

**PENGEMBANGAN MEDIA KUNCI HIDUP SEHAT (KHS) MATERI  
PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) TENTANG  
MAKANAN SEHAT SISWA KELAS I SEKOLAH DASAR**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad  
Dahlan Yogyakarta untuk memenuhi Persyaratan guna memperoleh Gelar Sarjana  
Strata Satu (S1) Pendidikan



**Disusun Oleh:**

**Ayu Puspita Sari**

**2000005277**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN**

**YOGYAKARTA**

**2024**

**HALAMAN PERSETUJUAN  
SKRIPSI**

**PENGEMBANGAN MEDIA KUNCI HIDUP SEHAT (KHS) MATERI  
PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) TENTANG  
MAKANAN SEHAT SISWA KELAS I SEKOLAH DASAR**

yang disiapkan dan disusun oleh

**Ayu Puspita Sari**

**NIM 2000005277**

Telah disetujui oleh

Dosen Pembimbing Skripsi Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta

Dosen Pembimbing



**Dr. Feri Budi Setyawan, M.Pd., AIFO-FIT**

**NIPM. 19900203 201711 111 1284013**

**HALAMAN PENGESAHAN  
SKRIPSI**

**PENGEMBANGAN MEDIA KHIS (KUNCI HIDUP SEHAT) MATERI  
PHBS (PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT) SISWA KELAS I  
SEKOLAH DASAR**

Yang disiapkan dan disusun oleh :

**AYU PUSPITA SARI**

2000005277

Telah dipertahankan di depan Panitia Penguji Skripsi Fakultas Keguruan  
dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta pada  
Tanggal 10 Mei 2024 dan dinyatakan telah memenuhi  
sebagian syarat guna memperoleh gelar Sarjana  
Pendidikan Guru Sekolah Dasar

**SUSUNAN PENGUJI UJIAN SKRIPSI**

Ketua : Dr. Feri Budi Setyawan, M.Pd., AIFO-FIT

Penguji 1 : Nur Hidayah, M.Pd

Penguji 2 : Hengkang Bara Saputro, M.Pd

.....  
.....  
.....

Yogyakarta, 21 Mei 2024  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Ahmad Dahlan  
Dekan,



Muhammad Sayuti, M.Pd., M.Ed., Ph.D.  
NIPM. 19710317 200803 111 0763796

## HALAMAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ayu Puspita Sari  
NIM : 2000005277  
Email : [ayu2000005277@webmail.uad.ac.id](mailto:ayu2000005277@webmail.uad.ac.id)  
Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar

Judul tugas akhir: Pengembangan Media KHS (Kunci Hidup Sehat) Materi PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) Tentang Makanan Sehat Siswa Kelas I Sekolah Dasar.

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan baik di Universitas Ahmad Dahlan maupun di institusi pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan saduran/terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan, dan hasil pelaksanaan penelitian/implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan disetujui pembimbing.
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila dikemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Ahmad Dahlan.

Yogyakarta, 22 Mei 2024



**Ayu Puspita Sari**

## PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ayu Puspita Sari  
NIM : 2000005277  
Email : [ayu2000005277@webmail.uad.ac.id](mailto:ayu2000005277@webmail.uad.ac.id)  
Fakultas : FKIP  
Program Studi : PGSD  
Judul tugas akhir : Pengembangan Media KHS (Kunci Hidup Sehat) Materi PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) Siswa Kelas I Sekolah Dasar.

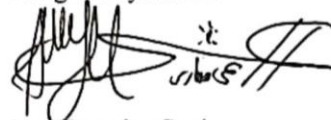
Dengan ini saya menyerahkan sepenuhnya kepada Perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya inidengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut (beri tanda pada kotak):



Saya mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repository Perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya:

Yogyakarta, 22 Mei 2024  
Yang menyatakan



Ayu Puspita Sari

Mengetahui  
Dosen Pembimbing



Dr. Feri Budi Setyawan, M.Pd., AIFO-FIT  
NIPM. 19900203 201711 111 1284013

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama: Ayu Puspita Sari

NIM: 2000005277

Email: [ayu2000005277@webmail.uad.ac.id](mailto:ayu2000005277@webmail.uad.ac.id)

Fakultas: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Program Studi: Pendidikan Guru Sekolah Dasar

Menyatakan bahwa skripsi Pengembangan Media Kunci Hidup Sehat (KHS) Materi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tentang Makanan Sehat Siswa Kelas I Sekolah Dasar ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan sepanjang pengetahuan saya tidak berisi materi yang ditulis oleh orang lain sebagai persyaratan penyelesaian studi perguruan tinggi ini atau perguruan tinggi lain kecuali bagian-bagian tertentu yang saya ambil sebagai acuan dengan mengikuti tata cara dan etika penulisan karya tulis ilmiah yang lazim. Apabila terbukti bahwa pernyataan ini tidak benar, hal tersebut sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya.

Yogyakarta, .22....Mei...2024

Penulis,



**Ayu Puspita Sari**

## MOTTO

حَسْبُنَا اللهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ  
نِعْمَ الْمَوْلَى وَنِعْمَ النَّصِيرُ

“Cukuplah Allah menjadi penolong kami, dan Allah adalah sebaik-baiknya pelindung.”

## PERSEMBAHAN

Pertama-tama segala puji syukur bagi Allah SWT atas limpahan Rahmat, Taufik, serta Hidayah-Nya kepada kita semua. Sehingga saya masih diberikan kesehatan serta kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan lancar. Penulis merasa bangga telah dapat menyelesaikan skripsi ini di waktu yang tepat dengan dukungan dan motivasi dari beberapa pihak yang telah membantu penulis demi demi kelancaran dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Skripsi yang telah disusun ini saya persembahkan untuk.

1. Pahlawan super yang paling berharga dalam seumur hidup di dunia dan di akhirat yaitu kedua orang tua saya Ayahanda Muhari dan Ibunda Winarti. Beliau adalah sosok terbaik yang telah mengisi dunia saya dengan begitu banyak kebahagiaan sehingga seumur hidup tidak cukup untuk menikmati semuanya. Terima kasih atas semua cinta, dukungan, motivasi, semangat, bantuan, dan tiada henti untuk mendidik saya yang telah ayah dan ibu berikan hingga saya kelak menjadi orang sukses, serta mampu menyelesaikan studi sampai sarjana pada waktu yang tepat.
2. Pahlawan kedua setelah orang tua saya yaitu Kakakku tersayang Mustika Sari dan Yuda Nur Rahman Hakim, serta Adikku tercinta Muhammad Ridwan. Mereka paling istimewa dalam hidup saya yang tidak bisa tetap acuh tak acuh pada masalah orang-orang yang membutuhkan bantuan, yang telah memberikan inspirasi, dukungan, dan dorongan kepada saya. Hidup menjadi begitu mudah dan lancar ketika kita memiliki kakak dan adik yang lebih memahami kita daripada diri kita sendiri, saya berhasil mengatasi semua tantangan ini hanya karenamu. Betapa beruntungnya aku bertemu mereka di jalan hidupku dan sekarang saya memiliki harapan untuk masa depan yang lebih baik.
3. Malaikat penjaga hati yang selalu hadir dalam hidup saya yaitu Cepi Cahyani Johan yang membuat saya selalu merasa nyaman dari kesedihan dan kegagalan. Kamu selalu mengajarkan hal yang luar biasa, menghibur saya, dan juga terima kasih atas keterlibatan dan waktunya karena kemampuan kamu yang luar biasa untuk berada di sini setiap kali saya membutuhkanmu yang paling mengesankan bagi saya. Sehingga saya dapat menyelesaikan studi sampai sarjana pada waktu yang tepat.



## KATA PENGANTAR

Puji syukur bagi Allah SWT atas limpahan Rahmat, Taufik, serta Hidayah-Nya kepada kita semua. Sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Pengembangan Media Kunci Hidup Sehat (KHS) Materi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tentang Makanan Sehat Siswa Kelas I Sekolah Dasar”. Shalawat serta salam saya haturkan kepada Nabi Muhammad SAW dan semoga kita semua mendapatkan syafaatnya kelak di yaumul akhir, ammin aamiin YRA.

Pada kesempatan kali ini, penulis menyampaikan terimakasih kepada seluruh pihak yang sudah memberikan dukungan dan bantuannya dalam menyelesaikan skripsi ini. Maka dari itu, tak lupa saya menyampaikan terima kasih kepada.

1. Prof. Dr. Muchlas, M. T., selaku Rektor Universitas Ahmad Dahlan yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di lembaga pendidikan.
2. Muhammad Sayuti, M. Ed., Ph. D., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan yang telah memberikan izin kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. M. Ragil Kurniawan, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Guru sekolah Dasar yang telah memberikan pengarahan dan dorongan kepada penulis untuk menyusun skripsi ini.
4. Nur Hidayah, M.Pd., selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan arahan, bimbingan, dukungan, dan motivasi kepada penulis.
5. Dr. Feri Budi Setyawan, M. Pd., selaku dosen pembimbing skripsi yang sudah memberikan arahan, bimbingan, dukungan, dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Dr. Ika Maryani, M. Pd., selaku dosen validator instrumen yang telah memberikan saran dan masukan kepada penulis dalam penyusunan instrumen pada skripsi ini.
7. Raden Wisnu Wijaya Dewojati, M. Pd., selaku dosen ahli media yang telah memberikan saran dan masukan kepada penulis dalam pembuatan media pada skripsi ini.

8. Aprida Agung Priambadha, M. Or., selaku dosen ahli materi yang telah memberikan saran dan masukan kepada penulis dalam pembuatan media pada skripsi ini.
9. Fendy Yogha Pratama, M. Pd., selaku dosen ahli bahasa yang telah memberikan saran dan masukan kepada penulis dalam pembuatan media pada skripsi ini.
10. Seluruh dosen Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Ahmad Dahlan yang telah mengajarkan banyak pengetahuan dan ilmu kepada penulis.
11. Agus Juniyanto, S. Mat., M. Pd., selaku Kepala Sekolah SD Muhammadiyah Mrisi Yogyakarta yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian guna menyusun dan menyelesaikan skripsi ini.
12. Kedua orang tua saya yang selalu memberikan doa, dukungan, dan motivasi demi kelancaran dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
13. Kakak dan adik saya yang selalu memberikan doa, dukungan, dan semangat demi kelancaran dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
14. Teman-teman seperjuangan mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Ahmad Dahlan, khususnya kelas F angkatan 2020 yang telah memberikan banyak pengalaman dan suka duka selama perkuliahan ini.
15. Semua pihak yang belum dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas bantuan, semangat, dan doa baik yang diberikan kepada penulis selama ini.

Semoga hal baik yang telah diberikan kepada penulis senantiasa mendapatkan balasan yang baik dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis harapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan skripsi ini.

Yogyakarta, 22 Mei 2024



Ayu Puspita Sari

2000005277

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	iv
<b>HALAMAN TIDAK PLAGIAT</b> .....	iv
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES</b> .....	v
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	vi
<b>MOTTO</b> .....	vii
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	viii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ix
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>ABSTRAK</b> .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	10
C. Batasan Masalah.....	11
D. Rumusan Masalah .....	11
E. Tujuan Penelitian .....	11
F. Spesifikasi Produk.....	12
G. Manfaat Penelitian .....	13
H. Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan .....	14
<b>BAB II LANDASAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR PENELITIAN</b> .....	16
A. Landasan Teori.....	16
B. Karakteristik Peserta Didik Sekolah Dasar .....	61
C. Kualitas Media Kunci Hidup Sehat (KHS).....	72
D. Kajian Penelitian yang Relevan .....	76
E. Kerangka Pikir .....	81
F. Pertanyaan Penelitian.....	85

<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	86
A. Model Pengembangan .....	86
B. Prosedur Pengembangan .....	88
C. Uji Coba Produk .....	93
D. Desain Uji Coba .....	94
E. Subjek Uji Coba .....	95
F. Jenis Data .....	95
G. Instrumen Pengumpulan Data .....	96
H. Teknik Analisis Data .....	102
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	106
A. Data Uji Coba .....	106
B. Analisis Data .....	120
C. Revisi Produk .....	124
D. Kajian Produk Akhir .....	129
E. Pembahasan Produk .....	135
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	137
A. Kesimpulan .....	137
B. Keterbatasan Penelitian .....	138
C. Saran .....	139
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	141
<b>LAMPIRAN</b> .....	148

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Pikir.....	84
Gambar 2. Model Pengembangan ADDIE .....	88
Gambar 3. Desain Awal Media Kunci Hidup Sehat (KHS).....	92
Gambar 4. Desain Media Kunci Hidup Sehat (KHS) .....	111
Gambar 5. Revisi Penambahan Buku Panduan Penggunaan Media .....	124
Gambar 6. Revisi Kartu Materi Disesuaikan Dengan Media .....	125
Gambar 7. Revisi Penggunaan Jenis Huruf .....	125
Gambar 8. Revisi Stiker .....	126
Gambar 9. Revisi Kata Baku.....	126
Gambar 10. Revisi Istilah Yang Terlalu Ilmiah .....	127
Gambar 11. Revisi Materi .....	128
Gambar 12. Revisi Materi Makanan Pokok .....	128

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Penilaian Uji Coba Kualitas Ahli Media.....	98
Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Penilaian Uji Coba Kualitas Ahli Materi .....	99
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Penilaian Uji Coba Kualitas Ahli Bahasa .....	100
Tabel 4. Kisi-kisi Lembar Respon Siswa.....	101
Tabel 5. Kriteria Skor Penilaian.....	103
Tabel 6. Respon Siswa .....	104
Tabel 7. Kategori Penilaian.....	105
Tabel 8. Lembar Penilaian Ahli Media Terhadap Kualitas Media KHS .....	112
Tabel 9. Lembar Penilaian Ahli Materi Terhadap Kualitas Media KHS.....	114
Tabel 10. Lembar Penilaian Ahli Bahasa Terhadap Kualitas Media KHS .....	117
Tabel 11. Lembar Respon Siswa Terhadap Media KHS .....	119
Tabel 12. Data Hasil Penilaian Uji Validasi Ahli .....	123
Tabel 13. Hasil Lembar Angket/Kuesioner Respon Siswa.....	123

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Surat Keterangan Pembimbing.....	149
Lampiran 2. Penilaian Ahli Media .....	150
Lampiran 3. Lembar Penilaian Ahli Materi .....	151
Lampiran 4. Lembar Penilaian Ahli Bahasa .....	152
Lampiran 5. Lembar Respon Siswa .....	153
Lampiran 6. Lembar Persetujuan Ujian Seminar Proposal.....	154
Lampiran 7. Lembar Pengesahan Seminar Proposal.....	155
Lampiran 8. Surat Keterangan Validasi .....	156
Lampiran 9. Lembar Pengesahan Validasi Ahli .....	157
Lampiran 10. Lembar Validasi Instrumen .....	158
Lampiran 11. Lembar Validasi Ahli .....	159
Lampiran 12. Bukti Penerbitan Jurnal .....	162
Lampiran 13. Sertifikat HKI .....	163
Lampiran 14. Media Kunci Hidup Sehat (KHS).....	164
Lampiran 15. Buku Panduan Penggunaan Media Kunci Hidup Sehat (KHS)....	165

**Sari, Puspita Ayu. 2024. Pengembangan Media Kunci Hidup Sehat (KHS) Materi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tentang Makanan Sehat Siswa Kelas I Sekolah Dasar. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.**

### **ABSTRAK**

Interaksi antara pendidik dan peserta didik dapat menghasilkan proses pembelajaran yang baik melalui media Kunci Hidup Sehat (KHS) yang merupakan media visual diam berisikan macam-macam gambar, pengertian, dan manfaat (sayur, buah, lauk pauk, dan makanan pokok). Tujuan penelitian untuk menjelaskan dan mendeskripsikan kualitas media Kunci Hidup Sehat (KHS) berdasarkan pendapat para ahli dan respon siswa.

Hasil penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian dan pengembangan (R&D), serta mengacu pada model ADDIE. Subjek dalam penelitian ini yaitu para ahli, dan 14 siswa kelas I SD Muhammadiyah Mrisi. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis kualitatif dan kuantitatif.

Hasil penelitian ini adalah: (1) media Kunci Hidup Sehat (KHS) telah berhasil dikembangkan sesuai langkah-langkah ADDIE, (2) hasil penilaian kualitas media dari para ahli berupa: a). ahli media= 93,33 dengan kriteria “Sangat Baik”, b). ahli materi= 91 dengan kriteria “Sangat Baik”, c). ahli bahasa= 81 dengan kriteria “Sangat Baik”, (3) hasil respon siswa terhadap media 100 dalam kriteria “Sangat Baik”. Jadi disimpulkan bahwa media Kunci Hidup Sehat (KHS) dinyatakan berkualitas digunakan sebagai sumber belajar bagi guru dan siswa.

**Kata Kunci:** Kunci Hidup Sehat (KHS), Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Makanan Sehat.



**Sari, Puspita Ayu. 2024. Development of Media Key to Healthy Life (KHS) Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) Material on Healthy Food for Grade I Students of Elementary School. Thesis. Yogyakarta: Ahmad Dahlan University.**

### **ABSTRACT**

*Interaction between educators and students can produce a good learning process through Key to Healthy Life (KHS) media which is a silent visual media containing various images, understandings, and benefits (vegetables, fruits, side dishes, and staple foods). The purpose of the study was to explain and describe the quality of Key to Healthy Life (KHS) media based on expert opinions and student responses.*

*The results of this study use a research and development (R&D) approach, and refer to the ADDIE model. The subjects in this study were experts, and 14 grade I students of SD Muhammadiyah Mrisi. Data analysis techniques in this study use qualitative and quantitative analysis.*

*The results of this study are: (1) the Key to Healthy Living (KHS) media has been successfully developed according to ADDIE's steps, (2) the results of media quality assessment from experts in the form of: a) media experts = 93.33 with "Very Good" criteria, b). material experts = 91 with "Very Good" criteria, c). linguists = 81 with "Very Good" criteria, (3) student response results to 100 media in "Very Good" criteria. So it is concluded that the Key to Healthy Living (KHS) media declared quality is used as a learning resource for teachers and students.*

**Keywords:** *Key to Healthy Living (KHS), Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), Healthy Food.*