



LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**PENGEMBANGAN MEDIA EDUKASI BERBASIS
LEMBAR BALIK TERKAIT POLA KONSUMSI
MAKANAN IBU HAMIL KEK DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PANUMBANGAN**

Disusun Oleh :

AZHAR AGIA DZUL ALIANSYAH

NIM P2.06.31.1.23.056

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA

JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2026





LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya

**PENGEMBANGAN MEDIA EDUKASI BERBASIS
LEMBAR BALIK TERKAIT POLA KONSUMSI
MAKANAN IBU HAMIL KEK DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PANUMBANGAN**

Disusun Oleh :

AZHAR AGIA DZUL ALIANSYAH

NIM P2.06.31.1.23.056

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA

JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2026



**PENGEMBANGAN MEDIA EDUKASI BERBASIS LEMBAR BALIK
TERKAIT POLA KONSUMSI MAKANAN IBU HAMIL KEK DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS PANUMBANGAN**

Azhar Agia Dzul Aliansyah

INTISARI

Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil merupakan salah satu permasalahan gizi yang memerlukan perhatian serius, khususnya di wilayah dengan keterbatasan akses informasi dan edukasi gizi. Rendahnya tingkat pengetahuan dan pemahaman ibu hamil mengenai pola konsumsi makanan seimbang berkontribusi terhadap meningkatnya risiko terjadinya KEK. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya pengembangan media edukasi yang mampu menyajikan informasi secara jelas, sistematis, serta mudah dipahami oleh sasaran. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan media edukasi berbasis lembar balik mengenai pola konsumsi makanan bagi ibu hamil dengan risiko KEK di wilayah kerja Puskesmas Panumbangan. Jenis penelitian yang digunakan yaitu Research and Development (R&D) menggunakan model ADDIE, yang meliputi tahapan Analysis, Design, Development, Implementation, dan Evaluation. Namun, penelitian ini hanya dibatasi hingga tahap Development. Pada tahap analisis dilakukan identifikasi kebutuhan sasaran dan pemetaan masalah terkait informasi gizi. Tahap desain mencakup penyusunan kerangka materi, rancangan visual, serta alur penyajian informasi yang sesuai dengan karakteristik sasaran. Selanjutnya, tahap pengembangan dilakukan melalui penyusunan produk awal serta proses validasi oleh ahli materi, ahli media, dan ahli bahasa untuk menilai kelayakan isi, kebahasaan, dan tampilan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media edukasi berbasis lembar balik yang dikembangkan mendapatkan persentase validasi ahli materi sebesar 100% dengan kategori sangat layak, ahli media sebesar 84% berkategori sangat layak, dan ahli bahasa sebesar 100% berkategori sangat layak. Selain itu, hasil uji kepada 12 ibu hamil KEK memperoleh persentase kelayakan sebesar 90% dengan kategori sangat baik. Media lembar balik dinilai mudah dipahami, menarik, praktis digunakan, serta membantu ibu hamil dalam memahami pola konsumsi makanan yang tepat untuk mencegah KEK dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci : lembar balik, ibu hamil KEK, media edukasi

ABSTRACT

AZHAR AGIA DZUL ALIANSYAH. *Development Of Flipchart-Based Educational Media Related To Food Consumption Patterns Of Pregnant Women With Kek In The Panumbangan Community Health Center Working Area. Under supervision of HJ. ANI RADIATI*

Chronic Energy Deficiency (CED) in pregnant women is one of the nutritional problems that requires serious attention, especially in areas with limited access to nutrition information and education. The low level of knowledge and understanding of pregnant women regarding balanced food consumption patterns contributes to the increased risk of CED occurring. This condition shows the need for the development of educational media that is able to present information clearly, systematically, and easily understood by the target. This research aims to develop a flip-flop-based educational media regarding food consumption patterns for pregnant women at risk of in the working area of the Panumbangan Health Center. The type of research used is Research and Development (R&D) using the ADDIE model, which consists of Analysis, Design, Development, Implementation, and Evaluation stages. However, this research is limited to the Development stage. At the analysis stage, identification of target needs and mapping of problems related to nutritional information are carried out. The design stage includes the preparation of material frameworks, visual designs, and information presentation flows that are in accordance with the characteristics of the target. Furthermore, the development stage is carried out through the preparation of the initial product and a validation process by material experts, media experts, and linguists to assess the feasibility of content, language, and appearance. The results showed that the developed flipchart-based educational media obtained a validation percentage of 100% from material experts, 84% from media experts, and 100% from language experts, all categorized as valid to highly valid. In addition, the limited trial conducted on 12 pregnant women with CED obtained a feasibility percentage of 90% with a very good category. The flipchart media was considered easy to understand, attractive, practical to use, and helpful in improving pregnant women's understanding of appropriate food consumption patterns to prevent CED in daily life. Therefore, the developed flipchart-based educational media was considered feasible to be used as a nutrition education medium for pregnant women with CED in the working area of the Panumbangan Community Health Center.

Keywords: flipchart, pregnant women with KEK, educational media

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan dan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga Laporan Tugas Akhir dengan judul “Pengembangan Media Edukasi Berbasis Lembar Balik terkait Pola Konsumsi Makanan Ibu Hamil KEK Di Wilayah Kerja Puskesmas Panumbangan” ini dapat diselesaikan dengan baik.

Laporan Tugas Akhir ini terwujud atas bimbingan, pengarahan, dan bantuan dari berbagai pihak. Dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. Dini Mariani. S.Kep., Ners., M.Kep. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Tasikmalaya.
2. Sumarto, S. TP., MP., selaku Ketua Program Studi D-III Gizi Politeknik Kesehatan Tasikmalaya.
3. Pijar Beyna Fatamorgana SKM, M.Sc selaku Dosen Pembimbing Akademik yang selalu memberikan motivasi dan semangat selama proses perkuliahan di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Hj. Ani Radiati, S.Pd, M.Kes, selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan saran dan masukan selama proses penyusunan Laporan Tugas Akhir.
5. Terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada orang tua saya yang selalu memberikan semangat, segala dukungan dan do’a kepada saya tanpa henti baik dalam materi maupun spiritual.
6. Teman-teman seperjuangan yang telah membantu baik secara langsung dan tidak langsung pada proses penyusunan Laporan Tugas Akhir serta pihak lain yang tidak bisa penyusun sebutkan satu persatu.
7. Terakhir, terimakasih untuk diri saya sendiri, yang telah berjuang dengan penuh kesabaran, ketekunan, dan keyakinan dalam menghadapi setiap proses, tantangan, serta rintangan hingga laporan ini dapat terselesaikan dengan baik.

Laporan Tugas Akhir ini sudah dibuat semaksimal mungkin, namun penulis menyadari masih banyak kekurangan baik dalam penyusunan maupun penulisan, Besar harapan penulis bisa lebih baik lagi untuk kedepannya. Semoga Laporan Tugas Akhir ini dapat memberikan wawasan yang lebih luas kepada pembaca dan penulis. Semoga dengan adanya Laporan Tugas Akhir ini Allah SWT senantiasa meridhoi dan akhirnya membawa hikmah bagi semuanya.

Tasikmalaya, 18 Mei 2026

Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|---|-------------|
| HALAMAN PERSETUJUAN | i |
| LEMBAR PENGESAHAN | ii |
| SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA TULIS ILMIAH..... | 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 I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. LATAR BELAKANG | 1 |
| B. RUMUSAN MASALAH | 5 |
| C. TUJUAN | 5 |
| D. MANFAAT PENELITIAN..... | 5 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... | 7 |
| A. TINJAUAN TEORI | 7 |
| 1. Ibu Hamil | 7 |
| 2. KEK | 8 |
| 3. Pola Konsumsi Makanan | 12 |
| 4. Edukasi Gizi sebagai Upaya Pencegahan KEK | 14 |
| 5. Media Edukasi | 16 |
| 6. Media Lembar Balik (<i>Flipchart</i>) | 17 |
| 7. Model ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation)..... | 20 |
| 8. Uji Kelayakan Media | 21 |

| | |
|--|-----------|
| B. KERANGKA TEORI..... | 24 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 25 |
| A. JENIS PENELITIAN | 25 |
| B. WAKTU DAN TEMPAT PENELITIAN | 25 |
| C. POPULASI DAN SAMPEL | 26 |
| 1. Populasi..... | 26 |
| 2. Sampel | 26 |
| 3. Teknik Sampling..... | 27 |
| D. DEFINISI OPERASIONAL | 29 |
| E. TEKNIK PENGUMPULAN DATA..... | 31 |
| 1. Jenis Data | 31 |
| 2. Cara Pengumpulan Data | 31 |
| F. INSTRUMEN PENELITIAN..... | 32 |
| G. PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA | 33 |
| 1. Teknik Pengolahan Data..... | 33 |
| 2. Analisis Data..... | 34 |
| H. JALANNYA PENELITIAN | 35 |
| 1. Tahap Persiapan | 35 |
| 2. Tahap Pelaksanaan..... | 35 |
| 3. Tahap Akhir | 36 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN | 37 |
| A. Hasil | 37 |
| B. Uji Coba Responden..... | 53 |
| C. Pembahasan..... | 55 |
| BAB V SIMPULAN DAN SARAN | 61 |
| A. Simpulan | 61 |
| B. Saran | 62 |
| DAFTAR PUSTAKA | 63 |
| LAMPIRAN | |
| RIWAYAT HIDUP PENULIS | |

DAFTAR TABEL

| | | |
|-----------|---|----|
| Tabel 1. | Kebutuhan Energi dan Protein Ibu Hamil Berdasarkan Trimester Kehamilan..... | 7 |
| Tabel 2. | Definisi Operasional Variabel Penelitian..... | 29 |
| Tabel 3. | Instrumen Penelitian..... | 32 |
| Tabel 4. | Kriteria Persentase Kelayakan Ahli..... | 34 |
| Tabel 5. | Kriteria Persentase Kelayakan Uji Coba Media..... | 35 |
| Tabel 6. | Hasil Pendahuluan Tenaga Kesehatan..... | 38 |
| Tabel 7. | Hasil Analisis Kebutuhan Tenaga Kesehatan..... | 39 |
| Tabel 8. | Hasil Studi Pendahuluan Responden..... | 40 |
| Tabel 9. | Hasil Analisis Kebutuhan Responden..... | 41 |
| Tabel 10. | Materi Lembar Balik..... | 43 |
| Tabel 11. | Hasil Penilaian oleh Ahli Materi..... | 46 |
| Tabel 12. | Saran dan Hasil Perbaikan Media Lembar Balik oleh Ahli Materi..... | 47 |
| Tabel 13. | Hasil Penilaian oleh Ahli Bahasa..... | 49 |
| Tabel 14. | Saran dan Hasil Perbaikan Media Lembar Balik oleh Ahli Bahasa..... | 52 |
| Tabel 15. | Hasil Penilaian oleh Ahli Media..... | 50 |
| Tabel 16. | Saran dan Hasil Perbaikan Media Lembar Balik oleh Ahli Media..... | 51 |
| Tabel 17. | Saran dan Masukan Validasi Ahli..... | 52 |
| Tabel 18. | Karakteristik Responden Uji Coba..... | 54 |
| Tabel 19. | Hasil Uji Coba Responden..... | 55 |

DAFTAR GAMBAR

| | | |
|-----------|---|----|
| Gambar 1. | Kerangka Teori Pengembangan Media Edukasi Berbasis Lembar Balik Terkait Pola Konsumsi Makanan untuk Pencegahan Ibu Hamil KEK..... | 24 |
| Gambar 2. | Tahapan Model ADDIE..... | 25 |
| Gambar 3. | Desain Awal Media Lembar Balik Sebelum Uji Kelayakan..... | 45 |
| Gambar 4. | Desain Akhir Media Lembar Balik Hasil Uji Kelayakan..... | 53 |

DAFTAR LAMPIRAN

1. Jadwal Penelitian
2. Surat Izin Penelitian
3. Lembar Informed Consent (IC) dan Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP)
4. Instrumen Validasi Kelayakan (Ahli Materi) Media Lembar Balik
5. Instrumen Validasi Kelayakan (Ahli Media) Media Lembar Balik
6. Instrumen Validasi Kelayakan (Ahli Bahasa) Media Lembar Balik
7. Instrumen Uji Coba (Responden) Media Lembar Balik
8. Media Lembar Balik
9. Dokumentasi
10. Riwayat Hidup Penulis