

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, kesimpulan yang dapat diambil adalah sebagai berikut:

1. Pada hasil *pretest* kelas eksperimen dan kelas kontrol, terlihat masih rendah tingkat pengetahuan gizi pada anak-anak kedua kelompok tersebut, hal ini disebabkan karena pemberian intervensi sebelum *pretest* tidak dilakukan dengan maksimal di sekolah masing-masing. Pengetahuan mereka mengenai makanan bergizi hanya sebatas pada jenis-jenis buah-buahan dan sayur-sayuran, sementara untuk manfaat makanan bergizi bagi tubuh mereka belum menguasainya.
2. Terdapat peningkatan signifikan terhadap pengetahuan gizi pada peserta didik kelas eksperimen setelah dilakukan intervensi pendidikan gizi melalui media video. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media video dalam kegiatan pembelajaran memberikan pengaruh yang positif terhadap hasil belajar peserta didik. Sedangkan pada kelas kontrol, peningkatan pengetahuan pada peserta didik tidak sebanyak seperti kelas eksperimen. Ini disebabkan oleh pemberian intervensi pendidikan gizi yang hanya menggunakan metode konvensional dengan ceramah dan bantuan poster saja, hal tersebut kurang mampu menarik minat dan perhatian para peserta didik, sehingga mempengaruhi hasil belajar peserta didik kelas kontrol.
3. Penggunaan media video terbukti memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan gizi anak-anak kelas eksperimen. Hal ini berdasarkan hasil perhitungan statistik melalui uji dua rerata menggunakan uji *Man-Whitney U* terhadap hasil *posttest* kelas eksperimen dan kelas kontrol, yang memperoleh nilai signifikansi (Sig. (2-tailed))  $< 0.05$  ( $H_0$  ditolak). Keberhasilan media video dalam meningkatkan pengetahuan gizi pada kelas eksperimen, menunjukkan

bahwa penggunaan media audio visual video mampu dijadikan pilihan yang tepat sebagai media pembelajaran pada anak usia dini.

## 5.2 Implikasi

Implikasi dari penelitian ini adalah untuk pengembangan pendidikan gizi selanjutnya, yakni guru perlu menyusun program pendidikan gizi, bahkan perlu memasukkan pendidikan gizi ke dalam kurikulum sekolah, hal ini dilakukan agar tujuan dari pendidikan gizi tercapai dengan optimal. Guru dapat melakukan intervensi pendidikan gizi dengan berbagai kegiatan yang menarik minat anak, salah satunya adalah dengan menggunakan media video tentang makanan bergizi. Selain itu, guru juga dapat bekerja sama dengan orang tua dalam program pendidikan gizi, seperti mengadakan kegiatan makan bersama, atau penyuluhan tentang gizi kepada orang tua dan peserta didik, sehingga akan mempengaruhi pengetahuan gizi pada peserta didik.

## 5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil temuan penelitian, pembahasan, simpulan, dan implikasi terhadap penelitian ini, peneliti ingin merekomendasikan beberapa hal sebagai berikut:

### 1. Pihak Sekolah

Bagi lembaga Pendidikan Anak Usia Dini untuk mengintegrasikan pendidikan gizi ke dalam bidang pengembangan pembelajaran sesuai dengan tema-tema yang relevan, hal ini dilakukan mengingat pentingnya pengetahuan gizi pada anak usia dini. Selain itu, sekolah juga dapat menyelenggarakan kegiatan makan-makanan bergizi bersama di sekolah, hal tersebut bertujuan untuk mengajak anak agar terbiasa mengonsumsi makanan bergizi, mengajarkan anak cara makan yang baik dan benar, hingga membantu anak memperbaiki gizinya sesuai dengan tujuan dari pendidikan gizi.

### 2. Para guru PAUD

Pendidikan gizi yang disampaikan oleh guru kepada anak harus terprogram dan berkelanjutan, serta dengan menggunakan media yang

menarik bagi peserta didik. Guru dapat menyampaikan pendidikan gizi dengan benda langsung atau melalui media pembelajaran seperti media video. Media video terbukti mampu meningkatkan pengetahuan gizi pada anak usia 5-6 tahun. Selain media yang sederhana dan mudah didapatkan, penggunaan media video juga merupakan salah satu cara guru menerapkan teknologi ke dalam kegiatan pembelajaran.

### 3. Peneliti Selanjutnya

Dengan adanya hasil penelitian yang membuktikan bahwa media video efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi anak usia 5-6 tahun, diharapkan pada peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian mengenai pendidikan gizi pada anak usia dini. Seperti program makan yang telah banyak dilakukan di beberapa sekolah, dengan tujuan untuk memperbaiki gizi anak. Kegiatan program makan-makanan bergizi di sekolah tersebut perlu dibuktikan apakah kegiatan makan tersebut mampu memberikan pengetahuan gizi kepada anak, dan apakah kegiatan tersebut mampu memperbaiki gizi pada anak usia dini.