BAB VI

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

1. Terdapat peningkatan skor pengetahuan yang signifikan pada kelompok intervensi setelah diberikan edukasi gizi melalui permainan edukatif. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi berbasis permainan edukatif lebih efektif dibandingkan metode konvensional dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang gizi seimbang.
2. Sikap remaja terhadap gizi seimbang juga meningkat secara signifikan pada kelompok intervensi. Peningkatan ini menunjukkan bahwa media permainan edukatif mampu memperkuat aspek afektif remaja secara positif dan lebih kuat dibandingkan edukasi biasa.
3. Permainan edukatif puzzle menunjukkan efektivitas sedang dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap gizi seimbang. Efektivitas ini memperkuat potensi media berbasis permainan sebagai alternatif edukasi yang menarik, interaktif, dan multisensori dalam pendidikan gizi bagi remaja.

5.2. Saran

1. Bagi Responden

Diharapkan para siswa yang telah mengikuti kegiatan edukasi melalui permainan *puzzle* gizi seimbang dapat mengingat serta menerapkan pengetahuan dan sikap positif yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari, terutama dalam memilih makanan yang sehat dan bergizi. Siswa juga diharapkan menjadi agen perubahan dengan membagikan pengetahuan tersebut kepada keluarga dan

teman sebaya.

2. Bagi Puskesmas dan Instansi Pendidikan

Diharapkan pihak Puskesmas dan instansi pendidikan, khususnya sekolah-sekolah menengah pertama, dapat mempertimbangkan penggunaan media edukatif seperti permainan *puzzle* gizi seimbang sebagai bagian dari program penyuluhan gizi kepada siswa. Media ini terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja dengan cara yang menyenangkan dan interaktif. Edukasi gizi secara berkala juga perlu dilakukan untuk memperkuat pesan-pesan kesehatan yang telah diberikan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti berikutnya dapat menggunakan metode pemantauan tambahan, seperti observasi langsung atau log aktivitas, untuk memastikan bahwa responden benar-benar berpartisipasi aktif dalam permainan edukatif yang diberikan. Selain itu, disarankan agar pengembangan media lebih difokuskan pada subtopik tertentu, seperti isi piringku saja atau pembatasan gula/garam/lemak, sehingga hasil peningkatan pengetahuan dan sikap dapat lebih maksimal dan terukur secara spesifik.