



LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**PERANCANGAN *PROTOTYPE* MEDIA EDUKASI
BERBASIS *CARD GAME* TENTANG ASUPAN LEMAK
DAN STATUS GIZI BAGI REMAJA
DI SMPN 1 PAGERAGEUNG**

PUTRI AMANDA AGUSTIN

NIM.P2.06.31.1.23.087

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2026**



**PERANCANGAN *PROTOTYPE* MEDIA EDUKASI
BERBASIS *CARD GAME* TENTANG ASUPAN LEMAK
DAN STATUS GIZI BAGI REMAJA
DI SMPN 1 PAGERAGEUNG**

Laporan Tugas Akhir

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi



Disusun Oleh:

PUTRI AMANDA AGUSTIN
NIM.P2.06.31.1.23.087

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2026**

**PERANCANGAN *PROTOTYPE* MEDIA EDUKASI BERBASIS *CARD GAME*
TENTANG ASUPAN LEMAK DAN STATUS GIZI BAGI REMAJA
DI SMPN 1 PAGERAGEUNG**

Putri Amanda Agustin

INTISARI

Remaja di Indonesia, khususnya di Kabupaten Tasikmalaya, menghadapi risiko masalah status gizi akibat konsumsi jajanan tinggi lemak yang mencapai 54,55%, dengan prevalensi obesitas sebesar 6,26%, dipengaruhi oleh penurunan aktivitas fisik dan kurangnya informasi gizi. Edukasi melalui media interaktif seperti *card game* di sekolah dapat menjadi alat bantu media dalam pemberian edukasi gizi remaja. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui perancangan *prototype* media edukasi berbasis *card game* tentang asupan lemak dan status gizi bagi remaja di SMPN 1 Pagerageung. Jenis penelitian ini menggunakan metode R&D dengan menerapkan model pengembangan *Four-D Model* (Model 4D), yaitu: *Define* melibatkan sampel dari populasi guru dan siswa di SMPN 1 Pagerageung dengan teknik sampling *purposive sampling*, *design* melibatkan 1 ahli materi, 1 ahli media dan 1 ahli bahasa yang diperoleh dengan teknik *purposive sampling*, *develope* melibatkan sampel dari populasi siswa di SMPN 1 Pagerageung dengan teknik sampling *purposive sampling* dan *disseminate*, akan tetapi hanya akan dilakukan sampai pada tahap *develope*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2025-Mei 2026 di SMPN 1 Pagerageung. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa media yang *card game* yang mendapatkan hasil uji kelayakan oleh ahli "Sangat Layak" dengan rata-rata persentase kelayakan sebesar 95%. Hasil uji coba terbatas kepada pengguna juga termasuk kategori "Sangat Layak" dengan presentasi kelayakan sebesar 99,5%. Dengan demikian, media *card game* yang dirancang sangat layak digunakan sebagai media edukasi tentang asupan lemak dan status gizi bagi remaja di SMPN 1 Pagerageung.

Kata kunci: Asupan lemak, Media edukasi, Remaja, Status gizi

ABSTRACT

**PUTRI AMANDA AGUSTIN, DESIGN OF A CARD GAME-BASED
EDUCATIONAL MEDIA PROTOTYPE ABOUT FAT INTAKE
NUTRITIONAL STATUS FOR ADOLESCENTS AT SMPN 1 PAGERAGEUNG**
Under supervision of ANDRI GUSTIADI

Adolescents in Indonesia, especially in Tasikmalaya Regency, face the risk of nutritional problems due to high consumption of fatty snacks, which reaches 54.55%, with an obesity prevalence of 6.26%, influenced by decreased physical activity and lack of nutritional information. Education through interactive media such as card games in schools can be a media tool in providing nutritional education for adolescents. The purpose of this study was to determine the design of a card game-based educational media prototype about fat intake and nutritional status for adolescents at SMPN 1 Pagerageung. This study used an R&D method by applying the Four-D Model (Model 4D) development model, namely: Define involving a sample of teachers and students at SMPN 1 Pagerageung using purposive sampling technique, Design involves 1 subject matter expert, 1 media expert, and 1 language expert obtained using purposive sampling techniques. Develop involves a sample of the student population at SMPN 1 Pagerageung using purposive sampling techniques. Disseminate will only be carried out up to the Develop stage. This study was conducted from December 2025 to May 2026 at SMPN 1 Pagerageung. The results of this study indicate that the card game medium received a "Highly Feasible" rating in the feasibility test conducted by experts, with an average feasibility percentage of 95%. The results of the pilot test with users also fell into the "Highly Feasible" category, with a feasibility rate of 99.5%. Thus, the designed card game is suitable for use as an educational tool regarding fat intake and nutritional status for adolescents at SMPN 1 Pagerageung.

Keywords: *Fat intake, Educational media, Adolescents, Nutritional status*

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Laporan Tugas Akhir yang berjudul “Perancangan *Prototype* Media Edukasi Berbasis *Card Game* Tentang Asupan Lemak Dan Status Gizi Bagi Remaja Di SMPN 1 Pagerageung”. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat, dan seluruh umatnya hingga akhir zaman. Dalam proses penyusunan Laporan Tugas Akhir ini, penulis memperoleh bantuan serta dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Sumarto, M.P selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Edri Indah Yuliza Nur, M. Gizi selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan dukungan dan motivasi.
4. Bapak Andri Gustiadi, SKM, MPH selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi selama proses penyusunan laporan tugas akhir ini.
5. Seluruh staf dan dosen Prodi D III Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya yang telah memberikan ilmu, bimbingan, dan bantuan selama masa perkuliahan.
6. Penulis mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada Ayahanda Agus Margono dan Ibunda Siti Rohimi yang senantiasa mendoakan, memberikan kasih sayang, cinta dukungan yang menjadi kekuatan terbesar dalam setiap langkah penulis.
7. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada kakak tercinta Elsa Tiara Sagita dan Iskandar Rizaludin Albana yang selalu menjadi tempat berbagi, memberi solusi di saat sulit, dan tak henti-hentinya menghidupkan semangat hidup.

8. Teman-teman Program Studi D III Gizi Angkatan 2023 yang selalu memberikan dorongan dan kebersamaan selama penyusunan tugas akhir ini.

Penulis menyadari bahwa Laporan Tugas Akhir ini masih jauh dari sempurna dan kemungkinan masih terdapat kesalahan, baik dalam isi maupun penulisan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk perbaikan di masa mendatang.

DAFTAR ISI

	HALAMAN
HALAMAN PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH	iii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
INTISARI	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan.....	3
D. Manfaat.....	4
BAB II LANDASAN TEORI	5
A. Tinjauan Teori	5
B. Kerangka Teori.....	14
BAB III METODE PENELITIAN	15
A. Jenis Penelitian	15
B. Waktu Penelitian dan Tempat Penelitian	16
C. Populasi dan Sampel	16
D. Variabel dan Definisi Operasional	21
E. Teknik Pengumpulan Data	22
F. Instrumen Penelitian.....	23
G. Pengolahan dan Analisis Data.....	24
H. Jalannya Penelitian	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	32
A. Hasil	32
B. Pembahasan	52
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	58

A. Kesimpulan.....	58
B. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA.....	60
LAMPIRAN.....	1

DAFTAR TABEL

Judul Tabel	HALAMAN
Tabel 1 Keterlibatan Sampel Dalam Tahap Penelitian	17
Tabel 2 Variabel dan Definisi Operasional	21
Tabel 3 Instrumen Penelitian.....	23
Tabel 4 Skala Likert	26
Tabel 5 Skor Kriteria Kelayakan	27
Tabel 6 Karakteristik informan	33
Tabel 7 Analisis Materi	35
Tabel 8 Hasil Uji Kelayakan ahli Materi.....	40
Tabel 9 Saran dan Perbaikan Media Card Game oleh Ahli Materi.....	40
Tabel 10 Hasil Uji Kelayakan Setelah Perbaikan oleh Ahli Materi	41
Tabel 11 Hasil Uji Kelayakan ahli Materi.....	42
Tabel 12 Saran dan Perbaikan Media Card Game oleh Ahli Bahasa	43
Tabel 13 Hasil Uji Kelayakan Setelah Perbaikan Oleh Ahli Bahasa	46
Tabel 14 Hasil Uji Kelayakan Oleh Ahli Media	46
Tabel 15 Saran dan Perbaikan Media Card Game Oleh Ahli Media	47
Tabel 16 Saran dan Perbaikan Media Card Game oleh Ahli Media	48
Tabel 17 Hasil Rekapitulasi Uji Kelayakan Oleh Ahli.....	48
Tabel 18 Hasil Uji Kelayakan Oleh Pengguna.....	49

DAFTAR GAMBAR

	HALAMAN
Gambar 1 Contoh <i>Design Card Game</i>	10
Gambar 2 Rancangan <i>Card Game</i>	10
Gambar 3 Kerangka Teori.....	14
Gambar 4 Tahapan Model 4D.....	15
Gambar 5 Jalannya Penelitian	28
Gambar 6 <i>Design card game</i>	39

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor Lampiran

1. Rencana Kerja
2. Rencana Anggaran Biaya
3. Naskah Penjelasan Penelitian
4. Angket Uji Kelayakan Ahli dan Responden
5. Dokumentasi Kegiatan
6. Pengisian Angket Uji kelayakan Ahli dan Responden