



## PENGARUH PERMAINAN ULAR TANGGA TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG PESAN GIZI SEIMBANG PADA ANAK SEKOLAH DASAR

Nurdiyana, Suaebah, Iman Jaladri  
Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia

### ABSTRAK

Masalah yang ada pada anak sekolah dasar adalah minimnya pengetahuan tentang gizi seimbang. Pengetahuan seseorang akan mempengaruhi sikap seseorang. Perbaikan pengetahuan dan sikap masyarakat perlu didahului berbagai upaya agar mengarah pada perubahan praktek yang benar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan ular tangga terhadap pengetahuan dan sikap tentang pesan gizi seimbang pada anak sekolah dasar. Penelitian ini adalah penelitian Quasy-Exsperiment dengan pretest-posttest control group design. Sampel penelitian adalah berjumlah 60 responden, 30 perlakuan dan 30 kontrol. Penelitian ini dilakukan selama 1 bulan terhitung dimulai pada bulan Mei – April 2019. Hasil penelitian terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah diberikan permainan ular tangga gizi seimbang, dan terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi seimbang pada kelompok perlakuan dan kontrol ( $p < 0,05$ ).

Saran: Media ini dapat dijadikan alat pembelajaran untuk menambah ilmu pengetahuan dan sikap pada anak sekolah tentang pesan gizi seimbang. Media ini dapat digunakan sebagai media pembelajaran kepada anak sekolah dasar untuk menyampaikan pesan gizi seimbang oleh tenaga kesehatan seperti puskesmas.

**Kata Kunci:** ular tangga, pengetahuan, sikap, gizi seimbang

### ABSTRACT

*The problem in elementary school children is the lack of knowledge about balanced nutrition. A person's knowledge will influence a person's attitude. Improvement of knowledge and attitudes of the community needs to be preceded by various efforts to lead to changes in the right practices. This study aims to determine the effect of snakes and ladders on the knowledge and attitudes about the message of balanced nutrition in elementary school children. This study was a Quasy-Exsperiment study with a pretest-posttest control group design. The research is sample consisted of 60 respondents, 30 treatments and 30 controls. This research was conducted for 1 month starting from May - April 2019. The results of the study showed an increase in knowledge and attitudes before and after being given a balanced nutrition snake ladder game, and there was an increase in knowledge and attitudes before and after being given balanced nutrition counseling in the control group ( $p < 0.05$ ).*

*Suggestion: This media can be used as a learning tool to increase knowledge and attitude to school children about balanced nutrition messages. This media can be used as a learning medium for elementary school children to deliver balanced nutrition messages by health workers such as community health centers.*

**Keyword:** snake ladder, knowledge, attitude, balanced nutrition



## PENDAHULUAN

Gizi dan kesehatan mempunyai peranan yang sangat besar dalam membentuk kualitas sumber daya manusia yang sehat, cerdas dan produktif, karena gizi adalah dasar pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan (Depkes RI, 2005). Dalam masa tumbuh kembang anak, status gizi perlu mendapatkan perhatian lebih karena ketika status gizi anak buruk dapat menghambat pertumbuhan fisik, mental maupun kemampuan berfikir dan tentu saja akan mengurangi produktivitas kerja pada masa dewasa. Anak sekolah di Indonesia masih memiliki masalah gizi.

Prevalensi anak sekolah sangat pendek sebesar 8,3% dan pendek sebesar 19,4%, Prevalensi sangat kurus sebesar 3,4% dan kurus sebesar 7,5% (PSG, 2017). Riskesdas 2010 di Kalimantan Barat status gizi anak sekolah gemuk yaitu 8,7%. Riskesdas 2013 prevalensi sangat pendek dan 18,4% pendek 18,4%, prevalensi sangat kurus 7,2% dan gemuk masih tinggi yaitu 18,8%. Menurut World Bank (2015) 8,4 juta anak di Indonesia mengalami stunting dan kelebihan berat badan.

Stunting bisa mengurangi produktivitas seseorang dan meningkatkan risiko penyakit tidak menular (Hikmawati, Yasnani, & Sya'ban, 2016). Kelebihan gizi juga dapat mengakibatkan berbagai permasalahan gizi dan berdampak pada prestasi belajar mereka (Marisa & Nuryanto, 2014). Permasalahan ini timbul akibat kelebihan asupan makanan dan minuman kaya energi, kaya lemak jenuh, gula dan garam tambahan serta kurangnya asupan pangan bergizi seperti sayuran, buah-buahan, sereal utuh dan kurang melakukan aktivitas fisik. Konsumsi pangan masyarakat masih belum sesuai dengan pesan gizi seimbang (Riskesdas, 2010).

Masalah tersebut perlu diatasi dengan cara memberikan pendidikan gizi pada anak sekolah dasar. Pendidikan gizi diupayakan diberikan melalui media yang menarik agar pesan yang akan disampaikan dapat diterima dengan lebih mudah. Salah satu media yang menarik bagi anak-anak dan mampu meningkatkan pengetahuan secara signifikan yang kini telah banyak digunakan sebagai media adalah dengan permainan. Maka dari itu, pada penelitian ini dibuatlah pendidikan gizi tentang pesan gizi seimbang melalui desain yang dirancang yaitu permainan Ular Tangga Gizi Seimbang karena permainan dapat menarik perhatian visual anak, membuat anak turut serta bermain dengan teman sebaya dan lebih mudah untuk dimengerti oleh mereka.

Pengetahuan pangan dan gizi juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi (Sulistyoningsih, 2012) dalam (Aliya & Muwakhidah, 2017). Rendahnya pengetahuan anak mengenai gizi seimbang dapat dilihat berdasarkan pada beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Achadi, dkk (2010), dalam Lolona (2015) pada anak sekolah dasar di kota Depok yang menunjukkan bahwa

rata-rata skor pengetahuan sebesar 67,81 poin.

Penelitian yang dilakukan oleh Atmaja (2010) di wilayah perkotaan dan pedesaan Banten menunjukkan rata-rata skor pengetahuan gizi anak usia sekolah secara berturut-turut sebesar 69,57 poin dan 70.65 poin. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan gizi anak di beberapa daerah Indonesia masih tergolong rendah. Perbaikan PSP (pengetahuan, sikap dan perilaku) masyarakat perlu didahului berbagai upaya agar mengarah pada perubahan sikap dan praktek yang benar (Endang Achadi & Wahyu K. Y. Putra, 2010).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Pratiwi, 2013) pembelajaran pendidikan kewarganegaraan di SDN 09 Pontianak Utara dengan menggunakan metode permainan ular tangga lebih tinggi dari hasil belajar peserta didik yang diajar menggunakan metode konvensional. Penelitian ini akan dilakukan di SDN 09 Pontianak Utara di Jl. Parit Nenas pada siswa kelas V sebagai sampel karena siswa kelas V merupakan siswa yang sudah lebih mudah menerima pesan sehingga bisa mempengaruhi pengetahuan dan sikap ke arah yang lebih positif dengan menggunakan media permainan ular tangga sebagai media penyampaian pesan gizi seimbang.

Alasan peneliti memilih di SDN 09 Pontianak Utara karena dari hasil survei pendahuluan terhadap 10 anak sekolah dasar kelas V yang dipilih secara acak, didapat bahwa 3 anak tahu tentang pesan gizi seimbang dan 7 anak tidak tahu tentang pesan gizi seimbang. 4 anak jarang melakukan sarapan pagi, 2 anak bahkan tidak sarapan dan 4 anak selalu sarapan pagi. Perilaku cuci tangan sebelum dan sesudah makan 4 anak jarang cuci tangan, 3 anak tidak mencuci tangan dan 3 anak selalu mencuci tangan.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah quasy eksperimen dengan rancangan *pretest-posttest control group design*. Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah rambang proporsional dan simple random sampling. Pengambilan sampel didapat berdasarkan nomor urut dan diambil angka kelipatan tiga, kemudian peneliti menyebutkan angka yang dijadikan sampel. Data diolah dan dianalisa dengan uji *Paired t-test* dan *Independent t-test*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian pertama adalah di SDN 09 Pontianak Utara yang berada di Kecamatan Pontianak Utara dengan luas 3078m<sup>2</sup>. Sekolah ini terletak di Jalan Budi Utomo Parit Nenas Dalam, Siantan Hulu, Kec. Pontianak Utara, Kota Pontianak Prov.

SDN 09 Pontianak Utara berdiri sejak tahun 1971 yang saat ini dikepalai oleh Ibu Sadjiati. Jumlah tenaga pengajar tetap di sekolah ini sebanyak 19 orang



dengan rata-rata pendidikan terakhir yaitu Sarjana. SDN 09 Pontianak Utara memiliki 14 ruang kelas dengan fasilitas ruang lain seperti Perpustakaan, kantin sekolah dan toilet. Jam belajar di sekolah ini hanya dilakukan pagi hari yaitu pukul 07.00 WIB hingga pukul 12.00 WIB.

Lokasi penelitian yang kedua adalah SDN 19 Pontianak Utara dengan akreditasi A dengan luas 2042 m<sup>2</sup> yang berlokasi di Jalan Selat Panjang Gg Wartawan, Siantan Hulu, Kec. Pontianak Utara, Kota Pontianak Prov Kalimantan Barat. SDN 19 Pontianak Utara berdiri sejak 1910 yang saat ini dikepalai oleh Bapak Marisan.

Jumlah total tenaga pengajar di sekolah ini sebanyak 22 orang dengan rata-rata pendidikan terakhir adalah sarjana. Sekolah ini memiliki 16 ruang kelas, dengan fasilitas ruangan lain seperti perpustakaan, kantin sekolah dan toilet. Jam belajar di sekolah hanya pagi hari yaitu 07.00 WIB hingga pukul 12.00 WIB.

#### Data Univariat

##### a. Karakteristik Responden Penelitian

Hasil karakteristik responden penelitian pada kelompok perlakuan dan kontrol dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 1. Distribusi Umur dan Jenis Kelamin Pada Kelompok Perlakuan dan Kontrol Pada Tahun 2019

Karakteristik	Perlakuan		Kontrol		Sig
	n	%	n	%	
Umur					
10	9	30	1	3,3	0,02
11	17	56,67	17	56,67	
12	3	10	8	26,67	
13	1	3,3	2	6,67	
14	0	0	2	6,67	
Total	30	100	30	100	
Jenis Kelamin					
Laki-laki	4	13,3	19	63,33	0,00
Perempuan	26	86,67	11	36,67	
Total	30	100	30	100	

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden dengan kategori umur 10 tahun lebih banyak pada kelompok perlakuan sebesar 30%, umur 11 tahun sama banyak antara kelompok perlakuan dan kontrol yaitu 56,67%, umur 12 tahun lebih banyak pada kelompok kontrol sebesar 26,67%, umur 13 tahun lebih banyak pada kelompok kontrol yaitu 6,67%, sedangkan umur 14 tahun hanya terdapat pada kelompok kontrol yaitu 6,67%. Nilai Sig sebesar 0,02 pada karakteristik umur menunjukkan bahwa ada perbedaan pada kedua kelompok penelitian.

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden dengan kategori jenis kelamin laki-laki lebih banyak pada kelompok kontrol sebesar 63,33%, jenis kelamin perempuan lebih banyak pada kelompok perlakuan sebesar 26%. Nilai Sig sebesar

0,00 pada karakteristik kelas menunjukkan bahwa ada perbedaan pada kedua kelompok penelitian.

#### Data Bivariat

##### a. Uji Normalitas

Berikut hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 2. Uji Normalitas Hasil Penelitian

Variabel	Perlakuan		Kontrol	
	Kolmogorof-Smirnov		Kolmogorof-Smirnov	
	Static	Sig	Static	Sig
Pengetahuan Sebelum	0,166	0,035	0,227	0,000
Pengetahuan Sesudah	0,339	0,000	0,189	0,008
Sikap Sebelum	0,189	0,008	0,139	0,146
Sikap Sesudah	0,319	0,000	0,089	0,200

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa data pengetahuan dan sikap pada kedua kelompok terdistribusi tidak normal karena hasil sig dibawah 0,05. Maka analisis non parametrik yang akan dilakukan adalah *wilcoxon* dan *mann Whitney*.

##### b. Pengetahuan siswa terhadap pesan gizi seimbang

Perbedaan tingkat pengetahuan siswa terhadap pesan gizi seimbang sebelum dan sesudah di analisis dengan menggunakan uji *wilcoxon*.

Tabel 3. Deskripsi Perbedaan Pengetahuan Gizi Seimbang Responden Sebelum dan Sesudah Permainan pada Kelompok Perlakuan

Deskripsi	N	Mean Rank	Sum of Ranks	p-value
Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	0,00	0,00	0,00
Positive Ranks	30 <sup>b</sup>	15,50	465,00	
Ties	0 <sup>c</sup>			
Total	30			

Tabel 3 pada kelompok perlakuan diperoleh ranks negative ada 0 data dan ranks positif ada 30 data, sedangkan data yang sama terdapat 0 data, jadi jumlah keseluruhan ada 30 data. Hasil uji *Wilcoxon* pada kelompok perlakuan diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,00 (<0,05) sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan pengetahuan gizi yang signifikan sebelum dan setelah diberikan permainan melalui ular tangga gizi seimbang.

Tabel 1. Deskripsi Perbedaan Pengetahuan Gizi Seimbang Responden Sebelum dan Sesudah Penyuluhan pada Kelompok Kontrol

Deskripsi	N	Mean Rank	Sum of Ranks	p-value
Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	0,00	0,00	0,00
Positive Ranks	26 <sup>b</sup>	13,50	351,00	
Ties	4 <sup>c</sup>			
Total	30			



Tabel 4 pada kelompok kontrol diperoleh ranks negative ada 0 data dan ranks positif ada 26 data, sedangkan data yang sama terdapat 4 data, jadi jumlah keseluruhan ada 30 data. Hasil uji *Wilcoxon* pada kelompok kontrol diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 ( $<0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan pengetahuan gizi seimbang yang signifikan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan gizi seimbang.

c. Sikap siswa terhadap gizi seimbang

Perbedaan rata-rata tingkat sikap siswa terhadap pesan gizi seimbang sebelum dan sesudah di analisis dengan menggunakan uji *wilcoxon*.

Tabel 2. Deskripsi Perbedaan Sikap Gizi Seimbang Responden Sebelum dan Sesudah Permainan pada Kelompok Perlakuan

Deskripsi	N	Mean Rank	Sum of Ranks	<i>p-value</i>
Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	0,00	0,00	0,00
Positive Ranks	30 <sup>b</sup>	15,50	465,00	
Ties	0 <sup>c</sup>			
Total	30			

Tabel 5 pada kelompok perlakuan diperoleh ranks negative ada 0 data dan ranks positif ada 30 data, sedangkan data yang sama terdapat 0 data, jadi jumlah keseluruhan ada 30 data. Hasil uji *Wilcoxon* pada kelompok perlakuan diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 ( $<0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan sikap gizi yang signifikan sebelum dan setelah diberikan permainan melalui ular tangga gizi seimbang.

Tabel 3. Deskripsi Perbedaan Sikap Gizi Seimbang Responden Sebelum dan Sesudah Penyuluhan pada Kelompok Kontrol

Deskripsi	N	Mean Rank	Sum of Ranks	<i>p-value</i>
Neative Ranks	0 <sup>a</sup>	0,00	0,00	0,00
Positive Ranks	28 <sup>b</sup>	14,50	406,00	
Ties	2 <sup>c</sup>			
Total	30			

Tabel 6 pada kelompok kontrol diperoleh ranks negative ada 0 data dan ranks positif ada 28 data, sedangkan data yang sama terdapat 2 data, jadi jumlah keseluruhan ada 30 data. Hasil uji *Wilcoxon* pada kelompok kontrol diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 ( $<0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan sikap gizi seimbang yang signifikan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan gizi seimbang.

d. Perbedaan pengetahuan gizi seimbang sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok perlakuan dan kontrol dengan menggunakan uji *Man Whiteney*.

Tabel 4. Perbedaan Pengetahuan Gizi Seimbang Sebelum dan Sesudah Perlakuan pada KelompokPerlakuan dan Kelompok Kontrol

Nilai	Perlakuan	Kontrol	Delta
Mean Rank	31,90	29,10	2,8
Sum Of Rank	957,00	873,00	84
<i>p-value</i>	0,530		

Berdasarkan tabel 7 dari hasil analisis *Mann Whiteney* pada kedua kelompok memiliki nilai selisih mean rank sebesar 2,8, selisih nilai sum of rank sebesar 84. Hasil *Mann Whiteney* tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok perlakuan dan kontrol sebelum dan sesudah diberikan intervensi ditandai dengan *p-value* sebesar 0,530 ( $>0,05$ ).

e. Perbedaan sikap gizi seimbang sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok perlakuan dan kontrol dengan menggunakan uji *Man Whiteney*.

Tabel 8. Perbedaan Sikap Gizi Seimbang Sebelum dan Sesudah Perlakuan pada KelompokPerlakuan dan Kelompok Kontrol

Nilai	Perlakuan	Kontrol	Delta
Mean Rank	36,07	24,93	11,14
Sum Of Rank	1082,00	748,00	334
<i>p-value</i>	0,013		

Berdasarkan tabel 8 dari hasil analisis *Mann Whiteney* pada kedua kelompok memiliki nilai selisih mean rank sebesar 11,14, selisih nilai sum of rank sebesar 334. Hasil *Mann Whiteney* terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok perlakuan dan kontrol sebelum dan sesudah diberikan intervensi ditandai dengan *p-value* sebesar 0,013 ( $<0,05$ ).

## Pembahasan

Permainan ular tangga adalah suatu permainan yang terdiri dari papan bernomor berwarna-warni yang memiliki gambar tangga dan ular seperti papan permainan ular tangga pada umumnya, pada kotak terdapat pesan gizi seimbang. Dalam penelitian ini permainan ular tangga ini digunakan sebagai inovasi media edukasi agar pesan gizi seimbang dapat disampaikan secara menarik pada kelompok intervensi dan penyuluhan gizi seimbang pada kelompok kontrol. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pengetahuan dan sikap.

Pengaruh Permainan Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang

Pengetahun adalah hasil tahu yang terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Hasil uji *Wilcoxon* pada kelompok perlakuan diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan pengetahuan gizi yang signifikan sebelum dan setelah diberikan permainan melalui ular tangga gizi seimbang, sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan pengetahuan gizi seimbang yang





signifikan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan gizi seimbang. Hal ini disebabkan karena pada saat penelitian para siswa sangat antusias untuk ikut dalam bermain. Permainan ular tangga ini merupakan permainan yang sudah lama ada dan telah dimainkan dari jaman dahulu, sehingga dalam permainan anak-anak sudah memahami tata cara bermain.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Nisaul Maslakah dan Zulia Setyaningrum (2017) yang menyatakan bahwa media yang dikemas secara menarik mempunyai pengaruh yang signifikan  $p=0,000$  pada pengetahuan gizi seimbang. Ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan pendidikan dengan media flashcard terhadap pengetahuan anak tentang pedoman umum gizi seimbang.

Hasil *Mann Whitney* pada kedua kelompok memiliki nilai selisih mean rank sebesar 2,8, selisih nilai sum of rank sebesar 84. Hasil *Mann Whitney* tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok perlakuan dan kontrol sebelum dan sesudah diberikan intervensi ditandai dengan *p-value* sebesar 0,530 ( $>0,05$ ). Kelompok perlakuan mengalami peningkatan skor pengetahuan lebih baik dibandingkan dengan kelompok kontrol dikarenakan pada kelompok perlakuan diberikan media berupa permainan ular tangga gizi seimbang. Ular tangga gizi seimbang ini di buat secara menarik membuat subjek tertarik untuk membaca, sehingga secara tidak langsung dapat meningkatkan pengetahuan subjek.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Nisaul Maslakah dan Zulia Setyaningrum (2017) yang menyatakan bahwa media yang di kemas secara menarik mempunyai pengaruh yang signifikan  $p=0,000$  pada pengetahuan gizi seimbang. Ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan pendidikan dengan media flashcard terhadap pengetahuan anak tentang pedoman umum gizi seimbang.

Media edukasi yang disampaikan dan dikemas secara menarik terbukti mampu meningkatkan pengetahuan. Penelitian yang dilakukan oleh (Gambir & Nopriantini, 2018) mengenai penerapan model edukasi gizi terhadap perilaku sarapan pada anak sekolah dasar menunjukkan bahwa edukasi yang di kemas dalam permainan bola pintar dapat meningkatkan pengetahuan secara signifikan pada anak sekolah dasar ( $p < 0,05$ ).

#### *Pengaruh Permainan Ular Tangga Terhadap Sikap Gizi Seimbang*

Sikap adalah reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Hasil uji *Wilcoxon* pada kelompok perlakuan diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan sikap gizi yang signifikan sebelum dan setelah diberikan permainan melalui ular tangga gizi seimbang, sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan sikap gizi seimbang yang signifikan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan gizi seimbang. Hal ini

disebabkan karena pada saat penelitian para siswa sangat antusias untuk ikut dalam bermain. Permainan ular tangga ini merupakan permainan yang sudah lama ada dan telah dimainkan dari jaman dahulu, sehingga dalam permainan anak-anak sudah memahami tata cara bermain.

Dari hasil uji *wilcoxon* dapat di ketahui ada perbedaan sikap yang signifikan antara sebelum diberikannya perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan berupa permainan ular tangga gizi seimbang dan penyuluhan. Kelompok perlakuan mengalami peningkatan skor sikap lebih baik dibandingkan dengan kelompok kontrol dikarenakan pada kelompok perlakuan diberikan media berupa permainan ular tangga gizi seimbang.

Hasil *Mann Whitney* pada kedua kelompok memiliki nilai selisih mean rank sebesar 11,14, selisih nilai sum of rank sebesar 334. Hasil *Mann Whitney* terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok perlakuan dan kontrol sebelum dan sesudah diberikan intervensi ditandai dengan *p-value* sebesar 0,013 ( $<0,05$ ). Hasil ini sejalan dengan penelitian Nurul Lolona Lingga (2015) yang menyatakan bahwa didapatkan nilai  $p = 0,000 < \alpha (0,05)$  maka, terdapat perbedaan yang signifikan pada rata-rata skor sikap gizi seimbang sesudah pemberian intervensi berupa media.

Penelitian ini di dukung oleh hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Zainab Hikmawati, Yasnani dan Abdul Rahim Sya'ban (2016) mengenai pengaruh penyuluhan dengan media promosi puzzle gizi terhadap perilaku gizi seimbang Pada Siswa Kelas V di SD Negeri 06 Poasia Kota Kendari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan dengan media promosi puzzle gizi yang diberikan siswa meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan siswa tentang gizi seimbang, yaitu pengetahuan  $p$  value ( $0,001 < \alpha (0,05)$ ), sikap  $p$  value ( $0,019 < \alpha (0,05)$ ), dan tindakan siswa  $p$  value ( $0,016 < \alpha (0,05)$ ).

Sebelum diberikan intervensi berupa permainan ular tangga gizi seimbang mayoritas responden memiliki sikap negatif dan kurang memahami tentang gizi seimbang. Responden belum memiliki sikap yang positif dalam menjalankan gizi seimbang. Sesudah di berikan intervensi dengan media ular tangga gizi seimbang, terjadi perubahan sikap sehingga mayoritas responden memiliki sikap positif terhadap gizi seimbang.

Bermain merupakan kepentingan utama seorang anak dalam hidupnya, lewat bermain ia belajar keahlian untuk bertahan dan menemukan pola dalam dunia yang penuh kebingungan. (Lee, 1977) dalam (Faridah, Simon, Hartati, & Arsilah, 2007). Bermain merupakan tujuan dasar dari belajar pada masa kanak-kanak. Anak-anak secara bertahap mengembangkan konsep dari hubungan yang wajar, kemampuan untuk membedakan, untuk menilai, untuk menganalisis, untuk mengambil intisari, dan untuk



membayangkan serta merumuskan.

Menurut Purwanto (1998) dalam (Ichwan, Yuniar, & Erawan, 2016) salah satu faktor ekstern yang mempengaruhi sikap seseorang adalah media komunikasi yang digunakan dalam menyampaikan sikap. Permainan ular tangga gizi seimbang adalah permainan yang tidak memisahkan kepribadian anak sekolah dasar dari kegiatan pembentukan sikap atau kepribadiannya karena permainan ini mampu menstimulus anak sekolah dasar untuk bermain dengan belajar terkait informasi pesan gizi seimbang. Sehingga responden lebih tertarik mengetahui informasi tersebut dengan menunjukkan sikap kompetisi dalam bermain.

Penelitian sebelumnya oleh Saputri, dkk (2012) pendidikan kesehatan dengan alat permainan edukatif ular tangga merubah sikap dalam pemilihan jajanan sehat pada siswa kelas IV di SDN Sawotratap III Gedangan Sidoarjo. Dalam penelitian Zamzami (2014) dengan metode ular tangga untuk meningkatkan sikap siswa SD tentang pencegahan penyakit PES. Hasil dari penelitian tersebut bahwa, ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode ular tangga terhadap sikap siswa SD tentang pencegahan penyakit PES ( $p\text{-value}=0,000$ ).

## PENUTUP

Dari penggunaan permainan ular tangga dan penyuluhan gizi seimbang dapat diketahui bahwa ada perbedaan pengetahuan dan sikap tentang pesan gizi seimbang sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol ( $<0,05$ ). Tidak ada perbedaan pengetahuan tentang pesan gizi seimbang antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol  $p\text{-value}$  0,530 ( $>0,05$ ). Ada perbedaan sikap tentang pesan gizi seimbang antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol  $p\text{-value}$  0,013 ( $<0,05$ ).

## DAFTAR PUSTAKA

- Aliya, H., & Muwakhidah. (2017). Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Media Audio Kinestetik (Senam Dan Lagu Pesan Gizi Seimbang) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak SD Muhammadiyah 4 Kandang Sapi Surakarta. *Jurnal Kesehatan*.
- Endang Achadi, d., & Wahyu K. Y. Putra, E. A. (2010). Sekolah Dasar Pintu Masuk Perbaikan Pengetahuan, Sikap,. 43.
- Faridah, I., Simon, R., Hartati, T., & Arsilah. (2007). Model Permainan Di Sekolah Dasar Berdasarkan Pendekatan DAP (Developmentally Appropriate Practice).
- Gambir, J., & Nopriantini. (2018). Penerapan Model Edukasi Gizi Terhadap Perilaku Sarapan Pada

Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Vokasi Kesehatan*.

- Hikmawati, Z., Yasnani, & Sya'ban, A. R. (2016). Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Promosi Puzzle Gizi Terhadap Perilaku Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas V Di SD Negeri 06 Poasia Kota Kendari Tahun 2016.
- Ichwan, M., Yuniar, N., & Erawan, P. E. (2016). Efektifitas Metode Permainan Edukatif Papeda Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Untuk Pencegahan Kejadian Diare Pada Murid Kelas V SDN 14 Poasia. *Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo*, 6.
- Lingga, N. L. (2015). Pengaruh Pemberian Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas VI SDN Tanjung Duren Utara 01 Pagi Jakarta Barat. *Jakarta*.
- Marisa, & Nuryanto. (2014). Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Komik Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pada Siswa SDN Bendungan Di Semarang. *Journal of Nutrition College*, 925.
- Maslakah, N., & Setiyaningrum, Z. (2017). Pengaruh Pendidikan Media Flashcard Terhadap Pengetahuan Anak Tentang Pedoman Umum Gizi Seimbang di SD Muhammadiyah 21 Baluwarti Surakarta.
- Pratiwi, H. A. (2013). Pengaruh Permainan Ular Tangga Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Kewarganegaraan Di Kelas IV Sekolah Dasar.
- Riskesdas. (2010). *Riset Kesehatan Dasar*.
- Riskesdas. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*.