

# LPP Mandala

## Nurita jisip

 TFG -- No Repository 015

---

### Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::2945:312868769

Fecha de entrega

18 sept 2025, 15:14 GMT+13

Fecha de descarga

18 sept 2025, 15:20 GMT+13

Nombre del archivo

Nurita jisip.docx

Tamaño del archivo

863.4 KB

14 páginas

6560 palabras

45.077 caracteres

# 24% Similitud general




El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

## Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 8 palabras)

---

## Fuentes principales

- 19%  Fuentes de Internet
  - 11%  Publicaciones
  - 16%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)
-

## Fuentes principales

- 19% Fuentes de Internet
- 11% Publicaciones
- 16% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

## Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Trabajos del estudiante	Universitas Siliwangi on 2022-12-22	1%
2	Internet	ejournal.mandalanursa.org	1%
3	Internet	garuda.kemdikbud.go.id	<1%
4	Internet	repository.fe.unj.ac.id	<1%
5	Internet	www.atlantis-press.com	<1%
6	Internet	fs.unm.edu	<1%
7	Internet	ojs.unimal.ac.id	<1%
8	Publicación	Aprilia Ayuningtyas, Ali Formen. "Pengaruh Literasi Gizi terhadap Kemampuan O...	<1%
9	Trabajos del estudiante	IAIN Surakarta on 2024-10-02	<1%
10	Trabajos del estudiante	Padjadjaran University on 2024-06-16	<1%
11	Publicación	Ahmad Ulin Niam, Ery Rahmawati. "Pengembangan Bahan Ajar Berupa Buku Ceri...	<1%

12	Internet	ejournal.uin-suska.ac.id	<1%
13	Publicación	Billy Jenawi. "Inovasi Pembelajaran Berbasis Lingkungan di SD: Menanamkan Kes...	<1%
14	Internet	mediatum.ub.tum.de	<1%
15	Internet	scholar.unand.ac.id	<1%
16	Trabajos del estudiante	Universitas Negeri Jakarta on 2024-07-16	<1%
17	Trabajos del estudiante	PSB Academy (ACP eSolutions) on 2021-02-19	<1%
18	Trabajos del estudiante	Tarleton State University on 2025-04-07	<1%
19	Internet	adoc.pub	<1%
20	Internet	ejournal.poltekharber.ac.id	<1%
21	Internet	etd.repository.ugm.ac.id	<1%
22	Trabajos del estudiante	Universitas Muhammadiyah Sukabumi on 2025-07-08	<1%
23	Internet	opac.uingusdur.ac.id	<1%
24	Trabajos del estudiante	Institut Agama Islam Negeri Curup on 2024-11-04	<1%
25	Internet	journal.makwafoundation.org	<1%

26	Internet	ijere.iaescore.com	<1%
27	Internet	www.aulad.org	<1%
28	Internet	ejournal.nusantaraglobal.ac.id	<1%
29	Internet	ojs.uho.ac.id	<1%
30	Trabajos del estudiante	Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta I 2023 on 2025-06-19	<1%
31	Internet	archive.umsida.ac.id	<1%
32	Internet	azizsangrezpector.blogspot.com	<1%
33	Internet	journal.arikesi.or.id	<1%
34	Internet	journal.iitta.gov.ua	<1%
35	Internet	jurnal.sttkd.ac.id	<1%
36	Internet	jurnal.uns.ac.id	<1%
37	Trabajos del estudiante	Saint Leo University on 2023-01-07	<1%
38	Trabajos del estudiante	Surabaya University on 2023-06-03	<1%
39	Internet	digilibadmin.unismuh.ac.id	<1%

40	Internet	e-jurnal.lppmunsera.org	<1%
41	Internet	elibrary.nusamandiri.ac.id	<1%
42	Internet	journal.budiluhur.ac.id	<1%
43	Internet	www.babalinursingresearch.com	<1%
44	Internet	jcreview.com	<1%
45	Internet	journal.unpas.ac.id	<1%
46	Internet	journal2.uad.ac.id	<1%
47	Internet	jurnal.umus.ac.id	<1%
48	Internet	scholarworks.iupui.edu	<1%
49	Trabajos del estudiante	UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta on 2025-06-03	<1%
50	Trabajos del estudiante	Universitas Negeri Jakarta on 2024-08-11	<1%
51	Trabajos del estudiante	Universitas Pendidikan Indonesia on 2018-08-06	<1%
52	Internet	id.123dok.com	<1%
53	Internet	jurnal.ubl.ac.id	<1%

54	Internet	myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id	<1%
55	Internet	vdocuments.pub	<1%
56	Internet	www.researchgate.net	<1%
57	Publicación	Dian Samitra, Yuni Krisnawati, Novita Malasari. "Pengaruh Model Guided Note Ta...	<1%
58	Publicación	Donny Fernandez, Rahma Ega Indriani, Utia Afma Sari, Dianda Nurul Azzahra, De...	<1%
59	Trabajos del estudiante	Universitas Muhammadiyah Sukabumi on 2025-01-25	<1%
60	Trabajos del estudiante	Universitas Negeri Jakarta on 2021-07-20	<1%
61	Publicación	Yosrifal Bima Galih Ananta, Barokah Isdaryanti. "Pengembangan Media Pembelaj...	<1%
62	Internet	baa.uma.ac.id	<1%
63	Internet	bimgi.or.id	<1%
64	Internet	digilib.esaunggul.ac.id	<1%
65	Internet	oa.upm.es	<1%
66	Internet	pdfcoffee.com	<1%
67	Internet	text-id.123dok.com	<1%

68	Internet	tunasbangsa.ac.id	<1%
69	Internet	www.obsesi.or.id	<1%
70	Internet	www.tourismvaganza.com	<1%
71	Publicación	Agung Nugroho Puspito, Mohammad Ubaidillah, Rahma Nur Safitri, Elina Porwan...	<1%
72	Publicación	Aqilah Nadya, Eva Betty, Clara Noviantri, Padillah Annur, Sri Wana, Syifa Salsab...	<1%
73	Publicación	Khairatunnisa Khairatunnisa, Sukamto Sukamto, Andini Mentari Tarigan, Ulan Da...	<1%
74	Trabajos del estudiante	Universitas Negeri Jakarta on 2019-01-24	<1%
75	Internet	eprints.uny.ac.id	<1%
76	Internet	eprints.upgris.ac.id	<1%
77	Internet	eprints.walisongo.ac.id	<1%
78	Internet	journal.staihubbulwathan.id	<1%
79	Internet	promkesbro1.blogspot.com	<1%
80	Internet	repo.iainbatusangkar.ac.id	<1%
81	Internet	www.ilmudata.org	<1%

82	Trabajos del estudiante	Fakultas MIPA on 2025-07-18	<1%
83	Trabajos del estudiante	IAIN Pekalongan on 2023-10-24	<1%
84	Publicación	Mahanum Mahanum, Latifah Hanum, Henny Syafriana Nasution. "ANAK DAN TOL..."	<1%
85	Publicación	Maritza Adelia, Arum Handini Primandari. "Clustering Snack Products Based on ..."	<1%
86	Publicación	Nuzul Imamiyah, Imron Arifin, Pramono Pramono. "Pengembangan Buku Pop Up..."	<1%
87	Trabajos del estudiante	Universitas Islam Malang on 2025-01-29	<1%
88	Trabajos del estudiante	Universitas Jember on 2025-02-17	<1%
89	Trabajos del estudiante	Universitas Muhammadiyah Sukabumi on 2025-06-18	<1%
90	Trabajos del estudiante	Universitas Negeri Jakarta on 2017-02-16	<1%
91	Trabajos del estudiante	Universitas Negeri Jakarta on 2018-07-30	<1%
92	Trabajos del estudiante	Universitas Negeri Jakarta on 2025-07-14	<1%
93	Trabajos del estudiante	University of Wollongong on 2024-02-05	<1%
94	Internet	abahyasir.com	<1%
95	Internet	ejournal.aripi.or.id	<1%

96	Internet	ejournal.sisfokomtek.org	<1%
97	Internet	ejournal.unesa.ac.id	<1%
98	Internet	ejournal.unmus.ac.id	<1%
99	Internet	es.scribd.com	<1%
100	Internet	garuda.ristekbrin.go.id	<1%
101	Internet	id.berita.yahoo.com	<1%
102	Internet	id.scribd.com	<1%
103	Internet	jurnal.fkip.uns.ac.id	<1%
104	Internet	lelungan.net	<1%
105	Internet	marthinoscar.blogspot.com	<1%
106	Internet	monami.hs-mittweida.de	<1%
107	Internet	pergamos.lib.uoa.gr	<1%
108	Internet	repository.radenintan.ac.id	<1%
109	Internet	zombiedoc.com	<1%

## Pengembangan Permainan Tradisional Dampu Sehat Bergizi (Segi) Untuk Meningkatkan Pengetahuan Makanan Sehat Pada Anak Usia Dini

Nurita Nurita<sup>1</sup>, Nita Priyanti<sup>1</sup>, Hamid Patilima<sup>1</sup>, Chandra Apriyansyah<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>Pendidikan Ana Usia Dini, Universitas Panca Sakti Bekasi, Bekasi, Indonesia

### Article Info

#### Article history:

Received Date, month, Year

Publish Date, month, Year

#### Keywords:

First keyword

Second keyword

Third keyword

Fourth keyword

Fifth keyword

### Abstract (10 Pt)

Healthy food knowledge among early childhood in Indonesia remains low, as children tend to reject vegetables and fruits while preferring snacks and sweetened drinks. This study aims to develop the traditional game Dampu Sehat Bergizi (SEGI) as an innovative learning medium to improve children's understanding of healthy food. The research employed a Research and Development (R&D) approach using the ADDIE model, limited to the development stage, and was tested on 15 children aged 5–6 years at TK Larasati, South Jakarta. Data were collected through observation, teacher interviews, expert validation (nutrition, early childhood education, and media experts), and a pre-experimental one-group pretest–posttest design. Validation results indicated an average score of 90.2% categorized as “highly feasible.” Effectiveness testing showed a significant improvement, with the average knowledge score increasing from 86% (“adequate”) to 94% (“highly feasible”) after using the SEGI game. Children demonstrated high enthusiasm, active participation, and improved ability to identify healthy food categories. These findings confirm that the SEGI traditional game is effective in enhancing early childhood nutrition literacy through engaging, interactive, and culturally relevant learning experiences.

**Keywords:** traditional games, nutrition education, early childhood, healthy food

### Info Artikel

#### Article history:

Diterima Tanggal Bulan tahun

Publis Tanggal, bulan tahun

### ABSTRACT (10 PT)

Pengetahuan makanan sehat pada anak usia dini di Indonesia masih rendah, terlihat dari kecenderungan anak menolak sayur dan buah serta lebih memilih makanan ringan. Penelitian ini bertujuan mengembangkan permainan tradisional Dampu Sehat Bergizi (SEGI) sebagai media pembelajaran inovatif untuk meningkatkan pemahaman anak tentang makanan sehat. Penelitian menggunakan metode Research and Development (R&D) dengan model ADDIE, dibatasi hingga tahap pengembangan (development), dan diuji coba terbatas pada 15 anak usia 5–6 tahun di TK Larasati, Jakarta Selatan. Instrumen pengumpulan data meliputi observasi, wawancara guru, validasi ahli materi, praktisi pendidikan, dan ahli media, serta uji pra-eksperimen dengan desain one group pretest–posttest. Hasil validasi menunjukkan media memperoleh skor rata-rata 90,2% dengan kategori “sangat layak”. Uji efektivitas menunjukkan peningkatan signifikan, dengan rata-rata skor pengetahuan anak meningkat dari 86% (cukup) menjadi 94% (sangat layak) setelah menggunakan media Dampu SEGI. Anak menunjukkan antusiasme tinggi, partisipasi aktif, serta mampu menyebutkan jenis makanan sehat dengan benar. Temuan ini menegaskan bahwa permainan tradisional SEGI efektif meningkatkan literasi gizi anak usia dini melalui pembelajaran yang menyenangkan, interaktif, dan sesuai konteks budaya lokal.

**Kata Kunci:** Permainan Tradisional, Edukasi Gizi, Anak Usia Dini, Makanan Sehat

This is an open access article under the [Lisensi Creative Commons Atribusi-BerbagiSerupa 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



**Corresponding Author:**

Chandra Apriyansyah

Pendidikan Ana Usia Dini, Universitas Panca Sakti Bekasi, Bekasi, Indonesia

Email: [Chandra.apriyansyah@panca-sakti.ac.id](mailto:Chandra.apriyansyah@panca-sakti.ac.id)**1. PENDAHULUAN**

Pengetahuan makanan sehat pada anak usia dini menjadi isu hangat di kalangan peneliti global karena berkaitan langsung dengan tumbuh kembang, prestasi belajar, dan kesehatan jangka panjang. Para peneliti menekankan bahwa kebiasaan makan sehat sebaiknya dibentuk sejak usia dini karena pola konsumsi pada masa anak-anak akan terbawa hingga dewasa [1]. Penelitian menunjukkan bahwa anak yang memiliki pemahaman dasar tentang makanan bergizi cenderung memilih buah, sayur, dan sumber protein yang lebih baik dibandingkan dengan yang tidak teredukasi [2]. Hasil studi di Amerika Serikat menemukan bahwa program edukasi gizi di taman kanak-kanak dapat meningkatkan konsumsi buah dan sayuran sebesar 25% [3]. Sementara penelitian di Eropa melaporkan bahwa anak usia dini yang mendapat intervensi melalui buku cerita interaktif gizi memiliki kesadaran lebih tinggi tentang makanan sehat [4]. Di Asia, studi di Jepang menyoroti bahwa keterlibatan orang tua dalam pembelajaran gizi anak secara signifikan memperkuat perilaku makan sehat di rumah [5], [6]. Hal ini membuktikan bahwa edukasi gizi di usia dini bukan hanya tanggung jawab sekolah, tetapi juga keluarga dan komunitas [7].

Selain itu, banyak penelitian menunjukkan adanya keterkaitan erat antara pengetahuan gizi dengan pencegahan masalah gizi ganda, seperti obesitas dan malnutrisi [8]. Sebuah studi di Brasil mengungkapkan bahwa anak-anak dengan pemahaman rendah tentang makanan sehat berisiko dua kali lipat mengalami kelebihan berat badan [9]. Di sisi lain, penelitian di Indonesia menekankan bahwa keterbatasan informasi dan minimnya literasi gizi pada orang tua berkontribusi pada tingginya angka stunting [10]. Hasil riset di Australia menunjukkan bahwa program “play-based nutrition education” mampu meningkatkan keterampilan anak dalam mengenali makanan sehat dengan cara menyenangkan. Sementara penelitian di Kanada menyoroti pentingnya integrasi gizi dalam kurikulum PAUD untuk membentuk perilaku makan yang konsisten [2], [5], [7], [8], [9], [10]. Para ahli sepakat bahwa pengetahuan gizi harus dikemas melalui media kreatif, seperti permainan digital, kegiatan memasak bersama, dan cerita bergambar. Bukti-bukti penelitian global tersebut memperkuat argumen bahwa membangun literasi gizi sejak dini merupakan investasi penting bagi generasi emas yang sehat dan produktif [11].

Masalah pengetahuan makanan sehat pada anak usia dini di Indonesia masih menjadi perhatian serius karena tingginya angka stunting, obesitas, dan malnutrisi. Banyak anak belum memahami konsep gizi seimbang, sehingga pola makan mereka sering didominasi oleh makanan tinggi gula, garam, dan lemak jenuh [12], [13]. Penelitian menunjukkan bahwa kurangnya literasi gizi di kalangan orang tua dan guru PAUD menjadi faktor utama rendahnya kesadaran anak akan makanan sehat [14], [15]. Selain itu, akses terhadap makanan bergizi masih terbatas di beberapa daerah, terutama di wilayah terpencil dan pedesaan [16]. Anak-anak juga dipengaruhi iklan makanan cepat saji yang agresif di media, sehingga sulit membentuk kebiasaan makan sehat sejak dini. Kurikulum PAUD yang ada belum secara optimal memasukkan pendidikan gizi sebagai bagian dari pembelajaran sehari-hari [17]. Banyak guru yang belum memiliki kompetensi khusus dalam edukasi gizi anak.

ISSN: xxxx-xxxx

Peran orang tua kadang terbatas karena kesibukan dan minimnya pengetahuan tentang nutrisi. Masih terdapat perbedaan pemahaman antara kelompok masyarakat perkotaan dan pedesaan [18], [19]. Kurangnya sinergi antara sekolah, keluarga, dan masyarakat membuat intervensi gizi tidak menyeluruh [20], [21]. Pangan sehat yang tersedia di lingkungan sekolah masih terbatas. Ketersediaan buku atau media pembelajaran interaktif mengenai gizi juga masih minim. Banyak anak yang belum terbiasa dengan pola makan rutin tiga kali sehari ditambah camilan sehat [22]. Kurangnya pemantauan dan evaluasi dari pihak terkait membuat upaya edukasi gizi sering tidak berkelanjutan. Semua kondisi ini menunjukkan perlunya strategi terpadu yang melibatkan semua pemangku kepentingan [23], [24].

Pemerintah Indonesia telah melakukan berbagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan makanan sehat bagi anak usia dini, namun hasilnya masih belum optimal. Program “Gizi Seimbang” dan “Isi Piringku” digencarkan melalui kementerian kesehatan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat [25]. PAUD dan Posyandu di beberapa wilayah sudah menjadi media edukasi gizi bagi anak dan orang tua. Beberapa daerah telah menyelenggarakan pelatihan bagi guru PAUD terkait edukasi makanan sehat. Kampanye melalui media sosial dan televisi juga dilakukan untuk menjangkau masyarakat lebih luas [26]. Distribusi suplementasi gizi dan makanan tambahan di Posyandu menjadi salah satu strategi untuk menurunkan angka stunting [27]. Namun, keterbatasan anggaran dan sumber daya manusia masih menjadi kendala utama dalam implementasi program. Evaluasi program secara berkala belum merata di seluruh provinsi [28]. Keterlibatan orang tua dalam pendidikan gizi anak juga masih rendah, sehingga transfer pengetahuan ke rumah terbatas. Media pembelajaran interaktif dan kreatif yang dapat menarik minat anak masih jarang digunakan [29]. Di beberapa daerah, akses terhadap pangan sehat masih sulit karena harga dan ketersediaan terbatas. Sinergi antar kementerian, sekolah, dan masyarakat masih perlu diperkuat. Pengawasan iklan makanan tidak sehat bagi anak juga masih lemah [30]. Pendidikan gizi belum sepenuhnya masuk dalam kurikulum nasional PAUD secara menyeluruh. Semua hal ini menunjukkan bahwa meski sudah ada upaya, pendekatan yang lebih komprehensif, berkelanjutan, dan inklusif masih sangat dibutuhkan.

Masalah pengetahuan makanan sehat pada anak usia dini di Indonesia masih menjadi tantangan besar meskipun berbagai upaya telah dilakukan. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa literasi gizi orang tua tidak berpengaruh signifikan terhadap kemampuan mereka dalam memilih nutrisi untuk anak usia dini, dengan nilai signifikansi 0,324 dan R Square sebesar 0,024, yang berarti hanya 2,4% kemampuan orang tua dapat dijelaskan oleh literasi gizi [31]. Selain itu, penelitian juga mengungkapkan bahwa meskipun melalui sentra cooking dapat meningkatkan pengetahuan tentang makanan sehat pada anak usia dini, indikator kinerja pada siklus I mencapai 0% dan pada siklus II mencapai 80%, menunjukkan bahwa masih ada tantangan dalam implementasinya [32]. Pentingnya pendekatan holistik dalam pendidikan anak usia dini, di mana literasi kesehatan dan gizi terintegrasi dalam pola asuh dan lingkungan belajar anak sebagai upaya mencapai tujuan PAUD Holistik Integratif di Indonesia [33]. Namun, implementasi pendekatan ini masih terbatas dan belum merata di seluruh wilayah Indonesia [34]. Selain itu, penelitian lain menunjukkan bahwa pengenalan makanan sehat dan bergizi melalui bekal makanan pada anak usia 5-6 tahun di TK Nusa Indah Randumuktiwaren menunjukkan bahwa pengenalan makanan sehat melalui bekal menjadikan peserta didik memiliki pemahaman yang baik dan terbiasa untuk mengonsumsi makanan sehat dan bergizi, tidak mudah jajan di sembarang tempat, dan pertumbuhan peserta didik di setiap bulannya mengalami kenaikan [35]. Namun, faktor penghambat seperti tingkat ekonomi, waktu dan kesibukan orang tua, pengetahuan orang tua dan lingkungan masih menjadi tantangan dalam implementasinya. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun ada upaya, masalah pengetahuan makanan sehat pada anak usia dini di Indonesia belum optimal dan memerlukan perhatian lebih lanjut [36].

Hasil observasi di TK Larasati memperkuat temuan penelitian sebelumnya bahwa pengetahuan makanan sehat pada anak usia dini di Indonesia masih sangat terbatas. Banyak anak belum

3 | *Judul naskah singkat dan jelas, menyiratkan hasil penelitian (Penulis Pertama)*

ISSN: xxxx-xxxx

memahami konsep dasar makanan sehat dan cenderung menolak sayur dan buah saat kegiatan PMTAS, yang sesuai penelitian bahwa intervensi konvensional sering belum optimal. Anak-anak juga lebih mudah menyebutkan makanan ringan seperti ciki, biskuit, dan minuman manis, yang menunjukkan dominasi preferensi terhadap makanan tidak sehat sejak dini [37]. Guru telah mencoba menyampaikan materi melalui media gambar dan cerita, tetapi respon anak-anak tetap pasif, cepat bosan, dan mudah kehilangan minat, sejalan dengan temuan yang menekankan perlunya pendekatan holistik dan interaktif dalam literasi gizi. Data observasi menunjukkan bahwa lebih dari 70% anak menolak mengonsumsi buah dan sayur, dan hanya lima anak yang mampu mengelompokkan makanan pokok, lauk pauk, buah, dan sayur, menunjukkan rendahnya transfer pengetahuan melalui metode konvensional [38]. Hal ini menegaskan bahwa pendekatan pembelajaran yang ada belum sesuai dengan tahap perkembangan anak usia dini. Fakta ini juga relevan dengan penelitian yang menemukan literasi gizi orang tua belum berpengaruh signifikan terhadap pilihan makanan anak. Kurangnya keterlibatan orang tua dan guru dalam praktik gizi sehari-hari memperkuat keterbatasan pengetahuan anak [16]. Kegiatan pembelajaran yang bersifat satu arah tanpa interaksi kreatif kurang efektif untuk membentuk kebiasaan makan sehat. Hal ini menunjukkan perlunya inovasi pedagogis yang menarik dan sesuai dengan karakteristik anak. Media interaktif, permainan edukatif, dan pengalaman langsung dengan makanan sehat dapat menjadi strategi yang lebih efektif. Dengan demikian, observasi di TK Larasati memberikan bukti lapangan bahwa metode konvensional masih gagal menjangkau anak secara optimal. Masalah ini juga mencerminkan fakta nasional bahwa program edukasi gizi di PAUD belum merata dan belum cukup berkelanjutan. Intervensi berbasis aktivitas bermain dan eksplorasi makanan nyata dapat menjadi solusi yang menjembatani kesenjangan pengetahuan dan perilaku makan sehat. Oleh karena itu, pengembangan model pembelajaran inovatif menjadi kebutuhan penting untuk membangun literasi gizi anak sejak usia dini.

Masalah pengetahuan makanan sehat pada anak usia dini di Indonesia masih menjadi perhatian serius karena banyak anak belum memahami konsep dasar gizi seimbang. Observasi di TK Larasati menunjukkan bahwa anak menolak sayur dan buah, serta lebih memilih makanan ringan dan minuman manis. Penelitian sebelumnya, menunjukkan bahwa metode konvensional melalui media gambar, cerita, atau cooking class hanya meningkatkan pengetahuan anak secara terbatas. Banyak metode pembelajaran gizi masih bersifat satu arah dan kurang interaktif, sehingga anak cepat bosan dan sulit membangun kebiasaan makan sehat. Literasi gizi orang tua juga belum optimal, sehingga transfer pengetahuan ke rumah masih terbatas. Gap penelitian terlihat dari minimnya pendekatan bermain tradisional yang mengintegrasikan edukasi gizi dengan aktivitas fisik dan sosial anak. Media lokal dan permainan tradisional sebagai sarana belajar gizi masih jarang dikembangkan. Hal ini menunjukkan perlunya inovasi yang sesuai tahap perkembangan anak. Anak membutuhkan media pembelajaran yang interaktif, menyenangkan, dan kontekstual. Dengan demikian, strategi baru diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan makanan sehat secara efektif.

Penelitian ini menawarkan novelty melalui pengembangan Permainan Tradisional Dampu Sehat Bergizi (SEGI) yang menggabungkan unsur tradisional dengan edukasi gizi seimbang. Permainan ini dirancang agar anak belajar sambil bermain, berinteraksi dengan teman sebaya, dan memahami kategori makanan pokok, lauk pauk, buah, dan sayur. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengembangkan permainan SEGI sebagai media edukasi gizi yang inovatif, sekaligus mengevaluasi efektivitasnya dalam meningkatkan pengetahuan makanan sehat anak usia dini. Selain itu, penelitian ingin melihat respons anak terhadap media pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan. Penelitian ini juga menilai kemampuan anak mempertahankan minat dan fokus selama pembelajaran gizi. Dengan pendekatan bermain, diharapkan anak lebih mudah memahami konsep gizi dan membentuk kebiasaan makan sehat. Novelty lain dari penelitian ini adalah integrasi nilai budaya lokal melalui permainan tradisional. Model ini dapat diadaptasi di berbagai PAUD di Indonesia. Hasil penelitian diharapkan memberikan kontribusi praktis bagi guru dan orang tua dalam edukasi gizi.

ISSN: xxxx-xxxx

Dengan demikian, SEGI menjadi solusi inovatif untuk mengatasi gap literasi gizi pada anak usia dini sekaligus mengembangkan media pembelajaran yang berbasis budaya lokal.

## 2. METODE PENELITIAN (12 Pt)

Penelitian ini menggunakan pendekatan Research and Development (R&D) untuk menghasilkan dan menguji keefektifan produk berupa media pembelajaran permainan Dampu SEGI. Produk ini dikembangkan menggunakan model ADDIE, namun penelitian dibatasi sampai tahap Development, yaitu uji coba terbatas terhadap alat permainan. Pemilihan model ADDIE didasarkan pada keunggulannya sebagai kerangka sistematis yang memungkinkan pengembangan media pembelajaran yang efektif, efisien, dan sesuai kebutuhan pengguna. Uji coba terbatas ini digunakan untuk mengevaluasi kelayakan isi, tampilan, dan penggunaan media, sekaligus memberikan dasar revisi untuk pengembangan selanjutnya. Produk dikembangkan untuk meningkatkan pengetahuan anak tentang makanan pokok, lauk pauk, buah, dan sayur secara interaktif dan menyenangkan.

Penelitian ini dilaksanakan di Taman Kanak-kanak Larasati, yang beralamat di Jalan Rambutan No. 48, Manggarai Selatan, Tebet, Jakarta Selatan. Waktu penelitian berlangsung selama empat bulan, dari Mei 2025 hingga Agustus 2025. Sasaran penelitian adalah 15 peserta didik yang terdiri dari sembilan anak laki-laki dan enam anak perempuan dengan rentang usia 5–6 tahun. Pemilihan peserta didik didasarkan pada pertimbangan variasi kemampuan awal pengetahuan makanan sehat. Kondisi awal menunjukkan bahwa sebagian besar anak menolak sayur dan buah serta lebih memilih makanan ringan dan minuman manis. Observasi awal digunakan untuk mengetahui tingkat pemahaman anak terkait kategori makanan pokok, lauk pauk, buah, dan sayur. Data awal ini menjadi dasar pertimbangan dalam pengembangan media pembelajaran. Peneliti juga melakukan wawancara dengan guru untuk menggali pengalaman dan metode yang selama ini digunakan. Hasil wawancara menjadi acuan dalam merancang media yang sesuai dengan kebutuhan anak dan guru. Analisis literatur terkait edukasi gizi anak juga dilakukan untuk mendukung perancangan produk. Dengan demikian, penelitian ini memastikan bahwa pengembangan media sejalan dengan kebutuhan peserta didik. Semua kegiatan penelitian memperhatikan konteks lokal dan karakteristik anak usia dini.

Pengembangan media pembelajaran Dampu SEGI menggunakan model ADDIE, namun penelitian dibatasi sampai tahap Development. Langkah-langkah pengembangan dimulai dengan penelitian pendahuluan, yakni observasi dan wawancara dengan guru untuk mengetahui kondisi awal pengetahuan anak tentang makanan sehat. Selanjutnya dilakukan analisis kebutuhan untuk memastikan media yang dikembangkan sesuai tujuan pembelajaran dan kebutuhan anak. Tahap rancangan model mencakup pembuatan draft produk, ilustrasi, aturan permainan, dan perumusan tujuan yang harus dicapai anak. Pada tahap pengembangan, media divalidasi oleh ahli materi, praktisi pendidikan, dan ahli media melalui kuesioner skala Likert. Hasil validasi digunakan untuk revisi awal produk sebelum uji coba kelompok kecil. Tahap uji coba melibatkan 15 peserta didik untuk menilai kelayakan media di lapangan. Observasi dilakukan untuk mengevaluasi partisipasi, minat, dan pemahaman anak. Media diuji untuk melihat efektivitasnya dalam meningkatkan pengetahuan tentang makanan sehat. Seluruh proses dilakukan secara sistematis agar produk akhir berkualitas dan sesuai kebutuhan pengguna. Data hasil uji coba digunakan untuk evaluasi akhir dan perbaikan produk. Pendekatan ini memastikan media Dampu SEGI relevan dan menyenangkan bagi anak usia dini.

Untuk validasi dan evaluasi, media diperiksa melalui telaah pakar (expert judgment), melibatkan ahli materi, praktisi pendidikan, dan ahli media. Ahli materi menilai kesesuaian isi dan relevansi materi gizi, praktisi pendidikan menilai kesesuaian dengan usia anak, respon, dan konteks pembelajaran, sementara ahli media menilai kualitas visual, representasi gambar, tata letak, dan interaktivitas media. Setelah validasi, revisi dilakukan berdasarkan masukan para ahli untuk meningkatkan kualitas media. Instrumen pengumpulan data meliputi wawancara guru, kuesioner validasi ahli, dan lembar penilaian anak. Wawancara guru bertujuan untuk memahami metode

5 | Judul naskah singkat dan jelas, menyiratkan hasil penelitian (Penulis Pertama)

ISSN: xxxx-xxxx

pembelajaran makanan sehat dan kendala yang dihadapi. Kuesioner validasi ahli menggunakan skala Likert 1–5 dan kolom komentar terbuka. Lembar penilaian anak digunakan untuk mengamati kemampuan kognitif anak mengenali makanan sehat dan partisipasi bermain. Analisis data dilakukan secara kuantitatif dan kualitatif. Masukan dari ahli dianalisis kualitatif sebagai pedoman revisi produk. Data kuantitatif dari kuesioner dan lembar penilaian dianalisis deskriptif, dikonversi ke persentase, dan dikategorikan ke dalam tingkat kelayakan media. Hasil analisis digunakan untuk menilai efektivitas awal media Dampu SEGI dan menjadi dasar pengembangan lebih lanjut. Dengan pendekatan ini, media diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan makanan sehat anak secara interaktif, menyenangkan, dan sesuai konteks lokal.

Untuk menguji efektivitas media pembelajaran Dampu SEGI, penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimen (one-group pretest-posttest design). Desain ini melibatkan pengukuran pengetahuan makanan sehat peserta didik sebelum dan sesudah menggunakan media permainan. Pretest diberikan untuk mengetahui kemampuan awal anak dalam mengenali jenis makanan pokok, lauk pauk, buah, dan sayur serta pemahaman tentang porsi dan manfaatnya. Setelah itu, media Dampu SEGI diperkenalkan melalui kegiatan bermain interaktif di kelas. Anak-anak mengikuti seluruh prosedur permainan yang telah dirancang sesuai tahapan perkembangan usia 5–6 tahun. Posttest dilakukan setelah sesi bermain selesai untuk mengukur perubahan pengetahuan anak. Analisis dilakukan dengan membandingkan skor pretest dan posttest menggunakan teknik deskriptif persentase dan diagram perbandingan. Perbedaan skor ini menunjukkan sejauh mana media Dampu SEGI mampu meningkatkan pengetahuan makanan sehat. Observasi partisipasi dan antusiasme anak juga dicatat untuk mendukung data kuantitatif. Dengan pendekatan ini, penelitian tidak hanya menilai aspek kognitif tetapi juga keterlibatan anak dalam proses pembelajaran. Hasil uji efektivitas diharapkan memberikan gambaran awal mengenai keberhasilan media dalam meningkatkan pemahaman konsep makanan sehat. Temuan ini nantinya dapat menjadi dasar perbaikan dan pengembangan media untuk implementasi lebih luas.

### 3. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 3.1. Hasil Penelitian

Hasil analisis kebutuhan (analysis) menunjukkan bahwa media pembelajaran yang digunakan guru di TK Larasati masih kurang menarik bagi anak-anak. Guru mayoritas menggunakan media gambar dan cerita, tetapi respon anak-anak masih pasif dan sering kehilangan minat. Permainan tradisional jarang dimanfaatkan sebagai media pembelajaran, sehingga anak kurang tertarik terhadap metode yang diberikan. Hanya lima anak dari seluruh kelas yang mampu menjawab pertanyaan terkait makanan sehat. Peneliti juga menelaah literatur terkait untuk memperkuat dasar pengembangan media. Berdasarkan temuan tersebut, peneliti merancang media permainan Dampu SEGI sebagai sarana pembelajaran interaktif. Indikator capaian yang ditetapkan meliputi kemampuan anak menyebutkan jenis makanan pokok, lauk pauk, buah, sayuran, mengelompokkan makanan sesuai kategori, dan menyebutkan manfaat makanan sehat secara sederhana. Gambar yang digunakan dalam media dipilih dari lingkungan anak agar mudah dikenali. Media ini juga dilengkapi kartu pertanyaan untuk penguatan pengetahuan. Desain permainan menggabungkan unsur permainan tradisional dampu dengan materi gizi, terdiri dari kotak bergambar makanan sehat berukuran 40 cm x 40 cm dan 80 cm x 40 cm. Setiap kotak menampilkan kategori makanan tertentu, sedangkan kartu pertanyaan berisi pertanyaan terkait makanan pokok, lauk pauk, buah, dan sayuran. Media dilengkapi dengan instruksi penggunaan agar guru dan anak dapat memanfaatkan permainan secara optimal.

ISSN: xxxx-xxxx



Gambar 1 Model final permainan Dampu SEGI



Gambar 2 Model final kartu makanan sehat

60

Tahap validasi produk (development) dilakukan oleh ahli materi, praktisi pendidikan, dan ahli media untuk menilai kelayakan teoritik. Ahli gizi memberikan skor 92%, menyatakan media sangat layak dengan masukan untuk variasi pertanyaan agar cakupan materi lebih luas. Praktisi pendidikan memberikan skor 87,2%, menilai media menarik, sesuai dengan karakteristik perkembangan anak, dan membantu pencapaian tujuan pembelajaran. Ahli media menilai kualitas visual, representasi gambar, dan interaktivitas media sangat baik dengan skor 91,4%. Saran perbaikan mencakup tambahan tulisan pada

4

7 | Judul naskah singkat dan jelas, menyiratkan hasil penelitian (Penulis Pertama)

ISSN: xxxx-xxxx

gambar, variasi gambar, serta petunjuk “Start” untuk mempermudah anak memahami langkah awal permainan. Hasil revisi dari masukan para validator menghasilkan model final Dampu SEGI yang siap digunakan dalam pembelajaran. Model final ini terdiri dari papan permainan dan kartu makanan sehat yang menarik, ergonomis, dan sesuai untuk anak usia 5–6 tahun. Semua aspek materi, media, dan desain telah disesuaikan agar anak aktif, tertarik, dan dapat memahami konsep makanan sehat secara menyenangkan. Validasi ini menunjukkan media telah memenuhi kriteria sangat layak dari sisi teoritik dan siap diuji secara empiris pada anak. Pengujian empiris dilakukan di kelas B TK Larasati dengan anak usia 5–6 tahun, menggunakan pengamatan kemampuan anak dalam menjawab pertanyaan dan mengikuti permainan. Setiap anak diberi kesempatan untuk bermain, menjawab pertanyaan, dan melompat sesuai kotak permainan. Aktivitas ini mengukur pemahaman mereka terhadap jenis makanan, pengelompokan, dan manfaat makanan sehat.

Hasil uji kelayakan empiris menunjukkan pencapaian pengetahuan anak meningkat secara signifikan setelah menggunakan media Dampu SEGI. Skor rata-rata kemampuan anak dalam memahami makanan sehat mencapai 89%, termasuk kemampuan menyebutkan makanan pokok, lauk pauk, buah, sayuran, isi piring sehat, serta contoh makanan yang harus dibatasi. Observasi menunjukkan anak antusias, aktif bergerak, dan tertarik menjawab pertanyaan selama permainan. Beberapa anak yang sebelumnya pasif kini mampu menyebutkan jenis makanan dan manfaatnya dengan tepat. Permainan ini juga melatih koordinasi motorik, konsentrasi, dan pemahaman kategori makanan. Penilaian menunjukkan seluruh indikator capaian pembelajaran terpenuhi dengan kategori “sangat layak.” Hal ini menegaskan bahwa media pembelajaran Dampu SEGI efektif meningkatkan pengetahuan makanan sehat pada anak usia dini. Anak-anak lebih termotivasi belajar melalui permainan, sehingga pembelajaran menjadi menyenangkan dan interaktif. Dengan hasil ini, media Dampu SEGI dapat direkomendasikan sebagai alternatif inovatif dalam pembelajaran gizi di PAUD. Pengembangan media ini juga menunjukkan bahwa kombinasi permainan tradisional dan materi edukatif dapat mendukung pembelajaran aktif. Penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa media interaktif mampu meningkatkan pemahaman konsep makanan sehat secara signifikan. Kesimpulannya, Dampu SEGI layak digunakan secara luas di PAUD sebagai media pembelajaran inovatif.

Hasil uji efektivitas media Dampu SEGI terhadap pengetahuan makanan sehat anak usia 5–6 tahun menunjukkan peningkatan signifikan setelah pembelajaran. Penelitian menggunakan desain pra-eksperimen dengan satu kelompok subjek, di mana pengukuran kemampuan anak dilakukan sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) intervensi media. Pre-test menunjukkan rata-rata skor kemampuan pengetahuan makanan sehat anak adalah 65 dari skor maksimum 75, dengan persentase rata-rata 86%, yang tergolong “cukup”. Setelah diterapkan media Dampu SEGI, post-test menunjukkan peningkatan rata-rata skor menjadi 71 dari 75, dengan persentase rata-rata 94%, tergolong “sangat layak”. Data menunjukkan seluruh indikator capaian pembelajaran mengalami peningkatan, termasuk kemampuan menyebutkan jenis makanan pokok, lauk pauk, buah, sayuran, mengelompokkan makanan sesuai kategori, dan menyebutkan manfaat makanan secara sederhana. Anak-anak menunjukkan minat yang tinggi dan partisipasi aktif selama bermain, serta mampu menjawab pertanyaan dengan benar. Observasi lapangan mengungkapkan adanya peningkatan konsentrasi, ketertarikan, dan kemampuan mengingat informasi makanan sehat. Analisis per indikator menunjukkan skor tertinggi berada pada pertanyaan mengenai isi piring sehat dan klasifikasi makanan, dengan persentase 94%. Peningkatan ini menegaskan bahwa media interaktif berbasis permainan tradisional efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi anak. Rata-rata keseluruhan peningkatan kemampuan anak sebesar 8%, menunjukkan efektivitas yang signifikan dari penggunaan media Dampu SEGI. Hasil ini juga konsisten dengan masukan dari para validator yang menilai media sangat layak dari segi materi, media, dan praktisi pendidikan. Dengan demikian, media Dampu SEGI tidak hanya menarik dan interaktif, tetapi juga terbukti efektif dalam pembelajaran pengetahuan makanan sehat pada anak usia dini.

### 3.2. Pembahasan

ISSN: xxxx-xxxx

Penelitian ini mengembangkan media permainan tradisional Dampu SEGI sebagai alat edukasi untuk meningkatkan pengetahuan anak usia dini tentang makanan sehat. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang fokus pada aspek motorik kasar atau karakter anak, penelitian ini mengintegrasikan edukasi kesehatan dalam konteks permainan tradisional. Sebagai contoh, hasil penelitian menekankan peningkatan kemampuan motorik kasar melalui permainan Dampu, sementara penelitian ini menyoroti peningkatan pengetahuan tentang makanan sehat [8], [9], [10]. Selain itu, penelitian oleh Karyadi & Jannah (2023) juga menggunakan permainan Dampu untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar, namun tidak mengaitkannya dengan edukasi kesehatan. Dengan demikian, penelitian ini menawarkan pendekatan baru dalam memanfaatkan permainan tradisional sebagai media pembelajaran yang holistik, mencakup aspek kognitif, fisik, dan kesehatan. Hal ini sejalan dengan teori konstruktivisme yang menekankan pentingnya pengalaman langsung dalam proses pembelajaran anak. Melalui Dampu SEGI, anak-anak tidak hanya belajar tentang makanan sehat, tetapi juga mengalami langsung proses pembelajaran yang menyenangkan dan interaktif. Penerapan teori ini dalam konteks permainan tradisional menunjukkan potensi besar dalam meningkatkan efektivitas pembelajaran bagi anak usia dini. Selain itu, penelitian ini juga berkontribusi pada pelestarian budaya lokal melalui pengenalan permainan tradisional kepada generasi muda [11], [39], [40], [41].

Sebagian besar penelitian sebelumnya fokus pada aspek fisik dan motorik anak melalui permainan tradisional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan Dampu dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini [42], [43], [44]. Namun, penelitian ini tidak mengaitkan permainan tersebut dengan edukasi kesehatan. Demikian pula, penelitian lain menekankan peningkatan kemampuan motorik kasar melalui permainan Dampu, tanpa memasukkan elemen edukasi kesehatan [3], [4], [7], [45]. Penelitian lain juga memfokuskan pada stimulasi motorik kasar melalui permainan Engklek, sementara penelitian ini menggabungkan aspek motorik dengan edukasi kesehatan dalam satu media permainan [8], [9], [10]. Perbedaan signifikan lainnya terletak pada pendekatan yang digunakan. Penelitian sebelumnya cenderung menggunakan pendekatan yang terpisah antara aspek fisik dan edukasi, sementara penelitian ini mengintegrasikan keduanya dalam satu media permainan yang holistik. Hal ini menunjukkan bahwa Dampu SEGI tidak hanya efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang makanan sehat, tetapi juga mendukung perkembangan fisik anak secara bersamaan. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi baru dalam literatur mengenai penggunaan permainan tradisional sebagai media pembelajaran yang komprehensif.

Implementasi Dampu SEGI dalam pendidikan anak usia dini dapat memberikan dampak positif yang signifikan. Melalui permainan ini, anak-anak dapat belajar tentang makanan sehat dengan cara yang menyenangkan dan interaktif, meningkatkan motivasi dan minat mereka dalam pembelajaran. Selain itu, permainan ini juga dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak, seperti yang ditunjukkan dalam penelitian [46], [47], [48]. Dengan demikian, Dampu SEGI tidak hanya berfungsi sebagai media edukasi kesehatan, tetapi juga sebagai alat untuk mendukung perkembangan fisik anak secara holistik. Penerapan permainan ini dalam kurikulum pendidikan anak usia dini dapat memperkaya metode pembelajaran yang ada, memberikan variasi yang menarik bagi anak-anak. Namun, untuk memastikan efektivitasnya, diperlukan pelatihan bagi pendidik agar dapat mengimplementasikan permainan ini dengan cara yang tepat dan maksimal. Selain itu, adaptasi permainan ini untuk berbagai konteks budaya dan lokalitas juga penting agar dapat diterima dengan baik oleh anak-anak dari berbagai latar belakang. Penelitian lain menunjukkan bahwa permainan tradisional yang disesuaikan dengan konteks lokal dapat lebih efektif dalam mencapai tujuan pendidikan. Oleh karena itu, penting bagi pengembang media untuk mempertimbangkan aspek budaya dan lokalitas dalam desain permainan [49], [50].

Meskipun Dampu SEGI menunjukkan efektivitas yang signifikan, terdapat beberapa tantangan dalam implementasinya. Salah satunya adalah keterbatasan sumber daya, seperti bahan permainan dan ruang yang memadai untuk melaksanakan permainan ini. Selain itu, perbedaan dalam tingkat pemahaman dan keterampilan pendidik dalam mengimplementasikan permainan ini juga dapat mempengaruhi efektivitasnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan tradisional dapat

9 | *Judul naskah singkat dan jelas, menyiratkan hasil penelitian (Penulis Pertama)*

ISSN: xxxx-xxxx

meningkatkan kemampuan bersosialisasi anak, namun hal ini bergantung pada cara permainan tersebut diterapkan oleh pendidik [51], [52]. Oleh karena itu, penting bagi pendidik untuk memahami karakteristik permainan tradisional dan cara mengintegrasikannya dalam proses pembelajaran. Selain itu, evaluasi berkala terhadap implementasi Dampu SEGI perlu dilakukan untuk mengidentifikasi area yang perlu perbaikan dan pengembangan lebih lanjut. Dengan melibatkan orang tua dan komunitas dalam proses pembelajaran, Dampu SEGI dapat menjadi alat yang lebih kuat dalam mendukung pendidikan kesehatan anak usia dini. Secara keseluruhan, Dampu SEGI memiliki potensi besar untuk menjadi model pembelajaran yang inovatif dan efektif dalam meningkatkan pengetahuan makanan sehat pada anak usia dini.

Di era digital saat ini, banyak lembaga pendidikan yang beralih ke penggunaan teknologi dalam proses pembelajaran. Namun, penelitian menunjukkan bahwa permainan tradisional memiliki manfaat yang tidak kalah penting dalam pengembangan anak usia dini [53]. Permainan tradisional dapat membantu anak-anak dalam mengembangkan keterampilan sosial, motorik, dan kognitif secara bersamaan. Dampu SEGI, sebagai bentuk inovasi dari permainan tradisional, memadukan elemen budaya lokal dengan edukasi kesehatan, memberikan pengalaman pembelajaran yang holistik bagi anak-anak. Berbeda dengan pendekatan digital yang sering kali bersifat pasif, Dampu SEGI mendorong anak-anak untuk aktif berpartisipasi, berinteraksi, dan belajar melalui pengalaman langsung. Hal ini sejalan dengan teori pembelajaran aktif yang menekankan pentingnya keterlibatan langsung dalam proses pembelajaran. Dengan demikian, Dampu SEGI menawarkan alternatif yang menarik dan efektif dalam pendidikan anak usia dini, menggabungkan keunggulan permainan tradisional dengan kebutuhan edukasi kesehatan.

Penelitian ini membuka peluang untuk pengembangan lebih lanjut dalam bidang pendidikan anak usia dini. Ke depan, penelitian lanjutan diperlukan untuk mengeksplorasi dampak jangka panjang penggunaan Dampu SEGI terhadap perilaku makan sehat anak dan untuk mengembangkan varian permainan yang dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan konteks lokal yang berbeda. Selain itu, penelitian juga dapat difokuskan pada pengembangan modul pelatihan bagi pendidik untuk meningkatkan keterampilan mereka dalam mengimplementasikan Dampu SEGI secara efektif. Dengan demikian, Dampu SEGI tidak hanya berfungsi sebagai media edukasi kesehatan, tetapi juga sebagai alat untuk mendukung perkembangan fisik dan sosial anak secara holistik. Secara keseluruhan, Dampu SEGI merupakan inovasi yang menjanjikan dalam pendidikan anak usia dini, menggabungkan nilai-nilai budaya lokal dengan kebutuhan edukasi kesehatan, memberikan kontribusi signifikan terhadap literatur yang ada.

#### 4. KESIMPULAN

Simpulan penelitian ini menunjukkan bahwa pengembangan permainan tradisional Dampu SEGI efektif dalam meningkatkan pengetahuan anak usia dini mengenai makanan sehat. Permainan ini tidak hanya memfasilitasi pemahaman konsep gizi seimbang, tetapi juga mendorong keterlibatan aktif anak melalui pengalaman belajar yang menyenangkan dan interaktif. Hasil penelitian menegaskan bahwa integrasi edukasi kesehatan dalam konteks permainan tradisional dapat meningkatkan motivasi belajar serta mendukung perkembangan motorik dan sosial anak secara bersamaan. Dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, Dampu SEGI menawarkan pendekatan holistik yang menggabungkan nilai budaya lokal dengan tujuan edukatif, sehingga memberikan kontribusi baru dalam literatur pendidikan anak usia dini. Temuan ini membuka peluang untuk pengembangan metode pembelajaran inovatif lainnya yang memadukan aspek kognitif, fisik, dan sosial secara bersamaan. Esensi temuan penelitian ini menekankan pentingnya inovasi media pembelajaran yang relevan dengan konteks lokal, mampu meningkatkan literasi gizi anak, serta memperkuat praktik pendidikan yang menyenangkan dan efektif. Dengan demikian, Dampu SEGI menjadi model pembelajaran yang dapat diterapkan secara praktis di lembaga PAUD untuk mendukung pembentukan perilaku makan sehat sejak usia dini.

## 5. UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh civitas akademika Universitas Panca Sakti Bekasi atas dukungan, bimbingan, dan fasilitas yang diberikan selama penelitian ini berlangsung. Ucapan terima kasih khusus juga disampaikan kepada TK Larasati, Jakarta Selatan, beserta seluruh guru, tenaga kependidikan, dan anak-anak yang telah berpartisipasi aktif dalam pelaksanaan pengembangan media permainan Dampu SEGI. Kontribusi, kerja sama, dan kesediaan semua pihak dalam mendukung proses observasi, validasi, serta uji coba media pembelajaran sangat berarti bagi kelancaran penelitian ini. Penulis juga menyampaikan penghargaan kepada semua pihak yang telah memberikan masukan, saran, serta dorongan moral sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik. Dukungan dan kolaborasi ini menjadi fondasi penting dalam upaya meningkatkan kualitas pembelajaran anak usia dini melalui media inovatif. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat praktis bagi pengembangan pendidikan anak usia dini dan menjadi inspirasi bagi penelitian selanjutnya.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- [1] H. Uzşen, "Teaching Healthy Eating to Primary School Students," *J. Pediatr. Res.*, vol. 6, no. 2, pp. 150–155, 2019, [Online]. Available: <https://www.jpmedres.org/articles/a-game-based-nutrition-education-teaching-healthy-eating-to-primary-school-students/jpr.galenos.2018.15010>
- [2] T. Baranowski and et al., "Nutrition Education and Dietary Behavior Change Games," *J. Nutr. Educ. Behav.*, vol. 51, no. 3, pp. 245–253, 2019, [Online]. Available: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6909754/>
- [3] Z. Hassanzadeh-Rostami and et al., "Effect of Game-Based Nutrition Education on Preschool Children's Nutritional Knowledge," *Iran. J. Nutr. Sci. & Food Technol.*, vol. 13, no. 4, pp. 1–7, 2018, [Online]. Available: [https://ijns.sums.ac.ir/article\\_43435\\_f5066905f50caba95ca3d1031f8ec7f9.pdf](https://ijns.sums.ac.ir/article_43435_f5066905f50caba95ca3d1031f8ec7f9.pdf)
- [4] T. Ledoux, "An Educational Video Game for Nutrition of Young People," *J. Nutr. Educ. Behav.*, vol. 48, no. 7, pp. 469–474, 2016, [Online]. Available: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4987000/>
- [5] B. Çamlıbel, "The Effects of Board Game-Based Nutrition Education on Primary School Children's Nutritional Behaviors," *J. Nutr. Educ. Behav.*, vol. 47, no. 3, pp. 234–239, 2015, [Online]. Available: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/02601060251337586>
- [6] C. Yulia and et al., "Effect of Nutrition Education and Traditional Game-Based Physical Activity Interventions on Overweight Children," *J. Nutr. Educ. Behav.*, vol. 53, no. 2, pp. 123–130, 2021, [Online]. Available: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8313393/>
- [7] F. K. Chiang and et al., "Design and Evaluation of a Board Game in Food Education," *Educ. Sci.*, vol. 12, no. 3, p. 162, 2022, [Online]. Available: <https://www.mdpi.com/2227-7102/12/3/162>
- [8] V. Piziak and et al., "Developing Educational Games for Preschool Children to Improve Nutrition and Physical Activity," *Sustainability*, vol. 13, no. 6, p. 3340, 2021, [Online]. Available: <https://www.mdpi.com/2071-1050/13/6/3340>
- [9] W. Lathifah, "Implementation of Traditional Games Based on Ki Hadjar Dewantara's Educational Philosophy in Early Childhood," *J. Early Child. Educ.*, vol. 10, no. 1, pp. 45–52, 2025, [Online]. Available: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/2331186X.2025.2529419>
- [10] N. P. Santoso, "Assessing the Effect of Traditional Games on Manipulative Movements of Elementary School Students," *J. Phys. Educ. Sport.*, vol. 25, no. 2, pp. 123–130, 2024, [Online]. Available: <https://tmfv.com.ua/journal/article/view/2703>
- [11] N. P. Caliston, "Evaluating the Effectiveness of Mobile Game-Based Learning for Raising Adolescent Health Awareness: The Case of 'AHLam Na 2.0,'" *arXiv Prepr.*, 2025, [Online]. Available: <https://arxiv.org/abs/2501.15047>

ISSN: xxxx-xxxx

- [12] Y. Sinaga, E. Susilawati, R. Pratama, and ..., "Peningkatan Literasi Gizi Untuk Mengurangi Konsumsi Sugar Sweetened Beverages pada Siswa SMA," *Karya Kesehat. ....*, 2023, [Online]. Available: <http://ojs.ukim.ac.id/index.php/KKS/article/view/965>
- [13] R. Harianti, I. Fitri, H. Hotmauli, and ..., "Literasi Gizi Remaja Melalui Permainan Edukasi Goaksi (Go Aksi Bergizi)," *Din. J. ....*, 2022, [Online]. Available: <https://pustaka-psm.unilak.ac.id/index.php/dinamisia/article/view/10857>
- [14] M. M. FATANI, ... *Antara Literasi Kesehatan dengan Pola Pemesanan Makanan Melalui Aplikasi Pesan Antar Daring pada Mahasiswa Program Sarjana Gizi Kesehatan di Universitas ....* etd.repository.ugm.ac.id, 2020. [Online]. Available: <https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/194620>
- [15] N. U. Dewi, A. Khomsan, and ..., "Validitas dan reliabilitas kuesioner literasi gizi pada remaja (Nulit) di Wilayah Pascabencana," *AcTion Aceh ....*, 2023, [Online]. Available: <https://ejournal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/an/article/view/747>
- [16] Y. Sopamena, Y. S. Pongtaming, and ..., "Adaptasi alat ukur literasi gizi pada mahasiswa angkatan pertama program sarjana di Universitas Pattimura, Maluku," *J. Gizi ....*, 2020, [Online]. Available: <http://journal.unhas.ac.id/index.php/mgmi/article/view/18946>
- [17] Y. Sopamena and D. Anshari, "... Sosial yang Berkaitan dengan Literasi Gizi pada Mahasiswa Program Sarjana Reguler Universitas Pattimura Angkatan 2018 (Analisis Data Sekunder: Studi Literasi ...)," *Molucca Medica*, 2023, [Online]. Available: <https://ojs3.unpatti.ac.id/index.php/moluccamedica/article/view/10538>
- [18] I. Pratiwi, R. M. Jannah, R. N. Dyatin, and ..., "Optimalisasi Literasi dan Peningkatan Nilai Gizi Terhadap Masyarakat melalui X Banner," *Soc. J. ....*, 2023, [Online]. Available: <https://www.edumediasolution.com/society/article/view/333>
- [19] E. Masri, N. S. Nasution, and R. Ahriyasna, "Literasi gizi dan konsumsi gula, garam, lemak pada remaja di Kota Padang," *J. Kesehat.*, 2022, [Online]. Available: <https://jurkes.polije.ac.id/index.php/journal/article/view/284>
- [20] M. M. ZEBUA, "Pengaruh Aplikasi Literasi Gizi Terhadap Perilaku Gizi Siswa Sekolah Dasar Swasta Amanah Lubuk Pakam." POLTEKKES KEMENKES MEDAN, 2019.
- [21] L. Sitoayu, P. Lintang, A. Dewanti, and ..., "Literasi Digital Pentingnya Gizi Balita Zaman Milenial," *Jurnal .... digilib.esaunggul.ac.id*, 2021. [Online]. Available: [https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Journal-20292-11\\_1432.pdf](https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Journal-20292-11_1432.pdf)
- [22] D. P. Damayanti, N. S. Sukaesih, and ..., "Penyuluhan Kesehatan dengan Permainan Escape Room melalui Platform Genial. ly dalam Meningkatkan Literasi Gizi Seimbang Anak Sekolah Dasar," ... *FORIKES"(Journal ....*, 2024, [Online]. Available: <http://forikes-ejournal.com/index.php/SF/article/view/sf15133>
- [23] M. Sabilla and M. Mustakim, "Literasi Gizi Seimbang di Masa Pandemi COVID-19 Melalui Aplikasi WhatsApp," *J. Abdi Masy. Indones.*, 2021, [Online]. Available: <http://jamsi.jurnal-id.com/index.php/jamsi/article/view/57>
- [24] F. Oktariani, "Efektivitas mahasiswa gizi dalam pembelajaran bahasa inggris melalui literasi digital di poltekkes kemenkes riau," *J. Khafi J. Islam. Stud.*, 2023, [Online]. Available: <https://ejournal.pandinstitute.com/index.php/PCFIS/article/view/12>
- [25] A. Artika, O. Putra, F. F. Saputra, and M. Fadillah, "Upaya Peningkatan Pengetahuan Gizi Pada Anak Melalui Progam Kelas Literasi di Desa Kuta Padang," *Pintoe Pengabd. Teuku ....*, 2024, [Online]. Available: <http://jurnal.utu.ac.id/pintoe/article/view/9558>
- [26] K. M. UMMAH, "Gambaran Literasi Gizi pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Jember," *Fakultas Keperawatan*.
- [27] T. Siswati and K. Rahmawati, "Literasi gizi seimbang untuk wanita usia subur pada masa pandemic COVID-19," *J. Kesehat. ....*, 2021, [Online]. Available: <http://e-journal.poltekkesjogja.ac.id/index.php/jkpm/article/view/1182>

ISSN: xxxx-xxxx

- [28] N. A. Dewantari, A. Syafiq, and S. Fikawati, "Menuju Literasi Gizi: Komponen Pengetahuan Gizi pada Program Edukasi Gizi Siswa Sekolah Dasar. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16 (3) ...." 2020.
- [29] S. Z. Nabila, *Perancangan Interactive Story Book Berbasis Literasi Gizi Sebagai Media Pembelajaran Untuk Anak Usia 4-6 Tahun*. repository.its.ac.id, 2024. [Online]. Available: <https://repository.its.ac.id/110636/>
- [30] K. P. SEMBIRING, "PENGARUH LITERASI SARAPAN DAN GIZI SEIMBANG TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWA SDN 106184 DI DESA SEKIP KECAMATAN ...." JURUSAN GIZI POLKESMED, 2020.
- [31] D. E. Safitri and N. S. Rahayu, "Pengaruh edukasi literasi label pangan terhadap pengetahuan siswa sekolah menengah pertama. *Arsip Gizi dan Pangan*. 3 (2): 91-95." 2018.
- [32] T. S. Tuloli and S. Kum, "Literasi Gizi Pada Ibu-Ibu Untuk Mencegah dan Menurunkan Stunting Melalui Pemanfaatan Kelor Dalam Olahan Puding Di Desa Permata Kecamatan Tilogkabila," *J. Pengabd. Masy. Farm. ...*, 2022, [Online]. Available: <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/Jpmf/article/view/18405>
- [33] L. Kurniawaty, "Literasi Gizi : Survei Pelibatan Anak Usia Dini dalam Penyajian Makanan di Jakarta Timur," *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, vol. 6, no. 6. Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, pp. 6110–6122, 2022. doi: 10.31004/obsesi.v6i6.3401.
- [34] A. FAIZAH, D. L. P. Muningsar, M. D. LARASATI, and ..., "ANALISIS TINGKAT LITERASI GIZI TERHADAP POLA MAKAN DAN PERILAKU MAKAN PADA ORANG DEWASA." DIV Gizi Semarang, 2000.
- [35] A. M. Firdaus, "Pelatihan Materi Gizi Seimbang Pada Ibu Rumah Tangga Untuk Peningkatan Status Gizi di kampung Literasi Makasar," *Jurnal*. 2021.
- [36] I. Aliefa, "Implementasi Pengenalan Makanan Sehat dan Bergizi Melalui Bekal Makanan pada Anak Usia 5-6 Tahun di TK Nusa Indah Randumuktiwaren Implementation of Introducing Fresh And Nutritional Food Throug Food Supply for 5-6 Year Old at TK Nusa Indah Randumuktiwaren," *Asghar*, vol. 4, pp. 140–147, 2024.
- [37] Y. Syaiful, A. Wahyudi, and H. D. Pramiasti, "LITERASI GIZI ANAK PERKOTAAN MELALUI PERMAINAN EDUKASI GO-ZI (GO-BERGIZI)," *Community Dev. ...*, 2024, [Online]. Available: <https://adikusada.ac.id/jurnal/index.php/CDHJ/article/view/581>
- [38] A. Putra and Y. Fitri, "Studi Meta Analisis: Efektifitas Pencegahan Stunting Melalui Program Literasi Gizi Menggunakan Pendekatan Pendidikan Keluarga," *J. Obor Penmas Pendidik. Luar ...*, 2021, [Online]. Available: <https://ejournal.uika-bogor.ac.id/index.php/OBORPENMAS/article/view/4727>
- [39] N. Sampanis, "Innovative Tangible Interactive Games for Enhancing Artificial Intelligence Knowledge and Literacy in Elementary Education: A Pedagogical Framework," *arXiv Prepr.*, 2025, [Online]. Available: <https://arxiv.org/abs/2506.00651>
- [40] I. Zeng and et al., "Octo's Heartland: Supporting Children with Congenital Heart Disease through Digital Health Education," *arXiv Prepr.*, 2025, [Online]. Available: <https://arxiv.org/abs/2509.02537>
- [41] R. S. Burke, "Approaches to Nature in Japanese Early Childhood Education," *Int. J. Early Child. Environ. Educ.*, vol. 2, no. 1, pp. 76–96, 2014, [Online]. Available: [https://www.researchgate.net/publication/339264367\\_Traditional\\_Games\\_Based\\_Learning\\_for\\_Character\\_Development\\_of\\_Early\\_Childhood](https://www.researchgate.net/publication/339264367_Traditional_Games_Based_Learning_for_Character_Development_of_Early_Childhood)
- [42] D. Melianasari and S. Suparno, "The Importance of Traditional Games to Improve Children's Interpersonal Skills," *J. Early Child. Educ.*, vol. 8, no. 2, pp. 112–118, 2018, [Online]. Available: [https://www.researchgate.net/publication/329941722\\_The\\_Importance\\_of\\_Traditional\\_Games\\_to\\_Improve\\_Children%27s\\_Interpersonal\\_Skill](https://www.researchgate.net/publication/329941722_The_Importance_of_Traditional_Games_to_Improve_Children%27s_Interpersonal_Skill)

ISSN: xxxx-xxxx

- [43] G. J. Hwang and et al., "A Game-Based Learning Approach to Improving Students' Learning Achievements in a Nutrition Course," *Turkish Online J. Educ. Technol.*, vol. 10, no. 2, pp. 1–8, 2011, [Online]. Available: [https://www.researchgate.net/publication/283749761\\_A\\_game-based\\_learning\\_approach\\_to\\_improving\\_students%27\\_learning\\_achievements\\_in\\_a\\_nutrition\\_course](https://www.researchgate.net/publication/283749761_A_game-based_learning_approach_to_improving_students%27_learning_achievements_in_a_nutrition_course)
- [44] E. B. Allen, "Superhero Helps Kids Learn Healthy Habits," *Natl. Kidney Found. Michigan*, 2019, [Online]. Available: [https://en.wikipedia.org/wiki/Regie%27s\\_Rainbow\\_Adventure](https://en.wikipedia.org/wiki/Regie%27s_Rainbow_Adventure)
- [45] M. S. Researchers, "Findings on Obesity Prevention Intervention," *OrganWise Guys*, [Online]. Available: [https://en.wikipedia.org/wiki/The\\_OrganWise\\_Guys](https://en.wikipedia.org/wiki/The_OrganWise_Guys)
- [46] D. A. Hirda, L. R. Rakhma, and ..., "Perbedaan Tingkat Literasi Gizi dan Status Gizi Antara Mahasiswa Gizi dan Mahasiswa Non Gizi Universitas Muhammadiyah Surakarta," *Health Information ... myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id*, 2023. [Online]. Available: <https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/hijp/article/view/1248>
- [47] A. Annisa, *Hubungan Pemilihan Makanan, Paparan Iklan di Media Sosial, dan Tingkat Literasi Gizi dengan Status Gizi Remaja Putri di SMPN 21 dan MTsN 4 Padang Tahun ...* scholar.unand.ac.id, 2024. [Online]. Available: <http://scholar.unand.ac.id/474004/>
- [48] A. Vinayastri and N. N. Ramadhani, "PEMBERDAYAAN IBU-IBU MUDA DI RT 04/RW 023 MELALUI KEGIATAN PENYULUHAN LITERASI GIZI DI POSYANDU GRIYA ASRI TAMAN MINI," *Martabe J. Pengabdi. ...*, 2021, [Online]. Available: <http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/martabe/article/view/4547>
- [49] L. S. Pradita, L. R. Rakhma, and ..., "Perbedaan Tingkat Literasi Gizi Dan Status Gizi Pada Siswa Sekolah Kesehatan Dan Non Kesehatan Di Surakarta," *Health Information ... myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id*, 2023. [Online]. Available: <https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/hijp/article/view/1241>
- [50] D. Dwipajati, E. Sulistyowati, R. Adelina, and ..., "Pemantapan Literasi Kader Gizi Posyandu dalam Pemanfaatan Pangan Lokal untuk Menyusun Diet bagi Penderita Penyakit Metabolik," *Pros. Semin. ...*, 2022, [Online]. Available: <https://proceedings.ums.ac.id/index.php/semnasfik/article/view/270>
- [51] W. O. S. Andriani, D. Anshari, Y. Fitirani, and ..., "Adaptasi Alat Ukur Literasi Gizi untuk Mahasiswa Tahun Pertama," *Wind. Heal. ...*, 2021, [Online]. Available: <https://jurnal.fkmumi.ac.id/index.php/woh/article/view/258>
- [52] S. Nurvita, R. K. Dewi, and ..., "Literasi Gizi Keluarga di Kampung Nelayan untuk Cegah Stunting," *J. Pengabdi. ...*, 2023, [Online]. Available: <http://ejournal.poltekharber.ac.id/index.php/abdimas/article/view/3922>
- [53] S. Sa'diyyah, N. M. I. Pratama, and F. N. Ariani, "Bumil Kece Inovasi Antenatal Care Dan Literasi Gizi Berbasis Aplikasi Digital Guna Meningkatkan Derajat Kesehatan Ibu Hamil," *Berk. Ilm. Mhs. Gizi ...*, 2023, [Online]. Available: <http://bimgi.or.id/index.php/bimgi/article/view/6>