

PENGARUH EDUKASI GIZI MELALUI KOMBINASI METODE CERAMAH DAN GAME INTERAKTIF TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP GIZI SEIMBANG SISWA SMKN 2 BOGOR

Aldanti Sasikirana

Abstrak

Masa remaja sangat penting untuk diperhatikan karena merupakan masa transisi antara anak-anak dan dewasa. Pemenuhan gizi dan pembentukan kebiasaan makan yang baik menjadi faktor penting yang mempengaruhi kesehatan dan kualitas hidup remaja. Pemberian edukasi gizi merupakan salah satu upaya pengenalan gizi seimbang sehingga pesan-pesan yang terkandung didalamnya dapat menjadi pedoman dalam penerapan gizi yang baik. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi melalui kombinasi metode ceramah dan game interaktif terhadap pengetahuan dan sikap gizi seimbang siswa SMKN 2 Bogor. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah yaitu Quasi Experimental dengan desain one group *Pre test* post-test. Sampel yang digunakan pada penelitian ini sebanyak 40 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kontrol. Uji statistik yang digunakan yaitu uji Wilcoxon dan uji Mann-Whitney. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh edukasi gizi menggunakan kombinasi metode ceramah dan game interaktif terhadap pengetahuan gizi seimbang ($P Value < 0.05$). nilai pengetahuan gizi seimbang pada kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol ($P Value < 0.05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi gizi menggunakan kombinasi metode ceramah dan game interaktif efektif untuk meningkatkan pengetahuan gizi seimbang siswa SMKN 2 Bogor.

Kata Kunci: Edukasi, Gizi Seimbang, Ceramah, Game Interaktif, Saran

THE INFLUENCE OF NUTRITIONAL EDUCATION THROUGH COMBINATION OF LECTURE METHODS AND INTERACTIVE GAMES ON BALANCED NUTRITION KNOWLEDGE AND ATTITUDE OF STUDENTS OF SMKN 2 BOGOR

Aldanti Sasikirana

Abstract

Adolescence is a very important period because it is a transition period between children and adults. Fulfillment of nutrition and the formation of good eating habits are important factors that affect the health and quality of life of adolescents. The provision of nutrition education is one of the efforts to introduce balanced nutrition so that the messages contained in it can be a guide in the application of good nutrition. This study was conducted to determine the effect of nutrition education through a combination of lecture methods and interactive games on the knowledge and attitudes of balanced nutrition in SMKN 2 Bogor. The method used in this research is Quasi Experimental with one group pre-test post-test design. The subjects of the study were 40 people who were divided into 2 groups, namely the intervention and control groups. Data analysis includes univariate analysis, bivariate analysis using the Wilcoxon test and the Mann-Whitney test. The results showed that there was an effect of nutrition education using a combination of lecture methods and interactive games on knowledge of balanced nutrition (p-value <0.05). the value of balanced nutrition knowledge in the intervention group was higher than the control group (p-value <0.05) so it can be concluded that the provision of nutrition education using a combination of lecture methods and interactive games is effective in increasing knowledge of balanced nutrition for students of SMKN 2 Bogor.

Keywords: Education, Balanced Nutrition, Lectures, Interactive Games