



LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**PERANCANGAN *PROTOTYPE* MEDIA EDUKASI BERBASIS
BUKU SAKU TENTANG POLA MAKAN DAN STATUS GIZI PADA
IBU HAMIL KEKURANGAN ENERGI KRONIK (KEK) DI
PUSKESMAS SINDANGKASIH KABUPATEN CIAMIS**

Disusun oleh:

MAULIDA KHARIN ISNA PUTRI

NIM.P2.06.31.1.23.077

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA

JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2026



**PERANCANGAN *PROTOTYPE* MEDIA EDUKASI BERBASIS
BUKU SAKU TENTANG POLA MAKAN DAN STATUS GIZI PADA
IBU HAMIL KEKURANGAN ENERGI KRONIK DI PUSKESMAS
SINDANGKASIH KABUPATEN CIAMIS**

LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi



Disusun oleh:

MAULIDA KHARIN ISNA PUTRI

NIM.P2.06.31.1.23.077

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
JURUSAN GIZI POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI TASIKMALAYA**

2026



Perancangan *Prototype* Media Edukasi Berbasis Buku Saku tentang Pola Makan dan Status Gizi pada Ibu Hamil Kekurangan Energi Kronik (KEK) di Puskesmas Sindangkasih Kabupaten Ciamis

Maulida Kharin Isna Putri

INTISARI

Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil masih menjadi salah satu permasalahan gizi di Puskesmas Sindangkasih Kabupaten Ciamis. Hasil uji pendahuluan menunjukkan bahwa pola makan ibu hamil KEK belum sesuai dengan Pedoman Gizi Seimbang, ditandai dengan frekuensi makan yang rendah dan konsumsi protein nabati yang kurang. Penelitian ini bertujuan untuk merancang *prototype* media edukasi berbasis buku saku tentang pola makan dan status gizi pada ibu hamil KEK di Puskesmas Sindangkasih Kabupaten Ciamis. Jenis penelitian yang digunakan adalah *Research and Development* (R&D) dengan model ADDIE melalui tahap analisis kebutuhan, desain, pengembangan, validasi ahli, dan uji coba kepada responden. Hasil analisis kebutuhan menunjukkan bahwa ibu hamil KEK lebih menyukai buku saku dengan desain warna pastel, tema ceria, ukuran sedang (A6), serta tampilan yang seimbang antara teks dan gambar. Responden juga menginginkan materi disajikan menggunakan kombinasi poin, paragraf pendek, tabel, infografik, serta bahasa campuran narasi dan poin agar lebih mudah dipahami. Validasi dilakukan oleh ahli materi, ahli media, dan ahli bahasa, serta uji coba kepada 15 ibu hamil KEK. Hasil penelitian menunjukkan bahwa validasi oleh ahli materi memperoleh persentase kelayakan sebesar 96% dengan kategori sangat layak, validasi ahli bahasa memperoleh persentase sebesar 96% dengan kategori layak, dan validasi ahli media memperoleh persentase sebesar 68% dengan kategori sangat layak. Media edukasi berbasis buku saku tentang pola makan dan status gizi pada ibu hamil KEK dinyatakan layak digunakan sebagai media edukasi di Puskesmas Sindangkasih Kabupaten Ciamis.

Kata kunci: Buku saku, KEK, ibu hamil, pola makan, media edukasi

ABSTRACT

MAULIDA KHARIN ISNA PUTRI. *The Development of Pocketbook-Based Educational Media on Dietary Patterns and Nutritional Status for Pregnant Women with Chronic Energy Deficiency (CED) in Sindangkasih Health Center, Ciamis Regency. Under supervision of IRMA NURAENI, MPH*

Chronic Energy Deficiency (CED) in pregnant women was still one of the nutritional problems at Puskesmas Sindangkasih. Preliminary study results showed that the dietary patterns of pregnant women with CED had not been in accordance with the Balanced Nutrition Guidelines, characterized by low meal frequency and inadequate consumption of plant-based protein. This study aimed to design a prototype of pocketbook-based educational media about dietary patterns and nutritional status for pregnant women with CED at Puskesmas Sindangkasih. The research used a Research and Development (R&D) method with the ADDIE model through the stages of needs analysis, design, development, expert validation, and respondent trials. The results of the needs analysis showed that pregnant women with CED preferred a pocketbook with pastel colors, cheerful themes, medium size (A6), and a balanced combination of text and images. Respondents also preferred the material to be presented using a combination of bullet points, short paragraphs, tables, infographics, and a mix of narrative and point-form language to make it easier to understand. Validation was conducted by material, media, and language experts, and trials were carried out on 15 pregnant women with CED. The results showed that the material expert validation obtained a feasibility percentage of 96% categorized as very feasible, the language expert validation obtained 96% categorized as feasible, and the media expert validation obtained 68% categorized as very feasible. The pocketbook-based educational media about dietary patterns and nutritional status for pregnant women with CED was declared feasible to be used as educational media at Puskesmas Sindangkasih.

Keywords: Pocketbook, CED, pregnant women, dietary patterns, educational media

KATA PENGANTAR

Puji Syukur panjatkan kehadiran Allah SWT berkat Rahmat hidayah dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Laporan Tugas Akhir dengan judul **“Perancangan Prototype Media Edukasi Berbasis Buku Saku tentang Pola Makan dan Status Gizi pada Ibu Hamil Kekurangan Energi Kronik (KEK) di Puskesmas Sindangkasih Kabupaten Ciamis”**. Laporan Tugas Akhir ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada Prodi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini terwujud berkat bantuan, arahan, bimbingan dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep. selaku direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan studi di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Sumarto, MP. selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Irma Nuraeni, MPH. selaku dosen pembimbing yang selalu memberikan bimbingan, motivasi, arahan serta dorongan kepada penulis.
4. Bapak HR. Agus Bachtiar, SP,M.Kes selaku dosen penguji 1 yang telah memberikan saran, masukan, kritik, dan arahan demi perbaikan penelitian serta media buku saku yang penulis susun.
5. Ibu Yanita Listianasari,S.ST,M.Gizi selaku dosen penguji 2 yang telah memberikan saran, masukan, kritik, dan arahan demi perbaikan penelitian serta media buku saku yang penulis susun.
6. Semua staf dan Dosen Program Studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah banyak memberikan pengajaran, bimbingan, dan bantuan selama perkuliahan.
7. Cinta pertama dan panutanku, Ayahanda Udin Wahyudin dan pintu surgaku Ibunda Yeti Cahyati. Terima kasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih sayang yang diberikan. Ayah dan Ibu adalah alasan terbesar penulis mampu

berdiri hingga titik ini. Dalam setiap langkah dan perjuangan, selalu ada doa beliau yang menyertai dari jauh maupun dekat. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kesehatan, kebahagiaan, dan umur panjang untuk Ayah dan Ibu tercinta. Semua pencapaian ini penulis persembahkan untuk beliau, sumber cinta dan kekuatan sejati.

8. Kepada kakak tercinta, terima kasih atas segala dukungan, perhatian, serta semangat yang senantiasa diberikan selama penulis menempuh pendidikan hingga tahap akhir ini. Kakak telah menjadi sosok teladan yang selalu memberikan motivasi dan dorongan untuk terus berusaha serta tidak mudah menyerah.
9. Naila, Rida, Silvi, Arifa, Ardianti, teman terbaik penulis yang senantiasa menemani penulis dalam keadaan sulit dan senang, memberikan dukungan serta motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini.
10. Seluruh teman-teman mahasiswa tingkat III Program Studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya atas segala dukungan dan bantuan yang diberikan kepada penulis dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.

Penulis sadar saat membuat Laporan Tugas Akhir memiliki kekurangan, baik dari isi, sistematika serta teknik penulisannya. Sehingga, saran dan kritik dari semua pihak sangat diharapkan demi perbaikan Laporan Tugas Akhir ini. Penulis berharap semoga dengan Laporan Tugas Akhir ini kegiatan penelitian dapat berjalan dengan lancar dan laporan ini dapat bermanfaat.

Tasikmalaya, Mei 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
INTISARI	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan	3
1. Tujuan Umum	3
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Tinjauan Teori	5
1. Kehamilan	5
2. Status gizi ibu hamil KEK	5
3. Pola Makan	7
4. Pengetahuan Gizi Ibu Hamil	11
5. Media Edukasi	11
6. Buku Saku	12
7. Konsep ADDIE	13
B. Kerangka Teori	15
BAB III METODE PENELITIAN	16
A. Jenis Penelitian	16

B.	Waktu dan Tempat Penelitian.....	16
C.	Populasi dan Sampel.....	17
1.	Populasi.....	17
2.	Sampel.....	17
3.	Teknik sampling.....	18
D.	Variabel dan Definisi Operasional.....	20
E.	Teknik Pengumpulan Data.....	20
1.	Jenis data.....	20
2.	Cara Pengumpulan Data.....	21
3.	Intrumen Penelitian.....	22
F.	Pengolahan dan Analisis Data.....	22
1.	Teknik pengolahan data.....	22
2.	Teknik analisis data.....	23
G.	Jalannya penelitian.....	24
1.	Tahap persiapan.....	24
2.	Tahap pelaksanaan.....	24
3.	Tahap akhir.....	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		26
A.	Hasil Penelitian.....	26
1.	Tahap Analisis (<i>Analysis</i>).....	26
2.	Tahap Desain (<i>Design</i>).....	28
3.	Tahap pengembangan (<i>Development</i>).....	29
B.	Uji Coba Responden.....	34
1.	Gambaran Lokasi Uji Coba.....	34
2.	Karakteristik Responden.....	34
3.	Hasil Uji Coba Responden.....	35
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....		40
A.	Simpulan.....	40
B.	Saran.....	40
DAFTAR PUSTAKA.....		42
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

No.	Judul Tabel	Halaman
Tabel 1.	Definisi Operasional.....	20
Tabel 2.	Instrumen Penelitian.....	22
Tabel 3.	Hasil Analisis Kebutuhan Buku Saku	26
Tabel 4.	Analisis Materi.....	27
Tabel 5.	Hasil Penilaian oleh Ahli Materi	29
Tabel 6.	Saran dan Perbaikan Media Buku Saku oleh Ahli Materi	30
Tabel 7.	Hasil Penilaian oleh Ahli Media.....	31
Tabel 8.	Saran dan Perbaikan Media Buku Saku oleh Ahli Media.....	32
Tabel 9.	Hasil Revisi Penilaian oleh Ahli Media.....	32
Tabel 10.	Hasil Penilaian oleh Ahli Bahasa	33
Tabel 11.	Karakteristik Responden	34
Tabel 12.	Hasil Uji Coba Responden Media Buku Saku.....	35

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka teori faktor yang mempengaruhi status gizi ibu hamil KEK dengan proses pengembangan media edukasi menggunakan model ADDIE	15
Gambar 2. QR Code Akses Perancangan Desain Buku Saku Pola Makan dan Status Gizi Ibu Hamil KEK	28
Gambar 3. QR Code Akses Media Buku Saku Pola Makan dan Status Gizi Ibu Hamil KEK	36

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor Lampiran

Lampiran 1. Jadwal Penelitian.....	49
Lampiran 2. Realisasi Anggaran Biaya	50
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian	51
Lampiran 4. <i>Informed Consent</i> (IC) dan Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP).53	
Lampiran 5. Kuesioner Preferensi Desain Buku Saku	55
Lampiran 6 Angket Kelayakan Ahli Materi	58
Lampiran 7. Angket Kelayakan Ahli Media.....	61
Lampiran 8. Angket Kelayakan Ahli Bahasa	64
Lampiran 9. Dokumentasi uji validitas para ahli.....	67
Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian	69