



EFEKTIVITAS PERMAINAN MONOPOLI GIZI (MAMOGI) TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG GIZI SEIMBANG PADA SISWA SDN 02 CUPAK TANGAH KOTA PADANG TAHUN 2023

THE EFFECTIVENESS OF THE NUTRITION MONOPOLY GAME (MOMOGI) ON INCREASING KNOWLEDGE AND ATTITUDES ABOUT BALANCED NUTRITION AMONG STUDENTS OF SDN 02 CUPAK TANGAH PADANG CITY IN 2023

Oktariyani Dasril*¹, Ulfa Yulanda¹, Wiya Elsa Fitri¹

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat Stikes Syedza Saintika

(Email: oktariyanidasril@gmail.com)

ABSTRAK

Pengonsumsi nutrisi yang seimbang pada makanan yang tidak optimal bisa mengakibatkan masalah kekurangan atau kelebihan gizi. Monopoli Gizi (MAMOGI) merupakan permainan yang dikembangkan tim peneliti dalam meningkatkan edukasi masalah gizi pada anak-anak. Tujuan penelitian ini untuk mengevaluasi seberapa efektif permainan Monopoli Gizi (MAMOGI) dalam meningkatkan pemahaman dan sikap terhadap gizi seimbang pada siswa SDN 02 Cupak Tengah Kota Padang tahun 2023. Metode penelitian ini bersifat kuantitatif menggunakan eksperimen semu dengan desain *One Groups Pretest-Posttest*. Penelitian dilaksanakan bulan September 2023, melibatkan semua 46 siswa kelas 4 di SDN 02 Cupak Tengah Kota Padang dengan menerapkan teknik total sampling. Data yang terkumpul dianalisis secara univariat melalui tabel frekuensi dan bivariat menggunakan uji *Paired Sample t-test*. Hasil studi menunjukkan bahwa sebelum diterapkan metode permainan Monopoli Gizi (MAMOGI), rata-rata tingkat pengetahuan berada pada angka 5.15. Setelah diberlakukan metode tersebut, rata-rata tingkat pengetahuan meningkat menjadi 13.63. Selain itu, rata-rata sikap sebelum penerapan metode permainan Monopoli Gizi (MAMOGI) adalah 21.69, sedangkan setelah penggunaannya, rata-rata sikap meningkat menjadi 36.02. Dapat disimpulkan bahwa metode permainan Monopoli Gizi (MAMOGI) berpengaruh signifikan pada peningkatan pengetahuan dan sikap mengenai gizi seimbang ($p=0,000$). Sebagai saran, Kepala Sekolah disarankan untuk memberikan informasi mengenai pentingnya menerapkan pedoman gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari, baik di sekolah dan di rumah, dengan cara menempelkan poster di setiap ruangan dan tempat berkumpul siswa untuk memberikan informasi lebih lanjut kepada siswa.

Kata Kunci: Tingkat Pengetahuan, Sikap, Gizi Seimbang, Permainan Monopoli Gizi

ABSTRACT

Consumption of balanced nutrients in foods that are not optimal can lead to problems of malnutrition or overnutrition. Monopoly Nutrition (MAMOGI) is a developed by the research team to improve nutrition education in children. The purpose of this study was to evaluate how effective the Nutrition Monopoly (MAMOGI) game is in increasing understanding and attitudes towards balanced nutrition in students of SDN 02 Cupak Tengah Kota Padang in 2023. This research method is quantitative using a pseudo-experiment with a One Groups Pretest-Posttest design. The research was conducted in September 2023, involving all 46 4th grade students at SDN 02 Cupak Tengah Padang City by applying the total sampling technique. The collected data were analyzed univariately through frequency tables and



bivariate using Paired Sample t-test. The results showed that before the Nutrition Monopoly (MAMOGI) game method was applied, the average level of knowledge was 5.15. After the method was applied, the average knowledge level increased to 13.63. In addition, the average attitude before the application of the Nutrition Monopoly (MAMOGI) game method was 21.69, while after its use, the average attitude increased to 36.02. It can be concluded that the Nutrition Monopoly (MAMOGI) game method has a significant effect on increasing knowledge and attitudes about balanced nutrition ($p=0.000$). As a suggestion, the Principal is advised to provide information about the importance of applying balanced nutrition guidelines in daily life, both at school and at home, by placing posters in every room and student gathering place to provide further information to students.

Keywords : *Level of Knowledge, Attitude, Balanced Nutrition, Nutrition Monopoly Game*

PENDAHULUAN

Gizi seimbang merujuk pada komposisi harian makanan yang mengandung zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, memperhatikan prinsip variasi makanan, menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, beraktivitas fisik, dan memonitor berat badan (KEMENKES, 2014). Almtsier (2015) menjelaskan bahwa tujuan dari gizi seimbang adalah untuk menjaga kesehatan tubuh, mendukung pertumbuhan yang optimal, menyimpan zat gizi, dan memastikan berjalannya aktivitas kehidupan sehari-hari secara maksimal. Jika asupan zat gizi tidak seimbang pada makanan, hal ini dapat mengakibatkan masalah gizi kurang atau kelebihan.

Menurut *World Health Organization* (WHO), sekitar 75% anak mengalami kelebihan berat badan, 15% mengalami kekurangan berat badan, dan lebih dari 30% mengalami hambatan pertumbuhan (UNICEF, 2020). Menurut Laporan Nasional tahun 2018 mengenai kesehatan gizi anak usia 5 - 12 tahun di Indonesia, ditemukan bahwa 9,2% dari anak-anak tersebut termasuk dalam kategori kurang gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT/U). Dalam angka tersebut, 2,4% anak masuk dalam kategori sangat kurus, sementara 6,8% lainnya masuk dalam kategori kurus. Sementara itu, prevalensi kegemukan di Indonesia mencapai 20%, terdiri dari 10,8% yang termasuk dalam kategori gemuk dan 9,2% dalam kategori obesitas (KEMENKES, 2018).

Kekurangan pengetahuan tentang gizi adalah faktor lain yang berpengaruh terhadap kondisi gizi seseorang. Ketidapahaman

terhadap informasi gizi dapat menghambat individu dalam menerapkan pengetahuan tersebut dalam rutinitas harian. Salah satu metode untuk meningkatkan pemahaman mengenai gizi adalah dengan memberikan edukasi gizi sejak dini. Pendidikan terkait gizi ini dapat disampaikan melalui kegiatan penyuluhan (Nuryanto, 2014).

Menurut Harsono (2014), permainan edukatif memberikan kesempatan kepada anak-anak untuk bermain dalam lingkungan simulasi yang merupakan bagian penting dari pembelajaran serta dapat mendukung pengembangan intelektual. Game edukatif juga membantu perkembangan moral, intelektual, motivasi, keterampilan, dan kepercayaan anak. Penelitian yang dilakukan oleh Setyaningrum (2020), UNICEF (2020), dan Gizi (2022) menunjukkan bahwa memberikan edukasi kesehatan melalui permainan memiliki dampak yang berbeda sebelum dan setelah perlakuan. Penggunaan media permainan Monopoli menjadi salah satu media visual sederhana yang bertujuan untuk meningkatkan minat belajar siswa, memberikan pendekatan baru dalam proses belajar-mengajar. Media ini ditujukan untuk meningkatkan minat siswa terhadap materi yang diajarkan. Dengan menggunakan permainan Monopoli gizi, diharapkan siswa dapat terstimulasi untuk berpikir, belajar, serta merencanakan strategi sehingga informasi yang disampaikan dapat diterima dengan optimal.

Berdasarkan Data Dinas Kesehatan Kota Padang pada tahun 2022, menunjukkan 5 Puskesmas dengan gizi buruk tertinggi yaitu Puskesmas Pauh dengan gizi kurang (4%) gizi



lebih (2%), Puskesmas Andalas dengan gizi kurang (4%), gizi lebih (0%), Puskesmas Lubuk Kilangan dengan gizi kurang (2%) gizi lebih (3,2%), Puskesmas Padang Pasir dengan gizi kurang (3%) gizi lebih (3%), dan Puskesmas Ambacang dengan gizi kurang (3%) gizi lebih (1%). Oleh sebab itu peneliti mengambil Wilayah Kerja Puskesmas Pauh untuk melakukan penelitian. Pada wilayah kerja Puskesmas Pauh terdapat 27 Sekolah yang dilakukan penjarangan kesehatan. Dimana terdapat 3 sekolah dengan gizi buruk tertinggi di wilayah kerja Puskesmas Pauh yaitu SDN 02 Cupak Tengah dengan gizi kurang (25%), gizi lebih (5%), SDIT Permata Kita dengan gizi kurang (7%) gizi lebih (0%) dan SDN 09 Koto Luar dengan gizi kurang (4%) gizi lebih (2%). Karenanya, murid-murid yang menghadapi masalah gizi kurang atau gizi berlebihan diharapkan menerapkan sepuluh pedoman gizi seimbang dalam aktivitas harian mereka untuk membantu mempertahankan berat badan yang sehat dan membantu menurunkan risiko penyakit kronis.

Temuan dari penelitian yang dilakukan oleh (Alfin, 2022) dalam studi yang berjudul "Pengaruh Permainan Monopoli Gizi (Monozi) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Siswa di SDN Gunung Telu 1 Kabupaten Cilacap" menunjukkan bahwa media permainan Monozi dinilai dapat diterima dan dipahami oleh para siswa. Data respon menunjukkan bahwa lebih dari 80% anak menyatakan bahwa permainan membantu mereka untuk memahami konsep gizi seimbang dan juga merasa bahwa cara memainkannya mudah dimengerti. Dengan demikian, permainan Monopoli Gizi dianggap sebagai alat pendidikan tentang gizi seimbang yang bisa dijadikan sebagai kegiatan rutin sekali sebulan bagi siswa sekolah dasar dan dapat diintegrasikan dengan mata pelajaran olahraga.

SDN 02 Cupak Tengah, yang terletak di Jl. Benteng Cupak Tengah Kota Padang, merupakan salah satu sekolah dasar di Kecamatan Pauh Kota Padang dengan tingkat prevalensi gizi kurang tertinggi mencapai 25%, seperti yang diungkapkan dalam Data Puskesmas

Pauh tahun 2022 di Kota Padang (Data Puskesmas Pauh, 2022). Berdasarkan hasil survey awal yang peneliti lakukan pada 10 orang siswa didapatkan bahwa sebanyak 5 (50%) siswa yang memiliki pengetahuan rendah tentang gizi dan sebanyak 3 (30%) yang memiliki sikap buruk. Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti melakukan penelitian tentang "Efektivitas Permainan Monopoli Gizi (Mamogi) Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan sikap Gizi Seimbang Pada Siswa SDN 02 Cupak Tengah Kota Padang Tahun 2023".

Berdasarkan latar belakang dan fenomena di atas, maka penulis melakukan penelitian dengan judul "Efektivitas Permainan Monopoli Gizi (Mamogi) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Gizi Seimbang Pada Siswa SDN 02 Cupak Tengah Kota Padang Tahun 2023"

BAHAN DAN METODE

Studi ini merupakan sebuah penelitian yang melakukan pengamatan (pengukuran) dengan menggunakan desain quasi eksperimen yang mengadopsi pendekatan *Pretest*, intervensi berupa permainan, dan *Posttest* dengan *desain one group*. Penggunaan desain penelitian *one group* dipilih karena peneliti bertujuan untuk memeriksa dampak permainan Monopoli Gizi terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada siswa (Notoadmojo, 2018). Penelitian ini dilaksanakan di SDN 02 Cupak Tengah Kota Padang pada tahun 2023. Populasi dalam studi ini melibatkan seluruh siswa kelas IV yang berjumlah 46 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Total Sampling*, yang berarti seluruh anggota populasi diikutsertakan sebagai sampel penelitian. Oleh karena itu, peneliti mengambil seluruh jumlah populasi yang berjumlah 46 responden sebagai sampel dalam penelitian ini yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Selanjutnya data diolah menggunakan program SPSS, untuk Analisa univariat disajikan dalam bentuk table rata2 pengetahuan dan sikap siswa sebelum dan sesudah melakukan permainan Monopoli Gizi. Analisa Bivariat menggunakan uji *Paired*

Samples t-test untuk melihat pengaruh permainan Monopoli Gizi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap mengenai gizi seimbang

pada siswa di SDN 02 Cupak Tengah Kota Padang pada tahun 2023.

HASIL

Informasi mengenai distribusi frekuensi usia dan jenis kelamin responden terdapat dalam data karakteristik, yang telah disajikan dalam Tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	<i>f</i>	%
Umur		
10 tahun	8	17,4
11 tahun	38	82,6
Jumlah	46	100,0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	26	56,5
Perempuan	20	43,5
Jumlah	46	100,0

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat dilihat bahwa usia responden lebih banyak pada usia 11 tahun (82,6%), dan berjenis kelamin laki-laki (56,5%).

Analisa Univariat

Tabel 2. Rata-Rata Pengetahuan dan Sikap Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Metode Permainan Monopoli Gizi (MAMOGI) Pada Siswa SDN 02 Cupak Tengah Kota Padang Tahun 2023.

No.	Variabel	<i>n</i>	Mean	SD	Min-Max
1.	Pengetahuan Pretest	46	5,15	.942	3 - 7
2.	Pengetahuan Posttest	46	13,63	.997	11 - 15
3.	Sikap Pretest	46	21,65	2.217	18 - 31
4.	Sikap Posttest	46	36,02	3.732	30 - 40

Analisa Bivariat

Tabel 3. Pengaruh Metode Permainan Monopoli Gizi (MAMOGI) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Konsumsi Gizi Seimbang Pada Siswa SDN 02 Cupak Tengah Kota Padang Tahun 2023

Pengetahuan	Mean	SD	T	Df	N	P Value
Pengetahuan Pretest	5,15	.942	-37.920	45	46	0,000
Pengetahuan Posttest	13,63	.997				

Hasil analisis uji *Paired Samples t-test* yang terdapat pada Tabel 3 menunjukkan bahwa sebelum diberikan permainan Monopoli, rata-

rata pengetahuan responden berada pada angka 5.15. Terdapat peningkatan yang signifikan pada pengetahuan responden setelah mereka diberikan

permainan Monopoli, di mana rata-rata pengetahuan meningkat menjadi 13.63. Hasil dari nilai t-hitung yang dibandingkan antara sebelum dan setelah pemberian permainan Monopoli adalah -37.920, dengan p-value sebesar 0.000. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat

pengetahuan sebelum dan sesudah penerapan permainan Monopoli. Dari situ, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat dampak yang penting dari penerapan permainan Monopoli dalam meningkatkan pemahaman tentang gizi seimbang pada siswa SDN 02 Cupak Tengah Kota Padang pada tahun 2023.

Tabel 4. Pengaruh Metode Permainan Monopoli Gizi (MAMOGI) Terhadap Peningkatan Sikap Tentang Konsumsi Gizi Seimbang Pada Siswa SDN 02 Cupak Tengah Kota Padang Tahun 2023

Pengetahuan	Mean	SD	T	Df	N	P Value
Sikap Pretest	21,65	2.127	-23,799	45	46	0,000
Sikap Posttest	36,02	3.732				

Berdasarkan tabel 4.6 hasil uji Paired Samples t-test menunjukkan bahwa nilai rata-rata sikap responden sebelum diberikan permainan monopoli sebesar 21.65 dan meningkat ketika responden sesudah diberikan permainan monopoli sebesar 36.02 dan diperoleh nilai t-hitung sebelum dan sesudah diberikan permainan monopoli sebesar -23.799 dengan p-value 0.000 yang berarti sikap responden sebelum diberikan permainan monopoli dengan sikap responden sesudah diberikan permainan monopoli terdapat perbedaan yang signifikan. Hal ini berarti ada pengaruh metode permainan monopoli terhadap peningkatan sikap tentang gizi seimbang pada siswa SDN 02 Cupak Tengah Kota Padang tahun 2023.

PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Terlihat dari hasil penelitian yang dilakukan, rata-rata tingkat pengetahuan sebelum diberikan metode permainan monopoli yaitu 5,15 dengan standar deviasi 0.942. Sebelum diberikannya permainan monopoli, jawaban benar terendah pada responden adalah 3 dan jawaban benar tertinggi adalah 7. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Enjelina (2023) tentang Pengaruh Modifikasi Permainan Monopoli Terhadap pengetahuan dan Sikap Siswa mengenai Keamanan Makanan Jajanan di SDN 013 Satu Atap Kota Tanjung Pinang, yang menyatakan ada kesamaan didalam

hasil penelitian bahwa rata-rata pengetahuan sebelum bermain rendah yaitu 7.58.

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata tingkat pengetahuan sesudah diberikan metode permainan monopoli yaitu 13.63 dengan standar deviasi 0.997. Sesudah diberikannya permainan monopoli, jawaban benar terendah responden 11 dan jawaban benar tertinggi responden 15. Hasil penelitian sejalan yang dilakukan oleh Enjelina (2023) yang berjudul Pengaruh Modifikasi Permainan Monopoli Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa mengenai Keamanan Makanan Jajanan di SDN 013 Satu Atap Kota Tanjung Pinang menyatakan ada kesamaan didalam hasil penelitian bahwa rata-rata pengetahuan sesudah bermain tinggi yaitu 8,26.

Pengetahuan merupakan hasil dari informasi yang diperoleh melalui proses penginderaan manusia, seperti penggunaan panca indera yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar dari pengetahuan manusia diperoleh melalui penggunaan mata dan telinga. Tingkat pendidikan seseorang berpengaruh pada kecepatan dalam menerima serta memahami informasi, sehingga dapat meningkatkan tingkat pengetahuan yang dimilikinya (Susilowati, 2016).

Menurut Notoadmodjo (2016), pengetahuan merupakan hasil dari pengenalan terhadap suatu objek setelah individu menggunakan panca indera manusia, yaitu melalui penginderaan meliputi indra penglihatan,



pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Mayoritas pengetahuan yang dimiliki manusia diperoleh melalui proses penggunaan mata dan telinga, yang mencakup proses melihat dan mendengar. Selain itu, pengetahuan juga diperoleh melalui pengalaman serta proses belajar baik dalam konteks pendidikan formal maupun informal.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan rata-rata sikap siswa sebelum diberikan metode permainan monopoli yaitu 21.69 dengan standar deviasi 2.127. Sebelum diberikannya permainan monopoli jawaban benar terendah pada responden adalah 18 dan jawaban benar tertinggi adalah 31. Sedangkan hasil penelitian terhadap rata-rata sikap siswa sesudah diberikan metode permainan monopoli yaitu 36.0217 dengan standar deviasi 3.73267. Sebelum diberikannya permainan monopoli jawaban benar terendah pada responden adalah 30 dan jawaban benar tertinggi adalah 40.

Hasil penelitian sejalan yang dilakukan oleh **Setyaningrum (2020)** yang berjudul Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Permainan Monopoli Gizi (Mamogi) Dan Ular Tangga (Utaga) Tentang Pola Makan Seimbang Terhadap Pengetahuan, Sikap, Tindakan Anak SDN 05 Kota Bengkulu Tahun 2020 menyatakan ada kesamaan hasil penelitian bahwa rata-rata sikap sebelum bermain monopoli yaitu 30.77 dengan standar deviasi 4.48 dan rata-rata sikap sesudah bermain monopoli yaitu 37.77 dengan standar deviasi 1.60 pada Anak SDN 05 Kota Bengkulu Tahun 2020.

Sikap adalah respons atau serangkaian reaksi terhadap stimulus atau objek yang melibatkan proses pikiran, perhatian, dan aspek psikologis lainnya (Notoadmodjo, 2014). Lebih lanjut, sikap juga merupakan respon subjektif terhadap rangsangan atau stimulus dari suatu objek, yang mencakup faktor pendapat dan emosi yang terlibat. Setelah diberikannya permainan Monopoli Gizi kepada anak-anak sekolah dasar, terjadi peningkatan secara rata-rata dalam tingkat pengetahuan dan sikap mereka terhadap konsep gizi seimbang serta bagaimana cara mereka menyesuaikan sikap

untuk memenuhi kebutuhan zat gizi dalam kehidupan sehari-hari.

Analisa Bivariat

Pengetahuan seorang anak dapat dipengaruhi dengan memberikan rangsangan, salah satu rangsangan yang diberikan adalah dengan permainan monopoli gizi (MAMOGI) yang berisikan mengenai gizi seimbang yang harus mereka konsumsi sehari-hari. Hal ini ditunjukkan dengan nilai p value penelitian ini 0.000. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian ini yang dilakukan oleh Enjelina (2023) tentang Pengaruh Modifikasi Permainan Monopoli Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa Mengenai Keamanan Makanan Jajanan di SDN 013 Sau Atap Kota Tanjung Pinang menunjukkan adanya pengaruh dari permainan monopoli gizi dengan nilai p value 0.001

Gizi seimbang merupakan komposisi makanan harian yang menyediakan zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan aspek seperti variasi makanan, prinsip perilaku hidup bersih dan sehat, keterlibatan dalam aktivitas fisik, serta pemantauan berat badan (KEMENKES, 2014). Untuk meningkatkan pemahaman siswa sekolah dasar terkait gizi seimbang, disarankan untuk menggunakan secara efektif kemampuan indra mereka. Penggunaan panca indera manusia, termasuk penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba, dapat memberikan sebagian besar informasi kepada manusia. Informasi tersebut sebagian besar diperoleh melalui proses melihat dan mendengar dengan menggunakan mata dan telinga. Di samping itu, pengetahuan juga dapat diperoleh melalui pengalaman dan pembelajaran dalam konteks pendidikan formal maupun informal.

Sebagaimana diduga oleh peneliti, tingkat pengetahuan seseorang memainkan peran penting dalam proses pemilihan dan konsumsi makanan. Semakin tinggi pemahaman seseorang tentang gizi, semakin besar kemungkinannya bagi mereka untuk meningkatkan baik kualitas maupun kuantitas makanan yang mereka



konsumsi. Seorang anak dengan pengetahuan gizi yang lebih baik cenderung memberikan informasi yang lebih banyak kepada keluarga dan teman-temannya mengenai konsep gizi seimbang.

Sikap siswa terhadap gizi seimbang belum mencapai tingkat yang optimal, tetapi melalui permainan Monopoli Gizi, dapat terlihat adanya perubahan sikap mereka, yang tercermin dari nilai signifikan p-value sebesar 0,000. Temuan ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Setyaningrum (2020) yang membahas dampak Pendidikan Gizi menggunakan Permainan Monopoli Gizi (Mamogi) dan Ular Tangga (Utaga) terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Anak di SDN 05 Kota Bengkulu Tahun 2020, yang juga menunjukkan adanya pengaruh media Monopoli terhadap sikap siswa dengan p-value 0.000.

Menurut asumsi peneliti, pengaruh pendidikan kesehatan terhadap sikap siswa disebabkan oleh respons atau perilaku mereka dalam menerapkan pedoman gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari. Dampak ini disebabkan oleh pendidikan kesehatan yang memberikan informasi serta meningkatkan pengetahuan siswa yang sebelumnya kurang mengetahui pedoman gizi seimbang menjadi lebih terinformasi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian didapatkan kesimpulan bahwa adanya pengaruh metode pemberian permainan monopoli gizi (MAMOGI) terhadap peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang (p value 0,000) dan pengaruh pemberian permainan monopoli gizi terhadap sikap tentang gizi seimbang (p value 0,000) pada siswa SDN 02 Cupak Tengah Kota Padang Tahun 2023. Diharapkan pihak sekolah dapat memberikan informasi tentang pentingnya penerapan pedoman gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari dengan menempelkan poster-poster di setiap ruangan dan titik kumpul yang mudah terlihat oleh siswa. Selain itu bagi peneliti selanjutnya diharapkan lebih banyak menggunakan metode permainan pada anak usia

sekolah dasar agar lebih efektif dalam proses belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfin. (2022). Pengaruh Permainan Monopoli Gizi (Monozi) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Siswa di SDN Gunung Telu 1 Kabupaten Cilacap.
- Almatsier. (2015). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Arisman, 2009, Buku Ajar Ilmu Gizi: Gizi dalam Daur Kehidupan, Jakarta: EGC.
- Dinas Kesehatan Kota Padang. 2022. *Profil Dinas Kesehatan Kota Padang*.
- Dinas Pendidikan Kota Padang. 2022. *Profil Dinas Pendidikan Kota Padang*.
- Gizi, D. (2022). *Data Puskesmas Pauh*. Padang.
- Harsono, M. (2014). Pengaruh Bermain Game Terhadap Perkembangan Remaja. *Surya University*.
- Kemenkes, RI. (2014). Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Kementerian Kesehatan.
- Kemenkes RI. (2019). *Konsep Kebiasaan Makan*.
- Notoadmojo, S. (2016). *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoadmojo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nuryanto. (2014). Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia*.
- Riskesdas. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI
- Setyaningrum, A. W. (2020). Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Permainan Monopoli Gizi (Mamogi) dan Ular Tangga (Utaga) tentang Pola Makan Seimbang Terhadap Pengetahuan, Sikap, Tindakan Anak SDN 05 Kota Bengkulu Tahun 2020.
- Susilowati. (2016). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Bandung: Refika Aditama.



UNICEF. (2020). *The State of The World's Children*. New York, USA: United National Childrens Fund.

Weni, E. (2023). Pengaruh Modifikasi Permainan Monopoli Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa Mengenai

Keamanan Makanan Jajanan . *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia* .