

PENGARUH PAPARAN MEDIA EDUKASI *BOARD GAME* ATAU *SLIDE* PRESENTASI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PEMILIHAN MAKANAN RENDAH GARAM PADA REMAJA

Berliana Brigita Silitonga

Abstrak

Remaja merupakan periode transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa. Pada masa ini, remaja mulai memiliki tingkat kemandirian dalam membuat keputusan, termasuk dalam memilih makanan. Meskipun demikian, kemandirian tersebut tidak selalu diikuti dengan pengetahuan dan sikap yang memadai dalam memilih makanan sehingga diperlukan edukasi menggunakan media yang sesuai. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh paparan media edukasi *board game* dan *slide* presentasi terhadap pengetahuan dan sikap pemilihan makanan rendah garam pada siswa di SMA Negeri 109 Jakarta. Penelitian ini merupakan penelitian *quasi-experimental* dengan pendekatan *pretest-posttest two group design* pada 60 siswa kelas XI yang dipilih melalui *purposive sampling*, yang dibagi ke dalam kelompok *board game* (n=30) dan *slide* presentasi (n=30). Data dianalisis menggunakan uji Shapiro-Wilk, Wilcoxon, dan Mann-Whitney. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada kelompok *board game* (p=0,006), sedangkan pada *slide* presentasi tidak signifikan (p=0,507). Perubahan sikap pada kedua kelompok tidak signifikan (*board game* p=0,296; *slide* presentasi p=0,407). Perbedaan efektivitas menunjukkan bahwa media *board game* lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan (p=0,012), namun tidak pada sikap (p=0,725). Media *board game* lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan terkait pemilihan makanan rendah garam.

Kata Kunci: *board game*, *slide* presentasi, edukasi gizi, pengetahuan, sikap, remaja

THE EFFECT OF EXPOSURE TO EDUCATIONAL MEDIA IN THE FORM OF BOARD GAMES OR PRESENTATION SLIDES ON KNOWLEDGE AND ATTITUDES REGARDING SELECTION OF LOW-SALT FOODS IN ADOLESCENTS

Berliana Brigita Silitonga

Abstract

Adolescence is a transitional period between childhood and adulthood. During this stage, adolescents begin to develop greater independence in making decisions, including food choices. However, this independence is not always accompanied by adequate knowledge and attitudes regarding food selection, thus requiring educational interventions delivered through appropriate media. This study aimed to determine the effect of educational media exposure using board games and presentation slides on knowledge and attitudes toward choosing low-salt foods among students at SMA Negeri 109 Jakarta. This study used a quasi-experimental design with a pretest–posttest two-group approach involving 60 eleventh-grade students selected through purposive sampling and divided into a board game group (n=30) and a presentation slide group (n=30). Data were analyzed using the Shapiro–Wilk test, Wilcoxon test, and Mann–Whitney test. The results showed a significant increase in knowledge in the board game group ($p=0.006$), while the presentation slide group showed no significant increase ($p=0.507$). Changes in attitudes were not significant in either group (board game $p=0.296$; presentation slide $p=0.407$). The effectiveness comparison indicated that the board game media was more effective in improving knowledge ($p=0.012$), but not attitudes ($p=0.725$). Board game media was more effective in increasing knowledge related to the selection of low-salt foods.

Keywords: board game, presentation slides, nutrition education, knowledge, attitude, adolescents.