan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap pada anak sekolah [7].

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan peneliti pada murid kelas 4, 5 dan 6 di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 3 Tanah Laut dan diperoleh tingkat pengetahuan siswa tentang gizi kurang sebanyak 76,6%, sedangkan sikap siswa terhadap gizi cukup sebanyak 86,6%. Peneliti juga melakukan wawancara dengan salah satu guru Madrasah Ibtidaiyah Negeri 3 Tanah Laut dikatakan bahwa selama ini tidak ada kegiatan penyuluhan gizi di sekolah. Maka dari itu peneliti ingin mengetahui adakah pengaruh permainan edukatif ular tangga terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa Madrasah Ibtidaiyah Negeri 3 Tanah Laut.

### **Tujuan**

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh permainan edukatif ular tangga terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa Madrasah Ibtidaiyah Negeri 3 Tanah Laut. Tujuan khusus penelitian adalah untuk mengidentifikasi karakteristik siswa, menilai pengetahuan sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi (permainan ular tangga) dan kontrol (ceramah), menilai sikap sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi (permainan ular tangga) dan kontrol (ceramah), menganalisis perbedaan dari kedua kelompok setelah diberikan permainan ular tangga (intervensi) dan ceramah (kontrol) terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang dan menganalisis pengaruh permainan edukatif ular tangga (intervensi) dan ceramah (kontrol) terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa Madrasah Ibtidaiyah Negeri 3 Tanah Laut.

## **METODE**

### **Jenis dan desain penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi experiment*, desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *two group pretest posttest with control group design*

### **Populasi dan sampel**

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 4, 5 dan 6 Madrasah Ibtidaiyah Negeri 3 Tanah Laut yang berjumlah 213 siswa. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 32 responden yang dibagi dua kelompok perlakuan yaitu intervensi (permainan ular tangga) dan kontrol (ceramah) dengan masing masing kelompok perlakuan 16 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *stratified random sampling* dengan metode *simple random sampling*.

Tahap persiapan kelompok intervensi dimulai dari menyiapkan media permainan ular tangga dengan menggunakan papan atau alas yang terdapat kotak-kotak dan di beberapa kotak terdapat sejumlah gambar ular dan tangga yang menghubungkan dengan kotak lainnya dan berisi macam-macam gambar serta pesan tentang 10 pesan umum gizi seimbang. Pada kelompok intervensi dibagi menjadi 4 kelompok, tiap siswa bermain secara bergilir dan jika anggota berhenti di kotak berisi pesan, maka siswa membaca pesan tersebut kemudian peneliti memberikan penjelasan mengenai isi pesan dari kotak ular tangga tersebut. Namun jika siswa menginjak kotak bergambar tanda tanya, maka siswa harus memilih 1 kartu pertanyaan yang diberikan oleh peneliti dan siswa harus menjawab pertanyaan tersebut. Sedangkan pada kelompok kontrol diberikan ceramah dengan materi yang meliputi 10 pesan umum gizi seimbang

### **Teknik pengumpulan data**

Data primer didapatkan melalui pengisian kuesioner dan data sekunder diperoleh berdasarkan informasi yang dikumpulkan dari pihak sekolah penelitian ini telah mendapatkan etik penelitian dari Universitas Muhammadiyah Banjarmasin dengan No. 032/UMB/KE/II/2023

### **Analisis**

Analisis data dilakukan dengan menggunakan program komputer, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas dan diperoleh data tidak berdistribusi normal kemudian dilanjutkan dengan analisis data menggunakan Uji Wilcoxon dan Uji Mann Whitney.

HASIL PENELITIAN

*Analisis Univariat*

**Pengetahuan Siswa Tentang Gizi Seimbang pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Diberikan Perlakuan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan pada kelompok intervensi dan kontrol sebelum diberikan perlakuan sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan kurang, namun sesudah diberikan perlakuan sebagian besar pada kelompok intervensi dan kontrol memiliki tingkat pengetahuan baik (Tabel 1).

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswa pada Kelompok Intervensi dan Kontrol Sebelum dan Sesudah Diberikan Perlakuan

No	Tingkat Pengetahuan	Sebelum				Sesudah			
		Intervensi		Kontrol		Intervensi		Kontrol	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Baik	2	12,5	1	6,25	13	81,25	11	68,75
2	Cukup	5	31,25	5	31,25	3	18,75	5	31,25
3	Kurang	9	56,25	10	62,5	0	0	0	0
	Jumlah	16	100,0	16	100,0	16	100,0	16	100,0

**Sikap Siswa Tentang Gizi Seimbang pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Diberikan Perlakuan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat sikap pada kelompok intervensi dan kontrol sebelum diberikan perlakuan sebagian besar memiliki tingkat sikap tergolong cukup, namun sesudah diberikan perlakuan sebagian besar pada kelompok intervensi dan kontrol memiliki tingkat pengetahuan baik (Tabel 2).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Sikap Siswa pada Kelompok Intervensi dan Kontrol Sebelum dan Sesudah Diberikan Perlakuan

No	Tingkat Sikap	Sebelum				Sesudah			
		Intervensi		Kontrol		Intervensi		Kontrol	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Baik	5	31,25	4	25,0	16	100,0	14	87,5
2	Cukup	10	62,5	9	56,25	0	0	2	12,5
3	Kurang	1	6,25	3	18,75	0	0	0	0
	Jumlah	16	100,0	16	100,0	16	100,0	16	100,0

**Distribusi Skor Pengetahuan Sebelum dan Sesudah pada Kelompok Intervensi dan Kontrol**

Diketahui total skor maksimum pengetahuan yaitu 20, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi dan kontrol dan terdapat peningkatan skor sesudah diberikan perlakuan (Tabel 3).

Tabel 3 Distribusi Nilai Skor Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Perlakuan

No	Kelompok	Sebelum			Sesudah		
		Min	Mean	Max	Min	Mean	Max
1	Intervensi	9,00	11,31	16,00	14,00	18,12	20,00
2	Kontrol	8,00	10,88	17,00	15,00	16,81	19,00

**Distribusi Skor Sikap Sebelum dan Sesudah pada Kelompok Intervensi dan Kontrol**

Diketahui total skor maksimum sikap yaitu 10, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor sikap sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi dan kontrol dan terdapat peningkatan skor sesudah diberikan perlakuan (Tabel 4).

Tabel 4 Distribusi Nilai Skor Sikap Sebelum dan Sesudah Diberikan Perlakuan

No	Kelompok	Sebelum			Sesudah		
		Min	Mean	Max	Min	Mean	Max
1	Intervensi	5,00	6,93	8,00	8,00	9,31	10,00
2	Kontrol	2,00	6,43	8,00	7,00	8,37	10,00

**Analisis Bivariat**

**Pengaruh pada Kelompok Intervensi dan Kontrol Terhadap Pengetahuan tentang Gizi Seimbang**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan hasil Uji Statistik *Wilcoxon* diperoleh nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol, sehingga dapat diinterpretasikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap skor pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada tiap kelompok (Tabel 5).

Tabel 5 Analisis Pengaruh Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol Terhadap Pengetahuan tentang Gizi Seimbang

No	Kelompok	Sebelum	Sesudah	Selisih	P-Value
1	Intervensi	11,31	18,12	6,81	0,000
2	Kontrol	10,88	16,81	5,93	0,000

**Pengaruh pada Kelompok Intervensi dan Kontrol Terhadap Sikap tentang Gizi Seimbang**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan hasil Uji Statistik *Wilcoxon* diperoleh nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol, sehingga dapat diinterpretasikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap skor sikap sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada tiap kelompok (Tabel 6).

Tabel 6 Analisis Pengaruh pada Kelompok Intervensi dan Kontrol Terhadap Sikap tentang Gizi Seimbang

No	Kelompok	Sebelum	Sesudah	Selisih	P-Value
1	Intervensi	6,94	9,31	2,37	0,000
2	Kontrol	6,43	8,37	1,94	0,000

**Perbedaan Hasil Pengetahuan dan Sikap pada Kelompok Intervensi dan Kontrol Sesudah Diberikan Perlakuan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan hasil Uji Statistik *Mann Whitney* dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan dan sikap pada kelompok intervensi dan kontrol sesudah diberikan perlakuan ( $p<0,05$ ). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh permainan edukatif ular tangga terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang (Tabel 7).

Tabel 7 Analisis Perbedaan Hasil Pengetahuan dan Sikap pada Kelompok Intervensi dan Kontrol Sesudah Diberikan Perlakuan

No	Variabel	Sesudah	Selisih	Asymp.Sig
1	<b>Pengetahuan</b>			
	Intervensi	18,12		
	Kontrol	16,81	1,31	0,041
2	<b>Sikap</b>			
	Intervensi	9,31		
	Kontrol	8,37	0,94	0,006

## PEMBAHASAN

### *Analisis Univariat*

#### **Pengetahuan Siswa Tentang Gizi Seimbang pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Diberikan Perlakuan**

##### **Kelompok Intervensi**

Hasil penelitian pada tabel 1 diketahui tingkat pengetahuan sebelum diberikan permainan ular tangga gizi seimbang tergolong kurang, berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu guru dan beberapa siswa yang menjadi sampel menyatakan bahwa mereka belum pernah mendapatkan informasi atau sosialisasi terkait dengan gizi seimbang. Salah satu faktor penyebab rendahnya pengetahuan siswa tentang gizi seimbang adalah kurangnya sosialisasi hal tersebut membuat siswa kurang mengenal pedoman gizi seimbang [8].

Namun sesudah diberikan permainan ular tangga gizi seimbang terdapat peningkatan dan sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan tergolong baik. Penelitian lain menyatakan bahwa pada kelompok intervensi dengan menggunakan media ular tangga tentang buah dan sayur diperoleh dari hasil *pretest* sebagian besar siswa memiliki tingkat pengetahuan kurang dan setelah diberikan intervensi tingkat pengetahuan meningkat menjadi baik [9].

##### **Kelompok Kontrol**

Hasil penelitian pada tabel 1 diketahui tingkat pengetahuan sebelum diberikan ceramah tergolong kurang, Pada kelompok ini seluruh siswa yang menjadi sampel juga belum pernah mendapatkan informasi terkait dengan gizi seimbang sehingga pengetahuan tergolong kurang. Namun sesudah diberikan ceramah mengenai gizi seimbang sebagian besar tingkat pengetahuan siswa tergolong baik. Pengetahuan gizi semakin meningkat karena adanya pengaruh dari edukasi gizi yang diberikan melalui pembelajaran, seseorang belajar dan mencoba memahami yang awalnya tidak tahu menjadi tahu sehingga terdapat perubahan pada kategori menjadi baik [10].

Penelitian lain menyatakan bahwa tingkat pengetahuan siswi sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah sebagian besar dalam kategori kurang namun sesudah diberikan perlakuan dengan metode ceramah diperoleh hasil *posttest* sebagian besar siswi memiliki tingkat pengetahuan pada kategori baik [11].

#### **Sikap Siswa Tentang Gizi Seimbang pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Diberikan Perlakuan**

##### **Kelompok Intervensi**

Hasil penelitian pada tabel 2 diketahui tingkat sikap sebelum diberikan permainan ular tangga gizi seimbang tergolong cukup dan sesudah diberikan permainan ular tangga gizi seimbang sebagian besar tingkat sikap siswa tergolong baik, peningkatan ini terjadi dikarenakan siswa telah mendapat informasi atau pengetahuan mengenai gizi seimbang. Meningkatnya sikap anak tentang gizi seimbang dapat disebabkan oleh meningkatnya pengetahuan anak mengenai gizi seimbang [12].

Penelitian lain menyatakan bahwa nilai sikap sebelum diberikan intervensi dengan menggunakan media permainan ular tangga tentang makanan jajanan sehat dari 54 siswa sebagian besar siswa memiliki kategori sikap tergolong baik sebanyak 46 siswa (85,2%) dan 8 siswa memiliki kategori sikap tergolong kurang (14,8%), namun sesudah diberikan intervensi terdapat peningkatan yaitu seluruh siswa memiliki kategori sikap tergolong baik (100%) [13].

##### **Kelompok Kontrol**

Hasil penelitian pada tabel 2 diketahui tingkat sikap sebelum diberikan ceramah tentang gizi seimbang tergolong cukup dan sesudah diberikan ceramah tentang gizi seimbang sebagian besar tingkat sikap siswa tergolong baik. Sikap dapat berubah-ubah pada seseorang bila terdapat keadaan dan cara-cara tertentu, sehingga pada hal ini sikap siswa terhadap gizi seimbang bisa berubah menjadi lebih baik dari

sebelumnya karena telah diberikan perlakuan. Penelitian lain menyatakan bahwa terdapat peningkatan sikap sesudah diberikan perlakuan dengan metode ceramah mengenai konsumsi sayur dan buah pada siswa [14].

### **Distribusi Skor Pengetahuan Sebelum dan Sesudah pada Kelompok Intervensi dan Kontrol**

Hasil penelitian tabel 3 diketahui terdapat perbedaan skor sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada masing-masing kelompok, diketahui terdapat peningkatan skor pengetahuan pada tiap kelompok sesudah diberikan perlakuan. Peningkatan skor pengetahuan membuktikan bahwa kesadaran akan gizi seimbang dikalangan siswa sekolah dasar telah berubah menjadi lebih baik, peningkatan skor yang paling signifikan adalah pendidikan gizi melalui media bergambar dan permainan [15].

Penelitian lain menyatakan bahwa rata-rata skor pengetahuan pretest dengan menggunakan media permainan teka-teki silang maupun kelompok ceramah tidak jauh berbeda namun sesudah diberikan perlakuan rata-rata nilai pengetahuan gizi meningkat baik kelompok pada permainan teka-teki silang maupun kelompok ceramah [16].

### **Distribusi Skor Sikap Sebelum dan Sesudah pada Kelompok Intervensi dan Kontrol**

Hasil penelitian pada tabel 4 diketahui terdapat perbedaan skor sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada masing-masing kelompok, diketahui terdapat peningkatan skor sikap pada tiap kelompok sesudah diberikan perlakuan. Penelitian lain menyatakan bahwa terdapat perbedaan nilai sikap sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan menggunakan permainan ular tangga kesehatan dan terdapat peningkatan skor sesudah diberikan perlakuan tersebut [17].

Penelitian lain juga menyatakan bahwa nilai rata-rata sikap meningkat setelah diberikan promosi kesehatan dengan metode ceramah [18]. Sikap seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimilikinya, ketika seseorang memiliki pengetahuan yang baik maka kecenderungan untuk bersikap baik akan meningkat [19].

### ***Analisis Bivariat***

#### **Pengaruh pada Kelompok Intervensi dan Kontrol Terhadap Pengetahuan tentang Gizi Seimbang**

Hasil penelitian pada tabel 5 diketahui bahwa hasil uji statistik *Wilcoxon* menunjukkan terdapat pengaruh permainan ular tangga gizi seimbang dan ceramah terhadap pengetahuan tentang gizi seimbang, namun dapat dilihat dari selisih nilai *mean* pada kedua kelompok diketahui bahwa nilai pada kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan dengan nilai pada kelompok kontrol sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan media ular tangga pada kelompok intervensi lebih berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan gizi seimbang, karena selama kegiatan penelitian pada kelompok intervensi dengan menggunakan media permainan ular tangga terlihat siswa lebih aktif dan serius dalam bermain, siswa berusaha memahami setiap kotak yang berisi pesan gizi seimbang, siswa mendengarkan dan memperhatikan setiap pertanyaan yang diberikan peneliti ketika ada siswa yang menginjak kotak pertanyaan sehingga siswa yang lain juga berusaha mengingat jawaban yang telah dikoreksi oleh peneliti.

Penelitian lain menyatakan bahwa ada perbedaan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diterapkan media permainan ular tangga, sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh media permainan ular tangga terhadap pengetahuan siswa [20]. Pada penelitian ini ceramah juga merupakan faktor penting dalam peningkatan pengetahuan karena dengan ceramah siswa mendapatkan informasi secara langsung oleh peneliti namun masih terdapat beberapa kekurangan yaitu siswa menjadi pasif dan beberapa siswa kurang memperhatikan penjelasan yang disampaikan oleh peneliti, namun peneliti mengatasi hal tersebut dengan cara memberikan pertanyaan agar perhatian siswa kembali tertuju kepada peneliti dalam memberikan penjelasan mengenai gizi seimbang.

Adapun penelitian lain juga menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah dengan menggunakan metode ceramah dengan nilai  $p=0,024$  yang berarti metode ceramah juga berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan [21].

### **Pengaruh pada Kelompok Intervensi dan Kontrol Terhadap Sikap tentang Gizi Seimbang**

Hasil penelitian pada tabel 6 diketahui bahwa hasil uji statistik Wilcoxon menunjukkan terdapat pengaruh permainan ular tangga gizi seimbang dan ceramah terhadap sikap tentang gizi seimbang, namun dilihat dari selisih nilai mean pada kedua kelompok diketahui bahwa nilai pada kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan dengan nilai pada kelompok kontrol sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan media ular tangga pada kelompok intervensi lebih berpengaruh dalam meningkatkan sikap terhadap gizi seimbang.

Penelitian lain menyatakan bahwa ada pengaruh media permainan ular tangga mengenai pencegahan diare menggunakan CTPS terhadap sikap siswa Kelas IV SDN 003 Palaran sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Hal ini karena dengan menggunakan media pembelajaran dalam bentuk permainan dapat memberikan kegembiraan bagi anak-anak [22]. Adapun penelitian lain juga menyatakan bahwa terdapat pengaruh perlakuan yang diberikan yaitu ceramah terkait dengan kesehatan reproduksi terhadap sikap siswa yang diperoleh dari hasil perbedaan nilai antara pretest dan posttest [23].

### **Perbedaan Hasil Pengetahuan dan Sikap pada Kelompok Intervensi dan Kontrol Sesudah Diberikan Perlakuan**

Hasil penelitian pada tabel 7 diketahui bahwa hasil uji statistik *Mann Whitney* menunjukkan rata-rata kemampuan akhir siswa terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada kelompok intervensi dengan menggunakan media permainan ular tangga lebih besar daripada kelompok kontrol dengan ceramah. Dilihat dari selisih rata-rata (*mean*) pengetahuan dan sikap pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol maka diketahui terdapat perbedaan hasil *posttest* pengetahuan dan sikap pada kelompok intervensi dan kontrol yaitu terdapat selisih nilai yang mana kelompok intervensi memiliki nilai rata-rata pengetahuan maupun sikap lebih unggul dibandingkan dengan kelompok kontrol, sehingga perlakuan yang paling berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap pada penelitian ini yaitu pemberian perlakuan dengan media ular tangga.

Media permainan ular tangga merupakan media edukatif yang dapat mengasah kemampuan anak-anak agar lebih berkonsentrasi, permainan ini juga termasuk permainan yang bersifat interaktif karena penelitian ini memiliki manfaat diantaranya mengenal kalah dan menang, belajar bekerjasama, menunggu giliran, mengembangkan imajinasi, mengingat peraturan permainan serta belajar untuk memecahkan masalah [22]. Adapun metode ceramah memiliki beberapa kelemahan yang mengakibatkan skor pengetahuan dan sikap lebih rendah daripada media permainan, diantaranya yaitu siswa menjadi pasif dan merasa lebih bosan, seperti berlangsungnya proses ceramah di mana siswa hanya duduk mendengarkan materi yang disampaikan [24].

Penelitian lain menyatakan bahwa terdapat pengaruh dan selisih rata-rata pada kedua kelompok yang berbeda yaitu kelompok yang menggunakan media permainan ular tangga dan kelompok ceramah, maka dapat disimpulkan bahwa media permainan ular tangga lebih besar pengaruhnya terhadap peningkatan pengetahuan siswa di SD Negeri 1 Landungsari [25].

## **SIMPULAN**

Dari kedua metode edukasi baik pada kelompok intervensi dengan menggunakan permainan ular tangga maupun kelompok kontrol dengan metode ceramah keduanya mengalami peningkatan sesudah dilakukan intervensi, sehingga dapat dikatakan bahwa kedua metode tersebut dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap gizi seimbang, namun pada kelompok intervensi dan kontrol terdapat selisih rata-rata dan diperoleh rata-rata pada kelompok intervensi lebih unggul daripada kelompok kontrol yaitu pada pengetahuan diperoleh selisih sebesar 1,31 dan pada sikap diperoleh selisih sebesar 0,94,



sehingga dapat disimpulkan bahwa metode edukasi dengan menggunakan permainan ular tangga lebih berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa terhadap gizi seimbang.

Pengaplikasian metode edukasi dalam peningkatan pengetahuan dan sikap khususnya terkait dengan gizi seimbang pada siswa bisa menggunakan media yang lebih interaktif dan lebih menarik agar lebih cepat dan lebih mudah untuk dipahami salah satunya dengan menggunakan metode edukasi dengan permainan ular tangga, Peneliti selanjutnya bisa menggali bentuk media edukasi lainnya seperti monopoli, ludo dan sebagainya.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Madrasah Ibtidaiyah Negeri 3 Tanah Laut yang telah memberikan dukungan berupa informasi data dan tempat untuk peneliti melakukan penelitian serta siswa yang telah bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dan kepada dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, masukan, koreksi serta saran dalam penyusunan dan perbaikan jurnal ini.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Putri VH, Sitoayu L, Ronitawati P, 2021. Pengaruh media AR Book terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada anak usia sekolah. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 6(2), pp: 118-127.
2. Kemenkes RI, 2018. Laporan hasil riset kesehatan dasar nasional tahun 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Jakarta
3. Riskesdas, 2018. Laporan Provinsi Kalimantan Selatan tahun 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta
4. Intantiyana M, Widajanti L dan Rahfiludin MZ, 2018. Hubungan citra tubuh, aktivitas fisik dan pengetahuan gizi seimbang dengan kejadian obesitas pada remaja putri gizi lebih di SMA Negeri 9 Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 6(5), pp.404-412.
5. Wahyuni R, 2017. Buku gizi braille sebagai media pendidikan untuk meningkatkan pengetahuan anak tunanetra. *HIGEIA Journal of Public Health Research and Development*, 1(1), pp: 59-64.
6. Nurzihan NC, Permatasari O, 2020. Peningkatan pengetahuan remaja tentang pedoman umum gizi seimbang dengan permainan ular tangga gizi di SMP PGRI 1 Surakarta. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Mandiri Indonesia*, 1(1), pp: 17-24.
7. Swamilaksita PD, Sari IP, Ronitawati P, 2021. Media ular tangga meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang keamanan makanan jajanan anak sekolah. *Jurnal Abdimas*, 7(2), pp: 138-143.
8. Haris VSD, 2018. Pengaruh penyuluhan dengan media animasi terhadap pengetahuan dan sikap tentang makanan bergizi, seimbang dan aman bagi siswa SD 08 Cilandak Barat Jakarta Selatan Tahun 2017. *Quality: Jurnal Kesehatan*, 12(1), pp.38-42.
9. Handayani I, Lubis Z dan Aritonang EY, 2018. Pengaruh penyuluhan dengan media permainan ular tangga terhadap pengetahuan tentang buah dan sayur pada siswa MTs-S Almaran Kecamatan Hamparan Perak. *Jumantik (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 3(1), pp.115-123.
10. Wardhani DA, Nissa C, Setyaningrum, YI, 2021. Peningkatan pengetahuan remaja putri melalui edukasi gizi menggunakan media whatsapp group. *Jurnal Gizi*, 10(1), pp. 31-37.
11. Deviani, NLP, Citrawati NK dan Suasti NMA, 2018. Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Ceramah Dan Demonstrasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Deteksi Dini Kanker Payudara Pada Remaja Putri: Effectiveness Of Health Education With Lecture And Demonstration Method On Increasing Knowledge Aboutearly Detection Breast Cancerin Young Women. *Bali Medika Jurnal*, 5(1), pp.45-60.

12. Afra GN, Sitoayu, L dan Melani, V, 2021. Pengaruh permainan kartu gizi terhadap perubahan pengetahuan dan sikap gizi pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 13(1), pp.1-9.
13. Martony, O, Alfira A dan Eliska E, 2020. Pengetahuan dan Sikap Anak tentang Makanan Jajanan Sehat melalui Permainan Ular Tangga. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(1), pp.11-19.
14. Jatmika SED dan Safrilia FE, 2019. Perbedaan Edukasi Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Anak Sd Menggunakan Metode Ceramah Dengan Alat Peraga Dan Media Audiovisual. *Gizi Indonesia*, 42(1), pp.53-60.
15. Yuningsih R dan Kurniasari R., 2021. Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Bergambar Dan Permainan Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar (Suatu Pendekatan Studi Literature Review). *HEARTY: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(1), pp.1-7.
16. Mahmudah U, 2019. Pengaruh media teka-teki silang terhadap pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar. *Ilmu Gizi Indonesia*, 2(2), pp.107-114
17. Risna R dan Rusman ADP, 2020. Pengaruh permainan ular tangga kesehatan reproduksi terhadap sikap remaja dalam upaya pencegahan seks pranikah di SMA Negeri 1 Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 3(2), pp.163-174.
18. Agustina NMV, 2019. Promosi Kesehatan Dengan Metode Ceramah Dapat Meningkatkan Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Siswa Tentang Pengelolaan Sampah (Studi Dilakukan Pada Siswa Sekolah Dasar Swasta di Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2019). *Jurnal Kesehatan Lingkungan (JKL)*, 9(2).
19. Sihombing KP, Simare-mare RT dan Tobing A., 2020. Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Tindakan Siswa-Siswi Tentang Pemeliharaan Kesehatan Gigi Dan Mulut Berdasarkan Umur Dan Jenis Kelamin Di SD Negeri 101896 Kiri Hulu-I Tanjung Morawa Propinsi Sumatera Utara. *Jurnal Kesehatan Gigi*, 7(2), pp.117-123.
20. Wijayanti TS, Fayasari A dan Khasanah TA., 2021. Permainan Edukasi Ular Tangga Meningkatkan Pengetahuan Dan Konsumsi Sayur Buah Pada Remaja Di Jakarta Selatan. *Journal of Nutrition College*, 10(1), pp.18-25.
21. Pratiwi AS, Mutiara H dan Fakhruddin H, 2018. Perbedaan peningkatan pengetahuan tentang demam berdarah dengue antara metode ceramah dan video animasi pada murid kelas V dan VI SD Negeri 12 Metro Pusat. *Majority*, 7(3), pp.41-48.
22. Nuranisah S dan Kurniasari L, 2020. Pengaruh Media Permainan Ular Tangga Tentang CTPS terhadap Pengetahuan dan Sikap dalam Upaya Pencegahan Diare (Studi Pada Siswa Kelas 4 SDN 003 Palaran Kota Samarinda). *Borneo Student Research (BSR)*, 1(2), pp.1204-1209.
23. Ratnawati R, 2020. Pengaruh Promosi Kesehatan dengan Metode Ceramah Tentang Kesehatan Reproduksi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Seks Pranikah. *VISIKES: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 19(2).
24. Safitri YL, Sulistyowati E dan Ambarwati R, 2021. Pengaruh edukasi gizi dengan media puzzle terhadap pengetahuan dan sikap tentang sayur dan buah pada anak sekolah dasar. *Journal of Nutrition College*, 10(2), pp.100-104.
25. Nopitasari R, Perwiraningtyas P dan Trishinta, S.M, 2020. Perbedaan Metode Permainan Ular Tangga dan Ceramah Terhadap Pengetahuan Menghadapi Menstruasi. *Journal of Nursing Care and Biomoleculer*, 5(2), pp.142-149.