

Pengembangan Buku Perencanaan Menu Penderita Hepatitis A Usia 19-29 Tahun

Dwi Enggar Kusumowati

Program Studi S1 Pendidikan Tata Boga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya
(dwikusumowati@mhs.unesa.ac.id)

Dr. Rita Ismawati, S.Pd., M.Kes.

Dosen Program Studi S1 Pendidikan Tata Boga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya
(ita_aji@yahoo.com/ritaismawati@unesa.ac.id)

Abstrak

.Buku perencanaan menu untuk penderita hepatitis A usia 19-29 tahun dirancang untuk menjadi salah satu alternatif pilihan buku perencanaan menu makanan penderita Hepatitis A supaya bisa mengembalikan status gizi yang baik dan mencapai kesehatan yang optimal. Pengembangan buku perencanaan menu penderita hepatitis A ini bertujuan untuk mengetahui kelayakan, kepraktisan dan keefektifan buku serta respon penderita terhadap buku.

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan yang mengacu pada model yang dikembangkan Borg and Gall. Subjek yang diuji coba dalam penelitian ini adalah 10 orang yang pernah menderita dan sedang menderita Hepatitis A. Data dikumpulkan dengan menggunakan teknik wawancara, angket dan metode tes. Teknik wawancara dan observasi digunakan untuk memperoleh data deskriptif tentang karakteristik penderita hepatitis A. Teknik angket digunakan untuk mengambil data kuantitatif validasi menu, validasi buku, kepraktisan buku dan respon penderita terhadap buku. Metode tes untuk mengetahui keefektifan buku. Data dianalisis secara deskriptif kuantitatif dan hasil tes dianalisis menggunakan SPSS uji t berpasangan (*Paired Samples Statistics*).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa susunan menu layak untuk digunakan dengan skor 73%, kemudian buku perencanaan menu juga sangat layak untuk digunakan dengan skor 81.1%. Selanjutnya buku sangat praktis digunakan karena memiliki skor 82% dan buku dikatakan efektif digunakan karena pengetahuan penderita meningkat setelah membaca buku yang dilihat dari kenaikan hasil tes dengan uji t berpasangan yang menunjukkan t hitung 4.521 dengan sig. 0.001 (<0.05) yang artinya buku berpengaruh untuk meningkatkan pengetahuan responden. Respon dari penderita terhadap buku memiliki rata-rata 88% dengan kriteria sangat baik digunakan. Dengan demikian, buku perencanaan menu ini layak, praktis dan efektif untuk digunakan sebagai pedoman penyusunan menu bagi penderita hepatitis A.

Kata Kunci: Buku perencanaan menu, hepatitis A, penelitian pengembangan

Abstract

The development of a menu planning for hepatitis A sufferers aged 19-29 years was made to be an alternative choice of menu planning menus to regulate food for people with hepatitis A. In order to restore optimal nutritional status and achieve good health. The purpose of developing this book is to knowing the validity, practicality, effectiveness of the book and the patient's response to the book.

This research is a development research that refers to the model developed by Borg and Gall. The subjects tested in this study were 10 people who had suffered and were suffering from Hepatitis A. Data were collected using interview techniques, questionnaires and test methods. Interview and observation techniques were used to obtain descriptive data about the characteristics of hepatitis A patients. The questionnaire technique was used to retrieve quantitative data on menu validation, book validation, practicality of books and patient responses to books. Test method to determine the effectiveness of books. Data were analyzed descriptively quantitatively and test results were analyzed using SPSS paired T test (*Paired Samples Statistics*).

The results showed that the composition of the menu was feasible to use with a score of 73%, then the menu planning menu was also very feasible to use with a score of 81.1%. Furthermore the book is very practical to use because it has a score of 82% and the book is said to be effectively used because the knowledge of the sufferer increases after reading the book which is seen from the increase in test results with paired t test which shows t count 4,521 with sig.0.001 (<0.05) which means book take effect for improve knowledge respondent. The response from sufferers to books has an average of 88% with criteria very well used. Thus, this menu planning book is feasible, practical and effective to be used as a guideline for preparing menus for people with hepatitis A.

Keywords: menu planning guide, hepatitis A, research development

PENDAHULUAN

Penyakit hepatitis A adalah penyakit yang terjadi karena virus yang terdapat pada makanan atau minuman yang terkontaminasi oleh feses orang yang telah terinfeksi (WHO, 2012). Secara global, terdapat 1,4 juta penderita kasus infeksi virus hepatitis A per tahun dengan prevalensi tertinggi di negara berkembang. Menurut Penelitian Pratiwi dkk (2017) di Indonesia kasus Hepatitis A adalah kasus hepatitis terbesar yang dirawat di rumah sakit dengan persentase 39,8-68,3% yang kemudian disusul dengan hepatitis C dan Hepatitis B yang terendah. Hepatitis A memang mudah disembuhkan tetapi penyakit hepatitis A sangat mudah menular dan bisa menjadi wabah sehingga perlu dilakukan tindakan yang cepat supaya penyakit hepatitis A cepat sembuh sehingga tingkat penularannya juga rendah dan tidak menjadi wabah di suatu daerah.

Penyakit hepatitis A banyak menyerang kelompok usia produktif yang berkisar antara usia 15-64 tahun karena memiliki aktivitas yang banyak, sehingga mudah terserang penyakit hepatitis A apabila pola hidup yang dilakukan tidak baik. Pernyataan ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Sasoka (2017) yang mengatakan bahwa rata-rata penderita hepatitis A memiliki rentang umur 14-25 tahun.

Manifestasi klinis dari hepatitis A adalah demam secara terus menerus, mata atau kulit berwarna kuning, tinja pucat, urin gelap, mudah lelah dan letih, nyeri perut, kehilangan selera makan, mual dan dapat terjadi pembengkakan hati. Tidak ada pengobatan khusus untuk menyembuhkan penyakit ini, Pengobatan yang dilakukan hanya bersifat *supportif* yaitu penderita harus istirahat total di awal fase penyakit, pengaturan pola makan, memberi pengobatan sesuai dengan gejala dan perawatan di rumah sakit bila penyakitnya bertambah berat.

Menurut Hartono (2006) mengatur pola makan/disebut terapi *enteral* dan *parental* sudah menjadi terapi medis seperti pemberian obat. Karena jika obat dipandang sebagai dasar pengobatan, maka gizi harus dipertimbangkan sebagai dasar kesembuhan. Mengatur pola makan dan pengonsumsi makanan yang sehat dan bergizi secara teratur merupakan bagian penting dalam pengobatan hepatitis A. Peranan makanan sangat diperlukan untuk mengembalikan stamina penderita, mempertahankan status gizi optimal, mencegah penurunan berat badan/meningkatkan berat badan bila kurang, untuk mencegah kerusakan hati lebih lanjut, mengurangi beban kerja hati, memperbaiki jaringan hati yang rusak, memperbaiki status gizi pasien serta menghindari komplikasi.

Makanan untuk penderita hepatitis A ini harus mengandung energi yang tinggi, rendah lemak, protein

tinggi, cukup vitamin dan mineral, rendah garam, mudah dicerna, rasa tidak tajam, serta harus menghindari bahan makanan yang banyak mengandung gas dan lemak. Karena banyaknya makanan yang harus di hindari oleh penderita hepatitis A, tidak menutup kemungkinan bahwa penderita pasti bosan akan menu yang biasa diberikan. Sehingga diperlukan perencanaan menu yang kreatif, inovatif dan variatif dengan menggunakan bahan-bahan yang diperbolehkan untuk penderita penyakit hepatitis A.

Pengaturan pola makan untuk penderita hepatitis A sebaiknya dikonsultasikan dengan ahli gizi, tetapi hal tersebut tidak bisa dilakukan oleh semua penderita karena faktor biaya. Sehingga perlu cara lain yang bisa ditempuh agar penderita bisa mengatur pola makan dengan baik tanpa harus berkonsultasi dengan ahli gizi yaitu dengan membuat buku perencanaan menu bagi penderita hepatitis A. Tujuannya agar penderita hepatitis A bisa mengatur pola makan dengan menerapkan menu tersebut.

Buku perencanaan menu untuk penderita hepatitis sebenarnya sudah ada di pasaran, tetapi belum ada buku perencanaan menu khusus untuk penderita hepatitis tipe A, diantaranya adalah buku "Terapi Gizi dan Diet Rumah Sakit" oleh Andry Hartono (2006), buku "Penuntun Diet" oleh Sunita Almatsier (2004), buku "Menu untuk Penderita Hepatitis & Gangguan Saluran Pencernaan" oleh Vera Uripi (2004) dan lain-lain. Kekurangan dari buku-buku di atas ada yang kurang menjelaskan secara detail tentang penyakit hepatitis A, tidak semua menu ada resepnya, buku tidak berwarna, kandungan zat gizi tidak lengkap per menu dan lain-lain. Melihat kondisi yang seperti ini penulis ingin membuat buku perencanaan menu khusus untuk penderita hepatitis A dengan menyempurnakan buku yang sudah ada yaitu dalam hal penambahan siklus menu yang lebih panjang, terdapat resep beserta gambarnya, serta kandungan gizi per porsi. Buku tersebut khusus ditujukan pada usia 19-29 tahun karena usia tersebut tergolong rata-rata usia produktif yang mudah terkena penyakit hepatitis A. Golongan usia tersebut sesuai yang ada pada kelompok usia pada AKG sehingga mudah untuk menghitung kecukupan gizinya.

Siklus menu yang digunakan yakni siklus menu dengan jangka waktu 10 hari supaya penderita tidak bosan. Pengembangan buku ini menggunakan perangkat lunak *Photoshop* dan penjelasan tersebut dituangkan ke dalam buku kecil berukuran A5 (14,8 cm x 21 cm) yang berwarna, dengan kertas *glossy* untuk covernya serta kertas HVS untuk isinya sehingga praktis dibawa dan pembaca tertarik untuk membaca dan menerapkan pengaturan makan yang tertuang pada buku tersebut.

Sebelum menu dibuat menjadi buku, maka menu divalidasi oleh 3 validator terlebih dahulu apakah layak

digunakan atau tidak. Setelah menu dinyatakan layak, maka dibuat resep serta dihitung kandungan gizinya. Kemudian dibuat buku dengan dilengkapi informasi-informasi lainnya. Dalam menilai kelayakan buku juga diperlukan 3 validator. Apabila buku dinyatakan layak digunakan, maka buku bisa di ujicoba ke subjek penelitian yaitu 10 orang penderita hepatitis A baik yang sedang menderita atau yang pernah menderita untuk diketahui efektivitas penggunaan buku serta respon penderita terhadap buku.

Berdasarkan uraian tersebut perlu dilakukan penelitian tentang “Pengembangan Buku Perencanaan Menu Penderita Hepatitis A Usia 19-29 Tahun” untuk melengkapi kekurangan buku perencanaan menu yang sudah ada dan untuk mengetahui validitas, kepraktisan dan respon penderita terhadap buku.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian pengembangan dengan mengadopsi model yang dikembangkan oleh Borg & Gall yang terdiri dari 10 tahapan. Tahapan pengembangan terdiri dari potensi dan masalah, mengumpulkan informasi dan studi literatur, desain produk, validasi desain, perbaikan desain, ujicoba produk, revisi produk, ujicoba pemakaian, revisi produk serta pembuatan produk massal. Penelitian ini hanya sampai pada ujicoba produk, tidak sampai tahap produksi massal karena keterbatasan waktu dan biaya sehingga langkah yang dilakukan hanya 6 tahap saja.

Pada tahap potensi masalah, peneliti mencari solusi untuk masalah yang diangkat yang meliputi rancangan buku, format buku, serta desain buku yang akan dibuat. Selanjutnya mengumpulkan studi literatur untuk mencari informasi dan teori-teori sebagai bahan pembuatan buku. Kemudian buku didesain sesuai dengan rancangan yang diharapkan. Selanjutnya buku divalidasi kepada 3 ahli yakni 2 ahli pendidikan dan 1 ahli kesehatan untuk mengetahui apakah buku layak untuk digunakan dan untuk mendapatkan masukan dari ahli demi perbaikan buku. Selanjutnya buku direvisi sesuai dengan masukan para ahli dan terakhir dilakukan ujicoba buku kepada subjek penelitian untuk mengetahui apakah buku efektif digunakan atau tidak. Selain itu juga, peneliti mencari tahu tentang respon penderita setelah membaca buku tersebut

Teknik pengumpulan data menggunakan metode wawancara, angket dan metode tes. Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar validasi menu, lembar validasi buku, lembar soal tes pemahaman serta lembar respon penderita. Penelitian ini menggunakan 2 macam analisis data yakni analisis data deskriptif kuantitatif menggunakan teknik persentase untuk validasi menu, validasi buku dan respon penderita. Kemudian

analisis menggunakan SPSS uji t berpasangan untuk menganalisis hasil tes pemahaman.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Hasil Validasi Rancangan Menu

Rancangan menu untuk penderita Hepatitis A awalnya dibuat selama 20 hari yang kemudian diseleksi oleh 3 validator yaitu ahli boga, ahli gizi serta ahli kesehatan menjadi rangkaian menu selama 10 hari. Tujuan validasi menu adalah untuk memilih menu yang sangat sesuai dengan karakteristik penderita Hepatitis A, sehingga menu yang telah disetujui oleh validator bisa dikonsumsi oleh penderita Hepatitis A. Rangkaian menu selama 10 hari yang sudah divalidasi bisa dilihat pada tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1
Susunan Menu 10 Hari untuk Penderita Hepatitis A

Hari Ke-	Makan Pagi	Selingan	Makan Siang	Selingan	Makan Malam	Selingan
1	Nasi putih * Koloke * Nugget Tahu * Orak-arik sayuran * Jeruk Hangat	Pisang Rebus * Teh Manis	Nasi Putih * Tumis Kangkung Ebi * Tempe Mendoan *	Cantik Manis * Jus Melon	Nasi Putih * Tumis Ayam Jamur * Pepes Tahu * Pepaya	Pudding Tahu * Sirup Strawberry
2	Bubur Ayam * Susu Kedelai Hangat	Klepon * Jus Apel	Nasi Putih * Pepes Ikan Nila * Sayur Asam * Semangka	Sosis Solo * Buah Anggur	Nasi Putih * Semur Daging * Bola-bola tempe * Setup Salak	Pudding Coklat * Wedang jahe
3	Club Sandwich * Lemon Tea	Pisang Bakar Madu * Jus Wortel Tomat	Nasi Putih * Ayam Geprek * Sayur Labu Siam * Es Kopyor	Biskuit * Jus Mangga	Nasi * Tumis Ikan Tongkol * Perkedel * Sup Wortel * Bajigur	Pancake * Buah Alpukat

Hari Ke-	Makan Pagi	Selingan	Makan Siang	Selingan	Makan Malam	Selingan
4.	Nasi Putih * Pesmol Ikan Kakap * Bacem tempe tahu * Tumis Jamur * Teh Sereh	Nagasari Roti * Es Cocktail	Nasi Putih * Pepes Teri dan Jantun g Pisang * Sayur Asam Jakarta * Teh Manis	Talam Labu Kuning * Buah Jeruk	Nasi Putih * Siomay Udang * Sup Baso Tahu * Jus Stawberry	Pudding mutiara * Sari Kacang Hijau

5.	Burger Mie * Susu Kedelai	Fruit Pie * Lemon Tea	Nasi Putih * Ayam Lada Hitam * Terong Balado * Seman gka	Kurma * Sirup Markisa	Nasi Putih * Acar Kuning * Tumis Kerang * Melon	Pudding Pandan * Setup pepaya
----	---------------------------------	-----------------------------	---	-----------------------------	--	--

6.	Nasi Putih * Sate Lilit * Plecing Kangkung * Teh Hangat	Bubur Ketan Hitam * Wedang Jeruk	Nasi Putih * Sayur Bayam * Botok ikan Patin * Es Blewah	Pisang Gulung * Jus Semangka	Kentang Goreng * Ayam kecap * Tumis kacang Panjan g * Alpukat	Pudding mocca * Sari Apel
----	---	--	--	---------------------------------------	---	------------------------------------

7.	Burger tempe * Susu Non fat	Roti bakar * Jus buah naga	Nasi putih * Urap-urap * Tempe mendon an * Ayam bakar madu * Jus Sirsak	Bubur Grendul * Lemon Squash	Nasi putih * Fuyung Hai * Sup Udang Jamur * Buah Anggur	Pudding kelapa * Buah Jeruk
----	--------------------------------------	-------------------------------------	--	---------------------------------------	--	--------------------------------------

8.	Nasi Putih * Telor Dadar Sayuran * Kering tempe * Teh hangat	Risol sayur * Buah Rambutan	Nasi * Soto daging * Tahu kipas * Puddin g Melon	Bitter ballen * Lemon Tea	Nasi Putih * Chic ken teriyaki * Capcay * Es Cao	Pisgor Gulmer * Sar Apel
----	--	--------------------------------------	---	------------------------------------	---	-----------------------------------

Hari Ke-	Makan Pagi	Selingan	Makan Siang	Selingan	Makan Malam	Selingan
9.	Sandwich telur * Susu jahe	Fruit Salad * Pisang Nugger	Nasi Putih * Otak- otak banden g * Tumis sawi tahu * Es timun selasih	es kepal alpukat * Tahu Fantasi	Nasi merah * Mujair Asam Manis * Cah Buncis Jagung * Sawo	jus jambu merah * Coklat cake

10.	Kentang bakar * Ayam kungpao * Buah duku	Udang crispy * Sirup pandan	Nasi Putih * Ayam kanton * Sup daun kelor * Tahu jamur * Jus worje	Tahu bakso * Buah melon	Nasi putih * Daging lada hitam * Cah sawi putih * Es sarang burung	Bakpao mini * Buah mangga
-----	--	--------------------------------------	---	----------------------------------	---	------------------------------------

Analisis data penilaian susunan menu 10 hari untuk penderita Hepatitis A dilakukan dengancara deskriptif kuantitatif. Hasil penilaian dapat dilihat pada tabel 2 berikut ini:

Tabel 2
Hasil Validasi Susunan Menu 10 Hari untuk Penderita Hepatitis A

No.	Aspek yang dinilai	Skor Valdator			Rata-Rata
		Dokter	Ahli Gizi	Ahli Boga	
1.	Susunan hidangan bervariasi		80	80	80
2.	Bahan makanan yang digunakan bervariasi dan mudah didapatkan			75	75
3.	Tidak mengulang bahan, rasa dan warna yang sama dalam satu set menu.			85	85
4.	Harga bahan relatif murah			80	80
5.	Teknik memasak beragam, aman dan mudah dipraktikkan.			78	78
6.	Merupakan hidangan yang banyak dikenal masyarakat			78	78
7.	Susunan hidangan banyak mengandung vitamin B kompleks	70	75		72.5

No.	Aspek yang dinilai	Skor Valdator			Rata-Rata
		Dokter	Ahli Gizi	Ahli Boga	
8.	Susunan hidangan banyak mengandung vitamin C	70	80		75
9.	Susunan hidangan banyak mengandung vitamin K	75	78		76.5
10.	Susunan hidangan sedikit mengandung natrium	70	80		75
11.	Susunan hidangan banyak mengandung Zink		80		80
12.	Susunan hidangan lebih menarik dari hidangan di rumah sakit.		80		80
13.	Tidak menggunakan bahan makanan yang instan		75		75
14.	Teknik memasak aman untuk penderita hepatitis A	75	80		77.5
15.	Bahan makanan yang digunakan sesuai dengan yang dianjurkan untuk penderita hepatitis A	80			80
16.	Susunan hidangan bisa menunjang kesembuhan penderita hepatitis A.	75			75
17.	Susunan Hidangan bisa meningkatkan nafsu makan penderita hepatitis A	80			80
Rata-rata					78.3

Catatan Standar Pendeskripsian:

- 0% - 20% = Sangat Kurang
- 21% - 40% = Kurang
- 41% - 60% = Cukup
- 61% - 80% = Baik
- 81% - 100% = Sangat Baik

Pada tabel 4.4 menunjukkan hasil penilaian menu untuk penderita hepatitis A dari 3 validator. Nilai rata-rata penilaian menu dari 3 validator tersebut yaitu 73% dengan kriteria baik, sehingga susunan menu ini layak digunakan untuk penderita hepatitis A. Selanjutnya dari menu tersebut ditulis resepnya dan dihitung komposisi bahannya yang disesuaikan dengan kebutuhan penderita Hepatitis A usia 19-29 tahun.

2. Hasil Validasi kelayakan buku oleh 3 Validator

Penilaian kelayakan buku meliputi penilaian dari komponen kegrafikaan, komponen isi, komponen penyajian dan komponen bahasa.

Validasi dilakukan oleh ahli pendidikan dan ahli kesehatan. Analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif dengan menggunakan skala likert 1-5.

Hasil analisis penilaian kelayakan buku perencanaan menu penderita hepatitis A usia 19-29 tahun dari 3 validator yang sudah dihitung dan diinterpretasi adalah 81% yang artinya sangat baik. Sehingga buku ini dikatakan sangat layak digunakan untuk pegangan bagi penderita Hepatitis A dengan perbaikan. Masukan dan saran para ahli terdapat pada tabel 3 berikut ini:

Tabel 3
Masukan dan Saran Validator dalam Perbaikan Buku Perencanaan Menu Penderita Hepatitis A Usia 19-29 Tahun

Validator	Masukan dan Saran
Prof. Dr. Luthfiyah Nurlaela, M.Pd	1. Perlu dilengkapi dengan komponen-komponen yang belum dibuat sesuai dengan instrumen validasi.
Mauren Gita Miranti, S.Pd., M.Pd.	1. Rujukan, rangkuman, refleksi serta contoh soal sebaiknya ada tiap bab. 2. Perbaiki yang sangat kurang. 3. Untuk cover, beri tulisan buku pegangan dan ganti dengan logo terbaru .
dr. Nuri Susanti, Sp. PD	1. Beri alasan mengapa dilarang memakan makanan yang mengandung gas dan berserat. 2. Perbaiki penulisan dan jarak/enter pada buku.

3. Hasil Penilaian Kepraktisan Buku oleh 3 Validator

Penilaian kepraktisan buku dilakukan untuk mengetahui apakah buku yang sudah dibuat praktis untuk dibawa, praktis untuk digunakan, bisa mendorong keingintahuan pembaca, apakah buku bisa digunakan sebagai pedoman penyusunan menu, apakah buku menyediakan semua informasi yang dibutuhkan pembaca, dan apakah buku dapat menarik pembaca untuk menerapkan menu tersebut.

Analisis kepraktisan buku menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan skala 1-5 dan diinterpretasi menggunakan teknik persentase. Hasil penilaian kepraktisan buku dari 3 validator yaitu 82% yang artinya sangat baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa buku Perencanaan Menu Penderita Hepatitis A sangat praktis digunakan untuk penderita hepatitis A.

4. Hasil Uji Coba Buku Perencanaan Menu Penderita Hepatitis A.

Setelah buku divalidasi dan dinyatakan layak dan praktis untuk digunakan, maka buku di uji coba ke sampel penelitian. Tujuan uji coba adalah untuk mengetahui apakah produk yang sudah dibuat dapat meningkatkan pengetahuan penderita hepatitis A atau tidak dan apakah buku efektif digunakan atau tidak. Apabila buku bisa menambah pengetahuan penderita Hepatitis A, maka buku efektif untuk digunakan.

Uji coba buku dilakukan sebanyak 2 kali yakni pre test untuk mengetahui pengetahuan dasar penderita Hepatitis A tentang Penyakit Hepatitis A. Selanjutnya diberikan buku untuk dibaca dan dipelajari setelah itu diberikan post test dengan tujuan apakah ada peningkatan pengetahuan setelah membaca buku perencanaan menu penderita Hepatitis A.

Analisis hasil pre test dan post test dilakukan menggunakan uji statistik t berpasangan (*Paired Sample t Test*) untuk melihat pengaruh buku. Hasil uji coba buku pada tabel 4 berikut ini:

Tabel 4

Hasil Penilaian Pre Test dan Post Test pada Penderita Hepatitis A

No	Nama Responden	Jenis Kelamin	Usia (th)	Nilai Pre Test	Nilai Post Test
1.	Rika	P	23	40	85
2.	Tri	P	20	60	80
3.	Avia	P	22	45	70
4.	Rahma	P	19	60	50
5.	Nicko	L	26	60	80
6.	Rohman	L	24	40	70
7.	Denis	L	24	40	85
8.	Kurniawan	L	25	45	75
9.	Cahyo	L	23	25	80
10.	Jarwo	L	29	60	70
Rata-rata				47.5	74.5

Hasil Pre test pada penderita memiliki rata-rata 47.5. Dari hasil pengamatan, rendahnya nilai pre test pada penderita disebabkan karena penderita tidak sepenuhnya tau tentang hal-hal yang berkaitan dengan Hepatitis A. Mereka hanya tau hal-hal yang pernah dialami saja seperti gejala yang ditimbulkan, kegiatan yang harus dihindari, makanan yang bisa dikonsumsi dan lain-lain.

Selanjutnya Buku Perencanaan Menu Penderita Hepatitis A diberikan pada penderita untuk dibaca dan difahami. Kemudian penderita diberi post test dengan soal yang sama untuk mengetahui peningkatan

pengetahuan pada penderita hepatitis A dan mengetahui keefektifan buku.

Nilai rata-rata hasil post test pada penderita adalah 74.5 dengan nilai pre test 47.5 hal ini menunjukkan ada peningkatan hasil test pada penderita Hepatitis A.

Setelah didapatkan hasil pre test dan post test, maka selanjutnya hasil di analisis dengan menggunakan uji statistik t berpasangan (*Paired Sample t Test*).

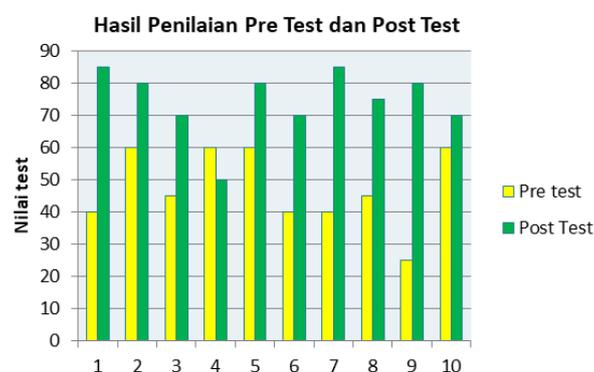
Hasil Uji statistik dengan model *Paired Sample t Test* terdapat pada tabel 5 berikut ini:

Tabel 5

Hasil Uji Statistik dengan Model t Berpasangan

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	Df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pretest - Posttest	-2.70000E1	18.88562	5.97216	-40.50996	-13.49004	-4.521	9	.001

Berdasarkan tabel uji T berpasangan menunjukkan nilai t hitung sebesar 4,521 dengan sig. 0.001 (<0.05) menyatakan bahwa dengan membaca buku dapat mempengaruhi pengetahuan responden yakni meningkatkan pengetahuan pada responden. Hal ini ditunjukkan dengan signifikan uji t berpasangan 0.001 yang artinya berpengaruh. Sehingga buku efektif digunakan untuk menambah pengetahuan responden. Peningkatan nilai post test bisa dilihat pada gambar 1 di bawah ini:



Gambar 1. Grafik Hasil Penilaian Pre Test dan Post Test

Dari grafik diatas bisa dilihat, bahwa 9 dari 10 orang penderita hepatitis A memiliki peningkatan nilai pada post test.

Peningkatannya ada yang rendah dan ada yang tinggi serta ada yang menurun hasil post tesnya. Hal ini disebabkan karena intelektual penderita yang berbeda-beda. Selain itu juga ada penderita yang sangat antusias membaca buku Perencanaan Menu Penderita Hepatitis A Usia 19-29 Tahun dan ada juga yang hanya sekilas saja membacanya sehingga hal ini juga berpengaruh pada hasil tes.

Karena 9 dari 10 penderita memiliki peningkatan pengetahuan, maka buku Perencanaan Menu Penderita Hepatitis A Usia 19-29 Tahun dikatakan dapat meningkatkan pengetahuan pada penderita, sehingga buku dapat dikatakan efektif untuk digunakan.

5. Hasil Analisis Respon Penderita terhadap Buku Perencanaan Menu Penderita Hepatitis A Usia 19-29 Tahun.

Setelah menguji keefektifan buku, maka selanjutnya adalah mencari tahu respon penderita terhadap buku perencanaan menu. Teknik pengambilan data menggunakan skala Guttman dengan jawaban “ya” dan “tidak”. Data dianalisis menggunakan teknik persentase dan kemudian skornya diinterpretasikan. Hasil respon penderita ditunjukkan pada tabel 6 di bawah ini:

Tabel 6
Hasil Respon Penderita Hepatitis A terhadap Buku Perencanaan Menu Penderita Hepatitis A Usia 10-29 Tahun

No	Aspek yang Dinilai	Jawaban Responden		Keterangan
		Ya	Tidak	
1.	Apakah desain buku menarik sehingga pembaca tertarik dan ingin membaca sampai tuntas?	100%	0%	Sangat Baik
2.	Apakah buku praktis dibawa karena ukurannya kecil dan tidak terlalu tebal?	70%	30%	Baik
3.	Apakah materi pada buku diuraikan dengan jelas dan mendalam yakni meliputi semua hal tentang penyakit Hepatitis A serta cara menyusun menu dan menghitung zat gizi?	100%	0%	Sangat Baik
4.	Apakah fakta dan data yang ada pada buku disajikan sesuai dengan kenyataan?	70%	30%	Baik
5.	Apakah materi mudah difahami?	90%	10%	Sangat Baik

6.	Apakah desain buku menarik sehingga pembaca tertarik dan ingin membaca tuntas?	100%	0%	Sangat Baik
7.	Apakah gambar dan tabel yang disajikan dalam buku dapat membantu memahami materi?	100%	0%	Sangat Baik
8.	Apakah istilah asing yang digunakan mudah dimengerti karena sudah terdapat glossarium di dalamnya ?	70%	30%	Baik
9.	Apakah pembaca menyukai susunan menu seperti ini?	100%	0%	Sangat Baik
10.	Apakah susunan hidangan tersebut dapat meningkatkan nafsu makan?	90%	10%	Sangat Baik
11.	Apakah menu yang ada dalam buku mudah dipraktikkan?	80%	20%	Baik
12.	Apakah perhitungan zat gizi mudah dimengerti?	60%	40%	Cukup
13.	Apakah pembaca termotivasi untuk menerapkan susunan menu ini?	100%	0%	Sangat Baik
14.	Apakah menu yang ada di buku bisa membantu pembaca untuk mengatur makanan untuk penderita Hepatitis A?	100%	0%	Sangat Baik
15.	Apakah buku ini bisa membantu pembaca untuk mengenal lebih jauh tentang penyakit hepatitis A?	100%	0%	Sangat Baik

Analisis hasil respon penderita adalah sebagai berikut:

1. Apakah desain buku menarik sehingga pembaca tertarik dan ingin membaca sampai tuntas?
Dalam aspek ini diperoleh jawaban “ya” sebanyak 100% yang artinya desain dapat menarik perhatian pembaca sehingga pembaca minat untuk membaca sampai tuntas.
2. Apakah buku praktis dibawa karena ukurannya kecil dan tidak terlalu tebal?
Dalam aspek ini banyak diperoleh jawaban “ya” yang artinya buku cukup praktis dibawa karena ukuran buku yang cukup tebal.
3. Apakah materi pada buku diuraikan dengan jelas dan mendalam yakni meliputi semua hal tentang penyakit Hepatitis A serta cara menyusun menu dan menghitung zat gizi?
Dalam aspek ini diperoleh jawaban “ya” sebanyak 100% yang artinya menu diuraikan secara lengkap dan rinci sehingga pembaca bisa menggali

informasi informasi tentang Hepatitis A melalui buku ini.

4. Apakah fakta dan data yang ada pada buku disajikan sesuai dengan kenyataan?

Dalam aspek ini diperoleh jawaban “ya” sebanyak 70% yang artinya kenyataan yang ada di lapangan cukup sesuai dengan informasi yang ditulis dalam buku.

5. Apakah materi mudah difahami?

Dalam aspek ini diperoleh jawaban “ya” sebanyak 90% yang artinya penyajian materi yang ada pada buku diuraikan secara jelas, dan di dukung dengan penggunaan jenis huruf, ukuran huruf dan penggunaan spasi.

6. Apakah bahasa yang digunakan mudah dimengerti?

Dalam aspek ini diperoleh jawaban “ya” sebanyak 100% yang artinya buku menggunakan bahasa yang tidak berbelit-belit, sehingga responden mudah memahami.

7. Apakah gambar dan tabel yang disajikan dalam buku dapat membantu memahami materi?

Dalam aspek ini diperoleh jawaban “ya” sebanyak 100% yang artinya gambar, tabel dapat mendukung pembaca dalam memahami materi.

8. Apakah istilah asing yang digunakan mudah dimengerti karena sudah terdapat glossarium di dalamnya ?

Hal ini diperoleh jawaban “ya” sebanyak 70% yang artinya glossarium sangat penting untuk membantu memberikan pemahaman pada pembaca.

9. Apakah pembaca menyukai susunan menu seperti ini?

Aspek ini diperoleh jawaban “ya” sebanyak 100% yang artinya susunan menu ini memberikan ketertarikan dalam menyelenggarakan makanan di kehidupan sehari-hari.

10. Apakah susunan hidangan tersebut dapat meningkatkan nafsu makan?

Hal ini diperoleh jawaban “ya” sebanyak 90% yang artinya susunan menu bervariasi dan dapat menarik selera makan.

11. Apakah menu yang ada dalam buku mudah dipraktekkan?

Dalam aspek ini diperoleh jawaban “ya” sebanyak 80% yang artinya menu mudah diselenggarakan untuk sehari-hari.

12. Apakah perhitungan zat gizi mudah dimengerti?

Dalam aspek ini jawaban yang diperoleh hampir seimbang, yang artinya perhitungan gizi cukup dimengerti dan belum bisa memberikan informasi yang jelas apabila hanya dengan membaca buku.

13. Apakah pembaca termotivasi untuk menerapkan susunan menu ini?

Dalam aspek ini banyak diperoleh jawaban “ya” yang artinya susunan menu ini dapat memberikan inspirasi menarik dan mudah di praktekkan di rumah.

14. Apakah menu yang ada di buku bisa membantu pembaca untuk mengatur makanan untuk penderita Hepatitis A?

Dalam aspek ini banyak diperoleh jawaban “ya” yang artinya susunan menu dapat membantu pembaca dalam mengatur makanan untuk Hepatitis A.

15. Apakah buku ini bisa membantu pembaca untuk mengenal lebih jauh tentang penyakit hepatitis A?

Isi buku menarik, sehingga buku bisa memotivasi pembaca untuk mencari tau lebih dalam tentang Hepatitis A.

Berdasarkan data perolehan pengisian angket oleh penderita diatas, maka buku ini sangat baik untuk digunakan karena kriteria skor persentase yang didapat mencapai 88%.

B. Pembahasan

1. Pengembangan Buku Perencanaan Menu untuk Penderita Hepatitis A usia 19-29 Tahun.

Pembuatan susunan menu yang variatif didasarkan pada karakteristik penderita hepatitis A. Mengetahui karakteristik penderita sangat penting untuk mengetahui makanan yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi, makanan yang harus dikurangi, gejala yang dialami penderita sehingga dari situlah peneliti mengembangkan menu yang disesuaikan dengan keadaan penderita. Selanjutnya siklus menu dibuat selama 20 hari dan divalidasi oleh penelaah ahli(ahli boga, ahli gizi dan dokter) yang kemudian susunan menu selama 10 hari. Penilaian ini didasarkan pada variasi makanan, kemudahan mencari bahan, teknik pengolahan, alat yang digunakan dan lain-lain. Selanjutnya dari menu akhirnya dikembangkan menjadi buku dengan penambahan materi tentang hepatitis A dan komponen lainnya.

Pembuatan buku perencanaan menu sudah sesuai dengan prosedur pengembangan yang dikembangkan oleh Borg & Gall (1987:772) yang bertujuan untuk membuat produk dengan menyempurnakan produk lama. Pengembangan ini hanya sampai pada 6 tahap yaitu potensi masalah, studi literatur, desain produk, validasi desain, revisi desain dan uji coba produk.

2. Tahap Validasi Buku

Salah satu langkah dari penelitian pengembangan adalah validasi/ penilaian produk yang dibuat.

Buku perencanaan menu penderita hepatitis A yang telah dikembangkan di nilai kualitasnya menggunakan lembar validasi untuk ahli pendidikan dan ahli kesehatan.

Setelah melakukan validasi, maka buku perencanaan menu yang dikembangkan dinyatakan layak digunakan dari segi susunan menu 73% dengan kategori layak digunakan, kelayakan buku memiliki skor 81% yang artinya sangat layak digunakan dan kepraktisan buku dengan skor 81% yang artinya sangat praktis digunakan.

Buku perencanaan menu penderita hepatitis A sudah memenuhi syarat dalam menyusun buku yang baik menurut Laksana (2008) yang meliputi penggunaan bahasa yang harus baik dan benar, buku dapat menarik pembacabisa dengan menyertakan gambar yang relevan serta menyediakan informasi yang lengkap yang bisa bermanfaat bagi pembaca, serta tata cara penulisan buku juga harus baik yang meliputi penggunaan jenis huruf, ukuran huruf dan spasi agar buku enak dibaca, mudah dimengerti dan difahami.

3. Tahap Uji Coba Subjek

Tahap uji coba perlu dilakukan dalam penelitian pengembangan untuk mencari efektifitas buku yang sudah dibuat untuk mengetahui apakah buku yang sudah dibuat sudah mencapai tujuan yang diinginkan (effendy, 1989). Hasil penelitian menunjukkan bahwa buku berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan penderita hepatitis , sehingga buku dikatakan efektif untuk digunakan, hal ini sejalan dengan pendapat Effendy (1989).

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Buku Perencanaan Menu Penderita Hepatitis A Usia 19-29 Tahun yang telah dikembangkan dilihat dari segi kelayakan kegrafikaan, kelayakan isi, kelayakan penyajian dan kelayakan bahasa telah layak dan valid digunakan. Hal ini ditinjau dari hasil validasi dengan nilai rata-rata 81.1% dengan kategori “sangat baik/sangat layak” untuk digunakan dan hasil validasi susunan menu dengan nilai 73% dengan kategori “baik/layak digunakan”.
2. Buku Perencanaan Menu Penderita Hepatitis A Usia 19-29 Tahun yang telah dikembangkan, sangat praktis digunakan. Hal ini ditinjau dari hasil validasi dengan nilai 82% dengan kategori “sangat baik”.
3. Buku “Perencanaan Menu Penderita Hepatitis A Usia 19-29 Tahun” yang telah dikembangkan efektif untuk digunakan karena dapat dapat

meningkatkan pengetahuan penderita. Hal ini dapat dilihat dari hasil uji t berpasangan yang menunjukkan t hitung 4.521 dengan sig. 0.001 (<0.05) yang artinya buku berpengaruh untuk meningkatkan pengetahuan responden.

4. Respon penderita terhadap buku “Perencanaan Menu Penderita Hepatitis A Usia 19-29 Tahun” yang telah dikembangkan adalah sangat baik untuk digunakan. Hal ini dilihat dari persentase yang menjawab ‘ya’ mencapai 88% dengan kategori “sangat baik”.

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan yang telah dirumuskan, maka saran yang diajukan dalam buku perencanaan menu untuk penderita hepatitis A adalah:

1. Pengembangan buku perencanaan menu ini diperlukan validator ahli lain seperti ahli bahasa dan desain agar buku yang dihasilkan lebih menarik.
2. Pengembangan buku ini tidak sampai tahap pembuatan produk masal karena keterbatasan waktu dan biaya. Harapannya untuk penelitian selanjutnya peneliti diharapkan melakukan tahap produksi massal agar buku bisa bermanfaat bagi yang membutuhkan.
3. Kedepannya perlu dilakukan uji coba menu ke penderita Hepatitis A untuk mengetahui apakah menu tersebut bisa diterima dan dapat meningkatkan nafsu makan penderita.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. 2004. *Penuntun Diet*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Andamarie, Martharia D. 2013. *Pengembangan Buku Pedoman Umum Pencegahan Anemia Bagi Anak Usia 6-9 tahun*. Skripsi Tidak Dipublikasikan. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya
- W.R. & Gall, M.D. Gall. (1989). *Educational Research : An Introduction, Fifth Edition*. New York: Longman
- Arikunto, Suharsimi. 2012. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Fatkurrohman, Yanesti Nurvianda, Dian Titis Torina. 2016. “Hubungan Perubahan Standar Porsi Makan dengan Sisa Makanan Pasien Rumah Sakit Holistik Tahun 2016” *Journal of the Indonesian Nutrition Association*, (online), Vol.5 No.6 ISSN: 2528-5874 (<https://ejournal.persagi.org/go>) diakses 1Juli 2018.
- Hardiansyah & I dewa Nyoman Supariasa.2017. *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. Jakarta: EGC.

- Hartono, Andry. 2006. *Terapi Gizi & Diet Rumah Sakit*. Jakarta: EGC
- Hasdianah, dkk. 2014. *Pemanfaatan Gizi, Diet, dan obesitas*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2013. Lampiran peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2013 Tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan Bagi Bangsa Indonesia. (Online) www.depkes.go.id
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2014. Situasi dan Analisis Hepatitis. (Online) <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hepatitis.pdf> diakses pada tanggal 17 Mei 2018
- Moehyi, S. 1999. *Pengaturan Makanan dan Diet untuk Penyembuhan Penyakit*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Oswari, E. 2006. *Penyakit dan Penanggulangnya*. Jakarta: Fakultas Kedokteran UI
- Reeves, Charlene J. 2001. *Keperawatan Medikal Bedah Buku 1. Edisi 1*. Jakarta: Salemba
- Riduwan. 2003. *Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Selamiharjaa, Nanny., G. Sujayanto. 2007. *Artikel Tentang Hepatitis*. Diakses melalui: www.mediastore.com, diakses tanggal 20 Juni 2018
- Seels, Barbara B. & Richey, Rita C. 1994. *Teknologi Pembelajaran: Definisi dan Kawasannya*. Penerjemah Dewi S, dkk. Jakarta: Kerjasama IPTPI LPTK UNJ
- Sudjana, Nana. 2010. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. (Cet. XV). Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D)*. Bandung : Alfabeta.
- Sukmadinata, Nana Sy. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PTRemaja Rosdakarya Offset.
- Uripi, Vera. 2004. *Menu untuk Penderita Hepatitis & Gangguan Saluran Pencernaan*. Jakarta: Puspa Swara.
- UU No.18 Tahun 2012. (Online) <http://gizi.depkes.go.id/> diakses pada tanggal 7 februari 2018.