

ABSTRAK

Nadya Oktaviani Naiborhu : Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Melalui Metode Ceramah dan *Game NutriMaze-Man* Terhadap Skor Pengetahuan Gizi pada Siswa SMP Negeri 1 Sumbul. Skripsi. Fakultas Teknik. Universitas Negeri Medan. 2026.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya pengetahuan siswa tentang tumpeng gizi seimbang yang dapat berakibat pada pemilihan makanan yang salah. Oleh karena itu, diperlukan pemberian edukasi kepada siswa baik itu secara lisan maupun dengan menggunakan media edukasi. Penelitian ini memiliki tujuan untuk: 1) mengetahui perbedaan skor pengetahuan *pre test*, *post test* dan *follow up* tentang tumpeng gizi seimbang melalui metode ceramah pada siswa di SMP Negeri 1 Sumbul; 2) mengetahui perbedaan 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; 3) mengetahui perbedaan skor pengetahuan *pre test* kelompok ceramah dan *game NutriMaze-Man*, *post test* kelompok ceramah dan *game NutriMaze-Man* serta *follow up* kelompok ceramah dan *game NutriMaze-Man* pada siswa di SMP Negeri 1 Sumbul.

Lokasi penelitian dilakukan di SMP Negeri 1 Sumbul pada September – November 2025. Jenis penelitian ini berupa *quasi eksperimental* dengan menggunakan desain penelitian *non-equivalent control group*. Subjek penelitian adalah 98 orang siswa yang berusia 13 – 15 tahun dengan teknik *purposive sampling*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas *Shapiro-Wilk*, kemudian menggunakan uji *Friedman* dan terakhir uji *Mann-Whitney*.

Hasil dari uji *Friedman* pada penelitian ini ditemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan *pre test*, *post test* dan *follow up* pada kelompok ceramah ($p = 0,000$). Selain itu, diperoleh juga hasil bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan *pre test*, *post test* dan *follow up* pada kelompok *game NutriMaze-Man* ($p = 0,000$). Serta diperoleh hasil dari uji *Mann-Whitney* bahwa, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan *pre test* kelompok ceramah dan *game NutriMaze-Man* ($p = 0,114$). Kemudian, terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan *post test* kelompok ceramah dan *game NutriMaze-Man* ($p = 0,019$) serta terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan *follow up* kelompok ceramah dan *game NutriMaze-Man* ($p = 0,015$). Dengan demikian, baik ceramah maupun aplikasi *game NutriMaze-Man* dapat digunakan untuk menyampaikan edukasi gizi terkhusus terkait tumpeng gizi seimbang di SMP Negeri 1 Sumbul.

Kata Kunci : Pengetahuan gizi, remaja, *NutriMaze-Man*, tumpeng gizi seimbang

ABSTRACT

Nadya Oktaviani Naiborhu: The Effect of Providing Nutrition Education Through Lecture Method and NutriMaze-Man Game on Nutrition Knowledge Scores of Students of SMP Negeri 1 Sumbul. Thesis. Faculty of Engineering. State University of Medan. 2026.

This research was driven by the low level of students knowledge about the balanced nutrition pyramid, which can lead to poor food choices. Therefore, it is necessary to provide education to students, both orally and through educational media. The objectives of this study are to: 1) determine differences in pre-test, post-test, and follow-up knowledge scores regarding balanced nutritional tumpeng through the lecture method for students at SMP Negeri 1 Sumbul; 2) determine differences in pre-test, post-test, and follow-up knowledge scores regarding balanced nutritional tumpeng through the NutriMaze-Man game method for students at SMP Negeri 1 Sumbul; 3) determine differences in knowledge scores between the pre-test and NutriMaze-Man game groups, the post-test and NutriMaze-Man game groups, and the follow-up scores between the lecture and NutriMaze-Man game groups for students at SMP Negeri 1 Sumbul.

The research location was conducted at SMP Negeri 1 Sumbul in September–November 2025. This type of research was a quasi experimental study using a non-equivalent control group research design. The research subjects were 98 students aged 13–15 years old using a purposive sampling technique. Data analysis in this study used the Shapiro-Wilk normality test, then the Friedman test and finally the Mann-Whitney test.

The results of the Friedman test in this study found that there was a significant difference between the pre-test, post-test, and follow-up knowledge scores in the lecture group ($p = 0.000$). In addition, the results also showed that there was a significant difference between the pre-test, post-test, and follow-up knowledge scores in the NutriMaze-Man game group ($p = 0.000$). And the results of the Mann-Whitney test showed that there was no significant difference between the pre-test knowledge scores of the lecture group and the NutriMaze-Man game ($p = 0.114$). Then, there was a significant difference between the post-test knowledge scores of the lecture group and the NutriMaze-Man game ($p = 0.019$) and there was a significant difference between the follow-up knowledge scores of the lecture group and the NutriMaze-Man game ($p = 0.015$). Thus, both lectures and the NutriMaze-Man game application can be used to deliver nutrition education specifically related to balanced nutritional tumpeng at SMP Negeri 1 Sumbul.

Keywords: Nutrition knowledge, Adolescents, NutriMaze-Man, balanced nutrition pyramid