

Lampiran 1. Formulir *Inform Consent*

**KUESIONER PENELITIAN**  
**EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI “EMPIRE” TERHADAP TINGKAT**  
**PENGETAHUAN DAN SIKAP TERKAIT GIZI PADA WANITA DENGAN**  
**GIZI LEBIH**

Program Studi S1 Ilmu Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan  
Universitas Esa Unggul (UEU)  
Jl Arjuna Utara No 9 Kebon Jeruk, Jakarta Barat 11510

**LEMBAR PERSETUJUAN SEBAGAI RESPONDEN**

Saya adalah mahasiswa Universitas Esa Unggul yang saat ini sedang melakukan penelitian tentang “Efektivitas Edukasi Gizi “EMPIRE” Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Terkait Gizi Pada Wanita Dengan Gizi Lebih”, adapun variabel yang akan diambil yaitu pengetahuan dan sikap terkait gizi. Oleh karena itu, saya memohon kesediaan waktu Adik/Kakak untuk menjawab isi kuisisioner ini. Saya akan merahasiakan seluruh informasi yang Adik/Kakak berikan. Perlu saya informasikan bahwa keikutsertaan Adik/Kakak dalam pengisian kuisisioner ini bersifat sukarela.

*Inform consent :*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Alamat :

No HP/Telepon :

Saya telah membaca dan memahami penjelasan dari peneliti mengenai penelitian yang berjudul “Efektivitas Edukasi Gizi “EMPIRE” Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Terkait Gizi Pada Wanita Dengan Gizi Lebih” Saya yakin bahwa peneliti akan menjaga kerahasiaan identitas dan jawaban saya sebagai responden. Oleh karena itu, saya menyatakan secara sukarela berpartisipasi dalam penelitian ini dan akan memberikan informasi yang sejujur-jujurnya.

Jakarta,

2020

Tanda Tangan Responden

Tanda Tangan Enumerator

Lampiran 2. Kuesioner Penelitian Pengetahuan dan Sikap

**KUESIONER PENELITIAN**  
**EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI “EMPIRE” TERHADAP TINGKAT**  
**PENGETAHUAN DAN SIKAP TERKAIT GIZI PADA WANITA DENGAN**  
**GIZI LEBIH**

Program Studi S1 Ilmu Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan

Universitas Esa Unggul (UEU)

Jl Arjuna Utara No 9 Kebon Jeruk, Jakarta Barat 11510

**Kuisisioner Identitas Diri**

Kuisisioner ini bertujuan untuk mengetahui identitas diri responden meliputi nama, tanggal lahir, umur, suku, agama, status pekerjaan, alamat, dan data lain responden. Saya mohon kesediaan responden untuk dapat menjawab pertanyaan dengan tulus dan benar.

“Isilah pertanyaan di bawah ini dengan mengisi kolom yang disediakan atau melingkari pilihan tersedia”

**Hari/Tanggal :**

**Waktu Pengambilan Data:**

Identitas Diri Responden	
Nama Responden	:.....
Tanggal Lahir	:...../...../.....
Umur	:..... Tahun
Agama	:.....
Suku	:.....
Pekerjaan	:.....

Alamat Lengkap	: .....
Mengonsumsi Suplemen/Obat Pelangsing	: 1. Iya                      2. Tidak
Sedang Hamil / Menyusui	: 1. Iya                      2. Tidak
Melakukan Operasi Selama 3 bulan kedepan	: 1. Iya                      2. Tidak

No. Responden

--	--	--

Nama :

No.Hp :

### A. Penilaian Pengetahuan

Bacalah setiap item pertanyaan dengan teliti dan jawablah dengan jawaban yang sebenarnya. Berikan tandah ceklist (✓) pada salah satu kotak.

No	Pengetahuan	Benar	Salah
1.	Bullying merupakan dampak mental dari status gizi lebih pada Wanita Usia Subur (WUS).		
2.	Salah satu contoh kesadaran diri akan kondisi kesehatan fisik yaitu dengan mengetahui Indeks Massa Tubuh (IMT) individu.		
3.	Salah satu faktor perawatan kesehatan diri yang memicu gizi lebih yaitu gaya hidup kurang sehat.		
4.	SMART merupakan singkatan dari Spesifik, Measurable, Attitude, Relevan, dan Time.		
5.	Terdapat 2 teknik meningkatkan efikasi diri.		
6.	Eskresi merupakan salah satu proses bagaimana makanan bekerja.		
7.	Skala lapar terdiri dari 7 tingkatan.		
8.	Terdapat 5 cara dalam menyelesaikan masalah saat menjalani diet		
9.	Penentuan jadwal makan tidak dapat membantu dalam manajemen berat badan.		
10.	Rekomendasi tidur malam secara rutin yaitu selama 5 jam/hari.		

No. Responden

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------

Nama :

No.Hp :

### B. Penilaian Sikap

Bacalah setiap item pertanyaan dengan teliti dan jawablah dengan jawaban yang sebenarnya. Berikan tandah ceklist (✓) pada salah satu kotak.

No	Sikap	Setuju	Tidak Setuju
1.	Saya tidak menjadikan makan sebagai pelampiasan disaat sedang setres, badmood, ataupun sedih.		
2.	Saya selalu mengomsumsi buah sebagai makanan selingan.		
3.	Saya mampu mengunyah makanan sebanyak 30 kali.		
4.	Salah satu cara yang saya untuk mengurangi porsi makan yaitu dengan cara menggunakan mangkuk atau piring yang lebih kecil dari biasanya.		
5.	Saya mampu makan makanan yang bergizi dan meninggalkan makanan fast food atau junkfood.		
6.	Saya dapat menerapkan makanan tinggi serat seperti sayur dan buah, selalu ada dalam setiap menu makanan yang saya makan.		
7.	Ketika saya makan di restaurant saya mampu membatasi makanan dalam porsi besar dan menghindari makanan yang di goreng.		
8.	Saat saya memesan makanan saya lebih memperbanyak sayuran dan membatasi makanan tinggi lemak.		
9.	Jika saya merasa haus, saya lebih memilih minum air mineral dibandingkan dengan es teh manis.		
10.	Jika saya rutin olahraga dan melakukan aktifitas fisik, maka dapat membantu menurunkan berat badan saya.		

Lampiran 3. SPSS Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan dan Sikap

1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.842	12

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Pertanyaan 3	5.22	10.056	.645	.819
Pertanyaan 5	5.08	10.523	.515	.829
Pertanyaan 9	5.27	10.716	.428	.836
Pertanyaan 12	5.37	10.425	.554	.826
Pertanyaan 18	5.33	10.222	.606	.822
Pertanyaan 20	5.23	11.122	.296	.846
Pertanyaan 21	5.22	10.056	.645	.819
Pertanyaan 26	5.36	10.657	.469	.833
Pertanyaan 31	5.34	10.297	.584	.824
Pertanyaan 33	5.44	10.673	.506	.830
Pertanyaan 34	5.08	10.523	.515	.829
Pertanyaan 40	4.99	11.235	.313	.843

2. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Sikap

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.861	13

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Pertanyaan 11	7.82	10.422	.750	.835

Pertanyaan 18	7.89	11.237	.466	.855
Pertanyaan 19	7.62	11.331	.577	.848
Pertanyaan 20	7.82	10.649	.672	.841
Pertanyaan 21	7.96	11.680	.329	.864
Pertanyaan 23	7.89	10.737	.628	.844
Pertanyaan 25	7.67	11.636	.419	.857
Pertanyaan 26	7.69	11.310	.518	.851
Pertanyaan 29	7.67	11.545	.451	.855
Pertanyaan 30	7.91	11.037	.528	.851
Pertanyaan 31	8.07	10.700	.674	.841
Pertanyaan 32	7.56	11.980	.407	.857
Pertanyaan 35	7.51	12.165	.409	.857

Lampiran 4. SPSS Hasil Uji Normalitas Kuesioner Pengetahuan dan Sikap

	Histogram	Skewness	
		Statistic	Std.Error
Skor <i>Pre-Test</i> Pengetahuan	Normal	.300	.365
Skor <i>Post-Test</i> Pengetahuan	Normal	-.190	.365
Skor <i>Pre-Test</i> Sikap	Normal	.185	.365
Skor <i>Post-Test</i> Sikap	Normal	-1.427	.365

Test of Normality<sup>a</sup>

	Kolmogorov-Smirnov <sup>b</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Skor <i>Pre-Test</i> Pengetahuan	.154	42	.014	.953	42	.080
Skor <i>Post-Test</i> Pengetahuan	.126	42	.092	.958	42	.124
Skor <i>Pre-Test</i> Sikap	.146	42	.024	.958	42	.121
Skor <i>Post-Test</i> Sikap	.300	42	.000	.766	42	.000

a. Lilliefors Significance Correction



Lampiran 5. SPSS Analisis Univariat

**Umur Responden**

<b>Kelompok Umur</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Umur (tahun)</b>		
20-25	36	85,7
26-30	6	14,3
<b>Status Pekerjaan</b>		
Bekerja	13	31
Tidak Bekerja	29	69
Total	42	100,0

		<b>Pengetahuan</b>	
		<b>Pre-test</b>	<b>Post-test</b>
		<b>Pengetahuan</b>	<b>Pengetahuan</b>
<b>N</b>	<b>Valid</b>	42	42
	<b>Missing</b>	0	0
<b>Mean</b>		62.38	68.57
<b>Std. Error of Mean</b>		2.523	2.863
<b>Median</b>		60.00	70.00
<b>Std. Deviation</b>		16.351	18.554
<b>Minimum</b>		30	30
<b>Maximum</b>		100	100

		<b>Sikap</b>	
		<b>Pre-test Sikap</b>	<b>Post-test Sikap</b>
<b>N</b>	<b>Valid</b>	42	42
	<b>Missing</b>	0	0
<b>Mean</b>		62.38	79.52
<b>Std. Error of Mean</b>		2.868	2.015
<b>Median</b>		60.00	80.00
<b>Std. Deviation</b>		18.585	13.058
<b>Minimum</b>		30	40
<b>Maximum</b>		100	90

Lampiran 6. SPSS Analisis Bivariat

1. Pengetahuan

**Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre-test Pengetahuan	62.38	42	16.351	2.523
	Post-test Pengetahuan	68.57	42	18.554	2.863

**Paired Samples Correlations**

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre-test Pengetahuan & Post-test Pengetahuan	42	.172	.275

**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	Pre-test Pengetahuan - Post-test Pengetahuan	-6.190	22.519	3.475	-13.208	.827	-1.782	41	.082

2. Sikap

**Ranks**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post-test Sikap - Pre-test Sikap	Negative Ranks	7 <sup>a</sup>	7.71	54.00
	Positive Ranks	28 <sup>b</sup>	20.57	576.00
	Ties	7 <sup>c</sup>		
	Total	42		

a. Post-test Sikap < Pre-test Sikap

b. Post-test Sikap > Pre-test Sikap

c. Post-test Sikap = Pre-test Sikap

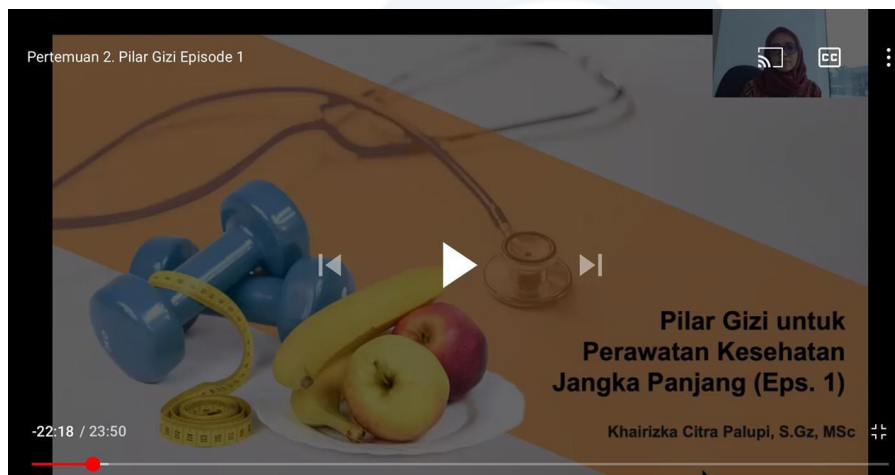
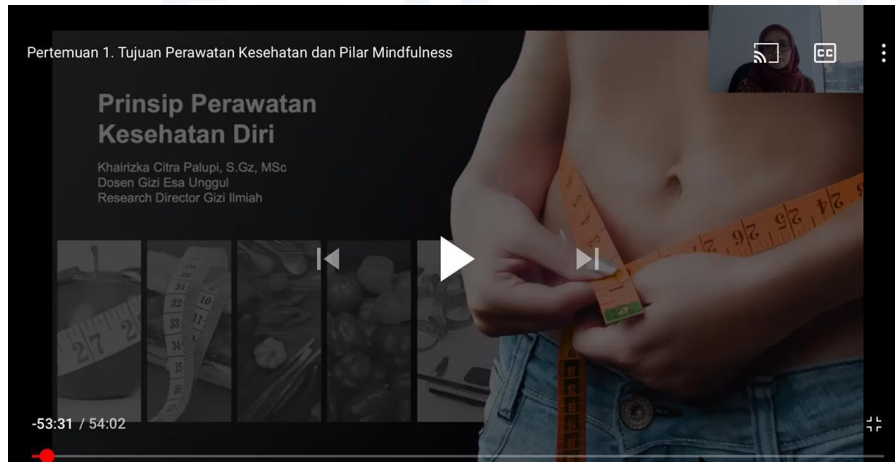
**Test Statistics<sup>a</sup>**

	<b>Post-test Sikap - Pre-test Sikap</b>
<b>Z</b>	<b>-4.302<sup>b</sup></b>
<b>Asymp. Sig. (2-tailed)</b>	<b>.000</b>

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Lampiran 7. Media Video Online "EMPIRE"



Pertemuan 4. Pilar Gizi "Membentuk Lingkungan Berkesadaran"



**Pilar Gizi Untuk Perawatan Kesehatan Jangka Panjang Eps 3**

-30:52 / 31:18

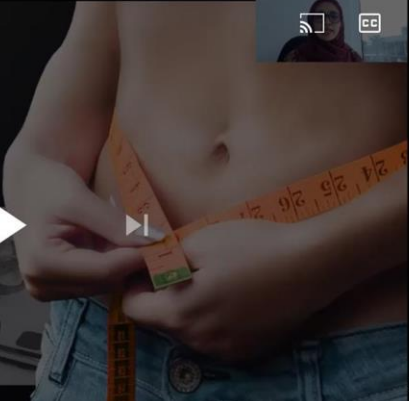
Khairizka Citra Palupi, S.Gz, MSc

Universitas Esa Unggul

Pertemuan 5. Pilar Gerak dan Tidur

**Pilar Gerak & Tidur untuk Perawatan Kesehatan Jangka Panjang & Review**

Khairizka Citra Palupi, S.Gz, MSc

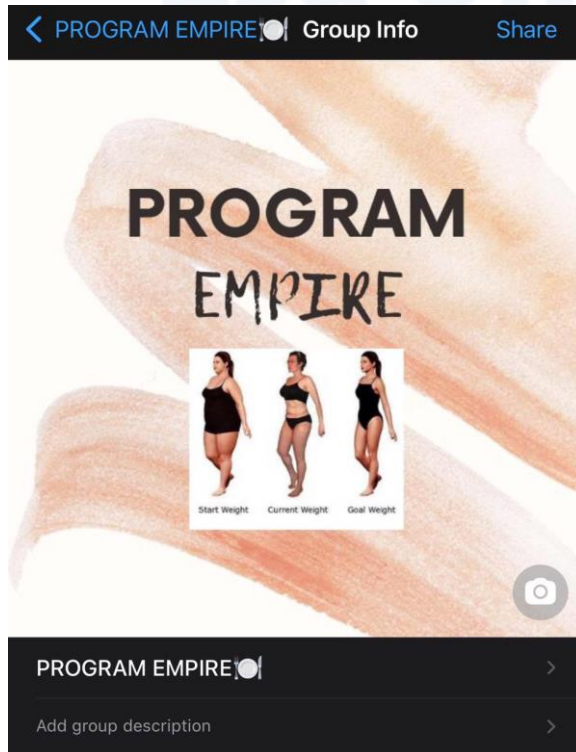


1:50 / 30:53

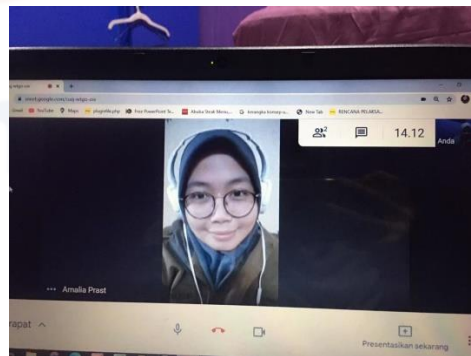
Universitas Esa Unggul

## Lampiran 8. Proses Penelitian *EMPIRE*

### 1. Group Penelitian *EMPIRE*



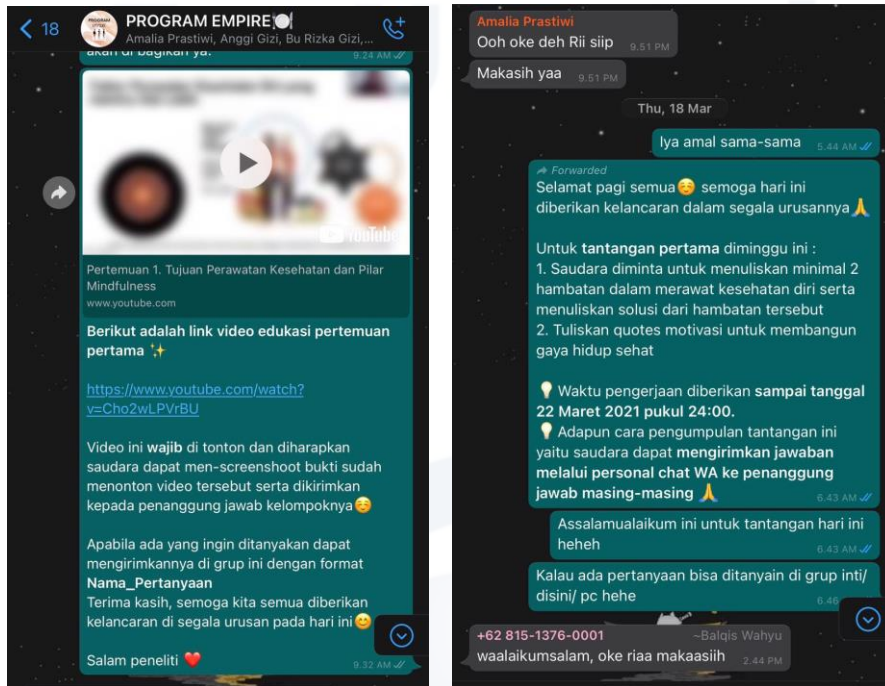
### 2. Proses Pengambilan Data Pre-Test dan Post-Test



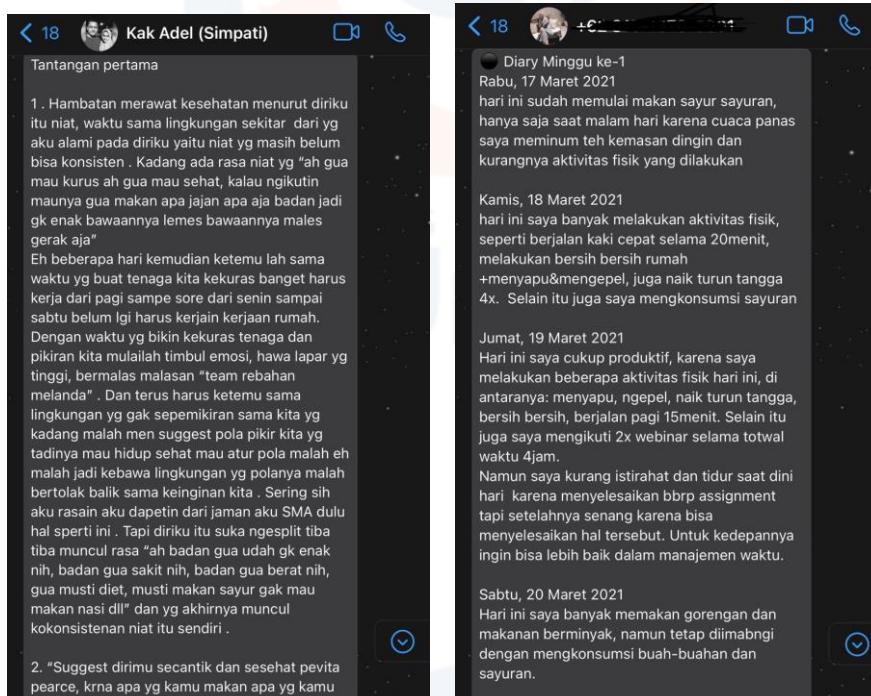




#### 4. Proses Pemberian Video *Online* dan Tugas Per-Video



#### 5. Contoh Pengerjaan Tugas Per-Video dan Diary Harian





6. Bukti Foto Responden Saat Pendaftaran



Lampiran 9. Halaman Persetujuan Turun Lapang


**HALAMAN PERSETUJUAN TURUN LAPANG**


Proposal skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Ria Patika Sari  
NIM : 20170302077  
Program Studi : Gizi  
Judul Skripsi : Efektivitas Edukasi Gizi "EMPIRE"  
Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap  
Terkait Gizi Pada Wanita Dengan Gizi Lebih

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk melakukan penelitian skripsi Pada Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul.

**TIM PENGUJI**

Pembimbing : Khairizka Citra Palupi, S.Gz, MS, RD (  )

Penguji 1 : Nazhif Gifari, S.Gz., M.Si., RD (  )

Penguji 2 : Laras Sitoayu, S.Gz., MKM., RD (  )

Ditetapkan di : Bekasi

Tanggal : 29 Oktober 2020

## Lampiran 10. Formulir Kaji Etik

No : 69/DKN/FIKES/UEU/VIII/2020  
Hal : Permohonan Ethical Approval  
Lampiran : 1 berkas

Jakarta, 08 Agustus/2020

Kepada Yth ,  
Ketua Komisi Etik Penelitian UEU  
**Dr. Rokiah Kusumapradja, SKM., MHA**  
Jl. Arjuna Utara no.9 Kebon Jeruk  
Jakarta 11510

Dengan hormat,

Bersama ini kami mohon bantuan bapak/ibu Komisi Etik Penelitian Universitas Esa Unggul untuk dapat memberikan keterangan lolos uji kaji etik (*ethical approval*) untuk protokol penelitian kami yang berjudul :

Efektivitas Edukasi Gizi "*EMPIRE*" Terhadap Asupan Zat Gizi Makro, Serat, Gula, Kualitas Diet, Aktivitas Fisik, Tingkat Pengetahuan, dan Sikap Terkait Gizi Pada Wanita Dengan Gizi Lebih

Terlampir kami sampaikan :

1. Formulir Permohonan Kaji Etik Penelitian UEU yang telah diisi
2. Protokol Penelitian
3. Biodata Peneliti

Atas bantuan Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih

Yang Mengajukan



(Khairizka Citra Palupi, S.Gz, MSc)  
0319128901

Mengetahui



(Dr. Aprilita Rina Yanti Eff, M.Biomed, Apt)  
Dekan