

LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Penjelasan Responden



PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU
KESEHATAN UNIVERSITAS
ESAUNGGUL

--	--	--

Jl. Arjuna Utara No. 9, Kebon Jeruk, Jakarta. 11510

Lembar Penjelasan Responden

Kepada Yth. Responden

Dengan Hormat

Saya mahasiswi program studi ilmu gizi Universitas Esa Unggul, bermaksud akan melaksanakan penelitian dengan judul “Pengaruh Media *E-Booklet* Pola Makan Sehat Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Tentang Persepsi *Body Image* serta Perilaku Diet pada Remaja Putri”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor internal dan eksternal yang berhubungan dengan pengetahuan, sikap tentang *Body Image* dan perilaku diet pada Remaja putri. Sehubungan dengan kegiatan penelitian ini, saya akan meminta kesediaan siswi untuk menjawab beberapa pertanyaan yang akan menghabiskan waktu kurang lebih 15 menit. Adapun segala informasi dan hasil pemeriksaan yang berkaitan dengan privasi akan dijaga kerahasiaannya.

Sehubungan dengan hal tersebut peneliti mengharapkan kesediaan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Penelitian ini bersifat sukarela tanpa paksaan dan tidak akan memberikan dampak negatif dan membahayakan. Bila bersedia ikut dalam penelitian ini, maka kami mohon kesediaan siswi untuk mengisi lembar pernyataan ini dengan menandatangani lembar persetujuan dibawah ini. Dalam hal ini jika masih ada hal yang belum jelas, dapat ditanyakan kembali kepada peneliti.

Demikian informasi ini kami sampaikan atas perhatian dan waktu yang telah diluangkan untuk menerima kedatangan kami, kami mengucapkan banyak terimakasih kepada pihak yang terlibat dalam penelitian ini. Semua Hasil penelitian akan di publikasikan tanpa menggunakan identitas subjek penelitian.

Tangerang, September 2022

Penulis
(Larasati Anggraini C.H)

Lampiran 2 Lembar Persetujuan Responden Penelitian



PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU
KESEHATAN
UNIVERSITAS ESAUNGGUL
Jl. Arjuna Utara No. 9, Kebon Jeruk, Jakarta. 11510

--	--	--

Lembar Persetujuan Responden Penelitian

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Umur :

Alamat :

No. Tlp/HP :

Saya telah membaca dan memahami penjelasan dari peneliti. Saya bersedia berpartisipasi sebagai responden penelitian yang dilakukan oleh Larasati Anggrain C.H mahasiswi Universitas Esa Unggul mengenai penelitian yang berjudul **“Pengaruh Media *E-Booklet* Pola Makan Sehat Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Tentang Persepsi *Body Image* serta Perilaku Diet pada Remaja Putri”**. Saya yakin bahwa peneliti akan menjaga kerahasiaan identitas dan jawaban saya selaku responden. Oleh karena itu, saya menyatakan secara sukarela berpartisipasi dalam penelitian ini dan akan memberikan informasi yang sejujur-jujurnya.

Tangerang, September 2022

Responden

Lampiran 3 Kuisisioner Penelitian



PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU
KESEHATAN UNIVERSITAS
ESAUNGGUL

--	--	--

Jl. Arjuna Utara No. 9, Kebon Jeruk, Jakarta. 11510

Kuisisioner Penelitian

Pengaruh Media *E-Booklet* Pola Makan Sehat Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Tentang Persepsi *Body Image* serta Perilaku Diet pada Remaja Putri

Tanggal Pengisian :

Petunjuk Pengisian :

1. Isi jawaban sesuai dengan keadaan anda
2. Pilihlah jawaban dengan memberikan tanda silang (x) pada jawaban yang telah di sediakan pada bagian I
3. Pilihlah jawaban dengan tanda centang (\checkmark) pada kolom
4. Silahkan bertanya kepada peneliti apabila ada pertanyaan yang kurang jelas.

Identitas Responden

1. Nama :
2. Umur :
3. Kelas :

I. Pengetahuan Remaja Putri Tentang Persepsi *Body Image*

1. Berikut dampak buruk dari *Body Image* yang dapat menyebabkan diet konstan, kecuali ?
 - a. Obesitas
 - b. Depresi

- c. Kecemasan
 - d. Santai
2. Kelilingi diri anda dengan orang - orang yang ?
- a. Negatif
 - b. Toxic
 - c. Positif
 - d. Leha – leha
3. Terbagi menjadi berapakah dampak dari *Body Image* ?
- a. 2
 - b. 1
 - c. 3
 - d. 4
4. Berikut ini manakah individu yang memiliki *Body Image* positif ?
- a. Kepuasan dan penerimaan terhadap bentuk tubuh yang dimiliki
 - b. Senang apabila dipuji oleh orang lain
 - c. Merasa fisiknya tidak sama dengan konsep idealnya
 - d. Tidak memperhatikan pola makan dan berat badan
5. Remaja putri harus menerapkan pola makan yang ?
- a. Buruk
 - b. Tinggi
 - c. Rendah
 - d. Sehat
6. Berikut ini merupakan batas ambang Indeks Massa Tubuh (IMT) untuk Indonesia, kecuali?
- a. Standar
 - b. Kurus
 - c. Gemuk
 - d. Normal

7. Kelilingi diri anda dengan orang-orang yang positif, kalimat tersebut merupakan salah satu langkah menuju citra tubuh positif yang terdapat pada nomor ke ?
 - a. 1
 - b. 10
 - c. 3
 - d. 5
8. Individu menganggap kondisi fisiknya tidak sama dengan konsep idealnya, merupakan definisi dari ?
 - a. *Body Image* positif
 - b. Tidak percaya diri
 - c. Membanding – bandingkan
 - d. *Body Image* negatif
9. Berikut ini manakah salah satu cara penerapan pada remaja putri untuk memiliki persepsi *Body Image* yang positif ?
 - a. Menerapkan pola makan sehat
 - b. Melakukan diet ekstrim
 - c. Menghindari makanan sumber karbohidrat
 - d. Mengonsumsi obat pelangsing tubuh
10. Konsep tubuh ideal yang tidak realistis merupakan aspek yang mendorong remaja putri melakukan ?
 - a. Diet yang tidak sehat
 - b. Menerapkan pola makan sehat
 - c. Aktivitas fisik
 - d. Konsumsi makanan mengikuti tumpeng gizi seimbang
11. Remaja putri yang kelebihan berat badan seringkali dikucilkan oleh lingkungannya, karena?
 - a. Budaya yang menekan bahwa kecantikan diukur dari penampilan
 - b. Mengganggu orang lain
 - c. Merugikan orang lain
 - d. Tidak sesuai dengan standar kecantikan dari setiap individu

II. Sikap Remaja Putri Tentang *Body Image*

Pilihlah jawaban dan berikan tanda (√) pada jawaban pilihan anda.

Keterangan

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya puas dengan penampilan saya sekarang				
2.	Saya merasa memiliki penampilan yang menarik				
3.	Saya merasa memiliki penampilan yang kurang menarik dibandingkan teman – teman saya				
4.	Cara berpakaian saya kurang menarik dibandingkan teman – teman saya				
5.	Saya menginginkan penampilan saya seperti model, artis atau orang terkenal lainnya				
6.	Saya ingin memiliki tubuh seperti idola saya				
7.	Saya tidak peduli dengan penampilan sehari - hari				
8.	Saya sudah puas dengan bentuk badan saya				
9.	Menurut saya wajah saya tidak menarik				
10.	Saya percaya diri dengan badan gemuk				
11.	Saya khawatir jika menjadi gemuk				
12.	Menurut saya badan yang gemuk kurang menarik				
13.	Saya tidak percaya diri dengan badan gemuk				
14.	Saya merasa badan saya kurus				
15.	Berat badan saya sesuai yang diinginkan				
16.	Bentuk badan yang saya miliki sekarang sudah ideal				

17.	Saya tidak percaya diri jika badan kurus				
18.	Bentuk badan saya tidak menarik jika dibandingkan dengan teman – teman				

III. Perilaku Diet pada Remaja Putri

Pilihlah jawaban dan berikan tanda (√) pada jawaban pilihan anda.

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		Selalu	Sering	Kadang	Tidak Pernah
1.	Saya mengonsumsi makanan lengkap (nasi, lauk dan sayur) setiap hari				
2.	Saya menghindari makanan meskipun saya lapar				
3.	Saya makan pagi (makanan mengandung energi) setiap hari				
4.	Saya mengetahui kandungan kalori makanan yang saya makan				
5.	Saya terutama menghindari makanan yang mengandung banyak kandungan karbohidrat seperti nasi, roti, kentang, dll				
6.	Saya melewatkan waktu sarapan agar dapat mengurangi berat badan saya				
7.	Saya menghindari <i>junkfood</i> dan cemilan				
8.	Ketika berolahraga saya berusaha untuk membakar lemak lebih banyak				
9.	Saya memikirkan lemak tubuh saya				
10.	Saya hanya makan 2 sendok nasi setiap harinya				
11.	Saya menghindari makanan sumber kalori, lemak seperti fast food dan gorengan tetapi mengutamakan makanan mengandung serat seperti buah dan sayur				
12.	Saya memuntahkan kembali makanan yang saya makan				
13.	Saya dapat mengendalikan diri dalam hal				

	makanan				
14.	Saya menghabiskan terlalu banyak waktu memikirkan makanan				
15.	Saya menghindari makanan sumber protein (telur, daging) untuk menjaga berat badan saya				
16.	Saya mengatur porsi dan frekuensi makan				
17.	Saya sengaja melewatkan waktu makan siang				
18.	Saya senang mencoba berbagai jenis makanan baru				

Sumber :Ari Ayu R, P (2017)



DEWAN PENEGAKAN KODE ETIK UNIVERSITAS ESA

UNGGUL KOMISI ETIK PENELITIAN

Jl. Arjuna Utara No.9 Kebon Jeruk Jakarta Barat 11510

Telp. 021-5674223 email:

dpke@esaunggul.ac.id

Nomor : 0922-10.020 /DPKE-KEP/FINAL-EA/UEU/X/2022

KETERANGAN LOLOS KAJI
ETIK ETHICAL APPROVAL

Komisi Etik Penelitian Universitas Esa Unggul dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan subyek penelitian kesehatan, telah mengkaji dengan teliti protokol berjudul:

**PENGARUH MEDIA E-BOOKLET POLA MAKAN SEHAT TERHADAP
PERUBAHAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG PERSEPSI BODY
IMAGE SERTA PERILAKU DIET PADA REMAJA PUTRI**

Peneliti Utama : Larasati Anggraini Choirunnisa Hasibuan

Pembimbing : Idrus Jus'at, M.Sc., Ph.D . Dessy Aryanti Utami, S.Gz., M.Sc Nama

Institusi : Universitas Esa Unggul

dan telah menyetujui protokol tersebut di atas.

Jakarta, 18 Oktober 2022

Plt. Ketua

Dr. CSP Wekadigunawan, DVM, MPH, PhD

* *Ethical approval* berlaku satu tahun dari tanggal persetujuan.

** Peneliti berkewajiban

1. Menjaga kerahasiaan identitas subyek penelitian
2. Memberitahukan status penelitian apabila:
 - a. Setelah masa berlakunya keterangan lolos kaji etik, penelitian masih belum selesai, dalam hal ini *ethical approval* harus diperpanjang
 - b. Penelitian berhenti di tengah jalan
3. Melaporkan kejadian serius yang tidak diinginkan (*serious adverse events*).
4. Peneliti tidak boleh melakukan tindakan apapun pada subyek sebelum penelitian lolos kaji etik dan *informed consent*.

Lampiran 5





HALAMAN PERSETUJUAN TURUN LAPANG

Proposal skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Larasati Anggraini Choirunnisa Hasibuan
NIM : 20180302044
Program Studi : Ilmu Gizi
Judul Skripsi : Pengaruh *Media E-Booklet* Pola Makan Sehat Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Terkait Persepsi *Body Image* Serta Perilaku Diet Pada Remaja Putri.

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian dari persyaratan yang diperlukan untuk melakukan penelitian skripsi pada Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul

TIM PENGUJI

Pembimbing I : Idrus Jus'at, M.Sc., Ph.D ()
Pembimbing II : Dessy Aryanti Utami, S.Gz., M.Sc ()
Penguji I : Laras Sitoayu, S.Gz., MKM., RD ()
Penguji II : Nazhif Gifari, S.,Gz., M.Si., RD ()
Ditetapkan di : Universitas Esa Unggul

Lampiran 6

Tabel Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

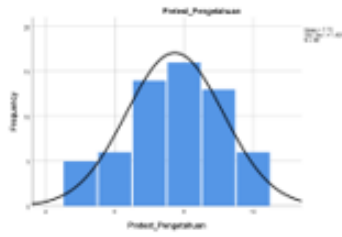
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test							
		Pretest_Pe ngetahuan	Pretest_ Sikap	Pretest_ Perilaku	Postest_ Pengetah uan	Postest _Sikap	Postest_ Perilaku
N		60	60	60	60	60	60
Normal	7.73	44.82	34.32	10.18	47.27	37.85	17.23
Paramet ers ^{a,b}	1.401	3.972	5.936	.854	3.654	7.149	7.952
Most	.159	.119	.072	.247	.082	.114	.145
Extreme	.116	.095	.072	.169	.081	.114	.145
Differen ces	-.159	-.119	-.045	-.247	-.082	-.074	-.072
Test Statistic		.159	.119	.072	.247	.082	.114
Asymp. Sig. (2- tailed)		.001 ^c	.035 ^c	.200 ^{c,d}	.000 ^c	.200 ^{c,d}	.051 ^c
<p>a. Test distribution is Normal.</p> <p>b. Calculated from data.</p> <p>c. Lilliefors Significance Correction.</p> <p>d. This is a lower bound of the true significance.</p>							

Tabel Hasil Uji Normalitas Skewness

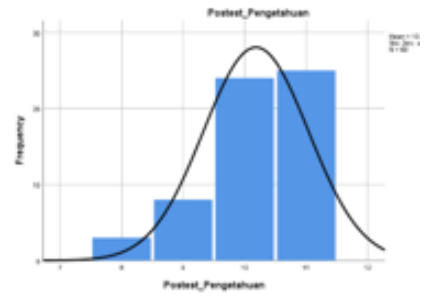
	Skewness		Rasio Statistic : Std. Eror	Keterangan
	Statistic	Std. Error		
Pretest_Pengetahuan	-.270	.309	-0,874	Terdistribusi Normal
Pretest_Sikap	-.147	.309	-0,476	Terdistribusi Normal
Pretest_Perilaku	.338	.309	1,094	Terdistribusi Normal
Postest_Pengetahuan	-.874	.309	-2,829	Tidak Terdistribusi Normal
Postest_Sikap	.008	.309	.026	Tidak Terdistribusi Normal
Postest_Perilaku	.537	.309	1,738	Terdistribusi Normal

Tabel Hasil Uji Normalitas Histogram

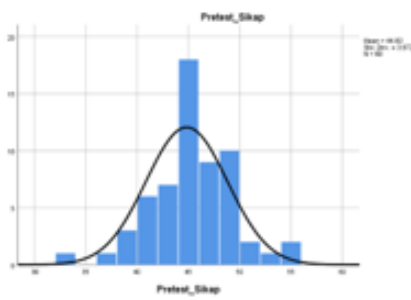
1) Pretest Pengetahuan



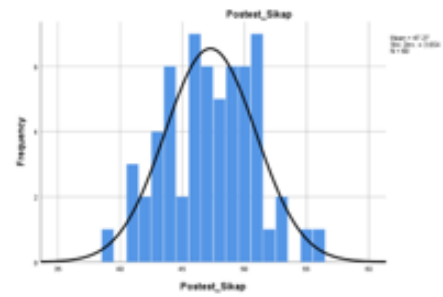
4) Posttest Pengetahuan



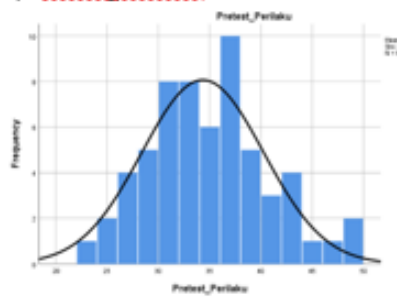
2) Pretest Sikap



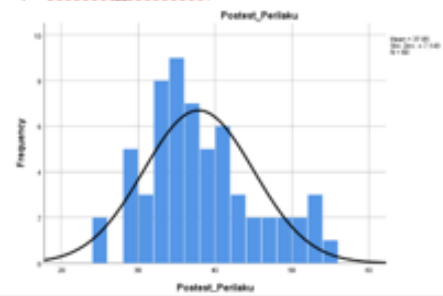
5) Posttest Sikap



3) Pretest Perilaku



6) Posttest Perilaku



Lampiran 7

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest_Pengetahuan	7.73	60	1.401	.181
	Postest_Pengetahuan	10.18	60	.854	.110
Pair 2	Pretest_Sikap	44.82	60	3.972	.513
	Postest_Sikap	47.27	60	3.654	.472
Pair 3	Pretest_Perilaku	34.32	60	5.936	.766
	Postest_Perilaku	37.85	60	7.149	.923

1. Hasil uji Paired Sample T-Test variabel Pengetahuan

Paired Samples Test				
Paired Differences				
		t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	Pretest_Pengetahuan - Postest_Pengetahuan	-11.791	59	.000

2. Hasil uji Paired Sample T-Test variabel Sikap

Paired Samples Test				
Paired Differences				
		t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	Pretest_Sikap - Postest_Sikap	-7.611	59	.000

3. Hasil uji Paired Sample T-Test variabel Perilaku diet

Paired Samples Test				
Paired Differences				
		t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	Pretest_Perilaku - Postest_Perilaku	-6.782	59	.000

Universitas
DOKUMENTASI
Esa Unggul

Univers
Esa

Pre-Test

Post-Test

