

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Adapun kesimpulan yang diperoleh dari penelitian dan analisis data serta pembahasan yang telah dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Didapatkan bahwasanya persentase usia responden yang mengikuti penelitian ini berusia 13 dan 14 tahun sebesar 38,78% (38 orang). Selain itu, diperoleh juga persentase kelas responden paling banyak adalah kelas VIII sebesar 34,68% (34 orang). Untuk kategori jenis kelamin responden, diperoleh persentase responden laki-laki sebesar 45,92% (45 orang) dan responden perempuan sebesar 54,08% (53 orang). Dalam penelitian ini diperoleh bahwa persentase pekerjaan ayah dan ibu responden paling banyak adalah petani, dengan persentase pekerjaan ayah sebesar 80,62% (79 orang) dan persentase pekerjaan ibu sebesar 88,78% (87 orang). Pada penelitian ini juga diperoleh persentase pendidikan ayah dan ibu responden paling banyak adalah tamat SMA, dengan persentase pendidikan ayah sebesar 62,25% (61 orang) dan persentase pendidikan ibu sebesar 68,38% (67 orang).
2. Berdasarkan hasil skor *pre test* kedua kelompok diperoleh bahwa rata-rata skor pengetahuan responden pada kelompok ceramah sebesar $54,08 \pm 12,57$, sedangkan pada kelompok Game *NutriMaze-Man* sebesar $57,96 \pm 10,70$, yang menunjukkan bahwa pengetahuan awal kedua kelompok relatif sama.

3. Berdasarkan hasil skor *post test* kedua kelompok diperoleh bahwa rata-rata skor pengetahuan pada kelompok ceramah meningkat menjadi $72,04 \pm 13,65$, dan pada kelompok *Game NutriMaze-Man* meningkat lebih tinggi menjadi $78,67 \pm 11,31$, yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pada kedua kelompok.
4. Berdasarkan hasil skor *follow up* pada kedua kelompok diperoleh bahwa rata-rata skor pengetahuan pada kelompok ceramah menurun menjadi $65,41 \pm 16,00$, sedangkan pada kelompok *Game NutriMaze-Man* menjadi $72,96 \pm 15,54$, namun masih lebih tinggi dibandingkan skor *pre test*.
5. Berdasarkan hasil analisis pengujian skor *pre test*, *post test* dan *follow up* dengan uji *Friedman* pada kelompok ceramah diperoleh hasil bahwa nilai *Asymp. Sig* 0,000, yang berarti $p\text{-value} \leq 0,05$. Maka terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan *pre test*, *post test* dan *follow up* tentang tumpeng gizi seimbang melalui metode ceramah pada siswa di SMP Negeri 1 Sumbul.
6. Berdasarkan hasil analisis pengujian skor *pre test*, *post test* dan *follow up* dengan uji *Friedman* diperoleh hasil bahwa nilai *Asymp. Sig* 0,000, yang berarti $p\text{-value} \leq 0,05$. Maka terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan *pre test*, *post test* dan *follow up* tentang tumpeng gizi seimbang melalui metode *game NutriMaze Man* pada siswa di SMP Negeri 1 Sumbul.
7. Berdasarkan hasil dari Uji *Mann-Whitney* diperoleh hasil perbedaan skor *pre test* antara kelompok ceramah dan kelompok *game NutriMaze-Man*, yaitu nilai *Asymp. Sig* 0,114, yang berarti $p\text{-value} > 0,05$. Maka tidak

terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan *pre test* kelompok ceramah dan *game NutriMaze-Man*.

8. Berdasarkan hasil dari Uji *Mann-Whitney* diperoleh hasil perbedaan skor *post test* antara kelompok ceramah dan kelompok *game NutriMaze-Man*, yaitu nilai *Asymp. Sig* 0,019, yang berarti *p-value* $< 0,05$. Maka terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan *post test* kelompok ceramah dan *game NutriMaze-Man*.
9. Berdasarkan hasil dari Uji *Mann-Whitney* diperoleh hasil perbedaan skor *follow up* antara kelompok ceramah dan kelompok *game NutriMaze-Man*, yaitu nilai *Asymp. Sig* sebesar 0,015, yang berarti *p-value* $< 0,05$. Maka terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan *follow up* kelompok ceramah dan *game NutriMaze-Man*.

5.2 Implikasi

Pemberian edukasi dengan metode ceramah dan *game NutriMaze-Man* sama-sama efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi siswa. Namun, penggunaan *game NutriMaze-Man* lebih direkomendasikan menjadi media belajar karena menarik dan interaktif terbukti dapat meningkatkan pengetahuan siswa, terutama bagi siswa menengah pertama terkait tumpeng gizi seimbang terkhusus dalam pemilihan makanan bergizi dan seimbang.

5.3 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran dari peneliti yaitu, sebagai berikut :

1. Bagi siswa diharapkan dapat menerapkan prinsip tumpeng gizi seimbang terkait pemilihan makanan bergizi dan seimbang, setelah mendapatkan edukasi baik melalui ceramah atau aplikasi *game NutriMaze-Man*.
2. Bagi sekolah diharapkan dapat lebih meningkatkan pemberian edukasi gizi kepada siswa.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan sebagai referensi atau dasar penelitian untuk penelitian-penelitian selanjutnya dengan variabel yang berbeda atau penambahan item lain pada aplikasi *game NutriMaze-Man* sesuai tumpeng gizi seimbang.