

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan observasi data dan hasil penelitian sejauh mana pengaruh kegiatan membentuk kreasi makanan terhadap pemahaman gizi seimbang, maka pada bagian ini akan dikemukakan kesimpulan hasil penelitian sebagai berikut:

1. Pemahaman gizi seimbang anak meningkat karena kegiatan membentuk kreasi makanan cukup efektif membantu anak dalam mengenal bermacam-macam sayuran, buah-buahan dan makanan sehat dan tidak sehat, anak dapat belajar berkreasi membentuk makanan sehat agar menarik untuk dikonsumsi.
2. Ada pengaruh kegiatan membentuk kreasi makanan terhadap pemahaman gizi seimbang anak kelompok A di RA Tapas Al-Falah Surabaya dimana terjadi peningkatan pemahaman gizi seimbang berdasarkan hasil nilai rata-rata siswa sebelum perlakuan/ *pre test* sebesar 9,45 meningkat setelah diberikan perlakuan/ *post test* menjadi 14,45 dan nilai uji Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan memiliki arti bahwa nilai selisih dari hasil *pre test* dan *post test* mengalami perkembangan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh kegiatan membentuk kreasi makanan terhadap pemahaman gizi seimbang anak kelompok A di RA Tapas Al-Falah Surabaya maka ada beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah

Kegiatan membentuk kreasi makanan dapat digunakan sebagai alternatif serta variasi kegiatan pembelajaran untuk meningkatkan pemahaman gizi seimbang pada anak, untuk itu sekolah perlu menyediakan serta memanfaatkan media pembelajaran seperti mengenal bermacam-macam sayuran, buah-buahan dan makanan sehat dan tidak sehat serta berkreasi membentuk makanan sehat.

2. Bagi guru

Perlunya kreativitas mengenalkan makanan sehat dan tidak sehat dalam melakukan kegiatan pembelajaran, terutama kegiatan pembelajaran untuk meningkatkan pemahaman gizi seimbang pada anak yaitu menggunakan kegiatan membentuk kreasi makanan.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi penelitian lain yang terkait dengan peningkatan pemahaman gizi seimbang pada anak usia dini.