

ANALISIS KEBUTUHAN PENGEMBANGAN BUKU SAKU GIZI UNTUK PEKERJA WANITA HAMIL DAN/ATAU MENYUSUI

ABSTRAK

Pasqualica H Damanik, Yayuk Hartriyanti, Mutiara T P L Kusuma

Latar Belakang : Peningkatan proporsi wanita dalam angkatan kerja, termasuk wanita yang sedang hamil dan menyusui, mencerminkan pergeseran peran ekonomi wanita. Kondisi ini menimbulkan berbagai tantangan dalam praktik pemenuhan gizi dan laktasi. Salah satu faktor yang memengaruhi tantangan tersebut adalah ketidakefektifan layanan informasi yang diberikan oleh institusi atau tempat kerja sehingga pekerja wanita hamil dan menyusui kesulitan untuk mendapat informasi yang terintegrasi, relevan, dan mudah diakses.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran materi buku saku gizi sebagai media edukasi kesehatan bagi pekerja hamil dan menyusui di Universitas Gadjah Mada.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan gabungan model 4D (*define, design, develop, dan disseminate*) dan teori *precede-proceed*. Pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumen, wawancara mendalam, wawancara kelompok, dan survei kepada pihak pekerja di UGM, terutama yang sedang hamil dan/atau menyusui. Penelitian ini melibatkan 14 informan wawancara dan empat informan wawancara kelompok yang dipilih dengan metode *purposive sampling*, serta empat responden survei yang memenuhi kriteria.

Hasil : Hasil penelitian pada tahap pendefinisian dan perancangan menunjukkan perlunya pengembangan buku saku gizi yang memuat informasi mengenai perubahan kondisi fisik selama kehamilan dan menyusui, kebutuhan gizi, hingga panduan laktasi yang kontekstual dengan kondisi kerja. Rancangan buku saku gizi akan disajikan dengan tampilan menarik, penambahan elemen visual, pengaturan tipografi yang nyaman, serta penyajian dalam bentuk format digital. Kerangka rancangan buku saku gizi yang telah disusun memperoleh masukan berupa penambahan beberapa materi yang relevan dari ahli di bidang gizi.

Kesimpulan : Buku saku gizi yang dikembangkan bersifat berbasis kebutuhan, ringkas, mudah diakses, dengan bantuan elemen visual dan fitur interaktif untuk meningkatkan kemudahan penggunaan. Setelah melalui validasi ahli dan penyempurnaan, media ini berpotensi menjadi sarana edukasi yang efektif dan aplikatif bagi pekerja hamil dan menyusui.

Kata kunci: pekerja wanita; kehamilan; menyusui; buku saku gizi; media edukasi

NEEDS ANALYSIS FOR THE DEVELOPMENT OF A NUTRITION POCKETBOOK FOR PREGNANT AND/OR LACTATING WORKING WOMEN

ABSTRACT

Pasqualica H Damanik, Yayuk Hartriyanti, Mutiara T P L Kusuma

Background : The increasing participation of women in the workforce, including those who are pregnant and breastfeeding, reflects a shift in women's economic roles. This condition presents challenges in meeting nutritional needs and maintaining lactation practices. One contributing factor is the suboptimal provision of information services by institutions or workplaces, which makes it difficult for pregnant and breastfeeding employees to access integrated, relevant, and easily accessible information.

Objective : This study aims to obtain an overview of the content of a nutrition pocketbook as a health education medium for pregnant and breastfeeding workers at Universitas Gadjah Mada.

Methods : This study employed a qualitative approach combining the 4D model (define, design, develop, disseminate) and the PRECEDE–PROCEED framework. The data were collected through document review, in-depth interviews, group interviews, and surveys involving employees at Universitas Gadjah Mada, particularly those who were pregnant and/or breastfeeding. The study involved 14 interview informants and four group interviewees selected through purposive sampling, as well as four survey respondents who met the inclusion criteria.

Results : The findings from the define and design stages indicated the need to develop a nutrition pocketbook containing information on physical changes during pregnancy and breastfeeding, nutritional requirements, and lactation guidance tailored to workplace conditions. The pocketbook design is presented with an attractive layout, the addition of visual elements, user-friendly typography, and a digital format. The developed framework also received input from nutrition experts, particularly regarding the addition of several relevant materials.

Conclusion : The developed pocket nutrition guide is needs-based, concise, and accessible, incorporating visual elements and interactive features to enhance usability. Following expert validation, it has strong potential as an effective and practical educational medium for pregnant and breastfeeding employees.

Keywords : female workers; pregnancy; breastfeeding; nutrition; educational media