

## **PENGEMBANGAN MEDIA BOOKLET MAKANAN BERGIZI KELAS 3 MATA PELAJARAN PJOK DI SEKOLAH DASAR**

Uswatun Hasanah<sup>1</sup>, Prayogi Dwina Angga<sup>2</sup>, Moh Irawan Zain<sup>3</sup>  
PGSD JIP FKIP Universitas Mataram, Indonesia

Email : uswatunhasanah060601@gmail.com<sup>1</sup>, prayogi.angga@unram.ac.id<sup>2</sup>,  
irawanzain\_fkip@unram.ac.id<sup>3</sup>

### **ABSTRACT**

*The purpose of research and development is to produce products in the form of nutritious food booklet media, to find out how to make nutritious food booklet media, to test its validity and feasibility. The method used in this research is research and development (R & D) using the Thiagarajan 4D model consisting of 4 stages, namely define, design, develop and disseminate. The validity or final results of the research on the development of nutritious food booklet media developed the criteria "very valid". The research results provided at the validation stage by media expert 1 and media expert 2 had a percentage score of 87% with the criteria "very valid". Meanwhile, material expert 1 and material expert 2 scored a percentage of 93.3% with the criteria "very valid". The teacher's response to the nutritious food booklet media with the theme 4 My Obligations and Rights at SDN 2 Kekerri received a score from the class teacher and PJOK teacher, namely a percentage score of 89.3% with the criteria "very practical". The response from students in small group trials was 87.99% and in large group trials the percentage was 90.87% with the criteria "very practical". The media developed is in the form of booklet media with product specifications including booklet cover, how to use booklet media, table of contents, learning objectives, booklet material content, crossword puzzles, conclusions, bibliography and author biodata.*

**Keywords:** *Booklet, Food, Nutrition, Elementary School.*

### **ABSTRAK**

Tujuan penelitian dan pengembangan adalah untuk menghasilkan produk berupa media *booklet* makanan bergizi, untuk mengetahui cara pembuatan media *booklet* makanan bergizi, untuk menguji kevalidan dan kelayakannya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *research and development* (R & D) dengan menggunakan model 4D Thiagarajan terdiri dari 4 tahapan yaitu *define* (pendefinisian), *design* (perancangan), *develop* (pengembangan), dan *disseminate* (penyebaran). Kevalidan atau hasil akhir dari penelitian terhadap pengembangan media *booklet* makanan bergizi yang dikembangkan kriteria "sangat valid". Hasil penelitian yang diberikan pada tahap validasi ahli media 1 dan ahli media 2 skor persentase 87% dengan kriteria "sangat valid". Sedangkan ahli materi 1 dan ahli materi 2 skor persentase 93,3% dengan kriteria "sangat valid". Respon guru terhadap media *booklet* makanan bergizi tema 4 kewajiban dan hakku di SDN 2 Kekerri mendapatkan nilai dari guru kelas dan guru PJOK yaitu skor persentase sebesar 89,3% dengan kriteria "sangat praktis". Respon peserta didik uji coba kelompok kecil 87,99% dan uji coba kelompok besar yaitu persentase sebesar 90,87% dengan kriteria "sangat praktis". Media yang dikembangkan berupa media *booklet* dengan spesifikasi produk diantaranya *cover*

*booklet*, cara penggunaan media *booklet*, daftar isi, tujuan pembelajaran, isi materi *booklet*, teka-teki silang, kesimpulan, daftar pustaka dan biodata penulis.

**Kata Kunci :** *Booklet*, Makanan, Gizi, Sekolah Dasar.

### **A. Pendahuluan**

Pembangunan dalam aspek kesehatan nasional yang menyeluruh dan terintegrasi yang didukung oleh sistem kesehatan nasional yang mapan menjadi salah satu unsur kesejahteraan umum yang mesti diwujudkan dengan berbagai upaya. Namun, sampai saat ini terdapat beberapa masalah utama di bidang kesehatan, salah satunya adalah masalah gizi buruk. Perhatian terhadap masalah gizi buruk ini perlu menjadi prioritas agar dapat meningkatkan indeks pembangunan manusia (IPM) dan mewujudkan Indonesia bermutu dan berkualitas tinggi. Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS, 2018) menerangkan bahwa angka kasus *stunting* secara nasional rata-rata sebanyak 30,8% di NTB sebanyak 33,49%, 1 dari 3 anak di NTB rentan akan mengalami penyakit *stunting* dan gizi buruk. Dengan tingginya angka kasus *stunting* dan gizi buruk tersebut menunjukkan kondisi kesehatan anak di NTB sangat memprihatinkan dan diperlukan perhatian yang serius karena akan berpengaruh pada

kualitas generasi penerus dan kesehatan masyarakat luas secara merata.

Permasalahan gizi di sekolah, anak-anak sering kali dikaitkan dengan kebiasaan makan dan pola konsumsi yang tidak sehat di rumah dan di sekolah. Pola pilihan makanan yang tidak sehat dapat merugikan kesehatan pada tubuh seperti makanan cepat saji (*fast food*) dan makanan berminyak (*greasy food*) yang apabila dilihat dari kandungan gizinya banyak menyimpan lemak. Selain itu juga, jajanan dan makanan yang tidak sehat tidak mengenyangkan dan banyak mengandung bahan berbahaya seperti pengawet dan pewarna makanan, penguat rasa dan lainnya (Nuryanto dkk., 2014). Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi gizi seseorang ialah kurang akan kesadaran pengetahuan tentang gizi. Pengetahuan gizi akan mempengaruhi asupan makanan yang masuk ke dalam tubuh, karena pengetahuan gizi memberikan informasi yang berhubungan dengan gizi, makanan dan hubungannya

dengan kesehatan (Aulia, 2021). Selain itu, faktor yang mempengaruhi gizi adalah kurangnya asupan gizi yang disebabkan karena terbatasnya jumlah makanan yang dikonsumsi tidak terpenuhinya unsur gizi yang dibutuhkan (Saptikasari, 2018). Gizi yang kurang dapat menyebabkan efek buruk jangka panjang yang bisa ditimbulkan adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan risiko tinggi timbulnya diabetes, obesitas, jantung, dan penyakit pembuluh darah, kanker, stroke dan kecacatan di usia tua (Pratiwi, 2021). Asupan zat gizi yang harus dipenuhi untuk anak usia sekolah dasar antara lain energi, protein, lemak, karbohidrat, serat, air, vitamin dan mineral (Kemenkes, 2019).

Dalam meningkatkan kualitas pembelajaran salah satu cara untuk membantu seorang guru adalah dengan memanfaatkan penggunaan media pembelajaran (Saputra, Makki & Zain, 2022). Salah satu cara upaya untuk meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar terkait informasi dan pendidikan gizi yaitu dengan menggunakan media pembelajaran *booklet*. *Booklet* merupakan sebuah

media cetak yang berupa buku yang berfungsi memberikan informasi apa saja yang ingin disampaikan oleh pembuat (Jalil, 2023). Dengan adanya *booklet* ini diharapkan mampu membantu siswa dalam memberikan pengetahuan serta pemahaman tentang makanan bergizi. Dengan adanya media *booklet* makanan bergizi diharapkan dapat menunjang serta memberikan pemahaman siswa terhadap tujuan pembelajaran. Manfaat dari media *booklet* adalah informasi yang termuat di dalam *booklet* secara jelas, singkat dan dilengkapi dengan gambar serta teks. Yang dimana ukuran *booklet* yang kecil sehingga mengakibatkan *booklet* mudah dibawa oleh karna itu *booklet* dapat dibawa dimanapun dan dipelajari dimanapun, di dalam *booklet* terdapat gambar, foto dan teks yang memudahkan pembaca untuk memahami informasi yang disajikan dengan cara yang tidak membosankan yang mencakup grafik, teks, dan foto-foto yang menarik perhatian pembaca (Dewi, Hamidah & Sukmono, 2020).

## **B. Metode Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah

penelitian dan pengembangan, atau R&D (*Research and Development*) yang menghasilkan sebuah produk pendidikan dengan menggunakan model 4D (*define, design, develop, and dissemination*) yang dikembangkan oleh Thiagarajan. (1) Tahap *define* (pendefinisian), pada tahapan ini, langkah yang dilakukan yaitu mendefinisikan serta membatasi apa saja yang menjadi ruang lingkup dalam mengembangkan *booklet*. Pada tahapan ini dibagi menjadi tiga tahapan, yaitu: a) melakukan analisis kebutuhan, dalam tahap analisis kebutuhan peneliti melakukan kegiatan wawancara dengan guru kelas dan guru olahraga untuk mengetahui kegiatan pembelajaran terkait materi serta media pembelajaran yang digunakan di kelas 3 SDN 2 Keker. b) menentukan tujuan pembelajaran, peneliti menjabarkan tujuan pembelajaran yang terdapat pada Tema 4 “Kewajiban dan Hakku” sub tema 3 “Kewajiban dan Hakku dalam Bertanggung” pada pembelajaran 2 KD 3.9 dan 4.9. c) menentukan isi pembelajaran dan urutan isi dari *booklet* makanan bergizi, materi pembelajaran yang dianalisis pada Tema 4 “Kewajiban dan Hakku” di

sub tema 3 “Kewajiban dan Hakku dalam Bertanggung” pada pembelajaran 2, disusun mulai dari pengertian makanan bergizi, kandungan zat gizi pada makanan bergizi, contoh bahan makanan bergizi, isi piringku, pengertian makanan tidak sehat, kandungan bahan makanan tidak sehat, contoh makanan yang tidak sehat, dampak makanan yang tidak sehat, ciri-ciri makanan bergizi dan ciri-ciri makanan tidak sehat. (2) Tahap *design* (perancangan), pada tahapan ini yang dilakukan peneliti adalah membuat rancangan awal komponen *booklet* makanan bergizi adalah menyusun rancangan awal produk. (3) Tahap *Develop* (Pengembangan), melalui tahap *develop booklet* sebagian besar telah disusun, namun belum jadi sepenuhnya maka dilakukan perbaikan sehingga menciptakan media pembelajaran yang optimal. Adapun langkah-langkah yang harus dilakukan oleh peneliti pada tahapan ini adalah a) pembuatan produk, b) melakukan validasi, c) merevisi hasil validasi, d) melakukan uji coba, e) menganalisis dan merevisi hasil uji coba, dan f) menghasilkan produk berupa *booklet*. (4) Tahap *Dessiminate* (Penyebaran),

Produk dapat dikatakan mencapai tahap akhir produksi ketika pengujian pada tahap pengembangan (*develop*) mendapatkan produk yang memperoleh nilai positif dari para ahli. Setelah produk terbukti layak untuk digunakan, maka media pembelajaran siap untuk disebarluaskan.

Tempat penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti di kelas 3 SDN 2 Keker, Kec. Gunungsari, Kab. Lombok Barat. Waktu pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada bulan November-Desember tahun ajaran 2023/2024. Subjek dalam penelitian ini adalah 23 siswa kelas 3 di SDN 2 Keker Tahun Pelajaran 2023/2024. Objek dalam penelitian ini merupakan media pembelajaran *booklet* makanan bergizi pada mata pelajaran PJOK Tema 4 “Kewajiban dan Hakku” subtema 3 “Kewajiban dan Hakku dalam Bertanggung” pembelajaran 2 di sekolah dasar kelas 3. Media pembelajaran *booklet* ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan atau edukasi kepada siswa tentang makanan bergizi pada KD 3.9 dan 4.9. Jenis penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif dan kuantitatif. Penelitian kualitatif digunakan untuk menganalisis data

yang diperoleh dari diperoleh dari hasil angket validitas ahli materi, hasil ahli media, angket respon guru dan siswa. Sedangkan penelitian kuantitatif digunakan untuk mengolah data dari hasil validasi ahli materi, hasil validasi ahli media, angket respon guru dan siswa. Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket validasi ahli materi, ahli media, angket respon guru dan angket respon siswa kelas 3 sebagai pengguna produk. Skor yang didapatkan dari keseluruhan aspek yang ada di angket akan dihitung dan dipresentasikan menggunakan rumus di bawah ini:

$$P = \frac{\sum x}{\sum xi} x 100\%$$

Keterangan :

P = Persentase kevalidan

$\sum x$  = Jumlah skor yang didapat

$\sum xi$  = Skor maksimal

100% = Konstanta

Validasi instrumen penelitian meliputi beberapa pertanyaan. Dalam angket validasi, ahli menilai kategori penelitian dengan memberi tanda “√” berdasarkan skala likert dengan 5 skor penilaian sebagai berikut:

**Tabel 1. Kategori Lembar Validasi**

Skor	Kriteria
5	Sangat Valid
4	Valid
3	Cukup Valid
2	Kurang Valid
1	Sangat Kurang

**Tabel 2. Kualifikasi Tingkat Kepraktisan Berdasarkan Persentase**

Presentase	Kriteria
85-100	Sangat Praktis
70-84	Praktis
55-69	Cukup Praktis
41-54	Kurang Praktis
< 40	Sangat Kurang

### C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Produk hasil penelitian ini berupa pengembangan media *booklet* makanan bergizi kelas 3 mata pelajaran PJOK di sekolah dasar dengan materi makanan bergizi. Penelitian pengembangan media *booklet* ini menggunakan model 4D, pada penelitian ini terdapat 4 tahapan yaitu *define* (pendefinisian), *design* (perancangan), *develop* (pengembangan) dan *disseminate* (penyebaran). Data hasil setiap tahapan prosedur penelitian yang telah dilakukan adalah sebagai berikut:

#### Hasil

##### 1. *Define* (Pendefinisian)

Pada tahapan ini dilakukan tiga tahapan yaitu :

- a) Analisis Kebutuhan

Analisis kebutuhan merupakan tahapan awal dalam mengembangkan suatu produk. Tujuan dari analisis kebutuhan ini adalah untuk mengetahui apakah produk yang dikembangkan dapat memenuhi kebutuhan dari pengguna produk tersebut. Instrumen analisis kebutuhan adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data tentang kebutuhan seseorang atau sekelompok orang. Instrumen analisis kebutuhan yang digunakan penelitian ini berupa wawancara. Pada tahap analisis kebutuhan peneliti melakukan kegiatan wawancara dengan guru kelas dan guru PJOK untuk mengetahui kegiatan proses pembelajaran terkait materi serta media pembelajaran yang digunakan di kelas 3 SDN 2 Keker. Berdasarkan hasil dari wawancara tersebut dapat disimpulkan pada saat guru menyampaikan materi pembelajaran makanan bergizi guru hanya menggunakan buku tema.

b) Menentukan Tujuan Pembelajaran

Peneliti menjabarkan tujuan pembelajaran yang terdapat pada Tema 4 sub tema 3 pada pembelajaran 2 KD 3.9 dan 4.9 yang dimana tujuan pembelajaran disesuaikan dengan indikator pencapaian kompetensi yang telah ditentukan sebelumnya, sehingga tujuan pembelajaran ini yang akan dicapai oleh siswa.

Pembelajaran Ke-	Tujuan Pembelajaran
	makanan bergizi untuk menjaga kesehatan tubuh dengan baik
2.)	Dengan berdiskusi tentang manfaat memilih makanan bergizi, siswa mampu menceritakan manfaat memilih makanan bergizi untuk menjaga kesehatan tubuh dengan baik

c) Menentukan Isi Pembelajaran dan Urutan Isi dari *Booklet* Makanan Bergizi

Materi pembelajaran yang dianalisis pada Tema 4 “Kewajiban dan Hakku” di sub tema 3 “Kewajiban dan Hakku dalam Bertetangga” pada pembelajaran 2, materi makanan bergizi disusun mulai dari pengertian makanan bergizi, kandungan zat gizi pada makanan bergizi, contoh bahan makanan bergizi, isi piringku, pengertian makanan tidak sehat, kandungan bahan makanan tidak sehat, contoh makanan yang tidak sehat, dampak makanan yang tidak sehat, ciri-ciri makanan bergizi dan ciri-ciri makanan tidak sehat.

**Tabel 3. KD dan Indikator**

Kompetensi Dasar	Indikator
3.9 Memahami perlunya memilih makanan bergizi dan jajanan sehat untuk menjaga kesehatan tubuh	3.9.1 Menjelaskan manfaat memilih makanan bergizi untuk menjaga kesehatan tubuh
4.9 Menceritakan perlunya memilih makanan bergizi dan jajanan sehat untuk menjaga kesehatan tubuh	4.9.1 Menceritakan manfaat memilih makanan bergizi untuk menjaga kesehatan tubuh

**Tabel 4. Tujuan Pembelajaran**

Pembelajaran Ke-	Tujuan Pembelajaran
Kedua	1.) Dengan membaca <i>booklet</i> terkait makanan bergizi, siswa mampu menjelaskan manfaat memilih

2. *Design* (Perancangan)

Dalam merancang *booklet*, hal yang terlebih dahulu peneliti

temtukan adalah ukuran dari media *booklet* yaitu 15,5 x 21 cm, selanjutnya menentukan warna *background* yang akan digunakan yaitu warna biru. Setelah menentukan warna *background*, kemudian peneliti menentukan gambar, gaya format tulisan yang digunakan peneliti ialah dengan menggunakan jenis huruf *Open Sans Extra Bold*, serta isi *booklet* sesuai dengan materi makanan bergizi, peneliti menjabarkan materi mulai dari pengertian makanan bergizi, kandungan zat gizi pada makanan bergizi, contoh bahan makanan bergizi, isi piringku, pengertian makanan tidak sehat, kandungan bahan makanan tidak sehat, contoh makanan yang tidak sehat, dampak makanan yang tidak sehat, ciri-ciri makanan bergizi dan ciri-ciri makanan tidak sehat.

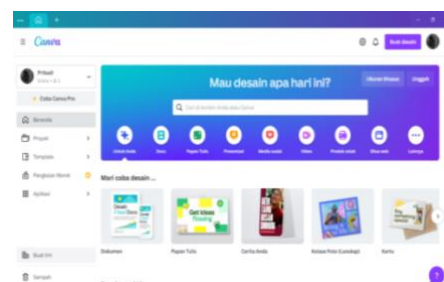
### 3. *Develop* (Pengembangan)

Pada tahapan pengembangan kegiatan yang dilakukan ialah mengembangkan media *booklet* makanan bergizi kelas 3 mata pelajaran PJOK di sekolah dasar yang telah dirancang. Melalui tahap *design booklet* sebagian besar telah disusun, namun belum

jadi sepenuhnya maka dilakukan perbaikan sehingga menciptakan media pembelajaran yang optimal. Adapun langkah-langkah yang harus dilakukan oleh peneliti pada tahapan ini adalah a) pembuatan produk, b) melakukan validasi, c) merevisi hasil validasi, d) melakukan uji coba, e) menganalisis dan merivisi hasil uji coba, dan f) menghasilkan produk berupa *booklet*.

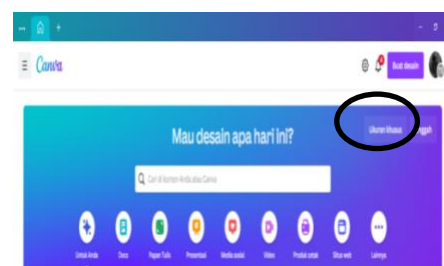
Pembuatan Produk :

- Buka aplikasi *Canva* di [www.canva.com/id\\_id/](http://www.canva.com/id_id/).
- *Login* di *Canva*



Gambar 1. Tampilan Awal *Canva*

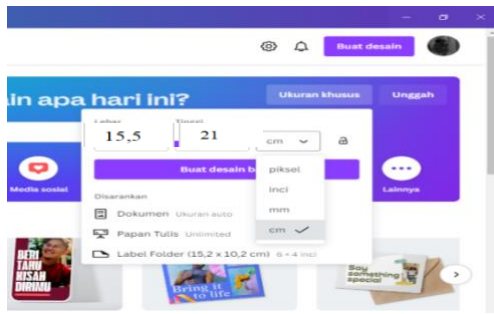
- Klik tanda "ukuran khusus", seperti pada gambar.



Gambar 2. Menentukan Ukuran *Canva*

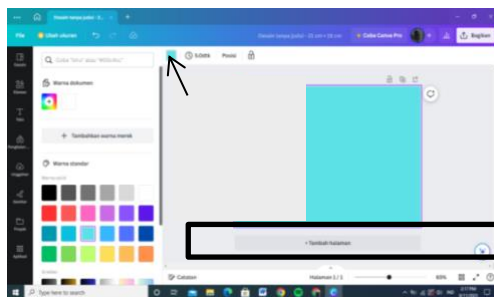
- Ketik ukuran 15,5 x 21 cm.





Gambar 3. Memasukkan Ukuran 1,5 x 21 cm

- Pilih warna *background* sesuai dengan keinginan, dengan cara mengklik seperti yang ada di gambar



Gambar 4. Menentukan Warna *Background*

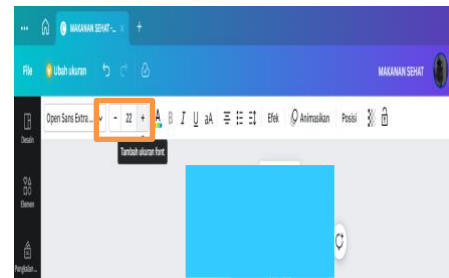
- Untuk menambahkan teks, dengan cara mengklik tanda "T" setelah itu klik bagian "Tambahkan kotak teks" seperti gambar



Gambar 5. Petunjuk Cara Menambahkan Teks

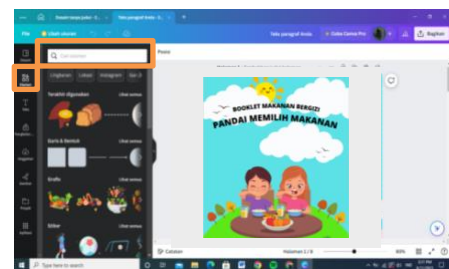
- Cara untuk menyesuaikan ukuran huruf dengan cara

mengklik tanda "-" dan "+" sesuai dengan gambar



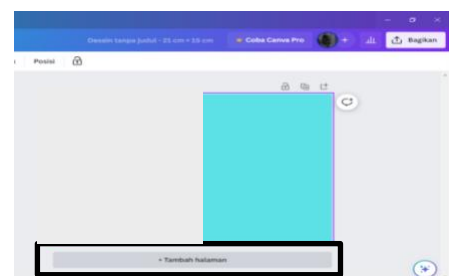
Gambar 6. Menyesuaikan Ukuran Teks

- Dengan menambahkan elemen gambar, dengan mengklik bagian "elemen" lalu klik pada bagian yang ditandai dengan gambar yang diinginkan



Gambar 7. Petunjuk Menambahkan Elemen Gambar

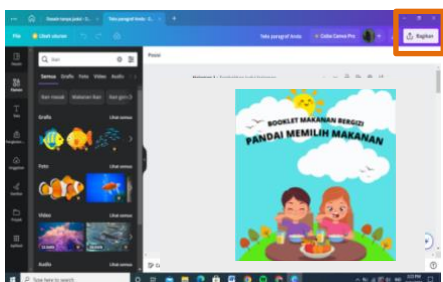
- Membuat halaman baru dengan cara mengklik pada bagian "+ Tambah halaman".



Gambar 8. Petunjuk Menambahkan Halaman

- Jika desain *booklet* sudah selesai dapat disimpan,

dengan cara mengklik bagian “bagikan” di sebelah



Gambar 9. Petunjuk Menyimpan *Booklet*

Validasi desain, pengembangan media *booklet* makanan bergizi kelas 3 mata pelajaran PJOK di sekolah dasar diuji oleh 2 ahli yaitu 2 ahli materi dan ahli media. Tujuan dilakukannya validasi ahli adalah untuk menguji kevalidan dari media yang telah dikembangkan sehingga layak di uji cobakan kepada siswa. Penilaian dilakukan dengan menunjukkan produk kepada ahli untuk kemudian divalidasi berdasarkan pertanyaan yang telah disiapkan oleh peneliti. Pertanyaan tersebut dikembangkan dari 3 aspek utama yaitu aspek materi, aspek bahasa, dan aspek penyajian. Adapun rekapitulasi hasil penelitian dari validator ahli materi dapat dilihat pada tabel 5 dan tabel 6 :

**Tabel 5. Hasil Validasi Ahli Materi Per Aspek**

Aspek	Hasil	Skor Maksimal	%	Kriteria
Materi	51	60	85%	Sangat Valid
Bahasa	30	30	100%	Sangat Valid
Penyajian	19	20	95%	Sangat Valid
Jumlah	100	110	93,3%	Sangat Valid

Pada tabel 5 ditunjukkan hasil validasi ahli materi yang dijabarkan peraspek penilaian. Untuk aspek materi diperoleh skor hasil 51 dengan nilai skor maksimal 60 sehingga mendapatkan persentase 85% dengan kriteria sangat valid. Pada aspek bahasa diperoleh skor hasil 30 dengan nilai skor maksimal 30 sehingga mendapatkan persentase 100% dengan kriteria sangat valid. Adapun aspek penyajian diperoleh skor hasil 19 dengan nilai skor maksimal 20 sehingga mendapatkan persentase 95% dengan kriteria sangat valid.

**Tabel 6. Hasil Validasi Ahli Media Per Aspek**

Aspek	Hasil	Skor Maksimal	%	Kriteria
Desain Materi	27	30	90%	Sangat Valid
Desain Isi	17	20	85%	Sangat Valid
Kepraktisan	43	50	86%	Sangat Valid

Aspek	Hasil	Skor Maksimal	%	Kriteria
Jumlah	87	110	87%	Sangat Valid

Pada tabel 6 ditunjukkan hasil validasi ahli media yang dijabarkan peraspek penilaian. Untuk aspek desain materi diperoleh skor hasil 27 dengan nilai skor maksimal 30 sehingga mendapatkan persentase 90% dengan kriteria sangat valid. Pada aspek desain isi diperoleh skor hasil 17 dengan nilai skor maksimal 20 sehingga mendapatkan persentase 85% dengan kriteria sangat valid. Adapun aspek kepraktisan diperoleh skor hasil 43 dengan nilai skor maksimal 50 sehingga mendapatkan persentase 86% dengan kriteria sangat valid. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Putri & Saino, 2020) menyatakan bahwa pengembangan *booklet* sangat layak dipergunakan sebagai media pembelajaran.

Revisi Hasil Validasi, media makanan bergizi berupa *booklet* yang sudah di validasi oleh para ahli, selanjutnya media di revisi sesuai dengan masukan dari para

validator ahli. Hasil validasi tersebut memberikan informasi kepada peneliti mengenai kekurangan pada produk media yang telah dikembangkan.

Uji Coba, setelah dilakukannya uji kelayakan produk dan kemudian direvisi sesuai masukan dan saran dari para validator ahli, langkah selanjutnya yaitu melakukan uji coba produk pada semua peserta didik kelas 3 SDN 2 Kekerri. Uji coba produk dilakukan sebanyak 2 kali tahapan yaitu, uji coba kelompok kecil dengan melibatkan 7 siswa dan uji coba kelompok besar oleh 16 siswa kelas 3 SDN 2 Kekerri. Uji coba kelompok kecil dilakukan dengan cara melibatkan 7 siswa sedangkan uji coba kelompok besar melibatkan 16 siswa dimana siswa diberikan media *booklet*. Setelah siswa selesai menggunakan media, siswa kemudian diarahkan untuk mengisi angket yang sudah disediakan dapat dilihat pada tabel 7 :

**Tabel 7. Hasil Uji Coba**

Pernyataan	Skor Hasil	Skor Maksimal	%	Kriteria
Hasil uji coba kelompok kecil	308	350	87,99 %	Sangat Prak

Pernyataan	Skor Hasil	Skor Maksimal	%	Kriteria
Hasil uji coba kelompok	727	800	90,87 %	Sangat Praktis

Aspek	Hasil	Skor Maksimal	%	Kriteria
Jumlah	100	110	89,3%	Sangat Valid

Berdasarkan hasil uji coba yang dilakukan pada kelompok kecil pada media *booklet* dengan melibatkan 7 siswa, diperoleh skor hasil sebesar 308 dari skor maksimal 350 dengan persentase 87,99%. Apabila mengacu pada interpretasi terhadap persentase yang ada maka dapat disimpulkan bahwa media *booklet* sangat praktis untuk digunakan.

Berdasarkan hasil uji coba yang dilakukan pada kelompok besar pada media *booklet* dengan melibatkan 16 siswa, diperoleh skor hasil sebesar 727 dari skor maksimal 800 dengan persentase 90,87%. Apabila mengacu pada interpretasi terhadap persentase yang ada maka dapat disimpulkan bahwa media *booklet* sangat praktis untuk digunakan.

**Tabel 8. Hasil Respon Guru Per Aspek**

Aspek	Hasil	Skor Maksimal	%	Kriteria
Isi Materi	52	60	86,6%	Sangat Valid
Desain Media	46	50	92%	Sangat Valid

Pada tabel 8 ditunjukkan hasil respon guru yang dijabarkan peraspek penilaian. Untuk aspek isi materi diperoleh skor hasil 52 dengan nilai skor maksimal 60 sehingga mendapatkan persentase 86,6% dengan kriteria sangat praktis. Pada aspek desain media diperoleh skor hasil 46 dengan nilai skor maksimal 50 sehingga mendapatkan persentase 92% dengan kriteria sangat praktis.

Revisi Hasil Uji Coba, setelah melakukan uji coba pemakaian dan mendapat respon dari guru dan siswa, selanjutnya produk atau media direvisi untuk menyempurnakan produk. Perbaikan atau revisi ini dilakukan apabila dalam uji coba pemakaian didapatkan kelemahan atau kekurangan media yang dikembangkan. Pada penelitian ini tidak ada dilakukan perbaikan atau revisi pada hasil uji coba.

Menghasilkan Produk, setelah dilakukannya validasi oleh ahli dan uji coba serta melakukan

revisi atau perbaikan media *booklet* makanan bergizi, maka dihasilkan produk dengan nilai dari validasi materi 93,3% dengan kriteria sangat layak, validasi media 87% dengan kriteria sangat layak, dilakukan uji coba kelompok kecil memperoleh nilai 87,99% dengan kriteria sangat praktis, uji coba kelompok besar memperoleh nilai 90,87% dengan kriteria sangat prktis dan respon guru diperoleh skor hasil sebesar 89% dengan kriteria sangat praktis.

### **Pembahasan**

Produk yang dikembangkan pada penelitian ini sesuai dengan menggunakan langkah-langkah model 4D yang terdiri dari 4 tahapan yaitu *define* (pendefinisian), *design* (perancangan), *develop* (pengembangan) dan *disseminate* (penyebaran). Alasan peneliti memilih menggunakan model 4D dikarenakan model 4D ini tersusun secara terprogram dengan urutan kegiatan yang sistematis dalam upaya pemecahan masalah belajar yang

sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik siswa.

Hasil pengembangan ini berupa media *booklet* yang terdiri dari *cover booklet*, cara penggunaan media *booklet*, daftar isi, tujuan pembelajaran, isi materi *booklet*, teka-teki silang, kesimpulan, daftar pustaka dan biodata penulis. *Booklet* makanan bergizi mempunyai 29 halaman dengan ukuran 15,5 x 21 cm. *Booklet* makanan bergizi dicetak menggunakan kertas *art paper* dan didesain semenarik mungkin.

*Booklet* makanan bergizi sangat membantu siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran (Violla & Fernandes, 2021), selain ukuran yang kecil *booklet* dapat dibawa kemana-kemana sehingga siswa dapat membaca *booklet* dimana dan kapan saja (Fatmawati, 2020). Isi dari *booklet* yang tidak terlalu banyak (Ananda, Ardhyantama, & Sugiono, 2020), dan disertai dengan gambar yang menarik, maka akan membuat siswa tidak gampang jenuh (Hanifah, Afrikani & Yani, 2020).

#### 4. *Disseminate* (Penyebaran)

Tahapan terakhir dalam pengembangan 4D adalah penyebaran. Pembuatan produk ini dilakukan apabila produk yang telah diuji coba dinyatakan praktis dan layak untuk disebar. peneliti melakukan penyebaran produk *disseminate* terbatas terhadap siswa kelas 3 SDN 2 Kekerri dan guru kelas juga agar bisa dijadikan sebagai sumber belajar tambahan untuk sekolah.

#### **D. Kesimpulan**

Pengembangan media pembelajaran pada penelitian dan pengembangan ini menggunakan model penelitian 4D. Media yang dikembangkan berupa media *booklet* muatan PJOK kelas 3 sekolah dasar, dengan spesifikasi produk diantaranya *cover booklet*, cara penggunaan media *booklet*, daftar isi, tujuan pembelajaran, isi materi *booklet*, teka-teki silang, kesimpulan, daftar pustaka dan biodata penulis. Hasil penelitian yang diberikan pada tahap validasi ahli media 1 dan ahli media 2 skor persentase 87% dengan kriteria "sangat valid". Sedangkan ahli materi 1 dan ahli materi 2 skor presentase 93,3% dengan kriteria "sangat valid".

Respon guru terhadap media *booklet* makanan bergizi tema 4 kewajiban dan hakku di SDN 2 Kekerri mendapatkan nilai dari guru kelas dan guru PJOK yaitu skor persentase sebesar 89,3% dengan kriteria "sangat praktis". Respons peserta didik uji coba kelompok kecil 87,99% dan uji coba kelompok besar yaitu persentase sebesar 90,87% dengan kriteria "sangat praktis". Oleh karena itu, produk yang dikembangkan valid dan prktis digunakan sebagai media pembelajaran selanjutnya.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ananda, R. A., Ardhyantama, V. & Sugiono. (2020). Pengembangan Media Booklet untuk Meningkatkan Hasil Belajar Matematika Segi Banyak. *Jurnal Ilmiah Kependidikan*. 9(3). 254-264.
- Aulia, R. N. (2021). Peran Pengetahuan Gizi Terhadap Asupan Energi, Status Gizi dan Sikap Tentang Gizi Remaja. *Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan*. 2(2), 31-35.
- Dewi, B., Hamidah, A., & Sukmono, T. (2020). Pengembangan Booklet Keanekaragaman Kupu-Kupu Di Kabupaten Kerinci dan Sekitarnya Sebagai Sumber Belajar Pada Materi Animalia Kelas X SMA. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi*. 6(4), 492-506.
- Fatmawati, D. P. (2020). Implementasi Media Booklet Timbul berbasis Braille Materi

- Kenampakan Alam Provinsi Jawa Timur. *Jurnal Skripta*. 6(1). 13-19.
- Hanifah., Afrikani, T., & Yani, I. (2020). Pengembangan Media Ajar *E-Booklet* Materi Plantae untuk Meningkatkan Hasil Belajar Biologi Siswa. *Journal of Biology Education Research*. 1(1). 10-16.
- Jalil, A. (2023). Pengembangan Media Smart *Booklet* untuk Menumbuh Kembangkan Motivasi Belajar Siswa Kelas 4 Sekolah Dasar. *Jurnal Guru Kita PGSD*. 7(5), 303-311.
- Kemenkes, RI. Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia. Diakses pada tanggal 26 Juni 2023 dari <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/138621/permenkes-no-28-tahun-2019>.
- Nuryanto. Pramono, A., Puruhita, N., & Muis, S.F., (2014). Pengaruh Pendidikan Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia*. 3(1), 32-36.
- Saputra, D., Makki, M., & Zain, M., I. (2022). Pengembangan Media Pembelajaran *Big Book* Dongeng Monyet dan Kura-kura Mata Pelajaran PPKN. *Journal of Classroom Action Research*. 4(2). 75-80.
- Septikasari, M. (2018). *Status Gizi Anak dan Faktor yang Mempengaruhi*. Yogyakarta: UNY Press
- Riskesdas. 2018. *Laporan Provinsi Nusa Tenggara Barat Riskesdas* 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan dan Kesehatan, Jakarta.
- Pratiwi. (2021). Dampak Status Gizi Pendek (Stunting) terhadap Prestasi Belajar : A Literature Review. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*. 12(2), 10-23.
- Putri, N, M., & Saino, S. (2020). Pengembangan *Booklet* sebagai Media Pembelajaran pada Mata Pelajaran Pengelolaan Bisnis Ritel Materi Perlindungan Konsumen Kelas XI BDP di SMKN Mojiang. *Jurnal Pendidikan Tata Niaga*. 8(3). 925-931.
- Violla, R. & Fernandes, R. (2021). Efektivitas Media Pembelajaran *E-Booklet* dalam Pembelajaran Daring untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Sosiologi. *Jurnal Sikola: Jurnal Kajian Pendidikan dan Pembelajaran*. 3(1). 13-24.