

[SNA – 38]

Pemanfaatan Permainan Ular Tangga Melingkar sebagai Media Edukasi Gizi Seimbang untuk Meningkatkan Pengetahuan Gizi Anak Sekolah di SDN Cireundeu 01

Dwi Ayuningrum Fitri^{1*}, Amatullah Nabiha Askari¹, Dini Devina Agustin¹, Elvellyne Rintania Tanoto¹, Siti Alifah Zalfa Chaerunnisa¹, Lusi Anindia Rahmawati¹, Zakia Umami¹

¹Gizi, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Al Azhar Indonesia,
Jl. Sisingamangaraja, Kompleks Masjid Agung Al Azhar, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan, 12110
Email Penulis Korespondensi: dwiayunf11@gmail.com

Abstract

School-aged children aged 5–14 years are a vulnerable group prone to nutritional problems that may affect their growth and development, such as stunting, obesity, and anemia. SDN Cireundeu 01 is one of the beneficiary schools of the Free Nutritious Meals (MBG) Program, where initial observations revealed differences in students' nutritional status, ranging from normal to underweight and overweight. This nutrition education activity aimed to improve balanced nutrition knowledge among 30 students of SDN Cireundeu 01, South Tangerang. The intervention was delivered through interactive lectures and educational games, including snakes and ladders and puzzle-based learning. Evaluation was conducted using pre-test and post-test instruments. The results showed an increase in the proportion of students with good knowledge from 6.67% to 13.33% after the intervention. However, paired t-test analysis indicated that this improvement was not statistically significant ($p = 0.650$; $p > 0.05$). Several factors may have influenced this outcome, including limited duration of the education session, effectiveness of material delivery, and learning environment conditions. Therefore, more comprehensive, continuous, and participatory educational strategies are needed to achieve optimal improvement in balanced nutrition knowledge among elementary school children..

Keywords: *Balanced nutrition, Elementary school children, Ladders, Nutrition education, and Snake*

Abstrak

Anak usia sekolah 5 – 14 tahun merupakan kelompok rentan terhadap masalah gizi yang dapat memengaruhi proses tumbuh kembang, seperti stunting, obesitas, dan anemia. SDN Cireundeu 01 merupakan salah satu sekolah penerima Program Makan Bergizi Gratis (MBG) dengan ditemukan perbedaan kondisi status gizi siswa berdasarkan hasil observasi awal mulai dari status gizi normal hingga underweight dan overweight. Kegiatan edukasi gizi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai gizi seimbang pada 30 siswa/i SDN Cireundeu 01, Tangerang Selatan. Edukasi dilakukan melalui ceramah interaktif dan media permainan edukatif berupa ular tangga dan puzzle. Evaluasi dilakukan dengan menggunakan pre-test dan post-test. Hasil menunjukkan adanya peningkatan proporsi siswa dengan pengetahuan baik dari 6,67% menjadi 13,33% setelah intervensi. Namun, hasil uji statistik paired t-test menunjukkan bahwa peningkatan skor pengetahuan tersebut tidak signifikan secara statistik $p = 0,650$ ($p > 0,05$). Beberapa faktor yang diduga memengaruhi hasil ini antara lain durasi edukasi yang terbatas, efektivitas penyampaian materi, dan kondisi lingkungan belajar. Oleh karena itu, diperlukan strategi edukasi yang lebih komprehensif, berkesinambungan, dan

partisipatif agar peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar dapat dicapai secara optimal.

Kata kunci: *Anak sekolah dasar, Edukasi gizi, Gizi seimbang, Ular Tangga.*

1. PENDAHULUAN

Usia anak sekolah yaitu antara usia 5 – 14 tahun merupakan salah satu masa yang mengalami tumbuh kembang yang cepat. Pada usia ini aktifitas fisik terus meningkat seperti, bermain, berolah raga, atau membantu orang tua dalam bekerja, sehingga cukup berisiko terkait masalah gizi (Sumiaty, et., al, 2024).

Anak usia sekolah umumnya belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai kesehatan dan gizi, serta kurang menyadari pentingnya menjaga kesehatan. Kondisi ini dapat mengakibatkan kesalahan dalam memilih makanan, yang pada akhirnya bisa menimbulkan kekurangan atau kelebihan zat gizi (Umami, Irawan, and Puspa, 2021). Anak usia sekolah juga rentan terhadap masalah gizi yang dapat berdampak negatif pada pertumbuhan fisik, perkembangan mental, dan kemampuan intelektual. Masalah gizi yang umumnya ditemukan pada anak usia sekolah di Indonesia adalah pendek, sangat kurus, obesitas/kegemukan, dan anemia (Amalia and Putri 2022).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, diketahui bahwa status gizi anak usia 5 – 12 tahun di Indonesia berdasarkan indeks massa tubuh/umur (IMT/U) menunjukkan prevalensi kurus sebesar 9,2%, yang terdiri atas 6,8% kurus dan 2,4% sangat kurus. Di Provinsi Banten, prevalensi gizi kurang berdasarkan IMT/U tercatat sebesar 7,4%. Kasus gizi kurang di Provinsi Banten banyak ditemukan di wilayah perkotaan, seperti Kota Tangerang Selatan (8,85%), Kota Cilegon (8,63%), Kabupaten Tangerang (8,00%), dan Kota Serang (7,52%). Selain itu, prevalensi anak kurus cenderung lebih tinggi pada anak laki-laki dibandingkan anak perempuan (Kemenkes RI 2018).

SDN Cireundeu 01 merupakan salah satu sekolah dasar negeri di Tangerang Selatan yang menjadi penerima program Makan Bergizi Gratis (MBG) yang diselenggarakan oleh Pemerintah. Meskipun SDN Cireundeu 01 telah menjadi penerima Program Makan Bergizi Gratis (MBG), hasil observasi awal menunjukkan bahwa pemahaman siswa

mengenai gizi seimbang dan Konsep “Isi Piringku” masih terbatas. Program ini bertujuan untuk meningkatkan asupan gizi siswa, mengurangi angka stunting, serta mengatasi masalah gizi buruk di kalangan anak-anak, sekaligus mendorong motivasi dan partisipasi siswa dalam kegiatan belajar (Rahmah et al. 2025). Namun, berdasarkan hasil pengamatan di sekolah, kondisi status gizi siswa cukup bervariasi, terdapat siswa yang mengalami *underweight*, ada pula yang menunjukkan tanda-tanda obesitas, meskipun sebagian besar berada dalam kategori gizi normal. Kondisi ini menunjukkan bahwa intervensi pemberian makanan bergizi perlu dilengkapi dengan edukasi gizi yang efektif dan menyenangkan agar dapat membentuk pemahaman dan kebiasaan makan sehat sejak dini.

Upaya untuk meningkatkan pengetahuan anak usia sekolah dasar dapat dilakukan melalui pendidikan gizi yang menarik dan interaktif. Berdasarkan penelitian Utari, et al. (2022) media permainan edukatif seperti *puzzle* dalam pendidikan gizi terbukti efektif meningkatkan pemahaman siswa sekolah dasar mengenai konsep gizi seimbang. Penelitian Rakhman, et al. (2024) menunjukkan bahwa pendidikan gizi menggunakan media *Puzzle* Isi Piringku dapat meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai gizi seimbang. Selain media permainan *puzzle*, media permainan ular tangga juga dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan anak usia sekolah dasar. Berdasarkan penelitian Budiono, et al. (2022) media pendidikan gizi melalui ular tangga dapat meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai pedoman gizi seimbang.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka program edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik gizi seimbang siswa melalui media interaktif ular tangga dan *Leaflet* Isi Piringku SDN Cireundeu 01, Tangerang Selatan. Menurut Ismiarti et al. (2024) pendekatan pembelajaran gizi yang diberikan secara teori dan praktik diharapkan dapat membantu anak-anak menerapkan pengetahuan mereka dalam kehidupan sehari-hari dengan memahami pentingnya makan bergizi seimbang serta

mampu melakukannya secara mandiri dan berkelanjutan.

2. METODE

Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 15 Juli 2025 di SDN Cireundeu 01, Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten. Adapun kegiatan yang dilaksanakan adalah berupa edukasi gizi untuk siswa-siswi dengan ceramah interaktif menggunakan PowerPoint, serta permainan edukatif seperti ular tangga melingkar dan Isi Piringku untuk membantu siswa lebih memahami materi gizi dengan cara yang menyenangkan. Sasaran dalam kegiatan ini adalah siswa-siswi di SDN Cireundeu 01. Adapun jumlah peserta dalam kegiatan ini sebanyak 30 anak. Siswa yang dipilih merupakan siswa dari kelas 5 dan hanya 1 kelas. Peserta dalam kegiatan ini terdapat 19 laki-laki dan 11 perempuan.

Indikator Keberhasilan

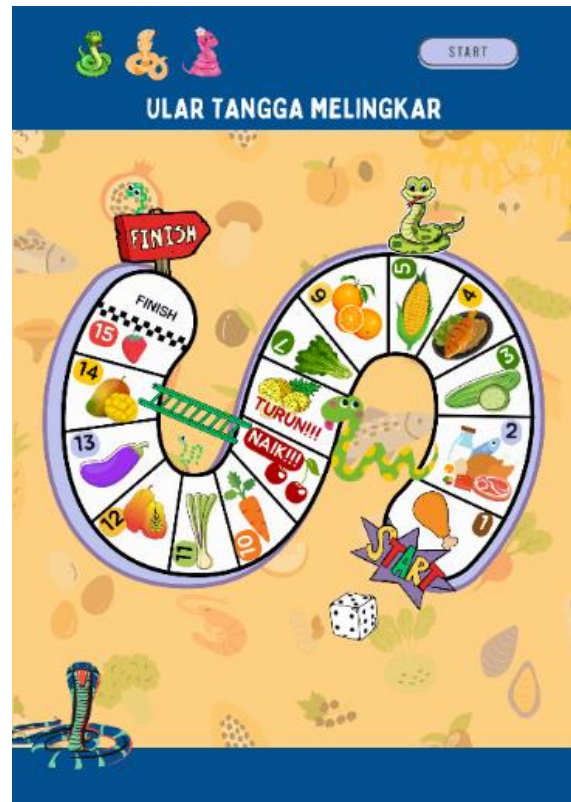
Indikator keberhasilan dari program ini terdiri dari komponen pengetahuan gizi seimbang dan praktik dalam permainan *Puzzle Isi Piringku* dan ular tangga melingkar. Indikator keberhasilan ditunjukkan pada tabel 1.

Tabel 1. Indikator Keberhasilan Program

No.	Indikator	Sebelum	Sesudah
1	Pengetahuan tentang gizi seimbang dan Isi Piringku	Tidak memahami	Nilai <i>post-test</i> meningkat minimal 20% dari <i>pre-test</i>
2	Pengetahuan kelompok makanan (karbohidrat, protein, sayur, dan buah)	Tidak memahami	Nilai <i>post-test</i> meningkat minimal 20% dari <i>pre-test</i>
3	Praktik penyusunan <i>Puzzle Isi Piringku</i>	Tidak memahami	Mampu menyusun <i>Puzzle Isi Piringku</i> dengan benar
4	Keterlibatan aktif dalam aktivitas edukatif (<i>puzzle</i> & ular tangga)	Tidak memahami	Berpartisipasi aktif dalam permainan minimal 1 putaran penuh dan menyelesaikan <i>puzzle</i>

Alat dan Bahan

Alat yang digunakan dalam kegiatan ini antara lain LCD proyektor, layar, speaker, dan peralatan penunjang lainnya. Adapun bahan yang digunakan dalam edukasi gizi adalah berupa media permainan ular tangga melingkar (gambar 1) dan *Puzzle Isi Piringku* (gambar 2).



Gambar 1. Media Permainan Ular Tangga Melingkar



Gambar 2. Media Permainan *Puzzle Isi Piringku*

Langkah Pelaksanaan

Pengabdian masyarakat yang dilaksanakan ini dibagi menjadi empat tahap, yaitu sosialisasi, pelatihan, penerapan teknologi, dan evaluasi. Adapun rincian dari masing-masing tahap adalah sebagai berikut:

Sosialisasi

Tahap ini dimulai dengan proses sosialisasi yaitu pemaparan materi gizi seimbang melalui ceramah interaktif menggunakan PowerPoint serta pengenalan singkat tentang alur permainan yang digunakan untuk edukasi.

Pelatihan

Penjelasan cara bermain *Puzzle* Isi Piringku dan ular tangga melingkar serta sesi tanya jawab agar siswa memahami konsep gizi seimbang secara sederhana. Pelatihan ini dilakukan secara langsung dan disertai penggunaan media visual.

Penerapan Teknologi/Praktik Permainan *Puzzle* dan Ular Tangga

Pada tahap ini siswa langsung mempraktikkan pembelajaran melalui permainan-permainan edukatif yang telah disiapkan. Melalui media *Puzzle* Isi Piringku siswa diminta menyusun piring gizi seimbang dengan tujuan melatih kemampuan siswa mengaplikasikan konsep gizi seimbang secara visual.

Selain itu, siswa juga mengikuti permainan ular tangga melingkar yang dimainkan secara berkelompok. Setiap permainan melempar dadu untuk menentukan langkah dan setiap kotak yang ditempati berisi pertanyaan seputar gizi seimbang diadaptasi dari soal *pre-post test*. Siswa yang mampu menjawab pertanyaan dengan benar dapat melanjutkan permainan, sehingga proses belajar berlangsung secara menyenangkan dan memperkuat pemahaman mereka.

Evaluasi

Pada tahap pendampingan dan evaluasi, tim edukasi melakukan penilaian terhadap peningkatan pengetahuan dan keterlibatan siswa selama kegiatan berlangsung. Evaluasi dilakukan dengan memberikan *pre-test* sebelum edukasi dan *post-test* setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai untuk melihat adanya perubahan pemahaman siswa. Kuesioner terdiri dari 20 pertanyaan yang mencakup beberapa aspek pengetahuan gizi, yaitu: pengetahuan dasar gizi seimbang, pilihan makanan sehat, Pedoman Isi Piringku, dampak makanan tidak

sehat, serta pemahaman tentang program Menu Bergizi Seimbang (MBG). Soal *pre-post* dan *post-test* ditunjukkan pada tabel 2.

Tabel 2. Pertanyaan *Pre-Test* dan *Post-Test*

No	Pertanyaan <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>
1	Apa yang dimaksud dengan gizi seimbang?
2	Aktivitas apa yang baik dilakukan setiap hari untuk menjaga kesehatan?
3	Cemilan apa yang sehat dan bisa dibawa ke sekolah?
4	Pedoman gizi seimbang di Indonesia dikenal dengan...
5	Makanan apa saja yang mengandung karbohidrat?
6	Mengapa kita perlu makan makanan yang beragam setiap hari?
7	Sayur dan buah mengandung banyak...
8	Contoh makanan sumber protein hewani?
9	Contoh makanan sumber protein nabati?
10	Makanan bergizi seimbang harus mengandung
11	Gizi seimbang harus dikonsumsi sebanyak?
12	Berdasarkan Program MBG jenis makanan apa saja yang tersedia dalam setiap porsi MBG?
13	Mengapa anak sekolah perlu makan makanan bergizi?
14	Apa akibat dari terlalu sering makan makanan tidak sehat, kecuali!
15	Mengapa sarapan itu penting?
16	Apa saja 4 bagian yang terdapat di pedoman Isi Piringku?
17	Contoh lauk pauk dalam Isi Piringku adalah?
18	Menjaga kebersihan makanan penting agar...
19	Salah satu cara meningkatkan status gizi adalah dengan...
20	Program MBG memiliki tujuan untuk?

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sosialisasi

Kegiatan sosialisasi berupa penyampaian materi mengenai gizi seimbang dan pedoman Isi Piringku melalui ceramah interaktif menggunakan *PowerPoint* (gambar 3). Setelah diberikan materi, siswa/i dibagi dalam beberapa kelompok untuk menjalankan permainan edukatif berupa *Puzzle* Isi Piringku dan ular tangga melingkar serta sesi tanya jawab agar siswa memahami konsep gizi seimbang secara sederhana. Sosialisasi ini dilakukan secara langsung dan disertai penggunaan media visual.



Gambar 3. Penyampaian Materi Gizi Seimbang dan Pedoman Isi Piringku

Salah satu cara untuk meningkatkan asupan gizi pada anak sekolah adalah melalui pendidikan gizi (Rahmawati et al. 2025). Pendidikan gizi yang membahas tentang gizi seimbang dan disajikan dengan menggunakan media permainan ular tangga dapat menjadi metode yang efektif untuk memberikan pengetahuan kepada anak mengenai pola makan bergizi seimbang (Zahro et al. 2024).

Pelatihan

Pada proses ini, siswa-siswa diajarkan cara permainan dari *puzzle* dan ular tangga. Pelatih memberikan penjelasan mengenai aturan permainan, tujuan kegiatan, serta langkah-langkah yang harus dilakukan selama permainan berlangsung. Selain itu, siswa juga diperkenalkan dengan cara menyusun *puzzle* dan mekanisme permainan ular tangga secara bertahap agar mudah dipahami.

Selama pelatihan, siswa diberikan kesempatan untuk mencoba permainan secara langsung dengan pendampingan dari pelatih. Hal ini bertujuan untuk memastikan siswa memahami aturan permainan dengan baik serta mampu mengikuti kegiatan secara aktif. Melalui proses ini, diharapkan siswa dapat meningkatkan kemampuan berpikir, kerja sama, dan konsentrasi sebelum memasuki tahap pelaksanaan permainan secara mandiri.

Penerapan Teknologi/Praktik Permainan Puzzle dan Ular Tangga



Gambar 4. Menyusun Puzzle Isi Piringku

Dalam permainan *Puzzle Isi Piringku* siswa/i menerima poster bergambar piring kosong beserta potongan gambar makanan dari setiap kelompok makanan seperti makanan pokok, sayuram, lauk pauk, dan buah-buahan serta beberapa jajan tidak sehat sebagai pengecoh. Siswa/i diminta memilah dan meletakan gambar-gambar tersebut sesuai dengan kelompok makanan yang benar berdasarkan Pedoman Isi Piringku. Melalui aktivitas isi aktivitas ini, siswa/i belajar mengenali jenis-jenis makanan berdasarkan kelompok makanan sesuai Pedoman Isi Piringku (gambar 4).

Selain menyusun *Puzzle Isi Piringku* siswa/i kemudian mengikuti permainan edukatif ular tangga melingkar (gambar 5). Pada tahap permainan edukatif ular tangga melingkar, siswa/i dibagi menjadi tiga kelompok dan masing-masing kelompok memilih satu orang perwakilan yang berperan sebagai pion dalam permainan ular tangga melingkar. Permainan berlangsung secara bergiliran dari kelompok pertama hingga kelompok terakhir dimana setiap perwakilan melempar dadu untuk menentukan jumlah langkah pionnya. Setiap kotak pada papan ular tangga memuat pertanyaan seputar gizi seimbang yang harus dijawab bersama oleh kelompok. Apabila kelompok berhasil menjawab dengan benar maka pion tetap berada di kotak tersebut, namun

jika jawabannya salah kelompok menerima konsekuensi sesuai aturan permainan. Kelompok yang berhasil membawa pionnya mencapai garis finis terlebih dahulu dinyatakan sebagai pemenang.

Penggunaan media permainan dapat mengaktifkan lebih banyak panca indera, seperti penglihatan, pendengaran, dan perabaan. Hal ini membuat informasi yang diterima menjadi lebih jelas dan mudah dipahami (Permatasari, et al., 2025). Selain itu, adanya pertanyaan atau kuis dalam permainan ular tangga dapat melatih kemampuan berpikir kritis anak terhadap suatu permasalahan. Faktor-faktor tersebut membuat edukasi gizi melalui permainan ular tangga menghasilkan peningkatan skor pengetahuan yang lebih tinggi, karena peserta lebih mudah mengingat materi yang diberikan (Hisanah et al. 2023).



Gambar 5. Permainan Edukatif Ular Tangga Melingkar

Evaluasi

Hasil analisa *pre-test* dan *post-test* pada kegiatan ini menunjukkan adanya perubahan pengetahuan siswa/i setelah diberikan edukasi dan permainan edukatif. Untuk mengetahui

gambar peserta yang terlibat, ditampilkan distribusi frekuensi karakteristik responden (tabel 3).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Variabel	N	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	19	63,33%
Perempuan	11	36,67%
Usia		
10	9	30%
11	18	60%
12	2	6,67%
13	1	3,33%
Total	30	100%

Tabel 3 Karakteristik responden sebanyak 30 siswa-siswi yang menunjukkan distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin laki-laki berjumlah 19 responden (63,33%) dan perempuan berjumlah 11 responden (36,67%). Berdasarkan usia responden, responden terbanyak berusia 11 tahun yaitu berjumlah 18 responden (60%). Saat kegiatan dilakukan terlihat bahwa para siswa sangat antusias terhadap media yang digunakan. Pada anak usia 10 – 11 tahun sudah memiliki kemampuan untuk melakukan operasi logis seperti pemecahan masalah, sesuai dengan soal yang diberikan dalam media permainan ular tangga.

Setelah diberikan edukasi menggunakan media Isi Piringku dan ular tangga melingkar, terjadi perubahan distribusi tingkat pengetahuan siswa. Peningkatan terjadi terutama pada kategori baik dan sedang, yang dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Tingkat Pengetahuan *Pre-Test* dan *Post-Test* pada Media Edukasi

Pengetahuan	Media Isi Piringku dan Ular Tangga Melingkar			
	<i>Pre-Test</i>	%	<i>Post-Test</i>	%
Baik	2	6,67	4	13,33
Sedang	18	60	15	50
Kurang	10	33,3	11	36,67
Total	30	100	30	100

Tabel 4 menunjukkan distribusi tingkat pengetahuan responden pada saat *pre-test* dan *post-test* setelah diberikan edukasi menggunakan Media Isi Piringku dan ular tangga melingkar. Tingkat pengetahuan responden diklasifikasikan ke dalam tiga

kategori, yaitu baik apabila skor $\geq 80\%$, sedang apabila skor $50-80\%$, dan kurang apabila skor $\leq 50\%$ dari total skor pengetahuan. Pada saat *pre-test*, mayoritas responden berada pada kategori pengetahuan sedang (60%), diikuti oleh kategori kurang (33,33%) dan kategori baik (6,67%). Setelah dilakukan *post-test*, kategori pengetahuan sedang masih mendominasi (50%), disusul oleh kategori kurang (36,67%) dan kategori baik (13,33%).

Tabel 5. Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Isi Piringku dan Ulat Tangga Melingkar terhadap Pengetahuan Siswa terkait Gizi Seimbang

Variabel	Mean \pm SD	p-value
Pengetahuan		
<i>Pre-Test</i>	11,50 \pm 2,801	0,650
<i>Post-Test</i>	11,73 \pm 3,226	

*Paired T-Test

Tabel 5 menunjukkan rata-rata skor pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan Media Isi Piringku. Rata-rata skor pengetahuan pada saat *pre-test* adalah $11,50 \pm 2,801$ dan meningkat menjadi $11,73 \pm 3,226$ pada *post-test*. Namun, hasil uji *paired t-test* menunjukkan bahwa perbedaan tersebut tidak signifikan secara statistik ($p = 0,650$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang bermakna dari edukasi terhadap peningkatan pengetahuan siswa dalam kegiatan ini.

Pembahasan

Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki (63,33%) dan sebagian besar berusia 11 tahun (60%). Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan usia dapat memengaruhi kapasitas dalam menerima informasi, khususnya terkait gizi seimbang. Anak-anak pada rentang usia 10 – 12 tahun merupakan kelompok usia sekolah dasar yang berada dalam tahap perkembangan kognitif operasional konkret menurut Teori Piaget, sehingga media pembelajaran yang bersifat visual dan interaktif seperti Isi Piringku dan permainan ular tangga melingkar diharapkan mampu meningkatkan pemahaman mereka (Saleh, et al., 2022).

Terkait tingkat pengetahuan, hasil deskriptif menunjukkan adanya perubahan setelah intervensi edukasi diberikan. Sebelum edukasi, mayoritas siswa berada pada kategori pengetahuan sedang (60%) dan hanya 6,67% yang memiliki pengetahuan baik. Setelah

edukasi, proporsi siswa dengan pengetahuan baik meningkat menjadi 13,33%, sedangkan kategori sedang menurun menjadi 50%. Meski demikian, terdapat pula peningkatan pada kategori pengetahuan kurang dari 33,33% menjadi 36,67%. Perubahan ini menunjukkan adanya pergeseran kategori pengetahuan, meskipun tidak seluruhnya mengarah pada peningkatan.

Hasil analisis *paired t-test* menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan siswa mengalami sedikit peningkatan dari $11,50 \pm 2,801$ menjadi $11,73 \pm 3,226$ setelah edukasi, namun peningkatan ini tidak signifikan secara statistik ($p = 0,650$). Temuan ini mengindikasikan bahwa edukasi menggunakan Media Isi Piringku dan ular tangga melingkar belum memberikan pengaruh yang bermakna terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang gizi seimbang.

Beberapa faktor dapat menjelaskan mengapa hasilnya tidak signifikan. Pertama, durasi atau frekuensi penyuluhan yang dilakukan mungkin masih terbatas. Edukasi satu kali sering kali belum cukup untuk menghasilkan perubahan pengetahuan yang nyata, terutama pada anak-anak yang masih membutuhkan pengulangan dan penguatan informasi (Rusdi, et al., 2021). Kedua, meskipun media yang digunakan bersifat menarik dan interaktif, efektivitasnya sangat bergantung pada metode penyampaian, keterlibatan peserta, dan kemampuan fasilitator dalam menjelaskan isi materi (Panjaitan and Hafizzah 2025). Ketiga, faktor lingkungan seperti suasana kelas, perhatian siswa, dan dukungan dari guru juga dapat memengaruhi keberhasilan edukasi (Murdiningrum and Handayani 2021). Terakhir adanya situasi yang kurang kondusif dalam penelitian sehingga memberikan jawaban *post-test* yang kurang valid atau benar (Pramoessinto and Rachmadiarti 2025). Hal tersebut dapat terjadi karena waktu yang digunakan dalam pelaksanaan cukup singkat dan serentak dengan jadwal kegiatan lainnya di lokasi tersebut, sehingga mampu mempengaruhi hasil *post-test* yang diberikan.

Hasil ini sejalan dengan beberapa kegiatan sebelumnya yang menunjukkan bahwa intervensi gizi menggunakan media mampu memberikan pengaruh yang tidak signifikan, hal tersebut dapat terjadi karena beberapa faktor di lokasi kegiatan ataupun kondisi lainnya (Wijayanti et al., 2021). Adapun beberapa kegiatan yang menggunakan media memberikan pengaruh yang signifikan, hal tersebut dibantu

dengan beberapa media lainnya seperti pada kegiatan berikut (Wijayanti et al., 2021). Secara keseluruhan, meskipun terdapat pergeseran nilai pengetahuan siswa setelah intervensi, temuan ini menunjukkan bahwa edukasi satu kali dengan Media Isi Piringku dan ular tangga melingkar belum cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan secara signifikan. Oleh karena itu, dibutuhkan strategi edukasi yang lebih komprehensif dan pentingnya pelaksanaan kegiatan serupa secara rutin untuk menjaga keberlanjutan dengan pendekatan yang lebih partisipatif agar mampu memberikan dampak yang nyata terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar (Wahyudi et al. 2025).

4. SIMPULAN DAN SARAN

Program edukasi gizi menggunakan Media Isi Piringku dan Permainan Ular Tangga Melingkar menunjukkan adanya perubahan pada tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai gizi seimbang, meskipun peningkatan tersebut tidak signifikan secara statistik. Hasil *pre-test* dan *post-test* memperlihatkan adanya kenaikan skor pengetahuan, namun uji statistik menunjukkan nilai *p* sebesar 0,650, yang mengindikasikan bahwa perbedaan tersebut tidak bermakna secara signifikan. Beberapa faktor yang mungkin memengaruhi hasil ini antara lain adalah durasi edukasi yang terlalu singkat, waktu pelaksanaan yang bersamaan dengan kegiatan sekolah lain, metode penyampaian yang kurang optimal, serta kondisi lingkungan belajar yang kurang mendukung. Oleh karena itu, dibutuhkan strategi edukasi yang lebih komprehensif, berulang, dan melibatkan pendekatan partisipatif agar dampak peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar dapat tercapai secara lebih efektif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan ini merupakan salah satu rangkaian dari mata kuliah Pendidikan Gizi dan dilaksanakan dengan dukungan pendanaan internal dari Program Studi Gizi, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Al-Azhar Indonesia. Penulis mengucapkan terimakasih kepada dosen pengampu atas bimbingan yang diberikan serta kepada pihak SDN Cireundeu 01 yang telah

memberikan izin dan dukungan selama pelaksanaan kegiatan edukasi gizi. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh siswa yang telah berpartisipasi aktif serta para guru yang turut membantu kelancaran kegiatan

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, J. O., & Putri, T. A. (2022). "Edukasi Gizi Seimbang pada Anak-anak di Desa Bawuran, Kecamatan Pleret, Kabupaten Bantul." *Jurnal Pasopati: Pengabdian Masyarakat Dan Inovasi Pengembangan Teknologi* 4(1):65–70. <https://doi.org/10.14710/jekk.v%25vi%25i.13358>
- Budiono, I., Putriningtyas, N. D., Indrawati, F., Kasman, K., & Kurniawan F. (2022). "Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Melalui Edukasi Dengan Media Permainan Ular Tangga Pada Siswa Sekolah Dasar." *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat (Pengmaskesmas)* 2(2).
- Hisanah, R., Nuryanto, Rahadiyanti, A., & Wijayanti, H., S. (2023). "Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Permainan Ular Tangga Dan Booklet." *Jurnal of Nutrition College* 12(November):301–10. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/>
- Ismiarti, Humulusna, R., Husnia A., Afroza, F., Azzahra, Z., & Yuniarti, E. (2024). "Sosialisasi Tumpeng Gizi Seimbang pada Anak di SDN 17 Gunung Pangilun Kecamatan Padang Utara Tahun 2024." *Jurnal Gembira: Pengabdian Kepada Masyarakat* 2(06):2311–18. <https://gembirapkm.my.id/index.php/jurnal/article/view/756>
- Kemenkes RI. (2018). "Hasil Utama RISKESDAS 2018." *RisKesDas*.
- Murdingrum, S., & Handayani H. (2021). "Efektifitas Media Edukasi Gizi untuk Peningkatan Pengetahuan Gizi Remaja." *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia* 7(3):53. doi: 10.31602/jmbkan.v7i3.5759.
- Panjaitan, H., & Hafizzah, F. (2025). "Peran Guru Sebagai Fasilitator Dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran Di SDIT Mutiara Ilmu Kuala." *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Vol* 5(1):328–43. <https://jurnal.permapendis-sumut.org/index.php/edusociety>
- Permatasari, R. D., & Arestiningsih, E. S.

- (2025). "Desain dan Pengembangan Game Ular Tangga untuk Edukasi Meningkatkan Pengetahuan dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di SMPN 3 Gresik." *Jurnal Gizi Dan Kesehatan (JGK)* 5(1):62–70. <https://doi.org/10.36086/jgk.v5i1.2894>
- Pramoesinto, A. D. P. P., & Rachmadiarti, F. (2025). "Pengembangan Flipbook Berbasis Inkuiri pada Materi Perubahan Lingkungan untuk Melatih Keterampilan Berpikir Kritis pada Siswa Kelas X SMA." *Berkala Ilmiah Pendidikan Biologi (BioEdu)* 14(1):110–22. doi: 10.26740/bioedu.v14n1.p110-122
- Rahmah, H. A., Anggraini, A., Nilasari, Y. P., & Salsabilla, E. P. (2025). "Analisis Efektivitas Program Makan Bergizi Gratis di Sekolah Dasar Indonesia Tahun 2025." *Integrative Perspectives of Social and Science Journal* 2(2):2855.
- Rahmawati, L. A., Putri, A. N., Devanka, N. A., Patricia, W., Aulia R. P., & Iskandar, S. J. S. (2025). "Edukasi Gizi Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Terkait Obesitas Anak Usia Sekolah di Panti Asuhan Al-Andalusia." *Prosiding Seminar Nasional Pemberdayaan Masyarakat (SENDAMAS)* 4(1):181. doi: 10.36722/psn.v4i1.3139.
- Rakhman, A., Huljannah, M., Nadila D., Aiman, U., Hijrah, Nurullfaudi, Fitriyah S. I., & Ariani. (2024). "Pengaruh Media Puzzle Isi Piringku terhadap Peningkatan Pengetahuan, Asupan Energi, dan Status Gizi pada Siswa Kelas 4 dan 5 SDN 21 Banawa Selatan." *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas* 5(2):202–14. <https://ejournal.untirta.ac.id/jgkp/index>
- Rusdi, F. Y., Rahmy, H. A., & Helmizar. (2021). "Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Instagram terhadap Perubahan Perilaku Gizi Seimbang untuk Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMAN 2 Padang." *Journal of Nutrition College* 10(1):31–38. doi: 10.14710/jnc.v10i1.29271.
- Saleh, R. G., Yitno, Y., & Surtini, S. (2022). "Hubungan Pembelajaran Daring Dengan Kemampuan Kognitif Anak Usia (10 - 12 Tahun) di SD Negeri 2 Wajak Lor Kecamatan Boyolangu Kabupaten Tulungagung Tahun 2021." *Prosiding Riset Kesehatan* 1(1):26–36.
- Sumiaty, S., Mahmud, N., U., Arman, A., & Rusydi, A. R. (2024). "Gizi Seimbang Melalui Metode Puzzle pada Anak Sekolah Dasar Upaya Pencegahan." *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks Untuk Masyarakat* 13(3):350–55. <https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v13i3.51167>
- Umami, Z., Asrul, A. M., & Puspa, A. R. (2021). "Analisis Pengetahuan Gizi, Status Gizi, dan Pola Konsumsi Pangan Siswa SD Islam 1 Al Azhar." *Jurnal Al-Azhar Indonesia: Seri Sains dan Teknologi* 6(1):23–27. <http://dx.doi.org/10.36722/sst.v6i1.500>
- Utari, D., Rohmani, N., & Prabasiwi, A. (2022). "Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang Anak Usia Sekolah dengan Metode Isi Piringku." *Pengabdian Kepada Masyarakat* 2(1):19–28.
- Wahyudi, T., Indriyany, I. A., Nofianti, N., Syafrie, H., Satyanegara, D., Mukti, T., & Kanani, N. (2025). "Optimalisasi Edukasi Pencegahan Stunting Melalui Program Sosialisasi Partisipatif di Desa Kemuning, Kabupaten Tangerang." *Jurnal Abdi Masyarakat Nusantara* 3(1):24–29. <https://doi.org/10.61754/jurdiasra.v3i1>
- Wijayanti, T. S., Fayasari, A., & Khasanah, T.A. (2021). "Permainan Edukasi Ular Tangga Meningkatkan Pengetahuan dan Konsumsi Sayur Buah pada Remaja di Jakarta Selatan." *Journal of Nutrition College* 2(1):18 - 25. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/>
- Zahro, N. D. A., Katmawanti, S., Samah, D. A., Wahyuni, O. S., Amira, M. Y., Fitriani, A. S., Safira, R., & Desandyansyah, S. K. N. (2024). "Permainan Ular Tangga Gizi Seimbang Sebagai Media Edukasi Anak Prasekolah di Kecamatan Suruh Kabupaten Trenggalek." *PROMOTIF: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 4(1):44–55. <https://doi.org/10.17977/um075v4i12024p4-4-55>