

**TUGAS AKHIR**

**VIDEO GIZI SEIMBANG UNTUK ANAK SEKOLAH DASAR**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Ahli Madya Gizi



**RIKA AFIFAH DEWI**

**P07131115038**

**PRODI D-III  
JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
YOGYAKARTA  
TAHUN 2018**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**Tugas Akhir**  
**“Video Gizi Seimbang Untuk Anak Sekolah Dasar”**

**Disusun oleh :**  
**RIKA AFIFAH DEWI**  
**NIM. P07131115038**


**Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :**  
.....

**Menyetujui,**

**Pembimbing Utama,**

**Pembimbing Pendamping,**

  
**DR. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si**  
**NIP. 196303241986031001**

  
**Ir. Herawati, M.Kes**  
**NIP. 195501141978012001**



**DR. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si**  
**NIP. 196303241986031001**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**TUGAS AKHIR**

**“Video Gizi Seimbang Untuk Anak Sekolah Dasar”**

Disusun oleh :

**RIKA AFIFAH DEWI**

**NIM. P07131115038**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 09 Juli 2018

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

Ketua,

**DR. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si**

**NIP. 196303241986031001**

Anggota,

**Almira Sitasari, S. Gz, MPH**

**NIP. 198703042015032004**

Anggota,

**Ir. Herawati, M.Kes**

**NIP. 195501141978012001**



**DR. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si**

**NIP. 196303241986031001**

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

**Tugas Akhir ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.**

**Nama : Rika Afifah Dewi**

**NIM : P07131115038**

**Tanda tangan:** *Rika*

**Tanggal :**

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

---

Nama : Rika Afifah Dewi  
NIM : P07131115038  
Program Studi : Diploma III  
Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul :

Video Gizi Seimbang Untuk Anak Sekolah Dasar

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : .....

Pada tanggal : .....

Yang menyatakan



(.....)

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir (TA) ini. Penulisan Tugas Akhir (TA) ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi DIII Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Tugas Akhir (TA) ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari Bapak DR. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si selaku pembimbing utama dan Ibu Ir. Herawati, M.Kes selaku pembimbing pendamping serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Bapak Joko Susilo, SKM, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Bapak DR. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si selaku Ketua Jurusan.
3. Bapak Nur Hidayat, SKM, M.Kes selaku Ketua Prodi.
4. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral.
5. Sahabat PKM Dita, Nia, Putnil, dan Tami, yang telah memberikan dukungan dalam pembuatan Tugas Akhir (TA) ini.
6. Teman-teman penulis yang telah banyak membantu dalam penulisan Tugas Akhir (TA) ini.

Akhir kata penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir (TA) ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, Juli 2018

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRACT .....	xiii
ABSTRAK .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Ruang Lingkup.....	4
E. Manfaat Penelitian .....	4
F. Keaslian Penelitian.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
A. Uraian Teori .....	6
B. Kerangka Teori.....	19
C. Pertanyaan Penelitian .....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>21</b>
A. Model Pengembangan .....	21
B. Waktu Penelitian .....	21
C. Batasan Istilah .....	21
D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	22
E. Instrumen Penelitian.....	22
F. Uji Validitas Instrumen .....	22
G. Prosedur Pembuatan Video Gizi Seimbang.....	23
<b>BAB IV HASIL &amp; PEMBAHASAN.....</b>	<b>28</b>
A. Video Gizi Seimbang .....	28
B. Uji Validitas .....	44
<b>BAB V KESIMPULAN &amp; SARAN .....</b>	<b>48</b>
A. Kesimpulan .....	48
B. Saran.....	48

DAFTAR PUSTAKA .....	49
LAMPIRAN.....	52



## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Rekapitulasi Kuesioner Penilaian Aspek Materi & Bahasa.....	46
Tabel 2. Rekapitulasi Kuesioner Penilaian Aspek Tampilan.....	46
Tabel 3. Rekapitulasi Kuesioner Penilaian Aspek Kemanfaatan.....	47

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerucut Pengalaman Edgar Dale .....	6
Gambar 2. Kerangka Teori .....	19
Gambar 3. Diagram Alir Pembuatan Video .....	23
Gambar 4. Tampilan <i>Software</i> Facerig .....	24
Gambar 5. Tampilan <i>Software</i> Pengubah Suara .....	25
Gambar 6. Tampilan <i>Software</i> VideoScribe .....	25
Gambar 7. Tampilan Proses <i>Editing</i> .....	26
Gambar 8. Tampilan Proses <i>Mixing</i> .....	26
Gambar 9. Tampilan Proses <i>Rendering/ Converting</i> .....	27
Gambar 10. Tampilan <i>Opening</i> Video Gizi Seimbang .....	28
Gambar 11. Tampilan Pembukaan Video Gizi Seimbang .....	29
Gambar 12. Tampilan Judul Video Gizi Seimbang .....	29
Gambar 13. Tampilan Penyampaian Materi Video Gizi Seimbang.....	31
Gambar 14. Tampilan Murid Bertanya .....	31
Gambar 15. Tampilan Penyampaian Pesan Gizi Seimbang 1 .....	32
Gambar 16. Tampilan Murid Menjawab.....	33
Gambar 17. Tampilan Penyampaian Pesan Gizi Seimbang 2.....	33
Gambar 18. Tampilan Penyampaian Pesan Gizi Seimbang 3.....	34
Gambar 19. Tampilan Murid Menjawab.....	34
Gambar 20. Tampilan Penyampaian Pesan Gizi Seimbang 4.....	35
Gambar 21. Tampilan Penyampaian Pesan Gizi Seimbang 5.....	36
Gambar 22. Tampilan Penyampaian Pesan Gizi Seimbang 6.....	37
Gambar 23. Tampilan Murid Menjawab.....	37
Gambar 24. Tampilan Penyampaian Pesan Gizi Seimbang 7 .....	38
Gambar 25. Tampilan Penyampaian Pesan Gizi Seimbang 8.....	39
Gambar 26. Tampilan Murid Menjawab.....	39
Gambar 27. Tampilan Penyampaian Pesan Gizi Seimbang 9.....	40
Gambar 28. Tampilan Murid Menjawab.....	40

Gambar 29. Tampilan Penyampaian Pesan Gizi Seimbang 10.....	41
Gambar 30. Tampilan Proses Evaluasi .....	42
Gambar 31. Tampilan Murid Menjawab.....	42
Gambar 32. Tampilan Penutupan Video Gizi Seimbang.....	43
Gambar 33. Tampilan <i>Closing</i> Video Gizi Seimbang .....	44

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Sinopsis Video Gizi Seimbang .....	52
Lampiran 2. Skrip/ Naskah Video Gizi Seimbang .....	53
Lampiran 3. Hasil Validasi Guru IPA 1 .....	60
Lampiran 4. Hasil Validasi Guru IPA 2 .....	62
Lampiran 5. Hasil Validasi Guru IPA 3 .....	64
Lampiran 6. Dokumentasi .....	66

## **ABSTRACT**

### **BALANCED NUTRITION VIDEO FOR ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN**

Rika Afifah Dewi, I Made Alit Gunawan, Herawati

Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta  
Jl. Tata Bumi No.3, Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta 55293  
(Email: rikaafifahd@gmail.com)

One of the nutritionist competencies is to use the latest technology in information and communication. The competence can be supported by the development of media with educational and interesting content, and up to date. The development of technology and more advanced people in using computers or gadget can make person become more creative. Someone can be easily create audio-visual media such as videos that contain educative messages. The purpose of this study is to create a balanced nutrition video for elementary school students. The design of this study is to research and development (R&D) with 4D model. Video creation using FaceRig app, Voice-Converter, VideoScribe, and Corel VideoStudio. The observed aspects in this study is the material and language aspects, appearance aspects, and benefit aspects. The testing stage is done by testing the validity of the expert to the teacher. The results of this study are 1) The content of good messages in accordance with PGS 2014. 2) The duration of good balanced nutrition video is 12 minutes 47 seconds. 3) Assessment of science subjects teachers about good balanced nutrition video. A nutritionally balanced video with 10 balanced nutrition messages and a duration of 12 minutes 47 seconds is considered appropriate for elementary school children.

Keywords: Video media, Balanced Nutrition, PGS 2014

## ABSTRAK

### VIDEO GIZI SEIMBANG UNTUK ANAK SEKOLAH DASAR

Rika Afifah Dewi, I Made Alit Gunawan, Herawati

Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta  
Jl. Tata Bumi No.3, Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta 55293  
(Email: rikaafifahd@gmail.com)

Salah satu kompetensi seorang Ahli Madya Gizi adalah menggunakan teknologi terbaru dalam kegiatan informasi dan komunikasi. Kompetensi tersebut dapat ditunjang dengan pengembangan media dengan isi yang edukatif dan menarik, serta mengikuti perkembangan teknologi. Dengan berkembangnya teknologi dan semakin mahirnya orang-orang dalam menggunakan komputer atau *gadget* dapat membuat seseorang menjadi lebih kreatif. Seseorang dapat dengan mudah membuat media audio visual seperti video yang memuat pesan-pesan yang bersifat edukatif. Tujuan penelitian ini adalah menghasilkan video gizi seimbang yang sesuai untuk anak sekolah dasar. Penelitian ini merupakan jenis penelitian dan pengembangan (*Research & Development*) dengan model 4D. Pembuatan video menggunakan aplikasi FaceRig, Pengubah Suara, VideoScribe, dan Corel VideoStudio. Aspek yang diamati dalam penelitian ini adalah aspek materi dan bahasa, aspek tampilan, dan aspek kemanfaatan. Tahap pengujian dilakukan dengan uji validitas ahli kepada guru pengampu. Hasil dari penelitian ini adalah 1) Isi pesan yang baik sesuai dengan PGS 2014. 2) Durasi video gizi seimbang yang baik adalah 12 menit 47 detik. 3) Penilaian guru pengampu mata pelajaran IPA tentang video gizi seimbang baik. Video gizi seimbang dengan isi 10 pesan gizi seimbang dan durasi 12 menit 47 detik dinyatakan sesuai untuk anak sekolah dasar.

**Kata Kunci:** Media video, Gizi Seimbang, PGS 2014