

## **PENGEMBANGAN BOOKLET SEBAGAI MEDIA EDUKASI GIZI PADA PENDERITA HIPERTENSI**

*Development of A Booklet as A Nutrition Educational Media in Hypertension Patients*

**FUTWI ISNAINI<sup>1</sup>, MEIRINA DWI LARASATI<sup>2</sup>, RIA AMBARWATI<sup>3</sup>,  
MOHAMMAD JAELANI<sup>4</sup>, SETYO PRIHATIN<sup>5</sup>**

<sup>1,2,3</sup>JURUSAN GIZI POLTEKKES KEMENKES SEMARANG  
JL. WOLTER MONGINSIDI NO.115, PEDURUNGAN TENGAH, KEC.  
PEDURUNGAN, KOTA SEMARANG, JAWA TENGAH  
e-mail : [futwiisnaini@gmail.com](mailto:futwiisnaini@gmail.com)  
DOI: 10.35451/jkg.v6i1.1852

### **Abstrak**

Media leaflet terbatas hanya terdapat tulisan sehingga perlu pengembangan media booklet yang menyajikan pesan singkat disertai gambar agar mudah diterima dan dipahami sebagai salah satu media alternatif yang mendukung dalam upaya meningkatkan pengetahuan dan pemahaman terkait penatalaksanaan diet hipertensi. Tujuan: Mengembangkan dan mengetahui kelayakan booklet sebagai media edukasi gizi bagi penderita hipertensi berdasarkan penilaian dari ahli media dan ahli materi. Metode: *Research and Development* dengan model ADDIE meliputi 5 tahap yaitu analisis kebutuhan, perencanaan, pengembangan, uji coba dan evaluasi. Penilaian booklet dilakukan oleh ahli materi dan ahli media dengan menggunakan CVI (*Content Validity Index*) selanjutnya di uji coba pada 10 responden penderita hipertensi dengan menggunakan kuisioner. Kriteria kelayakan media berdasarkan skor dengan kategori sangat layak (81%-100%), layak (61%-80%), cukup layak (41% -60%), kurang layak (21%-40%), dan tidak layak (0-20%). Analisis data secara deskriptif. Hasil: Penilaian CVI menurut para ahli materi dan ahli media booklet diperoleh skor (>0,8) layak digunakan sebagai media edukasi gizi serta hasil uji coba responden diperoleh skor (87,25%) dengan katgori sangat layak. Kesimpulan: Media booklet tentang penatalaksanaan hipertensi layak digunakan sebagai media edukasi gizi.

**Kata Kunci:** Booklet, Edukasi gizi, Hipertensi.

### **Abstract**

*Background: Leaflet media is limited to only writing, so it is necessary to develop booklet media that present short messages accompanied by pictures so that they are easily accepted and understood as an alternative media that supports efforts to increase knowledge and understanding regarding the management of a hypertension diet. Objective: To develop and determine the feasibility of a booklet as a nutritional education medium for people with hypertension based on assessments from media experts and material experts. Method: Research and Development with the ADDIE model includes 5 stages, namely needs analysis, planning, development, testing and evaluation. Booklet evaluation was carried out by material experts and media experts using the CVI (Content Validity Index) which was then tested on 10 respondents with*

*hypertension using a questionnaire. The media eligibility criteria are based on scores with very appropriate categories (81% -100%), appropriate (61% - 80%), sufficiently feasible (41% -60%), less feasible (21% -40%), and not feasible (0-20%). Descriptive data analysis. Results: The CVI assessment according to material experts and booklet media experts obtained a score (> 0.8) worthy of being used as a media for nutrition education and the results of the respondent's trial obtained a score (87.25%) in the very feasible category. Conclusion: The media booklet on the management of hypertension is appropriate to be used as a media for nutrition education.*

**Keywords:** *Booklet; Nutrition Education; Hypertension*

## 1. Pendahuluan

Hasil Risesdas Jawa Tengah (2018) menunjukkan bahwa ada peningkatan yang cukup signifikan dalam prevalensi penderita hipertensi di Indonesia jika dibandingkan dengan tahun 2013, yaitu sebesar 8,3%. Provinsi Jawa Tengah menempati peringkat keempat tertinggi dalam angka kejadian hipertensi. Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo pada 2 tahun terakhir mengalami peningkatan sebanyak 24.698 kasus. Adapun peningkatan tertinggi terjadi di Puskesmas Weru Kabupaten Sukoharjo pada tahun pada tahun 2019 yaitu dari 12.751 jiwa menjadi sebanyak 17.712 jiwa kasus hipertensi pada tahun 2020 (Dinkes sukoharjo, 2020).

Pengetahuan dan sikap atau perilaku seseorang terhadap hipertensi berperan penting untuk pencegahan, pengendalian dan pengobatan pasien hipertensi (Erika and Rosalina, 2021). Peningkatkan pengetahuan terkait hipertensi dan perubahan perilaku dapat dilakukan melalui edukasi gizi. Pelaksanaan edukasi gizi untuk memperoleh hasil yang efektif, maka dibutuhkan alat pendukung berupa media pembelajaran guna menyampaikan informasi dalam usaha meningkatkan pengetahuan dan pemahaman terkait hipertensi (Rachmasari and Mardiana, 2022).

Berdasarkan identifikasi masalah dari hasil wawancara didapatkan bahwa

kegiatan edukasi yang dilakukan oleh ahli gizi di puskesmas Weru Kabupaten Sukoharjo menggunakan media leaflet. Materi dalam leaflet tidak spesifik hanya berisi diet rendah garam tidak ada alternatif penatalaksanaan diet lain. Media leaflet terbatas hanya terdapat tulisan sehingga tampilan kurang menarik dan responden sulit untuk memahami pesan dalam leaflet serta memiliki kelemahan kertasnya mudah terlipat, rusak dan mudah hilang. Menurut penelitian Khoiri dkk 2015 menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak membaca leaflet secara penuh dengan alasan leaflet terlalu banyak tulisan sehingga kurang menarik serta media leaflet mudah hilang (Khoiri, Kusumawati and Nugroho, 2015). Sehingga hal ini berdampak pada edukasi yang diberikan menyebabkan responden tidak paham materi apa yang diberikan dan tidak tertarik untuk mengikuti edukasi. Setelah mengetahui masalah ini, Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah dan mengurangi jumlah penderita hipertensi di Puskesmas Weru Kabupaten Sukoharjo yaitu dengan pengembangan booklet sebagai media alternatif untuk mendukung dalam edukasi gizi pada penderita hipertensi agar memiliki pemahaman yang lebih baik tentang hipertensi beserta penatalaksanaan dietnya.

Booklet menyajikan pesan-pesan singkat yang disertai dengan gambar

yang menarik, sehingga informasi dapat dengan mudah dipahami oleh pembacanya (Jatmika *et al.*, 2019). Selain itu, booklet juga memiliki keunggulan dalam kelengkapan informasi yang disampaikan, sehingga dapat memberikan panduan yang lebih rinci terkait penatalaksanaan diet bagi penderita hipertensi (Utami, Kurdanti *and* Suryani, 2020). Hasil penelitian Savitri Intan dan Merdiana tahun 2022 tentang penerapan media booklet dalam konseling gizi untuk pasien hipertensi efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, asupan natrium dan kalium pada penderita hipertensi. Berdasarkan uraian masalah tersebut maka perlu dilakukan penelitian tentang "Pengembangan Booklet Sebagai Media Edukasi Gizi pada Penderita Hipertensi".

## 2. Metode

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *Research and Development (R&D)* dengan pendekatan ADDIE (*analysis, desain, developmet, implementation, dan evaluation*) (Sugiyono, 2017). Analisis data meliputi analisis deskriptif kualitatif yaitu melibatkan evaluasi terhadap komentar dan saran penilaian ahli sebagai perbaikan media booklet yang sedang dikembangkan serta analisis deskriptif kuantitatif dilakukan untuk menganalisis hasil skor yang dari lembar validasi ahli dengan penilaian skor CVI dan I-CVI, untuk selanjutnya dihitung nilai S-CVI untuk menentukan kelayakan booklet, sebagai berikut:

Tabel 1. Skor Skala Penilaian

Kategori	Skala	CVI
Sangat Baik	4	1
Baik	3	1
Kurang	2	0
Sangat Kurang	1	0

Sumber: (Yusoff, 2019)

a. I-CVI

Pernyataan dinilai oleh expert kemudian skor CVI di jumlah dan rata-rata pada setiap item pertanyaan untuk mendapatkan nilai I-CVI dengan rumus:

$$(I-CVI) = \frac{\text{Jumlah skor CVI}}{\text{Jumlah ahli}}$$

b. S-CVI

Setelah data terkumpul kemudian menghitung skor rata-rata akhir (S-CVI) dengan rumus:

Nilai Rata-rata

$$(S-CVI) = \frac{\text{Jumlah skor I-CVI}}{\text{Jumlah total item}}$$

Hasil *scale* CVI (S-CVI) untuk menentukan kelayakan media menggunakan 2 *expert* dengan kategori:

Tabel 1. Kategori Kelayakan *expert*

Kategori	I-CVI
Tidak Layak	<0,80
Sangat Layak	>0,80

Sumber: (Yusoff, 2019)

c. Kelayakan Uji Coba

Dihitung dengan rumus:

$$NP = \frac{S}{SM} \times 100\%$$

Keterangan :

NP= Nilai persentase (%)

S = Jumlah skor yang diperoleh

SM= Jumlah skor maksimal

Hasil persentase dikategorikan sebagai berikut:

Tabel 2. Kategori Pencapaian Kelayakan

Nilai	Kategori
81-100%	Sangat Layak
61-80%	Layak
41-60%	Cukup Layak
21-40%	Kurang Layak
0-20%	Tidak Layak

Sumber : (Nurdiana, Kholisho and Fathoni, 2018)

## 3. HASIL

a. Pengembangan Media

Media booklet dibuat dengan bantuan aplikasi canva terdapat sebanyak 28 halaman dengan ukuran A5 (14 cm x 21 cm). Materi pada booklet disertai dengan ilustrasi gambar yang menggambarkan setiap materi meliputi halaman pertama berisi tentang pengertian hipertensi, kedua klasifikasi hipertensi, ketiga tanda gejala, empat sampai delapan menjelaskan tentang faktor penyebab hipertensi, sembilan membahas bahaya hipertensi, sepuluh menjelaskan proses terjadinya hipertensi, halaman sebelas sampai enam belas menjelaskan tentang penatalaksanaan diet hipertensi, tujuh belas terdapat contoh jenis-jenis makanan, delapan belas sampai dua puluh dua terdapat rekomendasi makanan untuk penderita hipertensi, dua puluh tiga terdapat contoh menu diet rendah garam dalam sehari, halaman dua puluh empat dan dua puluh lima memuat kolom pembagian makan sehari, kemudian halaman dua puluh enam terdapat kartu monitoring evaluasi, dan terakhir halaman dua puluh tujuh sampai dua puluh delapan mencantumkan daftar pustaka.

Penelitian dilakukan di Puskesmas Weru Kabupaten Sukoharjo pada bulan juni 2023. Subjek penelitian ini yaitu 2 ahli materi, 2 ahli media, serta 10 responden sebagai subjek uji coba media.

b. Hasil Validasi Media Booklet

1) Validasi Ahli Materi

Hasil penilaian validasi materi booklet disajikan sebagai berikut:

Pertanyaan	Ahli materi 1	Ahli materi 2	I-CVI
Kesesuaian materi	1	1	1
Kebenaran materi ditinjau dari aspek keilmuan	1	1	1
Penggunaan bahasa Indonesia yang mudah dipahami	1	1	1
Kesesuaian bahasa dengan tingkat pengetahuan dewasa dan lansia	1	0	0,5
Ketepatan penggunaan istilah	1	1	1
Penyajian materi mendukung pasien dalam perubahan sikap yang mendukung terkait pengaturan diet hipertensi	1	1	1
Keakuratan konsep dan definisi	1	1	1
S-CVI			0,9

Hasil validasi oleh ahli materi dengan skor S-CVI sebesar 0,9 artinya materi yang digunakan untuk pembuatan media booklet termasuk kategori sangat layak. Pada penilaian booklet terdapat kritik dan saran yaitu perlu adanya perbaikan pada penulisan dan penggunaan bahasa, pada contoh menu selingan gunakan buah yang mudah diperoleh di daerah, pada penatalaksanaan diet hipertensi pada materi SMART ditambahkan menghindari asap rokok dan kelola stres, serta pada kartu monitoring evaluasi ditambahkan kolom IMT sehingga mempermudah pemantuan pada penderita hipertensi.

Tabel 4. Hasil Validasi Materi

2) Validasi Ahli Media

Validasi ahli media mengenai aspek pewarnaan, pemakaian kata dan bahasa, tampilan dan penyajian yang akan digunakan dalam pembuatan booklet. Hasil penilaian validasi media booklet disajikan sebagai berikut:

terdapat kritik dan saran yaitu pada bagian cover warna animasi yang digunakan ditampilkan lebih berani sehingga menarik minat pembaca.

Tabel 5. Hasil Validasi Media

Pertanyaan	Ahli media 1	Ahli media 2	I-CVI
Kombinasi warna menarik	1	1	1
Kesesuaian dari penyajian animasi dan materi	1	1	1
Menggunakan bahasa Indonesia yang mudah dipahami	1	1	1
Kesesuaian bahasa dengan tingkat pengetahuan dewasa dan lansia	1	1	1
Kesantunanan penggunaan bahasa	1	1	1
Desain booklet memberikan kesan positif sehingga mampu menarik minat	1	1	1
Tipe huruf yang digunakan terlihat jelas dan terbaca	1	1	1
Penyajian booklet mendukung pasien dalam perubahan sikap yang mendukung terkait pengaturan diet hipertensi	1	1	1
Penyajian booklet dilakukan secara runtut	1	1	1
S-CVI			1

Hasil validasi media dengan skor S-CVI sebesar 1 artinya media booklet sangat layak digunakan sebagai edukasi gizi pada penderita hipertensi. Pada penilaian yang dilakukan oleh ahli media

### 3) Uji Coba Responden

Tabel 6. Hasil Uji Coba Responden

No	Aspek yang dinilai	Skor Penelitian										Rata-rata skor
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1.	Materi jelas	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	90
2.	Penyampaian materi sederhana	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	77,5
3.	Materi yang diisampaikan mudah dipahami	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	82,5
4.	Booklet sudah dapat membantu mendorong penderita hipertensi dalam memperkaya informasi	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	85
5.	Tulisan dan gambar dalam booklet terbaca dengan jelas	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	95
6.	Tampilan booklet menarik	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	92,5
7.	Sistematika letak gambar dalam booklet sudah sesuai	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	87,5
8.	Saya suka dengan tampilan booklet seperti ini	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	85
9.	Tampilan booklet memperjelas dan mempermudah proses pembelajaran	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	90
10.	Design booklet secara keseluruhan menarik	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	87,5
Jumlah		36	35	37	36	34	37	34	30	34	349	
Skor maksimal		40	40	40	40	40	40	40	40	40	400	
Rata-rata jumlah hasil uji coba responden												87,25
Kategori											Sangat layak	

Hasil penilaian uji coba terhadap responden yaitu diperoleh hasil sebesar 87,25% dengan katgori sangat layak. Tidak ada kritik dan saran dari para responden uji coba. Namun terdapat penilaian poin 2 pada aspek

penyampaian materi sederhana hal

tersebut menjadi evaluasi dan bahan pertimbangan dalam menyempurnakan pembuatan media booklet agar menggunakan kata yang jelas dan lebih mudah dipahami.

#### 4. PEMBAHASAN

Langkah pertama pada penelitian ini yaitu dengan mengetahui adanya potensi masalah dan pengumpulan informasi yang dilakukan melalui wawancara dengan ahli gizi didapatkan bahwa pada kegiatan edukasi gizi dilakukan menggunakan metode ceramah dengan bantuan media berupa leaflet. Menurut penelitian (Kurniasari, Mintarsih and Yuniarti, 2021) menunjukkan bahwa edukasi dengan ceramah menggunakan E-Booklet telah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi ( $p=0,000$ ) sebesar 2,21 kali dan sikap responden ( $p=0,003$ ) sebesar 4,9 kali dibandingkan dengan metode edukasi berupa ceramah saja. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Idris, 2022) yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan lansia sebesar 21,7% setelah menggunakan media booklet pola hidup sehat ( $p<0,000$ ).

Media booklet merupakan media alternatif dimana memiliki kelebihan yaitu informasi yang disajikan lebih terperinci dan jelas (Violla and Fernandes, 2021). Booklet juga berisi pesan singkat dan gambar yang menarik sehingga mudah dipahami disajikan secara komprehensif, dapat disimpan dalam jangka waktu yang lama, mudah dibawa, dan mampu menyajikan informasi secara rinci terkait pengaturan makan bagi penderita hipertensi yang mungkin tidak dapat disampaikan secara lisan (Utami, Kurdanti and Suryani, 2020). Sehingga berdasarkan analisis kebutuhan perlunya pengembangan media booklet sebagai media edukasi gizi pada penderita hipertensi.

Tahap kedua yaitu membuat rancangan design. Materi yang

dikumpulkan dalam penelitian ini disesuaikan dengan kebutuhan informasi yang dibutuhkan oleh penderita hipertensi untuk memahami pencegahan dan penatalaksanaan kondisi tersebut. Materi yang digunakan dalam pembuatan media booklet diperoleh dari sumber-sumber seperti buku dan jurnal ilmiah.

Tahap ketiga yaitu uji validasi oleh para ahli. Uji validasi dilakukan oleh ahli materi dan ahli media. Penilaian oleh ahli materi menunjukkan hasil S-CVI sebesar 0,9 artinya materi dalam media booklet sangat layak digunakan sebagai edukasi gizi pada penderita hipertensi. Adanya saran perbaikan dari ahli materi yaitu perlu adanya perbaikan pada penulisan dan penggunaan bahasa agar lebih mudah dipahami, pada contoh menu selingan gunakan buah yang mudah diperoleh di daerah, pada penatalaksanaan diet hipertensi pada materi SMART ditambahkan dengan menghindari asap rokok dan kelola stress, serta pada kartu monitoring evaluasi ditambahkan kolom IMT sehingga mempermudah pemantuan pada penderita hipertensi. Hasil uji validasi media diperoleh hasil S-CVI sebesar 1 artinya media booklet sangat layak digunakan sebagai edukasi gizi pada penderita hipertensi. Pada penilaian yang dilakukan oleh ahli media terdapat saran perbaikan yaitu pada bagian cover warna animasi yang digunakan ditampilkan lebih berani sehingga menarik minat pembaca.

Setelah dilakukan revisi selanjutnya dilakukan uji coba terhadap 10 responden penderita hipertensi. Hasil penilaian uji coba terhadap responden yaitu diperoleh skor 87,25% dengan kategori sangat layak. Namun terdapat aspek yang perlu diperbaiki mengenai aspek penyampaian materi sederhana dengan skor 77,5 hal tersebut menjadi evaluasi dan bahan pertimbangan dalam menyempurnakan pembuatan

media booklet agar menggunakan kata yang jelas dan lebih mudah dipahami oleh responden.

## 5. KESIMPULAN

Media booklet layak dapat digunakan sebagai media edukasi gizi pada penderita hipertensi dengan hasil skor S-CVI (0,9) oleh ahli materi, (1) oleh ahli media dan (87,25%) uji coba responden.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dinkes sukoharjo (2021) 'Terwujudnya Pelayanan Kesehatan Paripurna Menuju Masyarakat yang Sehat, Sejahtera, dan Mandiri', p. 172.
- Erika, C. and Rosalina, E. (2021) 'Pengaruh Promosi Kesehatan Dengan Media Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Hipertensi Pada Lansia Di Kampung Sawah Jakarta Utara', *Carolus Journal of Nursing*, 4(1), pp. 1-12. Available at: <https://doi.org/10.37480/cjon.v4i1.67>.
- Idris, (2022) 'Pengaruh Pemberian Media Booklet Pola Hidup Sehat Terhadap Pengetahuan Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019', *Jurnal Bidkesmas Respati*, 01(13), pp. 75-94.
- Jatmika, S.E.D. et al. (2019) *Buku Ajar Pengembangan Media Promosi Kesehatan, K-Media*.
- Khoiri, K.S., Kusumawati, Y. and Nugroho, F.S. (2015) 'Perbedaan Pengetahuan Dan Sikap Remajasekolah Lanjutan Tingkat Pertama Tentang pencegahan Hiv Dan Aids dengan Menggunakan Video Dan Leaflet di Surakarta', *Kesehatan Masyarakat*, 13(3), pp. 167-172. Available at: <https://core.ac.uk/download/pdf/196255896.pdf>.
- Kurniasari, E.S., Mintarsih, S.N. and Yuniarti (2021) 'Efektifitas Edukasi Gizi Dengan Ceramah Dan Media E-Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Obesitas', *Jurnal Riset Gizi*, 21.
- Nurdiana, M., Kholisho, Y.N. and Fathoni, A. (2018) 'Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Cd Interaktif Pada Materi Simulasi Digital Menggunakan Adobe Flash', *Jurnal Pendidikan Informatika*, 2(2).
- Rachmasari, S.I. and Mardiana (2022) 'Penggunaan Media Booklet Dalam Konseling Gizi Terhadap Skor Pengetahuan, Sikap, Asupan Natrium Dan Kalium Pada Pasien Hipertensi', *Journal of Nutrition College*, 11(2), pp. 143-153. Available at: <https://doi.org/10.14710/jnc.v11i2.33192>.
- Riskesdas Jawa Tengah (2018) *Riskesdas Provinsi Jawa Tengah, Kementerian Kesehatan RI*.
- Sugiyono (2017) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung*. Bandung: PT Alfabet.
- Utami, A.P.D., Kurdanti, W. and Suryani, I. (2020) 'Boodidash (Booklet Diet DASH) Dapat Memperbaiki Pengetahuan, Asupan Serat, dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas Gamping I', 22(2), pp. 69-77. Available at: <https://doi.org/10.29238/jnutri.v22i2.178>.
- Violla, R. and 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), pp. 13-23. Available at: <https://doi.org/10.24036/sikola.v3i1.144>.
- Yusoff, M.S.B. (2019) 'ABC of Content Validation and Content Validity Index Calculation', *Education in Medicine Journal*, 11(2), pp. 49-54. Available at: <https://doi.org/10.21315/eimj2019.11.2.6>.