



**Pengembangan media *puzzle* berbasis kuliner sasak pembelajaran  
PJOK materi makanan sehat kelas 3 sekolah dasar**

***Development of puzzle media based sasak culinary in PJOK learning  
grade 3 elementary school***

Siti Maulidiya Nabila<sup>1</sup>, Prayogi Dwina Angga<sup>2</sup>, Moh. Irawan Zain<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> Universitas Mataram, Indonesia

Email: [nabilamaudy10@gmail.com](mailto:nabilamaudy10@gmail.com)<sup>1</sup>, [prayogi.angga@unram.ac.id](mailto:prayogi.angga@unram.ac.id)<sup>2</sup>,  
[irawanzain\\_fkip@unram.ac.id](mailto:irawanzain_fkip@unram.ac.id)<sup>3</sup>

---

**ABSTRAK**

Penelitian pengembangan ini bertujuan menghasilkan media pembelajaran *puzzle* berbasis kuliner sasak pada pembelajaran PJOK materi makanan sehat untuk siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan. Penelitian pengembangan ini menggunakan metode R&D model Sugiyono yang terdiri dari sepuluh tahapan, akan tetapi dalam penelitian pengembangan ini hanya dilakukan sampai pada tahap kedelapan. Penelitian pengembangan ini melibatkan seluruh siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan yang berjumlah 31 siswa. Subjek dalam penelitian dan pengembangan ini adalah guru dan siswa, sedangkan objeknya adalah media *puzzle* berbasis kuliner sasak. Hasil penelitian (1) media pembelajaran *puzzle* berbasis kuliner sasak pada pembelajaran PJOK materi makanan sehat siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan dapat diuji kelayakannya, (2) nilai persentase rata-rata ahli media 97,5% dengan kriteria sangat layak, validasi ahli materi 94,11% dengan kriteria sangat respon siswa skala kecil 93,25% dengan kriteria sangat layak, dan skala besar 88,63%, respon guru 96,15% untuk skala kecil dengan kriteria sangat layak dan skala besar 98,08% dengan kriteria sangat layak, (3) Media *puzzle* ini terbukti sangat layak digunakan pada pembelajaran PJOK materi makanan sehat siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan.

**Kata kunci:** media pembelajaran; *puzzle*; kuliner sasak; PJOK

*This development research aims to produce sasak culinary-based puzzle learning media in PJOK learning about healthy food for grade 3 students at SDN 32 Ampenan. This development research used the Sugiyono model R&D method which consisted of ten stages, but in this development research, it was only carried out until the eighth stage. This development research involved 31 grade 3 students at SDN 32 Ampenan. The subjects in this research and development were teachers and students, while the object was a Sasak culinary-based puzzle media. The results of the study (1) Sasak culinary-based puzzle learning media in learning PJOK healthy food material for grade 3 students of SDN 32 Ampenan can be tested for feasibility, (2) the average percentage of media expert scores is 97.5% with very suitable criteria, material expert validation is 94.11% with very responsive criteria. Small scale students 93.25% with very appropriate criteria, and large scale 88.63%, teacher response 96.15% for small scale with very feasible criteria and large scale 98.08% with very suitable criteria, (3) this puzzle media is proven to be very suitable for use in learning PJOK healthy food for grade 3 students of SDN 32 Ampenan.*

**Key words:** learning media, *puzzle*, sasak culinary, PJOK

---

**INFO ARTIKEL**

**Riwayat Artikel:**

Diterima : 20 Oktober 2020  
Disetujui : 22 Desember 2020  
Tersedia secara online Oktober 2023  
Doi: <http://dx.doi.org/10.20527/multilateral.v22i3.16455>

**Alamat Korespondensi:**

Prayogi Dwina Angga  
Prodi Pendidikan Guru Sekolah  
Dasar/Fakultas Keguruan dan Ilmu  
Pendidikan/Universitas Mataram  
Email: [prayogi.angga@unram.ac.id](mailto:prayogi.angga@unram.ac.id)

---

**PENDAHULUAN**

Gizi merupakan pondasi penting dan memiliki peran besar yang muaranya memberikan kontribusi terhadap pembangunan bangsa (Hartono, 2017). Gizi dan pembangunan memiliki hubungan timbal balik, yang berarti gizi akan

Copyright © 2023, Jurnal Multilateral, ISSN: 1412-3428 (print), ISSN: 2549-1415 (online)



menentukan keberhasilan suatu bangsa, begitupun sebaliknya kondisi suatu bangsa dapat mempengaruhi status gizi masyarakatnya ([Wijaya, 2022](#)). Oleh karena itu, faktor gizi menjadi faktor utama guna meningkatkan pencapaian Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas, sehingga upaya peningkatan status gizi untuk membentuk SDM yang berkualitas harus dimulai dari sedini mungkin, bahkan sejak masa sekolah, mengingat sasaran strategis perbaikan gizi bisa dimulai dari sekolah dasar. Namun saat ini, permasalahan gizi menjadi salah satu masalah yang saat ini menjadi prioritas untuk segera diselesaikan di Indonesia, khususnya masalah kekurangan gizi, bahkan masalah serupa menjadi fokus secara global. Kondisi kurang gizi ini merupakan kasus dimana seseorang mengalami kekurangan energi protein, gangguan akibat kekurangan yodium, anemia besi dan vitamin A ([Seprianty et al., 2015](#)). Data hasil survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 menunjukkan bahwa 1 dari 4 anak Indonesia mengalami stunting dan 1 dari 10 anak mengalami kurang gizi (SUN Indonesia, 2022). Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) berada pada urutan kedua dalam skala nasional pada angka *stunting* dan gizi buruk, serta menjadi nomor satu untuk kategori anak kurus. Selaras dengan data yang dikeluarkan oleh Riskesdas, pada tahun 2013 menunjukkan prevalensi kurang gizi atau *underweight* di NTB sebesar 25,7% ([Pemerintah Provinsi NTB, 2020](#)). Tingginya kemiskinan, kurangnya pengetahuan masyarakat, persediaan pangan dan kualitas lingkungan yang tidak sehat turut andil dalam mempengaruhi kondisi kurang gizi ([Teja, 2015](#)), tidak terkecuali di NTB.

Kekurangan gizi sangat rentan terjadi pada anak sekolah dasar, hal ini dipengaruhi oleh kurangnya konsumsi makanan yang bergizi seperti buah dan sayur, protein, karbohidrat serta tingginya minat anak mengonsumsi makanan dan minuman cepat saji ([Habib et al., 2012](#)). Kekurangan gizi juga disebabkan karena kurangnya konsumsi makanan yang bergizi ([Seprianty et al., 2015](#)), Kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang serta pola asuh orangtua ([Rahmy et al., 2020](#)). Pertumbuhan dan perkembangan anak dapat dipengaruhi melalui gizi, karena gizi yang berkualitas dapat meningkatkan optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan pada otak ([Rahmawati & Marfuah, 2016](#)). Pemenuhan gizi pada anak sangat dibutuhkan karena anak pada jenjang sekolah dasar adalah anak yang membutuhkan asupan gizi yang cukup untuk meningkatkan pertumbuhan, perkembangan, kemampuan berpikir, aktivitas fisik serta daya tahan tubuh. Kekurangan gizi yang parah dapat menyebabkan rendahnya nilai akademik pada anak sekolah dasar ([Maleke et al., 2015](#)). Dalam jangka panjang kekurangan gizi pada anak akan menghambat proses tumbuh kembang dan berakibat buruk pada pertumbuhan mental dan intelektual anak. Anak dengan kekurangan gizi parah memiliki nilai rata-rata IQ lebih rendah dibandingkan rata-rata pada anak yang mengalami kecukupan gizi, ketimpangan perbandingan IQ tersebut mencapai 15 point lebih rendah ([Aurora](#)

[et al., 2020](#); [Mahyiddin et al., 2020](#)). Kekurangan gizi pada anak juga dapat menyebabkan perkembangan otak menjadi terlambat, menurunnya nilai kognitif, menurunnya perhatian dan daya ingat serta berkurangnya kemampuan transmisi sinyal neurologis ([Sumartini, 2020](#)).

Fenomena terkait tingginya kasus kekurangan gizi pada anak, selain dipengaruhi oleh kurangnya konsumsi sayur mayur, buah-buahan dan makanan yang mengandung protein tinggi juga dipengaruhi oleh rendahnya pengetahuan anak mengenai makanan dan jajanan yang sehat, terutama jajanan yang dijual di lingkungan sekolah. Jajanan cepat saji yang dijual pada anak memiliki daya tarik tersendiri, rasa yang enak saat dikonsumsi, harganya yang murah serta mudah diperoleh menjadikan anak gemar membeli jajanan cepat saji ([Nashiha et al., 2019](#)). Maraknya jajanan cepat saji yang disediakan di lingkungan sekolah dapat menggerus perhatian anak terhadap jajanan tradisional, dan berkurangnya minat anak terhadap konsumsi jajanan sehat yang terdapat pada jajanan tradisional. Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti di Sekolah Dasar Negeri 32 Ampenan diperoleh informasi bahwa siswa lebih memilih jajanan cepat saji dibanding jajanan tradisional. Hal ini dipengaruhi karena kurangnya pengetahuan anak mengenai jajanan tradisional beserta manfaatnya. Selain itu, guru juga mengalami kesulitan untuk memberikan pemahaman tentang jajanan sehat dan jajanan tradisional yang dapat dikonsumsi anak disebabkan tidak adanya media pembelajaran sebagai media untuk mengenalkan siswa terkait jajanan tradisional yang sehat.

Perlu adanya upaya untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan siswa terkait jajanan tradisional yang memiliki kandungan gizi baik dan menyehatkan. Media pembelajaran dapat menjadi salah satu alternatif dan solusi yang baik dalam membantu proses pembelajaran dan memberikan pemahaman kepada siswa khususnya materi makanan sehat. *Puzzle* adalah media pembelajaran dua dimensi dengan memanfaatkan visual sebagai sarana penyalur pesan melalui kepingan-kepingan *puzzle* yang dibongkar pasang kemudian disatukan kembali ([Narulita et al., 2021](#)). Media *puzzle* dapat menjadi sarana untuk meningkatkan motivasi anak selama proses pembelajaran ([Tastin et al., 2021](#)), karena melalui media ini, anak mampu mengekspresikan dirinya dengan belajar sambil bermain (Ciptaningrum & Mintohari, 2018). Media *puzzle* juga merupakan salah satu dari berbagai macam media yang mampu menjadi solusi bagi guru untuk menciptakan pembelajaran yang bermakna ([Tambaru et al., 2021](#)), meningkatkan kemampuan motorik anak (Narulita et al., 2021), memudahkan siswa dalam memahami konsep pembelajaran ([Amin & Prirahayu, 2021](#)), mampu meningkatkan motivasi belajar siswa ([Mu'min & Yultas, 2020](#)) dan media *puzzle* mampu menjadikan informasi yang abstrak menjadi konkret ([Akhwani & Romdloni, 2021](#)).

Berdasarkan uraian latar belakang sebelumnya, peneliti mengembangkan sebuah media *puzzle* berbasis kuliner sasak pada pembelajaran PJOK materi makanan sehat untuk siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan, dengan tujuan melalui media ini siswa mampu mengenal jajanan tradisional sasak yang sehat dan bergizi. Media *puzzle* berbasis kuliner sasak ini belum pernah dikembangkan di SDN 32 Ampenan terutama pada materi makanan sehat yang berbasis kuliner sasak. Pembaruan pengembangan media yang dikembangkan oleh peneliti pada media *puzzle* ini berupa ilustrasi jajanan tradisional sasak seperti: Serabi Laklak, Kelepon, Tikel atau Bantal, Nagasari, Kerake, dan Banget atau Jaje Reket yang merupakan jajanan tradisional sasak di daerah Lombok. Media ini juga berisi kandungan dan manfaat dari setiap jajanan tradisional yang dikembangkan.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan atau *research and development (R&D)*, untuk menghasilkan sebuah karya berupa produk media *puzzle* berbasis kuliner Sasak, serta dapat digunakan untuk menguji kelayakan atau efektivitas produk tersebut ([Sugiyono, 2011](#)). Pendekatan yang digunakan dalam penelitian dan pengembangan media *puzzle* adalah model Sugiyono yang terdiri dari 10 tahapan yaitu potensi masalah, pengumpulan data, desain produk, validasi desain, perbaikan desain, uji coba produk, revisi produk, uji coba pemakaian, revisi produk, produksi masal. Akan tetapi, dalam penelitian ini hanya menggunakan 8 tahapan karena beberapa pertimbangan dalam penyelesaian penelitian. Penelitian ini dilakukan di SDN 32 Ampenan pada bulan desember tahun 2022. Subjek dalam penelitian ini adalah guru dan siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan. Objek penelitian ini berupa media *puzzle* berbasis kuliner Sasak.

Teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi, wawancara, lembar angket atau kuisioner, dan dokumentasi. Wawancara tidak terstruktur yang digunakan oleh peneliti berisi garis besar dari serangkaian permasalahan yang akan ditanyakan kepada guru. Angket atau kuisioner digunakan untuk mendapatkan penilaian dari para ahli, respon siswa dan guru terhadap media *puzzle* yang dikembangkan. Dokumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah berbentuk gambar dan foto pada saat penelitian dilakukan yaitu pada saat peneliti menggunakan media *Puzzle* di kelas 3 SDN 32 Ampenan. Teknik analisis data secara kualitatif digunakan untuk hasil observasi, wawancara dan revisi dari ahli media maupun ahli materi. Sedangkan analisis kuantitatif digunakan untuk mengolah data berupa skor perolehan angket respon ahli media, ahli materi, respon guru dan respon siswa. Angket disusun menggunakan skala likert dengan rentang 1-4 dengan penilaian 4 sangat baik, 3 baik, 2 tidak baik, dan 1 sangat tidak baik ([Sugiyono, 2018](#); [Mashud et al., 2018](#)). Lembar angket diisi oleh ahli media dan ahli materi untuk mengetahui apakah media

*puzzle* layak digunakan pada uji pemakaian, serta lembar angket respon guru dan siswa untuk mengetahui apakah media *puzzle* layak digunakan untuk pembelajaran PJOK materi makanan sehat. Penilaian pada lembar angket dilakukan dengan memberi tanda centang pada setiap kolom skala yang diberikan. Setiap tanda centang diisi berdasarkan pernyataan yang terdapat pada lembar angket. Kemudian nilai tersebut dikonversikan dengan rumus perhitungan sebagai berikut.

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

Keterangan:

- P = Presentasi Kelayakan
- $\sum X$  = Jumlah skor yang diperoleh
- $\sum Xi$  = Jumlah skor tertinggi

Setelah diperoleh hasil persentase yang dihitung menggunakan rumus tersebut, maka dilakukan pengkonversian dan pengambilan keputusan kelayakan dan kepraktisan produk media *puzzle* menggunakan konversi skala pencapaian disajikan pada Tabel 1 dan 2.

Tabel 1. Kualifikasi tingkat kelayakan produk berdasarkan persentase

Tingkat Pencapaian (Skor)	Interpretasi
76% - 100%	Sangat Layak
51% - 75%	Layak
26% - 50%	Cukup Layak
0% - 25%	Kurang Layak

Tabel 2. Kualifikasi tingkat kepraktisan produk berdasarkan persentase

Tingkat Pencapaian (Skor)	Interpretasi
76% - 100%	Sangat Baik
51% - 75%	Baik
26% - 50%	Cukup Baik
0% - 25%	Kurang Baik

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Penelitian ini menghasilkan produk berupa media *puzzle* berbasis kuliner Sasak pada pembelajaran PJOK materi makanan sehat. Terdapat 10 tahapan yang dilewati dalam menghasilkan produk akhir *puzzle* berbasis kuliner Sasak yaitu: (1) potensi masalah, (2) pengumpulan data, (3) desain produk, (4) validasi desain, (5) perbaikan desain, (6) uji coba, (7) revisi produk, (8) uji coba

pemakaian, (9) revisi produk, (10) produksi masal. Adapun hasil yang pada setiap tahapan dapat dijabarkan sebagai berikut.

### **Potensi Masalah**

Berdasarkan hasil kajian pustaka sesuai dengan topik penelitian dan pengembangan ditemukan beberapa hasil studi yang menunjukkan bahwa saat ini masih banyak ditemukan permasalahan gizi buruk atas kekurangan gizi pada anak Sekolah Dasar. Permasalahan gizi pada anak tersebut dipengaruhi oleh rendahnya pengetahuan anak Sekolah Dasar terhadap makanan yang sehat dan bergizi pada pilihan jajanan mereka di Sekolah. Temuan tersebut diperkuat dengan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan dengan guru PJOK dan siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan yang menunjukkan rendahnya minat dan pengetahuan siswa terkait jajanan tradisional sasak yang ditunjukkan pada hasil wawancara berikut.

Tabel 3. Hasil wawancara dengan guru pjok terhadap potensi masalah terhadap pengembangan produk media *puzzle* berbasis kuliner sasak

No.	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa saja media yang digunakan selama proses pembelajaran PJOK khususnya pada materi makanan sehat?	Selama proses pembelajaran PJOK khususnya materi makanan sehat, kami masih menggunakan media konkret berupa roti dan telur atau siswa diarahkan untuk membawa bekal dari rumah, dan sejauh ini belum ada media yang menunjang proses pembelajaran yang lebih baik pada pembelajaran PJOK materi makanan sehat.
2	Siapa yang mengajarkan materi makanan sehat pada siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan?	Saya, selaku guru PJOK di SDN 32 Ampenan yaitu Bapak I Putu Suardana, S.Pd
3	Kapan materi makanan sehat diajarkan pada siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan?	Materi makanan sehat ini masuk ke dalam tema 4 subtema 3 sehingga biasanya materi makanan sehat ini diajarkan pada bulan Desember jika materi sebelumnya bisa diselesaikan.
4	Mengapa materi makanan sehat perlu diajarkan pada siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan?	Perlu, karena dengan adanya materi makanan sehat ini diharapkan siswa mampu memilih jajanan yang sehat, makanan yang sehat, dan membiasakan diri untuk hidup sehat baik di lingkungan sekolah maupun lingkungan rumah.
5	Dimana pembelajaran mengenai makanan sehat diajarkan pada siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan?	Materi makanan sehat diajarkan di ruang kelas dengan membawa bekal dari rumah kemudian dijelaskan oleh guru.
6	Bagaimana proses pembelajaran PJOK berlangsung pada siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan	Selama proses pembelajaran PJOK berlangsung lancar dan tidak ada kendala, hanya saja pada pembelajaran PJOK ini khususnya materi makanan sehat masih belum ada media yang efektif untuk menunjang proses pembelajaran di kelas.

No.	Pertanyaan	Jawaban
7	Apakah perlu dikembangkan media pembelajaran untuk membantu menguatkan pemahaman siswa terhadap makanan sehat dan bergizi?	Perlu karena media pembelajaran yang digunakan untuk materi makanan sehat masih kurang.
8	Media pembelajaran seperti apa yang dapat digunakan untuk membantu penguatan pemahaman siswa pada makanan sehat?	Bisa berupa media <i>puzzle</i> dan media seri bergambar.

Temuan utama pada tahap awal ini, yaitu potensi masalah diperoleh informasi yang menunjukkan bahwa siswa lebih tertarik menggunakan media visual yang menginterpretasikan sebuah gambar. Adapun temuan terhadap permasalahan lain yaitu masih banyak siswa sekolah dasar tidak memiliki minat dalam mengonsumsi makanan yang bergizi serta kurangnya pengetahuan siswa terkait jajanan yang sehat terutama yang terdapat pada kuliner sasak.

### **Pengumpulan Data**

Tahap selanjutnya pengumpulan data, dalam penelitian pengembangan ini dilakukan proses pengumpulan data dengan studi literatur yang terkait dengan media *puzzle* dan manfaat media *puzzle* dalam proses pembelajaran. Berdasarkan kajian literatur penelitian sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa media *puzzle* dapat dikembangkan dan digunakan untuk membantu siswa selama proses pembelajaran sehingga memudahkan siswa dalam memahami materi yang diajarkan guru di dalam kelas.

Pengumpulan data diawali dengan melakukan analisis terhadap karakteristik siswa di SDN 32 Ampenan, ditemukan bahwa siswa sangat aktif dan komunikatif ketika mengikuti pembelajaran PJOK, namun siswa juga merasa masih kesulitan dalam memahami materi tentang makanan sehat yang disampaikan oleh guru. Berdasarkan hasil observasi saat proses pembelajaran PJOK berlangsung siswa aktif, komunikatif dan menyenangkan. Selain itu, hampir seluruh siswa menyukai makanan cepat saji dan *snack* yang dijual di lingkungan sekolah. Beberapa siswa juga masih belum bisa merawat kebersihan diri, dan masih banyak siswa yang memiliki badan yang kurus. Hal ini dipengaruhi oleh pertumbuhan dan perkembangan siswa kelas rendah yang merupakan masa transisi saat melaksanakan pembelajaran.

Selanjutnya data yang dikumpulkan terkait dengan kurikulum yang digunakan. SDN 32 Ampenan menggunakan kurikulum 2013 dengan sistem pembelajaran tematik, yang bertujuan dari pembelajaran dalam kurikulum 2013 terdiri dari: mengembangkan bakat, meningkatkan potensi pada peserta didik yang berkarakter, meningkatkan minat belajar dan berkompeteren. Tema menjadi landasan dalam pengembangan media *puzzle* berbasis kuliner Sasak ini adalah

Tema 4, subtema 3, KD 3.9 “Memahami perlunya memilih makanan bergizi dan jajanan sehat untuk menjaga kesehatan tubuh” dan 4.9 “Menceritakan perlunya memilih makanan bergizi dan jajanan sehat untuk menjaga kesehatan tubuh” dengan indikator yang tersaji pada tabel 4.

Tabel 4. Kompetensi dasar dan indikator pada media puzzle berbasis kuliner sasak

Kompetensi Dasar	Indikator
3.9 Memahami perlunya memilih makanan bergizi dan jajanan sehat untuk menjaga kesehatan tubuh	3.9.1 Mengetahui cara memilih makanan sehat pada kuliner sasak. 3.9.2 Mengetahui manfaat memilih makanan sehat dan bergizi pada kuliner sasak untuk menjaga kesehatan tubuh dengan tepat
4.9 Menceritakan perlunya memilih makanan bergizi dan jajanan sehat untuk menjaga kesehatan tubuh	4.9.1 Menjelaskan jenis-jenis makanan sehat yang terdapat pada potongan <i>puzzle</i> berbasis kuliner sasak 4.9.2 Menyajikan jenis makanan sehat dan manfaatnya untuk menjaga kesehatan tubuh dengan percaya diri.

Setelah data awal terkumpul kemudian dilanjutkan dengan penentuan ide ilustrasi media *puzzle* dengan mencari berbagai referensi jajanan khas Sasak yang dapat autentik, menarik dan dapat direpresentasikan dalam bentuk *puzzle*. Beberapa ilustrasi terpilih kemudian didesain ulang melalui aplikasi *canva* dan aplikasi *pinterest*. Hasil pencarian terhadap gambar jajanan khas Sasak yang diperoleh disajikan sebagai berikut.

Tabel 5. Referensi gambar/ilustrasi jajanan khas sasak

No.	Nama Jajanan	Gambar/Ilustrasi	Sumber
1	Serabi Laklak		(Lombok Post, 2023)
2	Klepon		(Hasanah, 2021)
3	Kue Bantal (Tikel)		(Isticasugi, 2017)
4	Nagasari		(Isticasugi, 2017)



5 Kerake



(Bendotri, 2018)

6 Banget atau Jaje Reket



(Linggauni, 2022)



### Desain Produk


Setelah seluruh data terkumpul dan peneliti memperoleh referensi gambar/ilustrasi mengenai jajanan khas Sasak, selanjutnya dilakukan perancangan atau desain produk media *puzzle* yang berisi materi "Makanan Sehat" berbasis kuliner Sasak. Pembuatan desain atau sketsa jajanan menggunakan aplikasi *Coreldraw X7* dan *adobe illustrator*. Adapun hasil desain dan spesifikasi tampilan pada media yang dikembangkan dijabarkan pada Tabel 6.

Tabel 6. Spesifikasi tampilan media *puzzle*



No.	Aspek Tampilan	Deskripsi
1	Kepingan <i>puzzle</i> berisi ilustrasi jajanan tradisional sasak beserta manfaatnya	Kepingan <i>puzzle</i> berbasis kuliner sasak ini berisi jajanan tradisional sasak yang terdiri dari serabi laklak, kelepon, tikel atau kue bantal, nagasari, kerake, dan banget atau jaje reket beserta kandungan dan manfaatnya
2	Setiap media <i>puzzle</i> terdiri dari 9 kepingan <i>puzzle</i>	Pada setiap papan <i>puzzle</i> terdiri dari 9 kepingan <i>puzzle</i> yang dapat disusun oleh siswa sehingga menjadi sebuah <i>puzzle</i> yang utuh
3	Warna pada media <i>puzzle</i> disesuaikan dengan warna asli.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Warna pada media ini disesuaikan dengan warna asli dengan <i>background</i> yang selaras sehingga menarik untuk siswa, dan warna pada bagian pinggiran <i>puzzle</i> berwarna cokelat sesuai dengan warna kayu</li> <li>- Serabi Laklak Menggunakan <i>background</i> berwarna cokelat tua dan coklat muda dan warna serabi digradasikan dengan warna cokelat cream, hitam dan putih.</li> </ul>



No.	Aspek Tampilan	Deskripsi
		<ul style="list-style-type: none"><li>- Klepon Menggunakan <i>background</i> berwarna hijau tua dan hijau muda yang digradasikan, dan warna ilustrasi klepon menggunakan warna hijau tua, hijau muda serta warna coklat dan putih.</li></ul>
		
		<ul style="list-style-type: none"><li>- Bantal atau Tikel Menggunakan <i>background</i> berwarna merah, coklat, cream dan hitam. Ilustrasi menggunakan warna coklat daun, putih fan hitam.</li></ul>
		
		<ul style="list-style-type: none"><li>- Nagasari Menggunakan <i>background</i> dengan gradasi hijau tua dan hijau muda, ilustrasi nagasari menggunakan warna hijau tua, hijau muda kuning muda dan coklat.</li></ul>
		
		<ul style="list-style-type: none"><li>- Kerake Kerake menggunakan <i>background</i> gradasi warna coklat tua, cream dan merah, ilustrasi kerake menggunakan warna putih tulang dan coklat muda</li></ul>
		
		<ul style="list-style-type: none"><li>- Banget atau jaje reket Menggunakan <i>background</i> berwarna putih tulang, sedangkan ilustrasinya berwarna putih dan hijau muda</li></ul>

No.	Aspek Tampilan	Deskripsi
		
4	Font dan jenis tulisan	Jenis font yang digunakan adalah Poppins dengan ukuran 20 untuk judul dan 14 untuk penjelasannya

Tabel 6. Spesifikasi bahan media *puzzle*

No.	Jenis dan Deskripsi Bahan	Gambar
1	Terbuat dari kayu dengan diameter panjang 20 cm dan lebar 20 cm	
2	Tebal kayu 1,5 cm dan tebal kepingan 0,5 cm dengan bagian tengah berlubang yang akan diisi oleh kepingan-kepingan <i>puzzle</i>	

### Validasi Desain

Validasi desain ini dilakukan dengan memberikan rancangan produk yang sudah didesain atau dikembangkan untuk mengetahui tingkat kelayakan rancangan media *puzzle* berbasis kuliner sasak. Validasi desain dilakukan dengan mengisi angket penilaian ahli media dan ahli materi dengan skala 1-4. Validasi ahli media dilakukan oleh Dosen PGSD Universitas Mataram, dan validasi ahli materi dilakukan oleh guru kelas 3 dan guru PJOK di SDN 32 Ampenan.

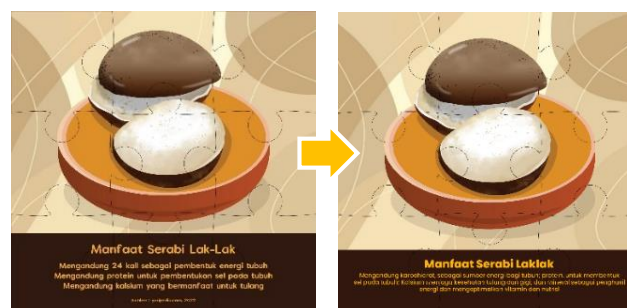
Tabel 7. Hasil uji validasi ahli media dan ahli materi terhadap media *puzzle* berbasis kuliner sasak

No.	Ahli	Aspek Pengujian	Persentase Hasil	Kategori
1	Media	Tampilan	100%	Sangat Layak
		Penyajian Media	100%	Sangat Layak
		Bahan	87,5%	Sangat Layak
		Kesesuaian Isi Materi	100%	Sangat Layak
2	Materi	Keakuratan Materi	95%	Sangat Layak
		Komunikatif	100%	Sangat Layak
		Orientasi pada Siswa	97,5%	Sangat Layak

Berdasarkan Tabel 7. Dapat diketahui hasil uji validasi ahli media diketahui persentase tingkat kelayakan media *puzzle* berbasis kuliner sasak pada pembelajaran PJOK materi makanan sehat memperoleh nilai sebesar 97,5% dengan kategori sangat layak dan dengan rincian persentase setiap aspek dalam media *puzzle* 100% pada aspek tampilan, 100% aspek penyajian media, dan 87,5% aspek bahan. Mengacu pada hasil validasi tersebut media *puzzle* berbasis kuliner sasak masuk dalam kategori "sangat layak" untuk digunakan pada pembelajaran PJOK materi makanan sehat siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan. Sedangkan pada pengujian yang dilakukan oleh ahli materi diperoleh persentase nilai sebesar 94,11% dengan rincian 100% aspek materi, 95% aspek penyajian, 100% aspek komunikatif dan 87,5% aspek orientasi. Dengan demikian media *puzzle* "sangat layak" digunakan untuk pembelajaran PJOK materi makanan sehat siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan.

### Revisi Desain

Tahap revisi desain dilakukan setelah mengetahui kekurangan desain media *puzzle* sebelumnya, kemudian dilanjutkan dengan merevisi atau memperbaiki desain produk berdasarkan saran dan masukan ahli media. Ahli media memberikan masukan untuk kandungan dan manfaat media *puzzle* menggunakan bahasa yang mudah dipahami siswa, khususnya siswa kelas 3 sekolah dasar.



Gambar 1. Hasil Revisi Desain *Puzzle*

### Uji Coba Produk

Tahap uji coba produk dilakukan dengan simulasi menggunakan media *puzzle* yang telah dikembangkan. Tahap uji coba produk ini melibatkan 10 orang siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan. Pada tahap ini, siswa dibagi menjadi tiga kelompok dengan masing-masing dua kelompok terdiri dari tiga siswa dan satu kelompok dengan empat orang siswa. Setelah siswa dibagi menjadi tiga kelompok, peneliti membacakan aturan dalam permainan, peneliti menjelaskan materi mengenai makanan sehat serta manfaat dan kandungannya. Hasil dari uji coba atau simulasi pada skala kecil ditunjukkan sebagai berikut.

Tabel 8. Hasil uji coba produk

No.	Aspek Penilaian	Skor Hasil	Skor Maksimal	Persentase	Kategori
1	Materi	181	200	90.5%	Sangat Baik
2	Media	192	200	96%	Sangat Baik
	<b>Jumlah</b>	373	400	93.25%	Sangat Baik

Berdasarkan hasil uji coba produk diperoleh skor hasil 373 dari skor maksimila 400 atau memiliki persentase sebesar 93,25%, dengan rincian 90,5% aspek materi dan 96% aspek media. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa media puzzle berbasis kuliner sasak sangat layak dan praktis digunakan dalam pembelajaran PJOK materi makanan sehat siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan.

### Revisi Produk

Sesuai dengan hasil masukan atau saran yang diberikan oleh siswa dan guru pada saat uji coba produk yang dilakukan sebelumnya. Adapun masukan dari siswa dan guru adalah perlu dikembangkannya untuk materi pedoman gizi seimbang akan tetapi penelitian ini hanya mengembangkan makanan sehat yang terdapat pada kuliner sasak dan sebatas pada jajanan tradisional sasak, maka saran dari guru PJOK tidak bisa dilanjutkan untuk mengembangkan media *puzzle* yang berisikan pedoman gizi seimbang.

### Uji Coba Pemakaian

Tahap ini merupakan uji coba skala besar yang melibatkan 31 siswa dan 1 guru PJOK di SDN 32 Ampenan. Uji coba skala besar dilakukan untuk mengetahui tingkat kelayakan media. Uji coba pemakaian skala besar dilaksanakan tanggal 17 Desember 2022. Uji coba skala besar memperoleh nilai persentase sebesar 88,63% untuk respon siswa dan 98,08% untuk respon guru dengan kategori sangat layak digunakan pada pembelajaran PJOK materi makanan sehat. Berdasarkan hasil pemakaian media *puzzle* berbasis kuliner sasak pada siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan diperoleh persentase dari respon siswa dan guru pada uji coba pemakaian skala kecil, dan persentase respon siswa dan guru pada uji coba skala besar sebagai berikut.

Tabel 9. Persentase perolehan hasil uji coba media *puzzle*

Tahapan	Persentase	Kriteria
Uji Coba Skala Besar	88,63%	Sangat Layak
Uji Coba guru skala besar	98,08%	Sangat layak

Tingkat kepraktisan media *puzzle* disesuaikan dengan tingkat kualifikasi produk berdasarkan nilai persentase yang diperoleh yaitu 88,63% pada hasil uji coba skala besar dengan berdasarkan perspektif siswa dan 98,08% pada hasil

uji coba skala besar berdasarkan perspektif guru. Sesuai dengan perolehan persentase tersebut dapat disimpulkan bahwa bahwa media *puzzle* berbasis kuliner sasak sangat layak digunakan untuk pembelajaran PJOK materi makanan sehat siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan.

## Pembahasan

Penelitian pengembangan ini menghasilkan media *puzzle* berbasis kuliner sasak pada pembelajaran PJOK materi makanan sehat untuk siswa kelas 3 sekolah dasar. Hasil uji coba siswa dan guru pada skala kecil dan skala besar diperoleh persentase nilai sebesar 93,25% untuk respon siswa skala kecil, 96,15% respon guru skala kecil, dan pada skala besar memperoleh persentase sebesar 88,63% respon siswa, serta 98,08% respon guru, maka berdasarkan hasil penilaian tersebut, media *puzzle* berbasis kuliner sasak sangat layak digunakan pada pembelajaran PJOK materi makanan sehat siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan. Penelitian dan pengembangan ini juga memiliki hasil yang identik dengan penelitian yang dilakukan ([Tastin et al., 2021](#)) yang menunjukkan bahwa media *puzzle* pada materi membaca permulaan terbukti efektif untuk meningkatkan kemampuan membaca permulaan pada siswa kelas satu SDN 77 Prabumulih.

Penelitian yang relevan yang sejalan dengan penelitian dan pengembangan ini juga dilakukan oleh ([Riadi, 2014](#); [Widiana et al., 2019](#)), yang menyatakan bahwa media *puzzle* yang dikembangkan praktis digunakan dan melalui media *puzzle* siswa memperoleh pengalaman belajar yang berharga, selain itu media *puzzle* yang dikembangkan juga mampu memudahkan siswa menemukan rumus luas jajargenjang sehingga siswa mampu memecahkan soal dengan mudah. Media *puzzle* dapat digunakan untuk meningkatkan keaktifan siswa dalam proses pembelajaran dan sesuai dengan karakteristik mata pelajaran IPA yaitu pembelajaran dapat dilakukan dengan berbagai kegiatan yang melibatkan siswa, seperti melakukan observasi, eksperimen dan eksplorasi ([Ciptaningrum & MintoHari, 2018](#)).

Media *puzzle* yang dikembangkan sangat layak digunakan pada proses pembelajaran, karena media *puzzle* ini memiliki kelebihan: mudah dibawa dan digunakan saat proses pembelajaran, ilustrasi yang digunakan dalam media mudah dikenali siswa dan sesuai dengan tingkat usia, menggunakan bahasa yang mudah dipahami siswa. Anak sekolah dasar berada pada tahap operasional konkret sehingga anak sekolah dasar menyukai benda-benda yang konkret atau nyata. Anak sekolah dasar juga memiliki daya fantasi yang tinggi dengan demikian, ilustrasi yang sesuai dengan anak pada jenjang sekolah dasar ialah ilustrasi yang menginterpretasikan bentuk asli dari jajanan tradisional tersebut ([Apriliani & Radia, 2020](#)). Bahasa pada media *puzzle* yang dikembangkan juga

disesuaikan dengan tahapan operasional konkret yaitu bahasa yang jelas dan mudah dipahami oleh siswa ([Dewi et al., 2020](#)).

Pembaruan media *puzzle* ini belum pernah dikembangkan untuk materi jajanan tradisional sasak, dan keterbatasan pada media *puzzle* yang dikembangkan yaitu hanya dapat digunakan pada satu materi saja serta tidak bertahan lama jika tidak disimpan dengan baik. Dengan demikian, media *puzzle* berbasis kuliner sasak sangat layak digunakan untuk materi makanan sehat siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan.

## **SIMPULAN**

Penelitian pengembangan ini menghasilkan media *puzzle* berbasis kuliner sasak pada pembelajaran PJOK materi makanan sehat siswa kelas 3 sekolah dasar. Media *puzzle* ini berisikan ilustrasi, kandungan dan manfaat jajanan tradisional sasak yang terdiri dari serbi laklak, kelepon, tikel, nagasari, kerake dan banget atau jaje reket. Media *puzzle* berbasis kuliner sasak memiliki kelebihan mudah dibawa dan digunakan selama proses pembelajaran, ilustrasi pada media mudah dikenali, dan bahasa yang digunakan mudah dipahami siswa. Pembaruan media *puzzle* ini mengangkat tema jajanan tradisional sasak. Melalui media *puzzle* berbasis kuliner sasak dapat dijadikan acuan untuk pengembangan lainnya yang mengangkat tema kearifan lokal. Berdasarkan penilaian ahli media dan ahli materi, respon guru dan siswa media *puzzle* ini sangat layak digunakan dengan kategori sangat layak dari validasi ahli media, dan validasi ahli materi juga menunjukkan kategori sangat layak. Respon guru dan siswa terhadap media *puzzle* berbasis kuliner sasak memperoleh persentase nilai sebesar 96,15% respon guru skala kecil, 93,25% respon siswa skala kecil dan 98,08% respon guru skala besar serta 88,63% respon siswa skala besar yang menunjukkan media *puzzle* sangat layak digunakan pada pembelajaran PJOK materi makanan sehat siswa kelas 3 SDN 32 Ampenan. Implementasi media *puzzle* dalam proses pembelajaran dapat digunakan dengan melibatkan seluruh siswa dalam satu kelas dan dengan metode pembelajaran TGT (*Team Games Tournament*) sehingga mampu melibatkan seluruh siswa dalam proses pembelajaran. Melalui media *puzzle* ini pengembangan terkait kuliner sasak dapat dijadikan sebagai jenis pengembangan lainnya yang dapat mengenalkan siswa terkait jenis-jenis makanan dan jajanan tradisional sasak.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Akhwani, A., & Romdloni, M. A. (2021). Character Education during the Covid-19 Pandemic in Elementary School. *Indonesian Journal of Primary Education*, 5(1), 1–12. <https://doi.org/10.17509/ijpe.v5i1.31381>
- Amin, A. S., & Prirahayu A, M. (2021). Penggunaan Media Puzzle Untuk

Meningkatkan Keaktifan Belajar Siswa Kelas 4 Di Sdit Al Uswah Pamekasan. *Jurnal Konseling Pendidikan Islam*, 2(2), 217–224.  
<https://doi.org/10.32806/jkpi.v2i2.89>

Apriliani, S. P., & Radia, E. H. (2020). Pengembangan Media Pembelajaran Buku Cerita Bergambar untuk Meningkatkan Minat Membaca Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 4(4), 994–1003.  
<https://doi.org/10.31004/basicedu.v4i4.492>

Aurora, W. I. D., Sitorus, R. J., & Flora, R. (2020). Perbandingan Skor IQ (Intellectual Question) pada Anak Stunting dan Normal. *JAMBI MEDICAL JOURNAL Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 8(1), 19–25.  
<https://doi.org/10.22437/jmj.v8i1.8333>

Bendotri. (2018). *Kerake Jajan Tradisional Khas Lombok*. Steemit.Com.

Ciptaningrum, T., & MintoHari. (2018). Pengembangan Media Pembelajaran Puzzle Animals 3D Wood dalam Materi Organ Gerak Hewan Kelas V SD. *Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 6(6), 1040-1050.  
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-penelitian-pgsd/article/view/23926>

Dewi, M. P., Suhaili, N., & Irdamurni, I. (2020). Perkembangan Bahasa, Emosi, dan Sosial Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 7(1), 1-11. <https://doi.org/10.30659/pendas.7.1.1-11>

Habib, L. H., Soemarno, & Hasyim, A. W. (2012). Pengembangan Obyek Wisata Pantai Kuta di Kabupaten Lombok Tengah Berdasarkan Tingkat Kepuasan Wisatawan. *PROKONS Jurusan Teknik Sipil*, 6(2), 130.  
<https://doi.org/10.33795/prokons.v6i2.22>

Hartono. (2017). *Status Gizi Balita dan Interaksinya*. Mediakom.

Hasanah, B. H. (2021). *Kelepon Kecerit, Kue Tradisional Khas Lombok dengan Sensasi Muncratan Gula Merah Saat dinikmati*. Wartalombok.Com.

Isticasugi. (2017). *Kue Bantal (Tikel) Lombok*. Budaya-Indonesia.Org.

Linggauni. (2022). *Cara Mudah Membuat Jaje Reket Tradisional Lombok*. IDN Times.

Galih, M. P. S. (2023). *Serabi Laklak Makanan Legendaris, Mau?*. Lombok post.  
<https://lombokpost.jawapos.com/ekonomi-bisnis/1502795596/serabi-laklak-makanan-legendaris-mau>

Mahyiddin, Z., Rais, A., & Fajri, Z. (2020). Korelasi Status Gizi terhadap Tingkat Intelligence Quotient pada Anak di MIN Tungkop Aceh Besar. *Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak*, 5(2), 1–8.  
<http://dx.doi.org/10.22373/bunayya.v5i2.6385>



- Maleke, V., Umboh, A., & Pateda, V. (2015). Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan Modinding. *E-CliniC*, 3(3). <https://doi.org/10.35790/ecl.v3i3.9420>
- Mashud, M., Tangkudung, J., & Widiastuti, W. (2018). Swimming Lesson Based on Interactive Multimedia. *International Journal of Sports Science*, 8(3), 91–96. <https://doi.org/10.5923/j.sports.20180803.04>
- Mu'min, S. A., & Yultas, N. S. (2020). Efektifitas Penerapan Metode Bermain dengan Media Puzzle dalam Meningkatkan Kemampuan Kognitif Anak. *Al-TA'DIB*, 12(2), 226. <https://doi.org/10.31332/atdbwv12i2.1217>
- Narulita, R., Jaya, I., & Taboer, M. A. (2021). Pengembangan Media Puzzle Berseri untuk membantu meningkatkan Kemampuan menggosok Gigi pada Anak Autis Kelas Dasar. *Jurnal Pendidikan Kebutuhan Khusus*, 5(1), 24–35. <https://doi.org/10.24036/pkk.v5i1.565>
- Nashiha, L., Taufiq, S., & Iqbal, M. (2019). Hubungan Pengetahuan Anak Tentang Jajanan Sehat dengan Kebiasaan Jajan. *Darussalam Indonesian Journal Fo Nursing and Midwifery*, 1(1), 68–77. <http://jurnal.sdl.ac.id/index.php/dij/article/view/20>
- Pemerintah Provinsi NTB. (2020). *Rencana Aksi Daerah Pangan dan Gizi Provinsi Nusa Tenggara Barat Tahun 2020–2023* (M. & H. Markum & A. Puji (eds.)). Pemerintah Provinsi NTB.
- Rahmawati, T., & Marfuah, D. (2016). Gambaran Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar. *Profesi (Profesional Islam) : Media Publikasi Penelitian*, 14(1), 72. <https://doi.org/10.26576/profesi.140>
- Rahmy, H. A., Prativa, N., Andrianus, R., & Shalma, M. P. (2020). Edukasi Gizi Pedoman Gizi Seimbang dan Isi Piringku pada Anak Sekolah Dasar Negeri 06 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 3(2), 162–172. <https://doi.org/10.25077/bina.v3i2.208>
- Riadi, M. E. (2014). Penggunaan Media Puzzle Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Tema Lingkungan Kelas II SDN Jajartunggal III Surabaya. *Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 2(2), 1–11. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-penelitian-pgsd/article/view/10619>
- Seprianty, V., Tjekyan, S., & Thaha, A. (2015). Status Gizi Anak Kelas III SDN 1 Sungaililin. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 2(1), 129–134. <https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jkk/article/view/2544>
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. CV Alfabeta.

- Sumartini, E. (2020). Studi Literatur : Dampak Stunting Terhadap Kemampuan Kognitif Anak. *Jurnal Seminar Nasional*, 2(01), 127–134. <https://doi.org/10.48186/.v2i01.259.127-134>
- SUN Indonesia. (2022). *Mengenal Studi Status Gizi Indonesia 2021*. Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional / Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (BAPPENAS).
- Tambaru, E., Benu, A. Y., & Mbuik, H. B. (2021). Analisis Penggunaan Media Puzzle pada Tema Pahlawanku Kebanggaanku dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa di Kelas IVB Sekolah Dasar Inpress Bertingkat Oebobo 2 Kupang. *SPASI: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Dasar*, 2(1), 55–63. <https://ojs.cbn.ac.id/index.php/spasi/article/view/178>
- Tastin, T., Sholikhah, H. A., & Sulastri, S. (2021). Pengembangan Media Pembelajaran Puzzle pada Materi Membaca Permulaan Siswa Kelas 1 SD Negeri 77 Prabumulih. *Jurnal Ilmiah Bina Edukasi*, 14(2), 157–168. <https://doi.org/10.33557/jedukasi.v14i2.1586>
- Teja, M. (2015). Pembangunan Untuk Kesejahteraan Masyarakat di Kawasan Pesisir. *Aspirasi*, 6(1), 63–76.
- Widiana, I. W., Rendra, N. T., & Wulantari, N. W. (2019). Media Pembelajaran Puzzle untuk meningkatkan Hasil Belajar Siswa Kelas IV pada Kompetensi Pengetahuan IPA. *Indonesian Journal Of Educational Research and Review*, 2(3). <https://doi.org/10.23887/ijerr.v2i3.22563>
- Wijaya, N. F. A. (2022). *Penanggulangan Stunting Melalui Pendekatan Lintas Sektor*. Bappeda Provinsi Kepulauan Bangka Belitung.