

LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun Guna Mencapai Derajat Ahli Madya Gizi

**PERANCANGAN *PROTOTIPE BOOKLET* RESEP MAKANAN
BERBASIS PANGAN LOKAL SEBAGAI MEDIA EDUKASI GIZI BAGI
PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2
DI PUSKESMAS TAMANSARI**

Disusun oleh:

NISHA NUR AMALA

NIM. P2.06.31.1.23.086

PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI TASIKMALAYA

JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2026





LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun Guna Mencapai Derajat Ahli Madya Gizi

**PERANCANGAN *PROTOTIPE BOOKLET* RESEP MAKANAN
BERBASIS PANGAN LOKAL SEBAGAI MEDIA EDUKASI GIZI BAGI
PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2
DI PUSKESMAS TAMANSARI**

Disusun oleh:

NISHA NUR AMALA

NIM. P2.06.31.1.23.086

PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI TASIKMALAYA

JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2026



Perancangan *Prototipe Booklet* Resep Makanan Berbasis Pangan Lokal Sebagai Media Edukasi Gizi Bagi Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Tamansari

Nisha Nur Amala

INTISARI

Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2) merupakan penyakit metabolik kronis dengan prevalensi tinggi yang memerlukan pengelolaan diet berkelanjutan. Kepatuhan diet penderita DMT2 di Puskesmas Tamansari masih rendah (48,8%), salah satunya akibat keterbatasan media edukasi gizi yang praktis, kontekstual, dan berbasis pangan lokal. Penelitian ini bertujuan merancang *prototipe booklet* resep makanan berbasis pangan lokal sebagai media edukasi gizi bagi penderita DMT2 di Puskesmas Tamansari. Penelitian menggunakan metode Research and Development (R&D) dengan model pengembangan 4D (*Define, Design, Develop*). Uji kelayakan dilakukan oleh sembilan validator ahli yang terdiri dari tiga ahli materi, tiga ahli media, dan tiga ahli bahasa menggunakan instrumen angket berskala Likert. Uji coba terbatas dilaksanakan pada 12 penderita DMT2 di wilayah kerja Puskesmas Tamansari yang dipilih menggunakan teknik *purposive* sampling. Hasil uji kelayakan menunjukkan persentase 73,3% dari ahli materi (kategori layak), 81,3% dari ahli media (kategori sangat layak), dan 87,3% dari ahli bahasa (kategori sangat layak). Hasil uji coba terbatas pada penderita DMT2 menunjukkan rata-rata persentase sebesar 89,7% dengan kategori sangat baik, meliputi aspek kualitas desain (89%), keterbacaan (90%), isi dan informasi (89%), serta kesan umum (92%). *Prototipe booklet* "Menu Sehat Nusantara" dinyatakan layak digunakan sebagai media edukasi gizi bagi penderita DMT2 di tingkat pelayanan primer dan berpotensi mendukung peningkatan pemahaman serta kepatuhan diet pasien secara mandiri.

Kata Kunci: *Booklet, Pangan Lokal, Edukasi Gizi, Diabetes Melitus Tipe 2, Model 4D*

ABSTRACT

Nisha Nur Amala. Designing a Prototype of a Food Recipe Booklet Based on Local Food as a Media for Nutrition Education for Type 2 Diabetes Mellitus Sufferers at Tamansari Community Health Center. Under supervision of DINA SETIAWATI

Type 2 Diabetes Mellitus (T2DM) is a chronic metabolic disease with a high prevalence that requires ongoing dietary management. Diet compliance for T2DM sufferers at the Tamansari Community Health Center is still low (48.8%), one of which is due to the limited nutritional education media that is practical, contextual and based on local food. This research aims to design a prototype food recipe booklet based on local food as a nutritional education medium for T2DM sufferers at the Tamansari Community Health Center. The research uses the Research and Development (R&D) method with a 4D Development model (Define, Design, Develop). The feasibility test was carried out by nine expert validators consisting of three material experts, three media experts and three language experts using a Likert scale questionnaire instrument. A limited trial was carried out on 12 T2DM sufferers in the Tamansari Community Health Center working area who were selected using a purposive sampling technique. The feasibility test results showed a percentage of 73.3% of material experts (feasible category), 81.3% of media experts (very feasible category), and 87.3% of language experts (very feasible category). The results of limited trials on T2DM sufferers showed an average percentage of 89.7% with a very good category, including aspects of design quality (89%), readability (90%), content and information (89%), and general impression (92%). The booklet prototype "Nusantara Healthy Menu" was declared suitable for use as a nutritional education medium for T2DM sufferers at the primary care level and has the potential to support increased understanding and compliance with the patient's diet independently.

Keywords: *Booklet, Local Food, Nutrition Education, Type 2 Diabetes Mellitus*

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kepada Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya yang telah memungkinkan penulis menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini dengan cepat, dengan judul "Perancangan *Prototipe Booklet* Resep Makanan Berbasis Pangan Lokal Sebagai Media Edukasi Gizi Bagi Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Tamansari." Proposal Tugas Akhir ini adalah salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Gizi di Politeknik Kesehatan Tasikmalaya.

Laporan Tugas Akhir ini tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, atas kesempatan dan fasilitas yang telah diberikan selama masa perkuliahan.
2. Sumarto, MP selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Dina Setiawati, M.Gizi selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu, memberikan bimbingan, masukan, dan saran yang sangat berharga dan konstruktif dalam penyusunan Proposal Tugas Akhir ini.
4. Staf dan Dosen Program Studi Diploma Tiga Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya atas segala pengajaran, bimbingan, dan bantuan yang telah diberikan selama proses perkuliahan.
5. Edri Indah Yuliza Nur, M.Gz, Mariana Saragih, M.Gz dan Yanita Listianasari, M.Gz selaku ahli materi yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan masukan, saran, serta validasi terhadap materi dalam penelitian ini.
6. Pijar Beyna Fatamorgana, M.Sc, Melianti Putri Yasmin, S.K.M, Kafiyal Muhiat, S.K.M selaku ahli media atas masukan dan saran dalam pengembangan media pada penelitian ini.
7. Hendarusman, S.Pd, Aa Aonillah, S.Pd, Dewi Raolah, S.Pd selaku ahli bahasa atas masukan dan saran dalam penyempurnaan penggunaan bahasa pada penelitian ini

8. Orang tua tercinta yang selalu memberikan dukungan moral, materi, dan doa yang tak terhingga, menjadi sumber kekuatan bagi penulis.
9. Keluarga dan saudara atas doa, semangat, dan kasih sayangnya.
10. Seluruh teman-teman mahasiswa tingkat III Program Studi Diploma Tiga Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya atas segala dukungan, bantuan, dan kebersamaan yang telah terjalin.

Penulis menyadari bahwa proposal ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi perbaikan di masa mendatang.

Tasikmalaya, Desember 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
INTISARI	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Tinjauan Teori	5
B. Kerangka Teori.....	19
BAB III METODE PENELITIAN	20
A. Jenis Penelitian.....	20
B. Waktu dan Tempat.....	21
C. Populasi Dan Sampel	21
D. Variabel dan Definisi Operasional	24
E. Teknik Pengumpulan Data	25
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	26
G. Jalannya penelitian.....	29
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
A. Hasil	33
B. Pembahasan.....	40

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	47
A. Kesimpulan	47
B. Saran	47
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN.....	55
RIWAYAT HIDUP PENULIS	73

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Jenis Pangan Lokal yang Direkomendasikan	13
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	24
Tabel 3. 2 Kategori Hasil Uji Kelayakan <i>Booklet</i> olah Ahli	28
Tabel 3. 3 Kategori Uji Respon Penderita Diabetes Melitus Tipe 2	29
Tabel 4. 1 Hasil Uji Kelayakan Ahli Materi.....	37
Tabel 4. 2 Hasil Uji Kelayakan Media	38
Tabel 4. 3 Hasil Uji Kelayakan Ahli Bahasa	39
Tabel 4. 4 Hasil Uji Coba Responden	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori	19
Gambar 3. 1 Kerangka Perancangan Booklet Model 4	29
Gambar 4. 1 Gambar Pembuatan <i>Storyboard</i>	35
Gambar 4. 2 Tahap Memasukan Materi	36
Gambar 4. 3 Hasil Akhir Booklet.....	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pelaksanaan waktu penelitian	56
Lampiran 2 Instrumen Kelayakan Booklet Untuk Ahli Materi.....	60
Lampiran 3 Instrumen Kelayakan Booklet Untuk Ahli Media	63
Lampiran 4 Instrumen Kelayakan Booklet Untuk Ahli Bahasa.....	65
Lampiran 5 Lembar Surat Perizinan	67
lampiran 6. Media <i>Booklet</i>	68
Lampiran 7 Dokumentasi Kegiatan.....	70