

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, S. M. (2019). Social Cognitive Theory : A Bandura Thought Review published in 1982-2012. *Psikodimensia*, 18(1), 85.
<https://doi.org/10.24167/psidim.v18i1.1708>
- Abu-Baker, N. N., Eyadat, A. M., & Khamaiseh, A. M. (2021). The impact of nutrition education on knowledge, attitude, and practice regarding iron deficiency anemia among female adolescent students in Jordan. *Heliyon*, 7(2).
<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06348>
- Alma Misqi Khoirunnabila, Budi Hernawan, Tri Agustina, E. D. R. (2019). *PENGARUH KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DAN SARAPAN SEHAT PROGRAM “ AKSI BERGIZI ” UNICEF TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN Association of Constancy to Iron Supplements Consumption and Healthy Breakfast*. 147–155.
- Almuqrini, A., & Mutambik, I. (2021). The explanatory power of social cognitive theory in determining knowledge sharing among Saudi faculty. *PLoS ONE*, 16(3 March), 1–24. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0248275>
- Andriani, M., & Wijatmadi, B. (2012). *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Kencana Pranada Media Grup.
- Apriningsih, A., & Sufyan, D. L. (2021). Edukasi Pencegahan Anemia Remaja Putri Pada Orang Tua dan Guru Santri Madrasah. *Jurnal Pemberdayaan Komunitas MH Thamrin*, 3(2), 104–111. <https://doi.org/10.37012/jpkmht.v3i2.720>
- Ardana, K., & Dkk. (2008). *Pelaku Organisasi*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Arisman, M. (2010). *Gizi Daur Kehidupan*. EGC.
- Askari, M., Abbaszadeh, A., Saharkhiz, M., Karbasi, S., Talebpour, A., Fashami, A. A., Rezapour, H., Hoseini, Z. S., Mahmoudzadeh, S., Ayadilord, M., Ferns, G. A., & Bahrami, A. (2020). A study of the association between cognitive abilities and dietary intake in young women. *Nutrition and Health*, 26(3), 263–270. <https://doi.org/10.1177/0260106020940116>
- Azhari, M. A., & Fayasari, A. (2020). Pengaruh edukasi gizi dengan media ceramah dan video animasi terhadap pengetahuan sikap dan perilaku sarapan serta konsumsi sayur buah. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 5(1), 55.
<https://doi.org/10.30867/action.v5i1.203>
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*

2013.

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). *Riset Kesehatan Dasar 2018*.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Luwu. (2017). *Kecamatan Bassesangtempe dalam Angka*.
- Bagherniya, M., Taghipour, A., Sharma, M., Sahebkar, A., Contento, I. R., Keshavarz, S. A., Mostafavi Darani, F., & Safarian, M. (2018). Obesity intervention programs among adolescents using social cognitive theory: A systematic literature review. *Health Education Research*, 33(1), 26–39. <https://doi.org/10.1093/her/cyx079>
- Bastami, F., Ardalan, A., Zamani-alavijeh, F., & Mostafavi, F. (2020). *Explaining the dimensions of social support for breakfast and healthy snacks in students : a qualitative study*.
- Bektas, İ., Kudubeş, A. A., Ayar, D., & Bektas, M. (2021). Predicting the Healthy Lifestyle Behaviors of Turkish Adolescents Based on their Health Literacy and Self-Efficacy Levels. *Journal of Pediatric Nursing*, 59(xxxx), e20–e25. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2021.01.016>
- Budianto, A. B., & Fadhilah, N. (2016). Anemia Pada Remaja Putri Dipengaruhi oleh Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan, Volume 5*.
- Citrakesumasari. (2012). *Anemia Gizi, Masalah dan Pencegahannya*. Yogyakarta: KALIKA. ISBN: 978-979-9420-27-5.
- Contento, I. R. (2008). Nutrition education : Linking research, theory, and practice. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, 17(Suppl 1), 176–179.
- Cunningham, K., Ruel, M., E, F., & Uauy, R. (2015). Women’s Empowerment and child Nutritional Status in South Asia: a Synthesis of The Literature. *Maternal Child Nutrition*, 11(1), 1–9.
- Damayanti, S., Marhaeni, D., Herawati, D., & Syahri, A. (2021). The Effect of Education Using Video Blog (vlog) On The Female Adolescents’knowledge, Attitudes and Behaviors On The Prevention of Iron Deficiency Anemia (PPAGB) in Bandung. *Best Journal (Biology Education Science & Technology)*, 4(2), 221–225.
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Ersila, Wahyu & Prafitri, L. (2010). *Hubungan Tempat Tinggal Dan Motivasi*

Konsumsi Zat Besi Dengan Kadar Hemoglobin (Wahyu Ersila, Lia Dwi Prafitri)
27. 27–36.

- Fatmawaty, R. (2017). Fase-fase Masa Remaja. *Jurnal Reforma*, VI(02), 55–65.
- Foo, W., Faghy, M. A., Sparks, A., Newbury, J. W., & Gough, L. A. (2021). The effects of a nutrition education intervention on sports nutrition knowledge during a competitive season in highly trained adolescent swimmers. *Nutrients*, 13(8).
<https://doi.org/10.3390/nu13082713>
- Gao, C. L., Zhao, N., & Shu, P. (2021). Breakfast Consumption and Academic Achievement Among Chinese Adolescents: A Moderated Mediation Model. *Frontiers in Psychology*, 12(November), 1–10.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.700989>
- Hardiansyah, & Supariasa, I. D. N. (2016). *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. EGC.
- Harris, J. A., Carins, J. E., & Rundle-Thiele, S. (2021). A systematic review of interventions to increase breakfast consumption: A socio-cognitive perspective. *Public Health Nutrition*, 24(11), 3253–3268.
<https://doi.org/10.1017/S1368980021000070>
- Hashemian, M., Abdolkarimi, M., Asadollahi, Z., & Nasirzadeh, M. (2021). Effect of “social cognitive theory”-based intervention on promoting physical activity in female high-school students of rafsanjan city, iran. *Journal of Education and Community Health*, 8(2), 111–119. <https://doi.org/10.52547/JECH.8.2.111>
- Hashemian, M., Abdolkarimi, M., & Nasirzadeh, M. (2022). *Family and school-based educational intervention on fruits and vegetable consumption of female students: Application of social cognitive theory*. January, 1–6.
<https://doi.org/10.4103/jehp.jehp>
- Hidayanty, H., Bardosono, S., Khusun, H., Damayanti, R., & Kolopaking, R. (2016). A social cognitive theory-based programme for eating patterns and sedentary activity among overweight adolescents in Makassar, South Sulawesi: A cluster randomised controlled trial. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, 25(December), S83–S92. <https://doi.org/10.6133/apjcn.122016.s7>
- Irwan. (2017). *Etika dan Perilaku Kesehatan*.
- Isnawan, M. G., Nahdlatul, U., & Mataram, W. (2020). *KUASI-EKSPERIMEN* (Issue January).
- Jalambo, M. O., Sharif, R., Naser, I. A., & Karim, N. A. (2017). Improvement in Knowledge, Attitude and Practice of Iron Deficiency Anaemia among Iron-

- Deficient Female Adolescents after Nutritional Educational Intervention. *Global Journal of Health Science*, 9(7), 15. <https://doi.org/10.5539/gjhs.v9n7p15>
- Kemenkes, R. (2018). Pedoman: Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS). *Kementerian Kesehatan*.
- Kementerian, K. (2019). *Angka Kecukupan Gizi (AKG)*.
- Khani Jeihooni, A., Hoshyar, S., Afzali Harsini, P., & Rakhshani, T. (2021). The effect of nutrition education based on PRECEDE model on iron deficiency anemia among female students. *BMC Women's Health*, 21(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12905-021-01394-2>
- Kim, J., Taejung, W., Lee, M. S., & Kyung-hea, L. (2016). *Application and The Effect of Nutrition Education Program Based on the Social Cognitive Theory Among Middle School Girls*. 21(6), 497–508.
- Kusumaningrini, D. L., & Sudibjo, N. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Motivasi Belajar Siswa Di Era Pandemi Covid-19. *Akademika*, 10(01), 145–161. <https://doi.org/10.34005/akademika.v10i01.1271>
- Lee, J., Jeong, S., Ko, G., Park, H., & Ko, Y. (2016). Development of a Food Safety and Nutrition Education Program for Adolescents by Applying Social Cognitive Theory. *Osong Public Health and Research Perspectives*, 7(4), 248–260. <https://doi.org/10.1016/j.phrp.2016.05.005>
- Lestari, I. P., Lipoeto, N. I., & Almurdi. (2017). Hubungan Konsumsi Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Murid SMP Negeri 27 Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6 (3).
- Luszczynska, A., & Schwarzer, R. (2005). *Social Cognitive Theory* (M. Conner & P. Norman (Eds.)). Predicting Health Behavior.
- Manggabarani, Saskiyanto Said, Irfan Hadi, Anto J. Saragih, Rapida Cristandy, Muhammad Januariana, & Neni Ekowati. (2020). The Effectivity of Peer Education Module on Knowledge, Attitude, and Fast Food Consumption in Adolescents. *Journal of Health Promotion and Behavior*, 5(1), 35–43. <https://doi.org/10.26911/thejhp.2020.05.01.05>
- Marfuah, D., & Kusudaryati, D. P. D. (2016). The Effectiveness of Nutrition Education on Improving Iron Intake in Teenage Daughter. *Profesi*, 14(1), 5–9.
- Marfuah, D., & Kusudaryati, D. P. D. (2020). Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Gizi dan Asupan Zat Besi pada Remaja Putri. *PROFESI (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 18(2), 116–123.

- Middleton, L., Hall, H., & Raeside, R. (2019). Applications and applicability of Social Cognitive Theory in information science research. *Journal of Librarianship and Information Science*, 51(4), 927–937.
<https://doi.org/10.1177/0961000618769985>
- Mirzaei, A., Ghofranipour, F., & Ghazanfari, Z. (2019). The Effectiveness of Social Cognitive Theory-based Educational Intervention on School Children's Breakfast Consumption. *Journal of Advances in Medicine and Medical Research*, April, 1–11. <https://doi.org/10.9734/jammr/2019/v29i430080>
- Mirzaei, H., Shojaeizadeh, D., Tol, A., Ghasemi ghale ghasemi, S., & Shirzad, M. (2018). Application of Health Belief Model (HBM) to Promote Preventive Behaviors Against Iron-deficiency Anemia Among Female Students of High School Fereydan City: A Quasi-Experimental Study. *Nian Journal of Health Education and Health Promotion*, 05(04), 260–269.
<https://doi.org/10.30699/acadpub.ijhehp.5.4.260>
- Muliyati, H., Ahmil, & Mandola, L. (2019). Nutrition knowledge with nutritional status of young women, Chmk Midwifery Scientific. *Chmk Midwifery Scientific Journal*, 2(1), 22–32.
- Mulyani, I., Dieny, F. F., Rahadiyanti, A., Fitranti, D. Y., Tsani, A. F. A., & Murbawani, E. A. (2020). Efek motivational interviewing dan kelas edukasi gizi berbasis instagram terhadap perubahan pengetahuan healthy weight loss dan kualitas diet mahasiswa obesitas. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 17(2), 53.
<https://doi.org/10.22146/ijcn.53042>
- Munadi, Y. (2010). *Media Pembelajaran*. Gaung Persada (GP) Press.
- Nguyen, P., Walia, M., Pant, A., Menon, P., & Scott, S. (2017). Changes in Anemia and Anthropometry During Adolescence Predict Learning Outcomes: Findings from a 3-year longitudinal study in India. *AJR. American Journal of Roentgenology*, 186(2), 227–236. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28459981/>
- Notoatmojo, S. (2007a). *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. PT Rineka Cipta.
- Notoatmojo, S. (2007b). *Konsep perilaku & perilaku Kesehatan Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*. PT Rineka Cipta.
- Notoatmojo, S. (2010). *Metodologi Riset Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Nuzrina, R. (2016). Analisis Perbedaan Pola Konsumsi Makanan Dan Asupan Pulau Sumatera Dan Jawa (Analisis Data Riskesdas 2010). *Nutrire Diaita*, 8(2), 114–125.

- Pajafaes, F., & Valiante, G. (2006). *Self Efficacy Beliefs and Motivation in Writing Development*. In C. A. MacArthur, S. Graham, & J. Fitzgerald (Eds), *Handbook Of Writing Research* (pp.158-170). The Guilford.
- Parliani, L. (2018). Hubungan Asupan Gizi, Pengetahuan dan Sosial Ekonomi Terhadap Kejadian Anemia Metode Flowcytometry Pada Remaja Putri Di SMP YWKA II Rawamangun Jakarta Timur. *STIKes Binawan Jakarta*, 1–90.
- Pate, R. R. (2020). *Physical Activity during Adolescence*. 38(6), 483–493.
<https://doi.org/10.1037/hea0000734>.Self-Efficacy
- Peyman, N., & Abdollahi, M. (2017). Using of information-motivation-behavioral skills model on nutritional behaviors in controlling anemia among girl students. *Journal of Research & Health Social Development & Health Promotion Research Center*, 7(2), 736–744. <https://doi.org/10.18869/acadpub.jrh.7.2.736>
- Pivina, L., Semenova, Y., Doşa, M. D., Dauletyarova, M., & Bjørklund, G. (2019). Iron Deficiency, Cognitive Functions, and Neurobehavioral Disorders in Children. *Journal of Molecular Neuroscience*, 68(1).
<https://doi.org/10.1007/s12031-019-01276-1>
- Pusdatim Kemendikbud. (2022). *Data Pokok Pendidikan, Direktorat Jendral Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah*.
<https://doi.org/http://dapo.kemdikbud.go.id/sp/3/191722>
- Puspita, T., Jerayingmongkol, P., & Sanguanprasit, B. (2019). The Correlation between self-efficacy and iron tablets consuming of Pregnant Women in Garut District. *Unnes Journal of Public Health*, 8(2), 125–128.
<https://doi.org/10.15294/ujph.v0i0.27862>
- Putri, N. M., Risanti, E. D., Nursanto, D., Mahmudah, N., Kedokteran, F., Surakarta, U. M., Mahmudah, K. N., & Email, M. S. (2019). *PENGARUH PENGETAHUAN “ MATERI AKSI BERGIZI PROGRAM UNICEF ” DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAPSIKLUS MENSTRUASI The Impact Between Nutrition Knowledge " Aksi Bergizi Unicef Program " and Physical Activities to The Menstrual Cycle Kementrian Kesehatan tahun 2018*.
- Putri, R. D., Simanjuntak, B. Y., & KUSDALINAH, K. (2017). Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 404.
<https://doi.org/10.26630/jk.v8i3.626>
- Razzak, A. (2017). Socio-Demography Characteristics of Parents of the Adolescent

- Girls in a Nutrition Education Based Intervention Study in Rural Bangladesh. *Journal of Nutritional Health & Food Engineering*, 7(3), 281–284.
<https://doi.org/10.15406/jnhfe.2017.07.00237>
- Risma, R. (2020). *Gambaran Kebiasaan Sarapan, Asupan Zat Besi (Fe) dan Status Gizi (Indeks Massa Tubuh) pada Remaja Putri di Pulau Barrang Lompo Kota Makassar*. <http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/725/>
- Riyanti. (2018). Pendampingan Konselor Sebaya Dalam Pencegahan Anemia Remaja. *Journal Kebidanan*, Volume 3, 62–68.
- Rohmah, M. H., Rohmawati, N., & Sulistiyani, S. (2020). Hubungan kebiasaan sarapan dan jajan dengan status gizi remaja di Sekolah Menengah Pertama Negeri 14 Jember. *Ilmu Gizi Indonesia*, 4(1), 39.
<https://doi.org/10.35842/ilgi.v4i1.155>
- Rolling, T. E., & Mee, H. Y. (2016). The Effect of Social Cognitive Theory-Based Interventions on Dietary Behavior within Children. *Journal of Nutritional Health & Food Science*, 4(5), 1–9. <https://doi.org/10.15226/jnhfs.2016.00179>
- Sajogyo. (2007). *Menuju Gizi Baik dan Merata di Pedesaan dan di Kota Yogyakarta*. Gajah Mada University Press. Yogyakarta.
- Sari, H. P., Subardjo, Y. P., & Zaki, I. (2019). Nutrition education, hemoglobin levels, and nutrition knowledge of adolescent girls in Banyumas district. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 6(3), 107. [https://doi.org/10.21927/ijnd.2018.6\(3\).107-112](https://doi.org/10.21927/ijnd.2018.6(3).107-112)
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and social cognitive theory. *Contemporary Educational Psychology*, 60, 101832.
<https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2019.101832>
- Seyed, F., Roshan, N., Navipor, H., & Alhani, F. (2014). *The Effect of Education-Based Intervention Using Small Group Discussion in Empowering Adolescent Girls to Prevent Iron Deficiency Anemia Article history : 1*.
- Shirvani, H. (2016). *The Effect of a Social Cognitive Theory-based Educational Intervention on the Physical Activity of Female Adolescents*. 4(4), 309–318.
- Silalahi, V., Aritonang, E., & Ashar, T. (2016). Potensi Pendidikan Gizi Dalam Meningkatkan Asupan Gizi Pada Remaja Putri Yang Anemia Di Kota Medan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 295.
<https://doi.org/10.15294/kemas.v11i2.4113>
- Skolmowska, D., & Głąbska, D. (2019). Analysis of heme and non-heme iron intake

- and iron dietary sources in adolescent menstruating females in a national Polish sample. *Nutrients*, 11(5). <https://doi.org/10.3390/nu11051049>
- Soetjningsih. (2010). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Sagung Seto.
- Sulastianingsih, A., & Saputri, N. (2020). *Kehamilan Bebas Anemia: Pendekatan Menggunakan Information Motivation Behavior Skill Model* (A. T. Hananto (Ed.); Vol. 4, Issue 1). Rumahkayu Pustaka.
- Syakir, S. (2018). Pengaruh Intervensi Penyuluhan Gizi Dengan Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Anemia Pada Remaja Putri. *ARGIPA (Arsip Gizi Dan Pangan)*, 3(1), 18–25. <https://doi.org/10.22236/argipa.v3i1.2446>
- Tayel, D. I., & Ezzat, S. (2015). Anemia and its associated factor among adolescents in Alexandria, Egypt. *International Journal of Health Sciences and Research*, 5 (10), 260–271.
- Teshalel, A. B., Alex, George, & Abdullah, M. (2020). Anemia and its associated factors among wmen of reproductive age in eastern Africa: A multilevel mixed-effects generalized linear model. *PLOS ONE*.
- Tohidi, H., & Jabbari, M. M. (2012). The effects of motivation in education. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 31(2011), 820–824. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.12.148>
- van Zutphen, K. G., Kraemer, K., & Melse-Boonstra, A. (2021). Knowledge Gaps in Understanding the Etiology of Anemia in Indonesian Adolescents. *Food and Nutrition Bulletin*, 42(1_suppl), S39–S58. <https://doi.org/10.1177/0379572120979241>
- Waluyo, D., Hidayanty, H., & Seweng, A. (2019). Pengaruh Pendidikan Gizi Anemia Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pada Anak Remaja Sma Negeri 21 Makassar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Maritim*, 1(3), 301–306. <https://doi.org/10.30597/jkmm.v1i3.8821>
- WHO. (2018). *Anemia*. <http://www.who.int/topics/anemia/en/>
- WHO. (2021). Prevalence of anemia in women of reproductive age (aged 15-49). *World Health Organisation*.
- Wu, Y., Stanton, B. F., Li, X., Galbraith, J., & Cole, M. L. (2005). Protection motivation theory and adolescent drug trafficking: Relationship between health motivation and longitudinal risk involvement. *Journal of Pediatric Psychology*,

30(2), 127–137. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsi001>

Wulandari, A. S. (2022). *Edukasi Gizi Berbasis Teori Kognitif Sosial Terhadap Kebiasaan Sarapan Pagi Remaja Putri Usia Sekolah Di Pulau-Pulau Kecil Kota Makassar, Sulawesi Selatan.*

Wulandari, S. A., Hidayanty, H., Syam, A., Thaha, A. R., Muis, M., & Nasir, S. (2021). Nutritional education based on social cognitive theory on breakfast habits of school-age teenage girl in small islands in Makassar City, South Sulawesi. *Natural Volatiles and Essential Oils Journal*, 8(5), 1–8.

Yunita, A. F., Budianti, Anti, Grece, & Nurul. (2020). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Di SMP 18 Surakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, Volume 8.

LAMPIRAN

Lampiran 1.

Lembar Penjelasan Untuk Responden

Assalamu'alikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Mohon maaf saya menyita waktu Bapak/Ibu beberapa menit. Saya **Tenri Puli.-**, Mahasiswa Program Magister Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Konsentrasi Gizi bermaksud untuk meminta data/informasi kepada Bapak/Ibu terkait dengan penelitian tesis saya yang berjudul "Edukasi Gizi Berbasis Teori Kognitif Sosial Terhadap Asupan Besi Remaja Putri Anemia di Kecamatan Bessesangtempe Utara, Kabupaten Luwu, Sulawesi Selatan".

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi berbasis teori kognitif sosial terhadap asupan besi remaja putri anemia di Kecamatan Bessesangtempe Utara, Kabupaten Luwu, Sulawesi Selatan. Penelitian ini bersifat sukarela. Saya selaku peneliti akan menjaga kerahasiaan identitas dan informasi yang akan diberikan oleh Bapak/Ibu menjawab pertanyaan dengan jujur dan tanpa keraguan. Jika Bapak/Ibu ingin jawaban yang diberikan tidak diketahui oleh oranglain, maka wawancara singkat bisa dilakukan secara tertutup.

Bila selama penelitian ini berlangsung atau saat wawancara singkat responden ingin mengundurkan diri karena suatu hal, maka responden dapat mengungkapkan langsung kepada peneliti tanpa sanksi apapun. Demikian penjelasan ini kami sampaikan. Terima kasih atas perhatian dan kesediaan waktu Bapak/Ibu. Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Penanggung Jawab Penelitian:

Nama : Tenri Puli, S.Gz
Alamat : Komplek IDI Blok G No.10
Telp/Wa : +6285299188809
Email : tenriixorailyas@gmail.com

Lampiran 2.

INFORMED CONSENT

(PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN)

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Selamat pagi/siang, perkenalkan nama saya Tenri puli Mahasiswa S2 Program Studi Kesehatan Masyarakat Pascasarjana Universitas Hasanuddin Makassar yang akan melakukan penelitian dengan judul “Edukasi gizi berbasis teori kognitif sosial terhadap asupan besi remaja putri anemia di Kecamatan Bessesangtempe Utara, Kabupaten Luwu, Sulawesi Selatan”. Tidak ada risiko fisik yang akan terjadi dari penelitian ini risiko yang mungkin didapat adalah waktu yang tersita dari Bapak/Ibu sekalian untuk menjawab pertanyaan dan mengikuti kegiatan intervensi yang dilakukan sekitar 60 menit setiap minggunya selama 12 minggu.

Langkah penting dalam upaya ini adalah untuk memperbaiki pola makan remaja khususnya asupan besi, sehingga diharapkan berkurangnya prevalensi gizi kurang pada remaja yang tinggal di daerah pulau. Hal ini yang akan menjadi fokus penelitian kami adalah melihat efektivitas media edukasi yang telah dikembangkan. Untuk itu, kami melakukan wawancara kepada Bapak/Ibu untuk mendapatkan informasi yang dimaksud. Informasi yang disampaikan dari wawancara dengan menggunakan kuesoner ini akan dirahasiakan. Informasi dari Bapak/Ibu sangat berharga untuk mendapatkan informasi yang akurat dan valid.

Oleh karena itu kami berharap bapak ibu dapat meluangkan waktu dan bersedia untuk diwawancarai. Wawancara ini akan berlangsung kurang lebih 15 menit dan intervensi akan dilakukan selama kurang lebih 60 menit setiap minggu selama 12 minggu. Atas perhatian dan kesediaan Ibu sebagai responden kami ucapkan terima kasih.

Penanggung Jawab Penelitian:

Nama : Tenri puli, S.Gz
Alamat : Komplek IDI Blok G No.10
Telp/Wa : +6285299188809
Email : teniixorailyas@gmail.com

Lampiran 3.

FORMULIR PERSETUJUAN INFORMAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : _____

Tanggal lahir/umur : _____

Alamat : _____

No. Hp : _____

Setelah mendengar/membaca dan mengerti penjelasan yang diberikan mengenai apa yang akan dilakukan pada penelitian dengan judul "**Edukasi Gizi Berbasis Teori Kognitif Sosial Terhadap Asupan Besi Remaja Putri Anemia di Kec. Bessesangtempe Utara, Kab. Luwu, Sulawesi Selatan**" maka saya bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Saya mengerti bahwa pada penelitian ini ada beberapa pertanyaan-pertanyaan yang harus saya jawab, dan sebagai responden maka saya akan menjawab pertanyaan yang diajukan dengan jujur.

Saya menjadi informan bukan karena adanya paksaan dari pihak lain, tetapi karena keinginan saya sendiri dan tidak ada biaya yang akan ditanggungkan kepada saya sesuai dengan penjelasan yang sudah dijelaskan oleh peneliti.

Saya percaya bahwa keamanan dan kerahasiaan data yang diperoleh dari saya sebagai informan akan terjamin dan saya dengan ini menyetujui semua informasi dari saya yang dihasilkan pada penelitian ini dapat dipublikasikan dalam bentuk lisan maupun tulisan dengan tidak mencantumkan nama. Bila terjadi perbedaan pendapat dikemudian hari, kami akan menyelesaikannya secara kekeluargaan.

Luwu, 2022

Informan

(_____)

Penanggung Jawab Penelitian:

Nama : Tenri Puli
Alamat : Komplek IDI Blok G No. 10
Telp/Wa : +6285299188809
Email : tenriixorailyas@gmail.com

Lampiran 4.

Nomor Responden	:
Hari/tanggal	:

KUESONER PENELITIAN

Identitas Responden		
1.	Nama Responden	
2.	Tempat Tanggal Lahir	
3.	Umur	Tahun
4.	Kelas	
5.	No.Telp/Hp	
6.	Pekerjaan Ayah	1. PNS 2. Pedagang 3. Pegawai Swasta 4. Pensiunan 5. Nelayan 6. Tidak Bekerja 7. Petani 8. Lainnya
7.	Pendidikan Ayah	1. Tidak Sekolah 2. SD 3. SMP 4. SMA 5. S1/S2/S3
8.	Pekerjaan Ibu	1. PNS 2. Pedagang 3. Pegawai Swasta 4. Pensiunan 5. Nelayan 6. IRT 7. Petani 8. Lainnya, Sebutkan
9.	Pendidikan Ibu	1. Tidak Sekolah 2. SD 3. SMP 4. SMA 5. S1/S2/S3
10	Berat Badan	
11.	Tinggi Badan	
12.	Status gizi	
13.	Kadar HB	

PETUNJUK PENGISIAN KUESONER

1. Tulislah identitas anda pada tempat yang telah disediakan
2. Didalam kuesoner ini disajikan sejumlah pertanyaan, bacalah setiap pertanyaan dengan teliti.
3. Berikan tanda centang (✓) pada pilihan jawaban yang menurut anda sesuai dengan diri anda. Adapun pilihan jawaban yang tersedia adalah sebagai berikut:
Keterangan:
SS = Sangat setuju
S = Setuju
TS = Tidak setuju
STS = Sangat tidak setuju
4. Jawablah dengan jujur dan apa adanya karena jawaban dan identitas diri anda akan kami rahasiakan
5. Anda diharapkan menjawab semua pertanyaan, jangan sampai ada yang terlewatkan.
6. Kuesoner ini bukanlah suatu tes, jadi tidak ada jawaban yang salah. Semua jawaban benar, dengan catatan benar-benar sesuai kenyataan yang ada pada diri anda
7. Kesungguhan dan jawaban yang sesuai dengan keadaan yang sebenarnya dalam memilih tanggapan sangat menentukan kualitas penelitian ini

Lampiran 5. Kuesoner Efikasi Diri

Beri tanda (X) pada salah satu pilihan jawaban sesuai dengan yang anda rasakan!

(Keterangan : **SS** = sangat setuju, **S** = setuju, **TS** = tidak setuju, **STS** = sangat tidak setuju)

Pertanyaan	SS	S	TS	STS
Saya yakin bisa memenuhi asupan besi setiap hari				
Saya yakin mengkonsumsi sumber zat besi hewani serta sayuran dan buah setiap hari				
saya yakin bisa mengkonsumsi sumber zat besi hewani, sayuran dan buah meskipun ibu/orang lain tidak menyiapkan untuk saya				
Mengkonsumsi asupan besi setiap hari bukan hal yang sulit untuk saya lakukan				
Saya yakin bisa tetap mengkonsumsi asupan besi meskipun berada diluar rumah				
Saya yakin tidak bergantung pada ibu/orang lain dalam memenuhi asupan besi				
Saya yakin bisa rutin mengkonsumsi asupan besi setiap hari				
Saya yakin tablet tambah darah (TTD) bermanfaat untuk mencegah anemia				
Bila diberikan tablet tambah darah, saya yakin untuk meminumnya				
Saya tidak perlu mengkonsumsi sumber besi sayuran dan buah				
Saya tidak yakin bisa mengkonsumsi sumber zat besi tanpa bantuan ibu/orang lain				
Saya ragu bisa mengkonsumsi asupan besi bila tidak sedang berada dirumah				
Saya ragu bisa mengkonsumsi sumber besi hewani, sayuran dan buah-buahan rutin setiap hari				
Saya ragu bisa memenuhi asupan besi setiap hari				
Saya ragu untuk mengkonsumsi tablet tambah darah bila diberikan				

Lampiran 6. Kuesoner Motivasi Diri

Beri tanda (X) pada salah satu pilihan jawaban sesuai dengan yang anda rasakan!

(Keterangan : **SS** = sangat setuju, **S** = setuju, **TS** = tidak setuju, **STS** = sangat tidak setuju)

Pertanyaan	SS	S	TS	STS
Saya yakin anemia berbahaya bagi tubuh saya				
Kurang mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi dapat menyebabkan anemia				
Kopi dan teh adalah jenis minuman yang dapat menghambat penyerapan zat besi dalam makanan				
Saya yakin untuk membatasi asupan makanan yang menghambat penyerapan besi				
Diet dengan mengurangi asupan besi hewani dapat menyebabkan anemia				
Menstruasi yang dialami setiap bulan meningkatkan resiko anemia pada remaja putri				
Anemia pada remaja putri dapat dicegah dengan makanan yang tinggi zat besi seperti sayuran hijau dan asupan besi hewani				
Mencegah anemia saat remaja dapat mencegah komplikasi pada masa kehamilan dan persalinan				
Saya yakin rutin mengkonsumsi sayur hijau dan buah				
Saya yakin rutin mengkonsumsi sumber besi hewani				
Saya yakin remaja putri perlu mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD)				
Menurut saya tablet tambah darah (TTD) tidak bermanfaat untuk kesehatan remaja putri				
Saya merasa khawatir jika terkena anemia				
Jika saya mengalami gejala anemia (letih, lelah, lunglai, lesu, lemah), saya diam saja				
Jika saya sudah tahu kadar Hb saya <12g/dL maka saya akan meminum TTD				

Menurut saya orang tua saja yang perlu mengkonsumsi TTD				
Mengkonsumsi TTD seminggu sekali merupakan hal yang merepotkan				
Makanan instan lebih menarik seperti mie instan dari pada mengkonsumsi sayuran hijau dan buah-buahan				
Makanan dirumah jarang menyediakan sayuran hijau dan buah-buahan yang mengandung zat besi				
Saya memilih membatasi konsumsi asupan protein hewani agar tidak gemuk				

Lampiran 7. Kuesoner Pengetahuan Zat besi

Jawablah pertanyaan-pertanyaan dibawah ini dengan memberikan (√) pada salah satu pertanyaan, Benar (B) atau, Salah (S)

No.	Daftar Pertanyaan	Benar	Salah
1.	Anemia pada remaja dapat dicegah dengan makan makanan yang mengandung zat besi		
2.	Daging, hati, ayam, ikan, kacang hijau, sayuran berwarna hijau merupakan jenis makanan yang mengandung zat besi		
3.	Mengonsumsi zat besi dapat mencegah terjadinya anemia, namun bila dikonsumsi dalam jangka waktu panjang akan menyebabkan darah tinggi		
4.	Zat besi lebih cepat diserap tubuh jika diminum bersamaan dengan minuman yang mengandung vit.C		
5.	Remaja yang mengalami anemia harus mengonsumsi zat besi secara rutin		
6.	Remaja putri membutuhkan zat besi lebih tinggi dibandingkan remaja putra		
7.	Tablet tambah darah adalah tablet yang mengandung zat besi		
8.	Apabila makanan yang dikonsumsi kurang mengandung zat besi maka dapat menyebabkan kurang darah		
9.	Kurang mengonsumsi zat besi tidak akan mengganggu konsentrasi belajar disekolah		
10.	Letih, lemah, lunglai, lesu merupakan gejala tanda kurangnya mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi		

Lampiran 8.**FOOD FREQUENCY**

Nama subjek :
Umur :
Jenis kelamin :

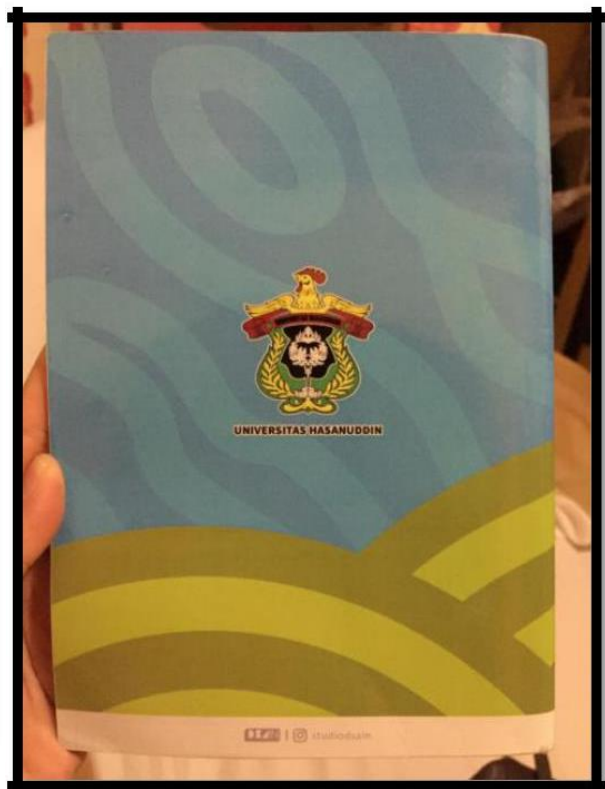
Tanggal wawancara :
Pewawancara :
Alamat :

Jenis Bahan Makanan	Frekuensi Konsumsi					
	Setiap kali makan	1x sehari	3-6x/minggu	1-2x/minggu	Jarang	Tidak Pernah
Nasi						
Jagung						
Ubi Jalar						
Singkong						
Daging Ayam						
Ikan						
Daging Sapi						
Kerang						
Hati						
Udang						
Telur						
Susu						
Keju						
Tempe						
Tahu						
Sayur Bayam						
Sayur Kangkung						
Kacang Ijo						
Wortel						
Apel						
Pepaya						
Jeruk						
Jambu Biji						
Mangga						
Pisang						
Teh						
Kopi						
Lain-lain						

Lampiran 10.

MEDIA PENELITIAN

a. Media Edukasi Remaja Intervensi (Modul)



b. Media Edukasi Remaja Kontrol (Leaflet)

Makanan POKOK
(Sumber Karbohidrat)

Makanan Pokok
Makanan pokok adalah pangan yang mengandung karbohidrat yang sering dikonsumsi atau telah menjadi bagian dari budaya makan berbagai etnik di Indonesia sejak lama.

Makanan Pokok beragam, sesuai dengan keadaan tempat dan budaya serta kearifan lokal contoh beras, jagung, singkong, ubi, talas, sago, dan produk olahannya (roti, pasta, mie dll)

Beras Merah, Beras, Singkong, Ubi Jalar, Mie, Bihun, Jagung, Kentang, Sagu, Biji Gandum

ISI PIRINGKU sekali makan
Makanan Pokok → Nasi dan Penukarnya
150 gr Nasi = 3 centong nasi
= 3 buah sedang kentang (300 gr)
= 1½ gelas mie kering (75 gr)

Lauk-PAUK
(Sumber Protein)

Laukpauk terdiri dari pangan sumber **protein hewani** dan pangan sumber **protein nabati**. Lauk-pauk hewani; daging (sapi, kambing, rusa dll), unggas (ayam, bebek, dll), ikan termasuk hasil laut, telur, susu dan hasil olahannya. Sedangkan lauk-pauk nabati-berupa tahu, tempe, kacang-kacangan (kacang tola, kacang merah, kacang tanah, kacang hijau dll).

Protein Hewani
Ikan dan hasil laut lainnya, Ayam, Daging Sapi, Telur, Susu dan produk olahannya

Protein Nabati
Tempe, Tahu, Kacang-kacangan

ISI PIRINGKU sekali makan
Lauk-Pauk
a. Lauk Hewani, 75 gr Ikan kembung = 2 potong sedang ayam tanpa kulit (80gr)
= 1 butir telur ayam ukuran besar (50gr)
= 2 potong daging sapi sedang (70gr)
b. Lauk Nabati, 100 gr Tahu = 2 potong sedang tempe (50gr)

Gizi Seimbang

Buah - Buahan
(Sumber Vitamin dan Mineral)

Buah-buahan merupakan sumber berbagai vitamin (Vit A, B, E, K, C), mineral, dan serat pangan. Sebagian vitamin, mineral yang terkandung dalam buah-buahan berperan sebagai antioksidan.

ISI PIRINGKU sekali makan
Buah
150 gr pepaya = 2 potong sedang
= 2 buah jeruk sedang (110 gr)
= 1 buah kecil pisang ambon (50 gr)

#DietSeimbang

SAYUR - SAYURAN
(Sumber Vitamin dan Mineral)

Sayuran merupakan bahan pangan yang berasal dari tumbuhan dan memiliki kandungan air tinggi. Beberapa diantara sayuran tersebut ada yang dapat dikonsumsi langsung tanpa dimasak. Namun ada juga yang memerlukan proses pengolahan terlebih dahulu seperti direbus, dikukus untuk memaksimalkan kandungan gizi yang terdapat didalamnya atau untuk menambah cita rasa dari sayuran tersebut.

Sayuran merupakan sumber penting dari banyak nutrisi, termasuk didalamnya potasium, asam folat, serat makanan, vitamin A, vitamin E, vitamin C dan antara satu sayuran dengan sayuran lainnya tentu saja memiliki kandungan gizi atau nutrisi yang berbeda.

Sumber: Promkes

BIASAKAN CUCI TANGAN PAKAI SABUN Dengan Air Mengalir

5 Langkah Cuci Tangan Pakai Sabun

1. Basahi seluruh tangan dengan air bersih mengalir
2. Gosok sabun ke telapak, punggung tangan dan sela jari
3. Bersihkan bagian bawah kuku-kuku
4. Bilas tangan dengan air bersih mengalir
5. Keringkan tangan dengan handuk/ tisu atau keringkan dengan diangin-anginkan.

Sumber: Promkes

AKTIVITAS FISIK

BERAPA LAMA MELAKUKAN AKTIVITAS FISIK?

- Minimal 30 menit/ hari
- Disarankan teratur dan terukur

Manfaat Aktivitas Fisik

- Menurunkan tekanan darah tinggi
- Mengurangi kadar gula darah tinggi
- Mengendalikan berat badan
- Mencegah serangan jantung stroke
- Menurunkan kadar kolesterol tinggi
- Mengendalikan stres

Sumber: WHO

CANTIK BERSERI TANPA ANEMIA

QUO TANGGA TANGGA SARIEM
Sesekali dan sesedap makan, sedekah bungkus air hasil 4 liter, sedekah minuman beralkohol, using all

MINUM TABLET TAMBAH GADAH
1 tablet setiap hari berke-
manfaat selama 30 hari dan 1 tablet setiap minggu selama 2 minggu setelah berakhirnya.

MAKAN KURANG DARI 300 KALORI
Kurangi Asam lemak, Gula, Kain, ASI Ibu dan sayuran beralkohol.

TINGKATKAN KONSUMSI MANGROVE DAN BUNYI - PENYERAPAN ZAT BESI
Mangrove dan bunyi adalah sumber zat besi yang baik dan mudah diserap oleh tubuh.

HINDARI MINUMAN YANG MENGHANGAT PENYERAPAN ZAT BESI
Kopi, teh, dan anggur menghambat penyerapan zat besi.

INGAT!
Pasta tablet tambahan zat besi setiap hari setiap makan.

GERMAS

Kurang Gizi Buat Remaja Kurang Energi

Banyak remaja Indonesia yang mengalami masalah kesehatan **Kurang Energi Kronis (KEK)**.

Penyebab Remaja KEK

- Kurang asupan zat gizi
- Dipengaruhi alasan ekonomi
- Terpengaruh alasan psikososial
Seperti penampilan & tidak percaya diri terlihat gemuk

Dampak KEK

Meningkatkan risiko berbagai penyakit infeksi & gangguan hormonal

Pencegahan

Konsumsi makanan bergizi seimbang

Gizi adalah Investasi Bangsa - GERMAS

Sumber: Kementerian Kesehatan RI | Produk: 04-07-2018

IndonesiaBaik.id

Memantau Berat Badan Setiap Bulan

Cara Perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT)

$$IMT = \frac{\text{Berat Badan (Kg)}}{\text{Tinggi Badan (m)} \times \text{Tinggi Badan (m)}}$$

Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah perhitungan jumlah berat badan normal yang tepat, dihitung dari tinggi dan berat seseorang.

Sumber: Leaflet Di Pringku, Dijen Kemkes

www.p2ptm.kemkes.go.id

#DietSeimbang

MANFAAT Minum Air 8 Gelas Sehari

- Dapat memelihara fungsi ginjal
- Mengurangi risiko kanker kandung kemih
- Menghindari dehidrasi
- Perawatan kulit
- Mengontrol kalori
- Mempercepat pencernaan

Sumber: Promkes

www.p2ptm.kemkes.go.id

Awali hari dengan sarapan sehat

CEGAH. OBATI. LAWAN DIABETES

World Health Organization

www.p2ptm.kemkes.go.id

Pilih Jajanan Sehat

Jajanan Harus Bersih, Aman dan Bergizi

Makanlah Jajanan yang mengandung:

- Protein**
Sumber kecerdasan, kekebalan dan pertumbuhan
- Lemak**
Sumber kecerdasan dan kekebalan
- Karbohidrat**
Sumber energi, kekuatan, tenaga
- Vitamin Mineral**
Sumber kesehatan, kebugaran & kekebalan

www.p2ptm.kemkes.go.id

Lampiran 11.

Surat Persetujuan Atasan Berwenang



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS HASANUDDIN
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
Jl. Perintis Kemerdekaan Km. 10 Makassar 90245, Telp. (0411)
385653 E-mail : fm.unhas@gmail.com, website :
www.fm.unhas.ac.id

SURAT PERSETUJUAN ATASAN YANG BERWENANG

No: 7288/UN4.14.8/PT.01.04/2022

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Prof. Dr. Masni, Apt.,MSPH.
NIP : 19590605 198601 2 001
Jabatan : Ketua Program Studi S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat
Universitas Hasanuddin

Menyatakan bahwa :

Nama : Tenri Puli
NIM : K012202027
Judul Penelitian : Edukasi Gizi Berbasis Teori Kognitif Terhadap Asupan Besi Pada Remaja
Putri Anemia Di Kec. Basesangtempe Utara Kab. Larwu Sulawesi Selatan

Disetujui untuk melakukan penelitian dengan judul tersebut di atas.
Demikian disampaikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Makassar, 20 Juni 2022
a.n Dekan
Ketua Program Studi S2
Ilmu Kesehatan Masyarakat

Prof. Dr. Masni, Apt.,MSPH
NIP. 197201091997031004

Lampiran 12.

Surat Izin Penelitian Penanaman Modal dan PTSP Provinsi


PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
Jl. Bougainville No.5 Telp. (0411) 441077 Fax. (0411) 448936
Website : <http://simap-new.sulselprov.go.id> Email : ptsp@sulselprov.go.id
Makassar 90231

Nomor	: 5286/S.01/PTSP/2022	Kepada Yth.
Lampiran	: -	Bupati Luwu
Perihal	: <u>Izin penelitian</u>	

di-
Tempat

Berdasarkan surat Deka Fak. Kesehatan Masyarakat UNHAS Makassar Nomor : 7713/UN4.14/PT.01.04/2022 tanggal 11 Juli 2022 perihal tersebut diatas, mahasiswa/peneliti dibawah ini:

N a m a	: TENRI PULI
Nomor Pokok	: K012202027
Program Studi	: Kesehatan Masyarakat
Pekerjaan/Lembaga	: Mahasiswa (S2)
Alamat	: Jl. P. Kemerdekaan Km. 10 Makassar

PROVINSI SULAWESI SELATAN

Bermaksud untuk melakukan penelitian di daerah/kantor saudara dalam rangka menyusun Tesis, dengan judul :

" EDUKASI GIZI BERBASIS TEORI KOGNITIF SOSIAL TERHADAP ASUPAN BESI PADA REMAJA PUTRI ANEMIA DI KEC. BASSEANGTEMPE UTARA KABUPATEN LUWU, SULAWESI SELATAN "

Yang akan dilaksanakan dari : Tgl. 25 Juli s/d 25 Oktober 2022

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pada prinsipnya kami *menyetujui* kegiatan dimaksud dengan ketentuan yang tertera di belakang surat izin penelitian.

Demikian Surat Keterangan ini diberikan agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Diterbitkan di Makassar
Pada Tanggal 14 Juli 2022

A.n. GUBERNUR SULAWESI SELATAN
KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU
SATU PINTU PROVINSI SULAWESI SELATAN

 **Ir. H. SULKAF S LATIEF, M.M.**
Pangkat : PEMBINA UTAMA MADYA
Nip : 19630424 198903 1 010

Tembusan Yth

1. Deka Fak. Kesehatan Masyarakat UNHAS Makassar di Makassar;
2. Pedinggal.

Lampiran 13.

Surat Izin Penelitian Penanaman Modal dan PTSP Kab. Luwu



PEMERINTAH KABUPATEN LUWU
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
Alamat : Jl. Opu Daeng Risaju No. 1, Belopa Telpn : (0471) 3314115

Nomor : 286/PENELITIAN/16.07/DPMPSTP/VII/2022
Lamp : -
Sifat : Biasa
Perihal : ***Izin Penelitian***

Kepada
Yth. Terlampir
di -
Tempat

Berdasarkan Surat Dekan Universitas Hasanuddin : 7713/UN4/14/PT.01.04/2022 tanggal 11 Juli 2022 tentang permohonan Izin Penelitian.
Dengan ini disampaikan kepada saudara (i) bahwa yang tersebut di bawah ini :

Nama : Tenri Puli
Tempat/Tgl Lahir : Palopo / 28 Agustus 1992
Nim : K012202027
Jurusan : Ilmu Kesehatan Masyarakat (Gizi)
Alamat : Jl. Pallantikang No.51
 Katangka
 Kecamatan Sungguminasa

Bermaksud akan mengadakan penelitian di daerah/instansi Saudara (i) dalam rangka penyusunan "Tesis" dengan judul :

EDUKASI GIZI BERBASIS TEORI KOGNITIF SOSIAL TERHADAP ASUPAN BESI PADA REMAJA PUTRI ANEMIA DI KEC. BASSESANGTEMPE UTARA KABUPATEN LUWU, SULAWESI SELATAN

Yang akan dilaksanakan di **SMPN TERKAIT DI KECAMATAN BASSE SANGTEMPE UTARA**, pada tanggal **19 Juli 2022 s/d 19 Oktober 2022**

Sehubungan hal tersebut di atas pada prinsipnya kami dapat menyetujui kegiatan dimaksud dengan ketentuan sbb :

1. Sebelum dan sesudah melaksanakan kegiatan, kepada yang bersangkutan harus melaporkan kepada Bupati Luwu Up. Dinas Penanaman Modal dan PTSP Kab. Luwu.
2. Penelitian tidak menyimpang dari izin yang diberikan.
3. Mentaati semua peraturan perundang-undangan yang berlaku.
4. Menyerahkan 1 (satu) exemplar copy hasil penelitian kepada Bupati Luwu Up. Dinas Penanaman Modal dan PTSP Kab. Luwu.
5. Surat Izin akan dicabut dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat izin tidak mentaati ketentuan-ketentuan tersebut di atas.



1 2 0 2 2 1 9 3 1 5 0 0 0 3 0 5



Diterbitkan di Kabupaten Luwu
Pada tanggal 19 Juli 2022
Kepala Dinas



Drs. H. RAHMAT ANDIPARANA
Pangkat : Pembina Tk. I IV/b
NIP : 496412311994031079

Tembusan :

1. Bupati Luwu (sebagai Laporan) di Belopa;
2. Kepala Kesbangpol dan Linmas Kab. Luwu di Belopa;
3. Dekan Universitas Hasanuddin;
4. Mahasiswa (i) Tenri Puli;
5. Arsip.

Lampiran 14.

Rekomendasi Kode Etik



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS HASANUDDIN
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
Jln. Perintis Kemerdekaan Km. 10 Makassar 90245, Telp. (0411) 585658,
E-mail : fk.m.unhas@gmail.com, website: <https://fk.m.unhas.ac.id/>

REKOMENDASI PERSETUJUAN ETIK

Nomor : **8894/UNA.14.1/TP.01.02/2022**

Tanggal : 29 Juli 2022

Dengan ini Menyatakan bahwa Protokol dan Dokumen yang Berhubungan dengan Protokol berikut ini telah mendapatkan Persetujuan Etik :

No.Protokol	22722042149	No. Sponsor Protokol	
Peneliti Utama	Tenri puli	Sponsor	Pribadi
Judul Peneliti	Edukasi Gizi Berbasis Teori Kognitif Sosial Terhadap Asupan Besi Pada Remaja Anemia Putri di Kec. Bassetangtempe Utara Kab. Luwu Sulawesi Selatan		
No.Versi Protokol	1	Tanggal Versi	22 Juli 2022
No.Versi PSP	1	Tanggal Versi	22 Juli 2022
Tempat Penelitian	SMPN 1 dan SMPN 4 di Kecamatan Bassetangtempe Utara Kabupaten Luwu Sulawesi Selatan		
Judul Review	<input type="checkbox"/> Exempted <input checked="" type="checkbox"/> Expedited <input type="checkbox"/> Fullboard	Masa Berlaku 29 Juli 2022 Sampai 29 Juli 2023	Frekuensi review lanjutan
Ketua Komisi Etik Penelitian	Nama : Prof.dr.Veni Hadja,M.Sc,Ph.D	Tanda tangan	
Sekretaris komisi Etik Penelitian	Nama : Dr. Wahiduddin, SKM,MKes	Tanda tangan	

Kewajiban Peneliti Utama :

1. Menyerahkan Amandemen Protokol untuk persetujuan sebelum di implementasikan
2. Menyerahkan Laporan SAE ke Komisi Etik dalam 24 Jam dan dilengkapi dalam 7 hari dan Lapor SUSAR dalam 72 Jam setelah Peneliti Utama menerima laporan
3. Menyerahkan Laporan Kemajuan (progress report) setiap 6 bulan untuk penelitian resiko tinggi dan setiap setahun untuk penelitian resiko rendah
4. Menyerahkan laporan akhir setelah Penelitian berakhir
5. Melaporkan penyimpangan dari protocol yang disetujui (protocol deviation/violation)
6. Mematuhi semua peraturan yang ditetapkan



Lampiran 15.

DOKUMENTASI PENELITIAN



Gambar 1. Pengukuran kadar Hb



Gambar 2. Pengambilan data TB



Gambar 3. Pengambilan data BB



Gambar 4. Wawancara Food Recall



Gambar 5. Perjalanan ke Lokasi



Gambar 6. Game Kelompok Intervensi



Gambar 7. Proses edukasi kelompok
Intervensi



Gambar 8. Proses edukasi kelompok
intervensi



Gambar 9. Pembagian Leaflet
kelompok kontrol



Gambar 10. Pembagian Leaflet
kelompok kontrol



Gambar 11. Foto edukasi kepada
kepada orangtua kelompok Intervensi



Gambar 12. Foto setelah edukasi
kepada orangtua kelompok intervensi

Lampiran 16.

HASIL ANALISIS DATA DENGAN SPSS

Frequency Tabel

Pekerjaan_Ayah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	PNS	1	1.6	1.6	1.6
	Pedagang	3	4.8	4.8	6.5
	Pegawai Swasta	3	4.8	4.8	11.3
	Petani	55	88.7	88.7	100.0
	Total	62	100.0	100.0	

Pekerjaan_Ibu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	PNS	1	1.6	1.6	1.6
	Pedagang	3	4.8	4.8	6.5
	IRT	52	83.9	83.9	90.3
	Petani	6	9.7	9.7	100.0
	Total	62	100.0	100.0	

Pendidikan_Ayah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Sekolah	5	8.1	8.1	8.1
	SD/Sederajat	12	19.4	19.4	27.4
	SMP/Sederajat	22	35.5	35.4	62.9
	SMA/Sederajat	21	33.9	33.9	96.8
	S1/S2/S3	2	3.2	3.2	100.0
	Total	62	100.0	100.0	

Pendidikan_Ibu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Sekolah	1	1.6	1.6	1.6
	SD/Sederajat	19	30.6	30.6	32.3
	SMP/Sederajat	25	40.3	40.3	72.6
	SMA/Sederajat	16	25.8	25.8	98.4
	S1/S2/S3	1	1.6	1.6	100.0
	Total	62	100.0	100.0	

Kelas

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 7	18	29.0	29.0	29.0
8	19	30.6	30.6	59.7
9	25	40.3	40.3	100.0
Total	62	100.0	100.0	

Umur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 12	7	11.3	11.3	11.3
13	25	40.3	40.3	51.6
14	18	29.0	29.0	80.6
15	8	12.9	12.9	93.5
16	4	6.5	6.5	100.0
Total	62	100.0	100.0	

Efikasi diri

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
efikasi diri pre intervensi	.180	31	.012	.957	31	.239
efikasi diri post intervensi	.200	31	.003	.943	31	.103

a. Lilliefors Significance Correction

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
efikasi diri post intervensi - Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
efikasi diri pre intervensi Positive Ranks	31 ^b	16.00	496.00
Ties	0 ^c		
Total	31		

a. efikasi diri post intervensi < efikasi diri pre intervensi

b. efikasi diri post intervensi > efikasi diri pre intervensi

c. efikasi diri post intervensi = efikasi diri pre intervensi

Test Statistics^b

	efikasi diri post intervensi - efikasi diri pre intervensi
Z	-4.871 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
efikasi diri pre kontrol	.172	31	.020	.953	31	.191
efikasi diri post kontrol	.182	31	.011	.954	31	.207

a. Lilliefors Significance Correction

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
efikasi diri post kontrol - efikasi diri pre kontrol	4 ^a	4.38	17.50
	3 ^b	3.50	10.50
	24 ^c		
Total	31		

a. efikasi diri post kontrol < efikasi diri pre kontrol

b. efikasi diri post kontrol > efikasi diri pre kontrol

c. efikasi diri post kontrol = efikasi diri pre kontrol

Test Statistics^b

	efikasi diri post kontrol - efikasi diri pre kontrol
Z	-.604 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.546

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
efikasi diri pre	Equal variances assumed	.053	.820	1.018	60	.313	.54839	.53875	-.52928	1.62605
	Equal variances not assumed			1.018	59.539	.313	.54839	.53875	-.52945	1.62622

Tests of Normality

kelompok		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
efikasi diri pre	1	.180	31	.012	.957	31	.239
	2	.172	31	.020	.953	31	.191

a. Lilliefors Significance Correction

Group Statistics

kelompok		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
efikasi diri pre	1	31	39.1935	2.21238	.39736
	2	31	38.6452	2.02564	.36382

Tests of Normality

kelompok		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
efikasi diri post	1	.200	31	.003	.943	31	.103
	2	.182	31	.011	.954	31	.207

a. Lilliefors Significance Correction

Group Statistics

kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
efikasi diri post 1	31	54.4516	1.67010	.29996
2	31	38.5484	1.92940	.34653

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
efikasi diri post	Equal variances assumed	.793	.377	34.699	60	.000	15.90323	.45832	14.98645	16.82001
	Equal variances not assumed			34.699	58.792	.000	15.90323	.45832	14.98606	16.82039

Motivasi diri

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
motivasi diri pre intervensi	.183	31	.010	.920	31	.023
motivasi diri post intervensi	.125	31	.200*	.909	31	.012

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
motivasi diri post intervensi - Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
motivasi diri pre intervensi Positive Ranks	31 ^b	16.00	496.00
Ties	0 ^c		
Total	31		

a. motivasi diri post intervensi < motivasi diri pre intervensi

b. motivasi diri post intervensi > motivasi diri pre intervensi

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
motivasi diri post intervensi -	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
motivasi diri pre intervensi	Positive Ranks	31 ^b	16.00	496.00
	Ties	0 ^c		
	Total	31		

a. motivasi diri post intervensi < motivasi diri pre intervensi

c. motivasi diri post intervensi = motivasi diri pre intervensi

Test Statistics^b

	motivasi diri post intervensi - motivasi diri pre intervensi
Z	-4.870 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
motivasi diri pre kontrol	.177	31	.014	.926	31	.034
motivasi diri post kontrol	.160	31	.041	.935	31	.059

a. Lilliefors Significance Correction

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
motivasi diri post kontrol -	Negative Ranks	4 ^a	2.75	11.00
motivasi diri pre kontrol	Positive Ranks	2 ^b	5.00	10.00
	Ties	25 ^c		
	Total	31		

a. motivasi diri post kontrol < motivasi diri pre kontrol

b. motivasi diri post kontrol > motivasi diri pre kontrol

c. motivasi diri post kontrol = motivasi diri pre kontrol

Test Statistics^b

	motivasi diri post kontrol - motivasi diri pre kontrol
Z	-.106 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.915

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Tests of Normality

kelompok	k	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
motivasi diri	1	.183	31	.010	.920	31	.023
	2	.177	31	.014	.926	31	.034

a. Lilliefors Significance Correction

Group Statistics

kelompok	k	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
motivasi diri	1	31	53.2903	4.33738	.77902
	2	31	52.7742	5.01803	.90127

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
motivasi diri	Equal variances assumed	.893	.348	.433	60	.666	.51613	1.19128	-1.86678	2.89904
	Equal variances not assumed			.433	58.769	.666	.51613	1.19128	-1.86781	2.90007

Tests of Normality

	kelompo k	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
motivasi diri post	1	.125	31	.200*	.909	31	.012
	2	.160	31	.041	.935	31	.059

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

Ranks

	kelompo k	N	Mean Rank	Sum of Ranks
motivasi diri post	1	31	47.00	1457.00
	2	31	16.00	496.00
	Total	62		

Test Statistics^a

	motivasi diri post
Mann-Whitney U	.000
Wilcoxon W	496.000
Z	-6.780
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Grouping Variable: kelompok

Pengetahuan

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pengetahuan fe pre intervensi	.221	31	.001	.837	31	.000
pengetahuan fe post inter	.200	31	.003	.858	31	.001

a. Lilliefors Significance Correction

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
pengetahuan fe post inter - pengetahuan fe pre intervensi	0 ^a	.00	.00
	30 ^b	15.50	465.00
	1 ^c		
Total	31		

- a. pengetahuan fe post inter < pengetahuan fe pre intervensi
- b. pengetahuan fe post inter > pengetahuan fe pre intervensi
- c. pengetahuan fe post inter = pengetahuan fe pre intervensi

Test Statistics^b

	pengetahuan fe post inter - pengetahuan fe pre intervensi
Z	-4.825 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

- a. Based on negative ranks.
- b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pengetahuan fe pre kontrol	.269	31	.000	.865	31	.001
pengetahuan fe post kon	.219	31	.001	.880	31	.002

- a. Lilliefors Significance Correction

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
pengetahuan fe post kon -	Negative Ranks	3 ^a	3.50	10.50
pengetahuan fe pre kontrol	Positive Ranks	4 ^b	4.38	17.50
	Ties	24 ^c		
	Total	31		

a. pengetahuan fe post kon < pengetahuan fe pre kontrol

b. pengetahuan fe post kon > pengetahuan fe pre kontrol

c. pengetahuan fe post kon = pengetahuan fe pre kontrol

Test Statistics^b

	pengetahuan fe post kon - pengetahuan fe pre kontrol
Z	-.632 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.527

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Tests of Normality

	kelompo k	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pengetahuan zat besi	1	.221	31	.001	.837	31	.000
	2	.269	31	.000	.865	31	.001

a. Lilliefors Significance Correction

Ranks

	kelompo k	N	Mean Rank	Sum of Ranks
pengetahuan zat besi	1	31	35.56	1102.50
	2	31	27.44	850.50
	Total	62		

Test Statistics^a

	pengetahuan zat besi
Mann-Whitney U	354.500
Wilcoxon W	850.500
Z	-1.905
Asymp. Sig. (2-tailed)	.057

a. Grouping Variable: kelompok

Tests of Normality

	kelompok	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pengetahuan zat besi post	1	.200	31	.003	.858	31	.001
	2	.219	31	.001	.880	31	.002

a. Lilliefors Significance Correction

Ranks

	kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
pengetahuan zat besi post	1	31	46.52	1442.00
	2	31	16.48	511.00
	Total	62		

Test Statistics^a

	pengetahuan zat besi post
Mann-Whitney U	15.000
Wilcoxon W	511.000
Z	-6.649
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Grouping Variable: kelompok

Asupan Fe

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
kontrolpre_fe	31	9.5968	14.36975	1.00	77.80
kontrolpost_fe	31	9.2261	9.00937	4.40	50.60

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
kontrolpost_fe - kontrolpre_fe Negative Ranks	11 ^a	14.68	161.50
Positive Ranks	20 ^b	16.72	334.50
Ties	0 ^c		
Total	31		

a. kontrolpost_fe < kontrolpre_fe

b. kontrolpost_fe > kontrolpre_fe

c. kontrolpost_fe = kontrolpre_fe

Test Statistics^b

	kontrolpost_fe - kontrolpre_fe
Z	-1.697 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.090

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
intervensipre_fe	31	9.5129	2.08770	6.40	15.00
intervensipost_fe	31	15.1161	4.93546	10.70	40.20

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
intervensipost_fe -	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
intervensipre_fe	Positive Ranks	31 ^b	16.00	496.00
	Ties	0 ^c		
	Total	31		

a. $intervensipost_fe < intersipre_fe$

b. $intervensipost_fe > intersipre_fe$

c. $intervensipost_fe = intersipre_fe$

Test Statistics^b

	intervensipost_fe - intervensipre_fe
Z	-4.861 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

KELOM POK	N	Mean Rank	Sum of Ranks
GABUNGPRES 1	31	40.69	1261.50
2	31	22.31	691.50
Total	62		

Test Statistics^a

	GABUNGPRES
Mann-Whitney U	195.500
Wilcoxon W	691.500
Z	-4.018
Asymp. Sig. (2-tailed)	.871

a. Grouping Variable: KELOMPOK

Ranks

KELOM POK	N	Mean Rank	Sum of Ranks
GABUNGPOST 1	31	44.73	1386.50
2	31	18.27	566.50
Total	62		

Test Statistics^a

	GABUNGPOST
Mann-Whitney U	70.500
Wilcoxon W	566.500
Z	-5.775
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Grouping Variable: KELOMPOK

Ranks

KELOM POK	N	Mean Rank	Sum of Ranks
GABUNGSELISIH 1	31	45.32	1405.00
2	31	17.68	548.00
Total	62		

Test Statistics^a

	GABUNGSELISI H
Mann-Whitney U	52.000
Wilcoxon W	548.000
Z	-6.034
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Grouping Variable: KELOMPOK

Lampiran 17.

Jurnal Harian (Goals setting)

Jurnal Mingguan Kebiasaan Makan dan Aktivitas (contoh)

Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
Kebiasaan Makan Sarapan <input checked="" type="checkbox"/>	Kebiasaan Makan Sarapan <input checked="" type="checkbox"/>	Kebiasaan Makan Sarapan <input checked="" type="checkbox"/>	Kebiasaan Makan Sarapan <input checked="" type="checkbox"/>	Kebiasaan Makan Sarapan <input checked="" type="checkbox"/>	Kebiasaan Makan Sarapan <input checked="" type="checkbox"/>	Kebiasaan Makan Sarapan <input checked="" type="checkbox"/>
Sayur/Buah <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>	Sayur/Buah <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>	Sayur/Buah <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>	Sayur/Buah <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>	Sayur/Buah <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>	Sayur/Buah <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>	Sayur/Buah <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>
Cemilan <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>	Cemilan <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>	Cemilan <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>	Cemilan <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>	Cemilan <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>	Cemilan <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>	Cemilan <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>
Aktivitas Fisik Total Menit 40 Menit	Aktivitas Fisik Total Menit 35 Menit	Aktivitas Fisik Total Menit 50 Menit	Aktivitas Fisik Total Menit 30 Menit	Aktivitas Fisik Total Menit 30 Menit	Aktivitas Fisik Total Menit 60 Menit	Aktivitas Fisik Total Menit 60 Menit
Olahraga Futsal 35	Olahraga Senam 30	Olahraga Basket 50	Olahraga Bulu Tangkis 30	Olahraga Bersepeda	Olahraga Jogging 60	Olahraga Futsal 60
Kekuatan Push up 5	Kekuatan Lompat tali 5	Kekuatan	Kekuatan	Kekuatan	Kekuatan	Kekuatan
Duduk Main Game 90	Duduk Main Game Internet 70	Duduk Nonton TV 90	Duduk Main Game 180	Duduk Nonton TV 120	Duduk Main Game Internet 90	Duduk Main Game 100

Tujuanku di Minggu Ini : Makan cemilan satu kali sehari

Komentar :

"Mulai dari yang kecil, Mulai dari sekarang...
Makan sehat...Yez... Aktif Bergerak...Yez,Yez... .. tngmia...No,No,No

Jurnal Minggu I Kebiasaan Makan dan Aktivitas

Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
Kebiasaan Makan Sarapan <input type="checkbox"/>	Kebiasaan Makan Sarapan <input type="checkbox"/>	Kebiasaan Makan Sarapan <input type="checkbox"/>	Kebiasaan Makan Sarapan <input type="checkbox"/>	Kebiasaan Makan Sarapan <input type="checkbox"/>	Kebiasaan Makan Sarapan <input type="checkbox"/>	Kebiasaan Makan Sarapan <input type="checkbox"/>
Sayur/Buah <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Sayur/Buah <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Sayur/Buah <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Sayur/Buah <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Sayur/Buah <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Sayur/Buah <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Sayur/Buah <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Cemilan <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Cemilan <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Cemilan <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Cemilan <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Cemilan <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Cemilan <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Cemilan <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Aktivitas Fisik Total Menit	Aktivitas Fisik Total Menit	Aktivitas Fisik Total Menit	Aktivitas Fisik Total Menit	Aktivitas Fisik Total Menit	Aktivitas Fisik Total Menit	Aktivitas Fisik Total Menit
Olahraga Menit	Olahraga Menit	Olahraga Menit	Olahraga Menit	Olahraga Menit	Olahraga Menit	Olahraga Menit
Kekuatan Menit	Kekuatan Menit	Kekuatan Menit	Kekuatan Menit	Kekuatan Menit	Kekuatan Menit	Kekuatan Menit
Duduk Menit	Duduk Menit	Duduk Menit	Duduk Menit	Duduk Menit	Duduk Menit	Duduk Menit

Tujuanku di Minggu Ini :

Komentar :

"Mulai dari yang kecil, Mulai dari sekarang...
Makan sehat...Yez... Aktif Bergerak...Yez,Yez... .. tngmia...No,No,No

Lampiran 18.

Persentase Goals Setting

Minggu Ke-	Kategori	Sarapan		Sayur dan Buah	
		Intervensi n=31	%	Intervensi n=31	%
1	Baik	0	0	0	0
	Kurang	31	100	31	100
	Total	31	100	31	100
	Mean	1	14,28	4	19,04
2	Baik	0	0	0	0
	Kurang	31	100	31	100
	Total	31	100	31	100
	Mean	2	28,57	6	28,57
3	Baik	0	0	0	0
	Kurang	31	100	31	100
	Total	31	100	31	100
	Mean	3	42,85	9	42,85
4	Baik	3	9,7	3	9,7
	Kurang	28	90,3	28	90,3
	Total	31	100	31	100
	Mean	3	42,85	10	47,61
5	Baik	14	45,2	6	19,4
	Kurang	17	54,8	25	80,5
	Total	31	100	31	100
	Mean	3	42,85	12	57,14
6	Baik	20	64,5	11	35,5
	Kurang	11	35,5	20	64,5
	Total	31	100	31	100
	Mean	4	57,14	12	57,14
7	Baik	23	74,2	18	58,1
	Kurang	8	25,8	13	41,9
	Total	31	100	31	100
	Mean	4	57,14	13	61,90
8	Baik	24	77,4	21	67,7
	Kurang	7	22,6	10	32,3
	Total	31	100	31	100
	Mean	4	57,14	14	66,67
9	Baik	26	83,9	21	67,7
	Kurang	5	16,1	10	32,3
	Total	31	100	31	100
	Mean	5	71,42	14	66,67
10	Baik	29	93,5	28	90,3
	Kurang	2	6,5	3	9,7
	Total	31	100	31	100
	Mean	6	85,71	15	71,42
11	Baik	30	96,8	29	93,5
	Kurang	1	3,2	2	6,5
	Total	31	100	31	100
	Mean	6	85,71	16	76,19
12	Baik	31	100	31	100
	Kurang	0	0	0	0
	Total	31	100	31	100
	Mean	6	85,71	17	80,95

Lampiran 19.

RIWAYAT HIDUP



A. Data Pribadi

1. Nama : Tenri puli
2. Tempat / Tanggal Lahir : Palopo, 28 Agustus 1992
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Islam
5. Alamat : Kompleks IDI blok G5 10
6. Email : tenriixorailyas@gmail.com
7. No. Hp : +6285299188809

B. Riwayat Pendidikan

1. 1998-2004 : SD Negeri 444 Bulu Datu Palopo
2. 2004-2007 : SMP Negeri 2 Palopo
3. 2007-2010 : SMA Negeri 1 Palopo
4. 2010-2014 : S1 Ilmu Gizi, FKM Universitas Hasanuddin