



Pengembangan Media *Flashcard* Materi Makanan Bergizi Seimbang untuk Siswa Kelas IV di SDN 26 Mataram

Nanda Intan Islami¹, Prayogi Dwina Angga^{1*}, Setiani Novitasari¹

¹ Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia

DOI: <https://doi.org/10.29303/goescienceed.v7i3.2523>

Article Info:

Received : 16 Juni 2026
Revised : 29 Juni 2026
Accepted : 06 Juli 2026
Published : 11 Juli 2026

Correspondence:

Prayogi Dwina Angga

Phone:

Abstract: Students' understanding of balanced nutrition remains relatively low because learning is still supported by limited instructional media that are less interactive. Therefore, developing an engaging learning medium is necessary to help students understand balanced nutrition concepts more effectively. This study aims to determine the validity and practicality of flashcard media for teaching balanced nutrition to Grade IV students of SDN 26 Mataram. The method used in this study is Research and Development (R&D) with a 4D model consisting of define, design, develop, and disseminate. The subjects in this study were 30 Grade IV students and one teacher of SDN 26 Mataram. The object of this study was flashcard media designed to assist students in understanding balanced nutrition material through the use of traditional Sasak food examples and educational games. The data analysis techniques used were descriptive qualitative and quantitative. Data were collected using observation sheets, interview sheets, preliminary understanding tests, validity questionnaires, and practicality questionnaires. The results showed that the media expert validation score was 81.25%, categorized as fairly valid, while the material expert validation score was 100%, categorized as very valid. The practicality level based on student responses in Trial I was 92.5%, categorized as very practical, and in Trial II was 98.13%, categorized as very practical. Furthermore, based on teacher responses in Trial I, the practicality score was 95.31%, categorized as very practical, and in Trial II, the practicality score was 98.44%, categorized as very practical. Based on these results, the developed flashcard media was categorized as very valid and very practical, indicating that it can be used as a learning medium for teaching balanced nutrition to Grade IV students of SDN 26 Mataram.

Keywords: Media; Flashcard; Food; Nutrition; Elementary School.

Citation: Islami, N. I., Angga, P. D., & Novitasari, S. (2026). Pengembangan Media *Flashcard* Materi Makanan Bergizi Seimbang untuk Siswa Kelas IV di SDN 26 Mataram. *Jurnal Pendidikan, Sains, Geologi, Dan Geofisika (GeoScienceEd Journal)*, 7(3), 3434-3443. <https://doi.org/10.29303/goescienceed.v7i3.2523>

Pendahuluan

Media pembelajaran memiliki peran penting dalam membantu siswa memahami materi secara lebih konkret dan meningkatkan keterlibatan mereka dalam proses pembelajaran. Namun, penggunaan media pembelajaran di sekolah dasar masih menunjukkan berbagai keterbatasan karena guru cenderung menggunakan buku teks dan gambar sederhana yang kurang mampu menarik perhatian siswa secara optimal (Yusra et al., 2025). Kondisi tersebut dapat berdampak

pada rendahnya minat belajar dan pemahaman siswa terhadap materi yang dipelajari (Susanti et al., 2024).

Salah satu materi yang membutuhkan dukungan media pembelajaran adalah makanan bergizi seimbang karena menjadi dasar bagi siswa dalam memahami pola makan sehat sejak dini. Pemahaman mengenai gizi seimbang perlu ditanamkan sejak usia sekolah dasar karena berperan dalam membentuk perilaku hidup sehat pada anak (Angga et al., 2023). Akan tetapi, masih banyak siswa yang belum memahami konsep Isi

Piringku, baik dari segi proporsi makanan pokok, lauk-pauk, sayur, maupun buah (Arum et al., 2024). Selain itu, siswa juga mengalami kesulitan dalam mengidentifikasi contoh makanan bergizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari (Fitria et al., 2022). Oleh karena itu, diperlukan media pembelajaran yang lebih konkret dan kontekstual untuk membantu siswa memahami materi gizi secara lebih baik (Pratiwi et al., 2021). Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di SDN 26 Mataram, pembelajaran materi makanan bergizi seimbang masih menggunakan media sederhana berupa kotak makan bergambar Isi Piringku. Guru menyampaikan bahwa belum tersedia media interaktif yang dapat membantu siswa memahami konsep gizi secara lebih mendalam. Selain itu, siswa mengaku mudah merasa bosan ketika pembelajaran hanya menggunakan gambar tanpa aktivitas pendukung yang menarik sehingga berdampak pada rendahnya pemahaman terhadap materi makanan bergizi seimbang.

Flashcard merupakan media visual yang memadukan gambar dan informasi singkat sehingga dapat membantu siswa memahami dan mengingat materi dengan lebih mudah (Manga & Ruslana, 2024). *Flashcard* juga sesuai untuk meningkatkan daya ingat dan pemahaman konsep pada siswa sekolah dasar (Hasanah et al., 2019). Selain itu, penggunaan *flashcard* dapat meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran karena sifatnya yang interaktif dan menyenangkan (Gultom & Mudiono, 2024). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa media *flashcard* efektif meningkatkan pengetahuan siswa mengenai gizi seimbang (Milenia & Herdhianta, 2022).

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa media *flashcard* memiliki tingkat validitas dan kepraktisan yang tinggi untuk digunakan dalam pembelajaran sekolah dasar (Okdiansyah et al., 2021). Namun, penelitian tersebut masih berfokus pada pengembangan media pembelajaran tematik dan belum mengintegrasikan materi makanan bergizi seimbang dengan kearifan lokal maupun permainan edukatif sebagai bagian dari proses pembelajaran. Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini menawarkan kebaruan berupa pengembangan media *flashcard* materi makanan bergizi seimbang yang mengintegrasikan makanan khas Sasak sesuai konsep Isi Piringku serta dilengkapi permainan edukatif, yaitu *Tebak Gizi dan Susun Piring Seimbang*. Dengan demikian, media yang dikembangkan tidak hanya membantu siswa memahami konsep gizi secara lebih konkret, tetapi juga memberikan pengalaman belajar yang lebih kontekstual, interaktif, dan menyenangkan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan media *flashcard* materi makanan bergizi seimbang untuk siswa kelas IV SDN 26 Mataram serta mengetahui tingkat validitas dan kepraktisan media yang dikembangkan.

Metode

Metode penelitian yang digunakan adalah *Research and Development (R&D)*, dengan model 4D yang terdiri dari *define* (pendefinisian), *design* (perancangan), *develop* (pengembangan), *disseminate* (penyebaran). Penelitian ini dilakukan pada semester genap tahun ajaran 2025/2026 tepatnya pada bulan April – Mei 2026 di SDN 26 Mataram. Adapun subjek dalam penelitian ini adalah 20 siswa kelas VI dan guru PJOK di SDN 26 Mataram, serta objek dalam penelitian ini Adalah Media *Flashcard* yang dirancang sebagai upaya membantu siswa memahami materi makanan bergizi seimbang melalui penggunaan contoh makanan Khas Sasak dan permainan edukatif. Kemudian, teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi observasi, wawancara, tes pemahaman awal, angket validitas, dan angket kepraktisan. Angket validitas pada penelitian ini menggunakan Skala Guttman 0 dan 1 untuk memperoleh jawaban tegas terhadap produk yang dikembangkan. Berikut adalah skala Guttman yang digunakan:

Tabel 1. Skala Guttman

Skor	Keterangan
0	Tidak Setuju
1	Setuju

Sumber: Rohmad & Sarah, 2021

Sedangkan, angket kepraktisan yaitu angket respon siswa dan angket respon guru menggunakan skala likert 1-4, untuk menghindari pilihan netral dengan mendorong responden untuk menyatakan kecenderungannya secara jelas, baik pada sisi positif (sangat setuju atau setuju), maupun sisi negatif (sangat tidak setuju atau tidak setuju), sehingga dapat menghasilkan data yang lebih definitif dan tegas. Berikut adalah skala likert yang digunakan:

Tabel 2. Skala Likert

Skor	Keterangan
1	Sangat tidak setuju
2	Tidak setuju
3	Setuju
4	Sangat setuju

Sumber: Devriany, 2023

Kemudian, adapun rumus yang digunakan untuk menghitung skor dari ahli media dan materi serta skor kepraktisan berdasarkan respon siswa dan guru menurut Akbar (2013), yaitu sebagai berikut:

$$V = \frac{Tse}{Tsh} \times 100\%$$

Keterangan:

V : Validitas gabungan

Tse : Total skor empiris yang diperoleh

Tsh : Total skor maksimal

Selanjutnya, adapun kriteria validitas dan kriteria kepraktisan yang digunakan yaitu sebagai berikut:

Tabel 3. Kriteria Validitas

No.	Kriteria Validitas	Tingkat Kevalidan
1.	85,01% - 100%	Sangat valid, atau dapat digunakan tanpa revisi
2.	70.01% - 85,00%	Cukup valid, atau dapat digunakan namun perlu direvisi kecil
3.	50,01% - 70,00%	Kurang valid, disarankan tidak dipergunakan karena masih banyak besar
4.	01,00% - 50,00%	Tidak valid, atau tidak boleh digunakan

Sumber: Akbar, 2013

Tabel 4. Kriteria Kepraktisan

No.	Interval	Kriteria Kepraktisan
1.	81% - 100%	Sangat praktis
2.	61% - 80%	Praktis
3.	41% - 60%	Cukup praktis
4.	21% - 40%	Kurang praktis
5.	0% - 20%	Tidak praktis

Sumber: Septiani & Okmarisa, 2023

Hasil dan Diskusi**Define (Pendefinisian)**

Pada tahap *define* dilakukan analisis kebutuhan yang mencakup analisis awal, analisis siswa, analisis tugas, analisis konsep, dan analisis tujuan pembelajaran. Hasil analisis menunjukkan bahwa pembelajaran materi makanan bergizi seimbang di kelas IV SDN 26 Mataram masih menggunakan media sederhana berupa kotak makan "Isi Piringku". Media tersebut belum mampu memfasilitasi pemahaman konsep secara optimal, sehingga sebagian siswa mengalami kesulitan dalam memahami materi. Kondisi ini menunjukkan bahwa media pembelajaran yang digunakan masih terbatas dalam menyajikan materi secara konkret dan kontekstual. Keterbatasan media pembelajaran dapat menghambat pemahaman siswa terhadap materi yang dipelajari sehingga tujuan pembelajaran belum tercapai secara optimal (Yuniarto et al., 2025).

Selain itu, pembelajaran cenderung didominasi oleh penjelasan lisan guru sehingga siswa lebih banyak

menerima informasi secara pasif. Hal ini berdampak pada rendahnya keterlibatan dan perhatian siswa selama proses pembelajaran. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran masih kurang memberikan stimulus yang mampu mempertahankan fokus belajar siswa (Laila et al., 2025). Idealnya, pembelajaran memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpartisipasi aktif melalui kegiatan mengamati, bertanya, berdiskusi, dan berinteraksi dengan media pembelajaran. Keterlibatan aktif siswa terbukti dapat meningkatkan aktivitas dan motivasi belajar sehingga pembelajaran menjadi lebih bermakna (Putri et al., 2024).

Ditinjau dari karakteristik siswa, siswa sekolah dasar lebih mudah memahami materi yang disajikan melalui media visual, gambar berwarna, dan pembelajaran yang bersifat konkret. Media konkret membantu siswa membangun pemahaman yang lebih nyata terhadap materi yang dipelajari sehingga meningkatkan konsentrasi belajar (Humairah et al., 2025). Oleh karena itu, media pembelajaran perlu disesuaikan dengan karakteristik perkembangan siswa agar proses pembelajaran menjadi lebih efektif (Jodi, 2025).

Hasil analisis tugas menunjukkan bahwa materi makanan bergizi seimbang perlu diuraikan secara bertahap, mulai dari mengenali jenis makanan, mengelompokkan makanan berdasarkan kandungan gizi, hingga menyusun menu sesuai konsep Isi Piringku. Penguraian ini bertujuan agar siswa dapat memahami konsep secara sistematis sesuai tingkat perkembangan kognitifnya. Penggunaan media konkret terbukti dapat meningkatkan pemahaman siswa karena memungkinkan siswa mengamati objek secara langsung dan menghubungkannya dengan konsep abstrak (Sutini, 2025). Hal ini sejalan dengan konsep *meaningful learning* yang menekankan bahwa pengetahuan baru akan lebih mudah dipahami apabila dikaitkan dengan pengalaman sebelumnya (Khoirusaadah et al., 2025).

Selain itu, penelitian Ati et al., (2024) menunjukkan bahwa penggunaan media konkret dapat meningkatkan hasil belajar siswa secara signifikan, yaitu dari rata-rata 72,9 menjadi 85,2 setelah intervensi. Hal ini memperkuat bahwa pembelajaran berbasis media konkret mampu membantu siswa memahami konsep secara lebih baik.

Selanjutnya, analisis konsep menunjukkan bahwa materi yang dikembangkan meliputi makanan pokok, lauk-pauk, sayur, buah, air putih, kandungan gizi, serta makanan khas Sasak yang dikaitkan dengan konsep makanan bergizi seimbang. Materi disusun secara sistematis dari konsep sederhana ke kompleks agar siswa lebih mudah memahami keterkaitan antar konsep. Penyusunan bahan ajar secara sistematis penting agar informasi lebih terarah dan mudah dipahami siswa (Putri et al., 2025). Hal ini sejalan dengan Lubis dan

Albina (2025) yang menegaskan bahwa bahan ajar perlu disusun sesuai kebutuhan siswa agar pembelajaran lebih efektif.

Terakhir, hasil analisis tujuan pembelajaran menunjukkan bahwa pengembangan media flashcard diarahkan untuk menghasilkan media yang valid dan praktis dalam membantu siswa memahami materi makanan bergizi seimbang. Media ini diharapkan dapat menciptakan pembelajaran yang lebih aktif, menarik, dan sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar. Penyediaan sarana belajar yang mendukung dapat membantu meningkatkan pemahaman siswa terhadap materi yang dipelajari di sekolah dasar (Angga et al., 2024).

Design (Perancangan)

Pada tahap *design* (perancangan), media *flashcard* dirancang dengan memperhatikan aspek tampilan, materi, bahasa, warna, ilustrasi gambar, serta permainan edukatif yang disesuaikan dengan karakteristik siswa sekolah dasar. Perancangan media yang sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar penting dilakukan agar media dapat digunakan secara efektif dan menarik dalam proses pembelajaran (Rosiana et al., 2023). Perancangan ini didasarkan pada hasil analisis sebelumnya yang menunjukkan bahwa siswa lebih tertarik pada pembelajaran berbasis visual, gambar berwarna, dan aktivitas yang melibatkan partisipasi aktif dalam proses pembelajaran. Oleh karena itu, media dikembangkan menggunakan warna-warna cerah, ilustrasi gambar makanan yang menarik, serta penyajian materi yang singkat dan menggunakan bahasa sederhana agar mudah dipahami oleh siswa.

Penggunaan media visual tersebut didukung oleh Faradina et al., (2025) yang menyatakan bahwa media gambar dapat meningkatkan minat belajar siswa karena mampu menarik perhatian melalui penyajian informasi secara visual. Selain itu, Annisa et al., (2025) menjelaskan bahwa media visual membuat pembelajaran lebih interaktif karena siswa tidak hanya menerima informasi secara verbal, tetapi juga melalui pengamatan terhadap gambar yang disajikan. Hal ini diperkuat oleh Nurfadhillah et al., (2021) yang menegaskan bahwa media pembelajaran dapat meningkatkan minat dan keaktifan belajar siswa karena materi disajikan secara lebih menarik dan mudah dipahami.

Selain aspek tampilan dan materi, media *flashcard* juga dirancang untuk menghadirkan pengalaman belajar yang interaktif melalui permainan edukatif. Permainan tersebut memungkinkan siswa untuk mengamati, mengenali, dan mengelompokkan makanan berdasarkan kandungan gizinya sehingga pembelajaran tidak hanya bersifat informatif tetapi juga partisipatif. Hal ini sejalan dengan Nurmala dan Nugraheni (2024) serta Putri et al., (2025) yang menyatakan bahwa

penggunaan *flashcard* dapat meningkatkan keterlibatan aktif dan kemampuan kognitif siswa melalui aktivitas pembelajaran yang interaktif.

Dengan demikian, tahap perancangan tidak hanya berfokus pada aspek visual dan isi materi, tetapi juga mengakomodasi kebutuhan belajar siswa sekolah dasar melalui media yang menarik, sederhana, dan interaktif. Media yang dikembangkan diharapkan mampu menciptakan proses pembelajaran yang lebih bermakna serta sesuai dengan karakteristik perkembangan siswa. Berikut hasil desain media *flashcard* yang dikembangkan.



Gambar 1. Desain *flashcard* makanan pokok



Gambar 2. Desain *flashcard* lauk-pauk



Gambar 3. Desain *flashcard* sayuran



Gambar 4. Desain *flashcard* buah-buahan

Gambar 5. Desain *flashcard* makanan khas SasakGambar 6. Desain *flashcard* kandungan giziGambar 7. Desain *flashcard* "Siapa aku?"Gambar 8. Desain *flashcard* air putihGambar 9. Desain petunjuk penggunaan *flashcard*

Develop (Pengembangan)

Pada tahap *develop* (pengembangan), media *flashcard* divalidasi oleh ahli media dan ahli materi untuk mengetahui tingkat kelayakan produk yang dikembangkan sebelum diterapkan dalam pembelajaran. Hasil validasi menunjukkan bahwa media berada pada kategori valid hingga sangat valid, yang mengindikasikan bahwa media telah memenuhi aspek kelayakan dari segi isi materi, penyajian, bahasa, tampilan, serta kesesuaian dengan tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Temuan ini menunjukkan bahwa setiap komponen dalam media telah tersusun secara sistematis dan selaras dengan kebutuhan pembelajaran siswa kelas IV sekolah dasar.

Lebih lanjut, hasil validasi tersebut juga memperlihatkan bahwa media yang dikembangkan telah memiliki keterpaduan antara materi, penyajian visual, dan kemudahan pemahaman bagi siswa. Kesesuaian ini menjadi penting karena media pembelajaran tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu, tetapi juga sebagai sarana untuk mengonkretkan konsep yang bersifat abstrak agar lebih mudah dipahami oleh siswa.

Validitas media merupakan aspek fundamental dalam pengembangan media pembelajaran karena menunjukkan tingkat kesesuaian antara isi materi, desain media, karakteristik siswa, serta tujuan pembelajaran yang ingin dicapai. Media yang memiliki validitas baik akan membantu menyajikan informasi secara lebih akurat, terarah, dan mudah dipahami sehingga dapat meningkatkan efektivitas proses pembelajaran di kelas (Saputra et al., 2025). Sejalan dengan itu, Nissa dan Putera (2024) menegaskan bahwa media pembelajaran yang valid mencerminkan adanya keterpaduan antara komponen pembelajaran dan kebutuhan siswa, sehingga media tersebut layak digunakan dalam kegiatan pembelajaran.

Dengan demikian, hasil validasi pada tahap *develop* menunjukkan bahwa media *flashcard* yang dikembangkan telah memenuhi standar kelayakan dan memiliki potensi untuk digunakan dalam pembelajaran. Media tersebut diharapkan dapat membantu siswa memahami materi makanan bergizi seimbang secara lebih mudah, terarah, dan bermakna dalam proses pembelajaran di kelas.

Expert Appraisal (Penilaian Ahli)

Pada langkah ini dilakukan penilaian ahli terhadap media *flashcard* yang dikembangkan untuk mengetahui tingkat validitas dan kelayakan media sebelum digunakan dalam pembelajaran. Penilaian dilakukan oleh ahli media dan ahli materi untuk memperoleh masukan terkait kesesuaian isi materi, kejelasan penyajian, serta kualitas tampilan visual media yang dikembangkan. Ahli media menelaah aspek desain

dan keterpaduan media, sedangkan ahli materi menilai ketepatan substansi materi makanan bergizi seimbang berdasarkan keilmuan yang relevan. Masukan dari para ahli tersebut kemudian digunakan sebagai dasar revisi

dan penyempurnaan media agar lebih layak, jelas, menarik, serta sesuai dengan kebutuhan pembelajaran di kelas. Berikut penilaian dari ahli media dan ahli materi.

Tabel 5. Hasil Uji Validitas Ahli Media

Aspek	Persentase	Kriteria
Kualitas visual	100%	Sangat valid
Desain <i>flashcard</i>	100%	Sangat valid
Kelayakan media <i>flashcard</i>	75%	Cukup valid
Fungsional media <i>flashcard</i>	87,5%	Sangat valid
Bahan media <i>flashcard</i>	16,67%	Tidak valid
Tampilan makanan khas Sasak	100%	Sangat valid
Integrasi permainan edukatif dalam media <i>flashcard</i>	83,33%	Sangat valid
Jumlah	81,25%	Cukup valid

Tabel 6. Hasil Uji Validitas Ahli Materi

Aspek	Persentase	Kriteria
Ketepatan materi	100%	Sangat valid
Kesesuaian kurikulum	100%	Sangat valid
Kesesuaian materi dengan karakteristik siswa SD	100%	Sangat valid
Kelengkapan dan cakupan materi	100%	Sangat valid
Kebahasaan	100%	Sangat valid
Nilai edukatif materi	100%	Sangat valid
Integrasi unsur budaya lokal seperti makanan khas Sasak	100%	Sangat valid
Integrasi edukatif permainan dalam pembelajaran	100%	Sangat valid
Jumlah	100%	Sangat valid

Berdasarkan tabel 5, hasil uji validitas ahli media menunjukkan persentase sebesar 81,25% dengan kategori cukup valid. Sementara itu, pada tabel 7, hasil uji validitas ahli materi menunjukkan persentase sebesar 100% dengan kategori sangat valid. Secara keseluruhan, media *flashcard* yang dikembangkan berada pada kategori sangat valid, sehingga layak digunakan dalam pembelajaran setelah dilakukan perbaikan sesuai masukan ahli. Hal ini menunjukkan bahwa media telah memenuhi kesesuaian antara isi, penyajian, tampilan, bahasa, dan tujuan pembelajaran.

Development Testing (Uji Coba Produk)

Setelah penilaian ahli, media *flashcard* diuji coba di SDN 26 Mataram melalui dua tahap. Uji coba I

melibatkan 10 siswa kelas IV untuk menilai kejelasan dan kemenarikan produk awal, kemudian dilakukan revisi berdasarkan hasil tersebut. Selanjutnya, uji coba II melibatkan 25 siswa kelas IV serta guru kelas IV untuk menilai kepraktisan media dalam pembelajaran. Hasil angket dari siswa dan guru digunakan sebagai dasar perbaikan akhir produk yang dikembangkan. Berikut ini adalah hasil dari respon siswa dan guru pada pelaksanaan uji coba I dan pada uji coba II.

Berdasarkan tabel 7 dan 8, diperoleh persentase secara keseluruhan respon siswa pada uji coba I sebesar 92,5% yang termasuk pada kategori sangat praktis. Sedangkan berdasarkan respon guru pada uji coba I diperoleh persentase secara keseluruhan sebesar 95,31% yang termasuk pada kategori sangat praktis.

Tabel 7. Hasil Respon siswa pada Uji Coba I

Aspek	Persentase	Kriteria
Kemenarikan media	90,83%	Sangat praktis
Kemudahan memahami	91,25%	Sangat praktis
Manfaat dalam belajar	87,5%	Sangat praktis
Keterlibatan aktif	88,33%	Sangat praktis
Pengenalan makanan khas Sasak melalui media <i>flashcard</i>	97,5%	Sangat praktis
Pengalaman siswa dalam permainan edukatif	97,5%	Sangat praktis
Jumlah	92,5%	Sangat praktis

Tabel 8. Hasil Respon guru pada Uji Coba I

Aspek	Persentase	Kriteria
Kualitas media	75%	Cukup praktis
Kelengkapan dan kesesuaian isi	100%	Sangat praktis
Manfaat bagi pembelajaran	100%	Sangat praktis
Kemudahan penggunaan	100%	Sangat praktis
Integrasi ilustrasi makanan khas Sasak	100%	Sangat praktis
Permainan edukatif dalam pembelajaran	100%	Sangat praktis
Jumlah	95,31%	Sangat praktis

Tabel 9. Hasil Respon siswa pada Uji Coba II

Aspek	Persentase	Kriteria
Kemenarikan media	97%	Sangat praktis
Kemudahan memahami	97%	Sangat praktis
Manfaat dalam belajar	98%	Sangat praktis
Keterlibatan aktif	98,33%	Sangat praktis
Pengenalan makanan khas Sasak melalui media <i>flashcard</i>	99%	Sangat praktis
Pengalaman siswa dalam permainan edukatif	99%	Sangat praktis
Jumlah	98,13%	Sangat praktis

Tabel 10. Hasil Respon guru pada Uji Coba II

Aspek	Persentase	Kriteria
Kualitas media	91,67%	Sangat praktis
Kelengkapan dan kesesuaian isi	100%	Sangat praktis
Manfaat bagi pembelajaran	100%	Sangat praktis
Kemudahan penggunaan	100%	Sangat praktis
Integrasi ilustrasi makanan khas Sasak	100%	Sangat praktis
Permainan edukatif dalam pembelajaran	100%	Sangat praktis
Jumlah	98,44%	Sangat praktis

Berdasarkan tabel 9 dan 10, diperoleh persentase keseluruhan respon siswa pada uji coba II sebesar 98,13% dengan kategori sangat praktis. Sementara itu, respon guru pada uji coba II menunjukkan persentase sebesar 98,44% yang juga termasuk kategori sangat praktis. Hasil tersebut menunjukkan bahwa media yang dikembangkan sangat mudah digunakan serta dapat diterapkan secara efektif dalam proses pembelajaran oleh guru maupun siswa.

Kategori sangat praktis tersebut mengindikasikan bahwa media pembelajaran memiliki tingkat kemudahan yang tinggi dalam penggunaan, sehingga tidak menimbulkan kesulitan dalam implementasinya di kelas. Kepraktisan ini tercermin dari kelancaran pelaksanaan pembelajaran, kemudahan pemahaman alur penggunaan media, serta respon positif dari pengguna, baik guru maupun siswa. Bagi guru, media yang praktis membantu dalam penyampaian materi secara lebih efisien, sedangkan bagi siswa mempermudah dalam memahami materi pembelajaran.

Hal ini sejalan dengan Milala et al., (2022) yang menyatakan bahwa media pembelajaran praktis ditandai oleh kemudahan penggunaan serta kemampuannya dalam mendukung proses

pembelajaran secara efektif. Irawan dan Hakim (2021) juga menegaskan bahwa kepraktisan menunjukkan tingkat kemudahan media untuk digunakan sehingga dapat diterapkan tanpa banyak kendala atau penyesuaian. Lebih lanjut, Danggu et al., (2023) menyebutkan bahwa kepraktisan terlihat dari keterlaksanaan pembelajaran yang baik serta respon positif pengguna, sedangkan Shabrina et al., (2025) menambahkan bahwa media yang baik harus mudah diimplementasikan dan mendukung kelancaran proses belajar.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa media *flashcard* yang dikembangkan telah memenuhi aspek kepraktisan yang sangat tinggi, baik dari sisi kemudahan penggunaan maupun dukungan terhadap kelancaran proses pembelajaran pada materi makanan bergizi seimbang untuk siswa kelas IV di sekolah dasar.

Disseminate (Penyebaran)

Penyebaran dilakukan dengan menyerahkan media kepada guru PJOK sebagai pengguna dalam pembelajaran, serta membagikannya dalam bentuk digital melalui *Google Drive* dan aplikasi *Pinterest* agar dapat dimanfaatkan lebih luas oleh guru maupun pihak

lain sebagai referensi media pembelajaran. Tahap ini bertujuan untuk menyebarkan produk hasil pengembangan agar dapat digunakan secara lebih luas (Johan dan Roesly, 2023). Dengan demikian, media *flashcard* yang dikembangkan telah layak digunakan sebagai media pembelajaran siswa kelas IV SDN 26 Mataram.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan yang telah dilakukan, media *flashcard* materi makanan bergizi seimbang untuk siswa kelas IV di SDN 26 Mataram dinyatakan valid dan sangat praktis untuk digunakan dalam pembelajaran. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa media memperoleh skor sebesar 81,25% dari ahli media dengan kategori cukup valid dan 100% dari ahli materi dengan kategori sangat valid. Selanjutnya, hasil uji kepraktisan menunjukkan bahwa media memperoleh skor sebesar 92,5% pada respon siswa uji coba I dan 98,13% pada uji coba II dengan kategori sangat praktis. Sementara itu, hasil respon guru memperoleh skor kepraktisan sebesar 95,31% pada uji coba I dan 98,44% pada uji coba II yang juga termasuk dalam kategori sangat praktis.

Media *flashcard* yang dikembangkan berdasarkan konsep Isi Piringku, mengintegrasikan contoh makanan khas Sasak, serta dilengkapi permainan edukatif, sehingga mampu mendukung pembelajaran yang lebih kontekstual, menarik, dan melibatkan siswa secara aktif. Dengan demikian, media *flashcard* yang dikembangkan layak digunakan sebagai media pembelajaran pada materi makanan bergizi seimbang untuk siswa kelas IV sekolah dasar.

Ucapan Terimakasih

Terima kasih diucapkan kepada seluruh pihak yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan membantu dalam proses penelitian dan pengembangan produk ini, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

Referensi

- Akbar, S. (2013). Instrumen Perangkat Pembelajaran (A. Holid, Ed.; 1st ed.). PT Remaja Rosdakarya.
- Angga, P. D., Makki, M., Putra, G. P., & Indraswati, D. (2023). Pergi (Program Edukasi Gizi dan Aktivitas Fisik): Peningkatan Pemahaman Perilaku Hidup Sehat Melalui Gizi Seimbang dan Aktivitas Fisik Bagi Anak Sekolah Dasar di Kota Mataram. *Jurnal Interaktif: Warta Pengabdian Pendidikan*, 3(2), 111-125.
- Angga, P. D., Nurwahidah, Makki, M., & Sari, M. P. (2024). Penciptaan Sudut Literasi Fisik Sebagai Upaya Meningkatkan Pemahaman Aktivitas Fisik di Sekolah Dasar. *Participative Journal: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 4(1), 47-61. <https://doi.org/10.55099/participative.v4i1.132>.
- Annisa, R., Ramadani, F., & Haliq, A. (2025). Inovasi Pembelajaran dengan Media Visual: Studi Pengalaman di Sekolah Dasar. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(2).
- Arum, D. P., Wulandari, N. N. R., Darmawan, M. A. V., & Purwatitisari, N. (2024). Sosialisasi "Isi Piringku" Pada Siswa Kelas 3 SDN 1 Kedungpeluk Sidoarjo. *Journal of Community Service (JCOS)*, 2(4), 143-151. <https://doi.org/10.56855/jcos.v2i4.1148>.
- Ati, B. S., Purnamasari, V., & Wikyuni, S. (2024). Efektivitas Media Konkret terhadap Peningkatan Hasil Belajar Bahasa Indonesia Siswa Kelas II SDN Plamongsari 02. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 11619-11625.
- Danggu, J. R., Yusuf, M., & Paramata, D. D. (2023). Kepraktisan Media Pembelajaran Permainan Ular Tangga Menggunakan Model Kooperatif Tipe STAD Pada Materi Suhu dan Kalor di SMP. *Jurnal Jendela Pendidikan*, 3(2).
- Devriany, A. (2023). Buku Ajar Metode Penelitian. CV. Science Techno Direct.
- Faradina, M., Khoirani, E. M., & Sa'diyah, H. (2025). Penggunaan Media Gambar dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa kelas 4 SDIT Al Ghazali Nylaran. *Jurnal Kreatif Tadulako Online (KTL)*, 8(1).
- Fitria, F., Musniati, N., & Mulyawati, D. A. (2022). Gambaran Tingkat Pengetahuan tentang Gizi Seimbang pada Siswa SMA Muhammadiyah 13 Jakarta. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 3(1), 11. <https://doi.org/10.24853/mjnf.3.1.11-16>.
- Gultom, F. Y., & Mudiono, A. (2024). Penggunaan Flashcard untuk Meningkatkan Keterampilan Literasi pada Siswa Kelas 1 Sekolah Dasar. *Jolla Journal of Language Literature and Arts*, 4(3), 288-294. <https://doi.org/10.17977/um064v4i32024p288-294>.
- Hasanah, T. A., Victoria, D. C., & Anita, I. (2019). Penggunaan Media Flash Card Untuk Meningkatkan Daya Ingat Kosakata Bahasa Inggris Siswa Kelas 4 Sekolah Dasar. *Primaria Educationem Journal*, 2(1), 1-7.
- Humairah, A., Anwar, Y., & Maryanti, A. D. (2025). Upaya Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa Dengan Pemanfaatan Media Konkret dan Video Edukatif Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar IGM Palembang. *Jurnal DIDIKA: Wahana Ilmiah Pendidikan Dasar*, 11(2), 241-242.
- Irawan, A., & Hakim, M. A. (2021). Kepraktisan Media Pembelajaran Komik Matematika Pada Materi

- Himpunan Kelas VII SMP/MTs. *PYTHAGORAS: Jurnal Program Studi Pendidikan Matematika*, 10(1), 91-100.
- Jodi, O. S. (2025). Urgensi Pengembangan Media Pembelajaran PAI Sebagai Upaya Optimalisasi Potensi Peserta Didik di SMA. *Jurnal Ruhul Tarbiyah*, 1(2), 46-55.
- Johan, A., & Roesly, B. (2025). Efektivitas Penerapan Media Pembelajaran Flashcard dalam Upaya Penguasaan Kosakata Bahasa Mandarin Peserta Didik Kelas 4 SD Pelita Utama, Batam. *Jurnal Cakrawala Mandarin*, 9(1), 30-40.
- Khoirusaadah, Prihatiningrum, W., Prakosa, W., Yulianthoro, A., Budiastuti, H., & Rokhimah, S. (2025). Penerapan Model Meaningful Learning Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Ilmiah Penelitian Mahasiswa*, 3(5), 478-487.
- Laila, A. N., Dana, F. S., Ansori, M., Putra, R. A., & Arifin, I. F. (2025). Efektivitas Metode Ceramah Dalam Pembelajaran Sejarah Kelas XI AKL di SMK 1 Pancasila Ambulu. *Maharsi: Jurnal Pendidikan Sejarah dan Sosiologi*, 7(3), 15-33.
- Lubis, F. W., & Albina, M. (2025). Urgensi Pengembangan Bahan Ajar Dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam. *Al-Muaddib: Jurnal Kajian Ilmu Kependidikan*, 7(1), 73-89. <https://doi.org/10.46773/muaddib.v7i1.1465>.
- Manga, D., & Ruslana, F. (2024). Penerapan Media Gambar Flashcard untuk Mengenalkan Nilai-Nilai Agama dan Moral bagi Anak Usia Dini. *ECEJ: Early Childhood Education Journal*, 2(1), 7-13. <https://doi.org/10.62330/ecej.v2i1.184>.
- Milala, H. F., Joko, Endryansyah, & Agung, A. I. (2022). Keefektifan dan Kepraktisan Media Pembelajaran Menggunakan Adobe Flash Player. *Jurnal Pendidikan Teknik Elektro*, 11(2), 195-202.
- Milenia, E. P., & Herdhianta, D. (2022). Pengaruh Pemberian Media Flashcard Terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Gizi Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(1), 19-26. <https://doi.org/10.34011/jks.v3i1.1039>.
- Nissa, M. N., & Putera, R. F. (2024). Validitas Media Pembelajaran Menggunakan Smart Apps Creator Pada Pembelajaran Pendidikan Pancasila di Kelas IV Sekolah Dasar. *Jurnal Cendikia Pendidikan Dasar*, 2(1), 9-19.
- Nurfadhillah, S., Ningsih, D. A., Ramadhania, P. R., & Sifa, U. N. (2021). Peranan Media Pembelajaran Dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa SD Negeri Kohod III. *PENSA: Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 3(2).
- Nurmala, D., & Nugraheni, N. (2024). Pemanfaatan Media Flash Card untuk Meningkatkan Kemampuan Kognitif Siswa Kelas I SDN Sindang Mulya 03 Pada Materi Penjumlahan dan Pengurangan Bilangan Sampai 20. *PENDAS: Primary Education Journal*, 5(1), 33-45. <https://doi.org/10.29303/pendas.v5i1.3650>.
- Okdiansyah, O., Satria, T. G., & Aswarliansyah, A. (2021). Pengembangan Media Pembelajaran Flashcard Pada Pembelajaran Tematik Kelas IV SD Negeri 4 Srikaton. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 1(3), 148. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v1i3.1183>.
- Pratiwi, A. S., Kurdanti, W., & Iskandar, S. (2021). Pembelajaran Gizi Menggunakan Media Buku Gizi Braille dan Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang Siswa Sekolah Dasar Penyandang Tunanetra. *Puinovakesmas*, 2(1), 32-39. <https://doi.org/10.29238/puinova.v2i1.1067>.
- Putri, E. A., Suriansyah, A., & Purwanti, R. (2024). Meningkatkan Aktivitas dan Motivasi Belajar Siswa Menggunakan Model Pembelajaran Bacatur Pada Muatan IPAS Kelas IVA di SDN Mawar 7 Banjarmasin. *Jurnal Teknologi Pendidikan dan Pembelajaran (JTTP)*, 1(4), 729-746.
- Putri, F. D., Fajrie, N., & Indriani, S. (2025). Penerapan Media Pembelajaran Flashcard untuk Meningkatkan Kemampuan Membaca Pada Materi Cerita Fabel Kelas 2 SD 2 Mijen. *Journal Binagogik*, 12(2), 111-119.
- Putri, S. A., Pratama, D. A., & Susilawati, S. (2025). Optimalisasi Bahan Ajar, Media, dan Sumber Belajar Dalam Pembelajaran PAI. *Jurnal Riset Multidisiplin Edukasi*, 2(6), 678-691.
- Rohmad, & Sarah, S. (2021). Pengembangan Instrumen Angket (A. Murtadho, Ed.; 1st ed.). K-Media.
- Rosiana, W., Angga, P. D., & Tahir, M. (2023). Pengembangan Media Literasi Fisik (Melifis) bagi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 9(2), 964-975. <https://doi.org/10.31949/educatio.v9i2.4707>.
- Saputra, D. M., Dumiyati, D., Supiyanto, Y., & Wardhono, A. (2025). Uji Validitas Media Pembelajaran Interaktif Dengan Pendekatan Gamifikasi Untuk Meningkatkan Keterampilan Kolaboratif dan Empati Pada Mata Pelajaran Pendidikan Pancasila Kelas V SD. *Jurnal Manajemen Pendidikan dan Ilmu Sosial (JMPIS)*, 6(5). <https://doi.org/10.38035/jmpis.v6i5>.
- Septiani, B. D., & Okmarisa, H. (2023). Pengembangan Media Pembelajaran Menggunakan Construct 2 dengan Pendekatan Scaffolding Pada Materi Laju Reaksi. *Journal of Research and Education Chemistry (JREC)*, 5(1), 12. [https://doi.org/10.25299/jrec.2023.vol5\(1\).12548](https://doi.org/10.25299/jrec.2023.vol5(1).12548).
- Shabrina, A., Putri, R., & Khairi, A. (2025). Pentingnya Pemilihan Media Pembelajaran Yang Tepat Untuk

- Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *Zaheen: Jurnal Pendidikan, Agama dan Budaya*, 1(2), 120–131.
- Susanti, S., Aminah, F., Assa'idah, I. M., Aulia, M. W., & Angelika, T. (2024). Dampak Negatif Metode Pengajaran Monoton Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan dan Riset*, 2(2), 86–93.
- Sutini, N. M. (2025). Penerapan Metode KONTRAK (Konkret-Representasi-Abstrak) Untuk Meningkatkan Pemahaman Konsep Bilangan dan Kemampuan Numerasi Siswa Sekolah Dasar. *DIKSI: Jurnal Kajian Pendidikan dan Sosial*, 6(2), 255–262.
- Yuniarto, E., Widayanti, F. D., Rahayuningsih, S., Rahmani, A. Z., & Setya, C. D. (2025). Analisis Keterbatasan Media Pembelajaran: Tantangan dan Solusi Dalam Pembelajaran Kontekstual. *LEARNING: Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(4).
- Yusra, H., Putri, S. Y., Sofia, M., Rani, M. S., Alwi, N. A., Ningsih, Y., & Negeri, U. (2025). Pemanfaatan Media Gambar dan Video sebagai Alat Bantu Pembelajaran di Kelas Rendah SD. *Inklusi: Jurnal Pendidikan Inklusi*, 1(2), 45–53.