



GO PUBLIC HEALTH
Growth through Organized effort



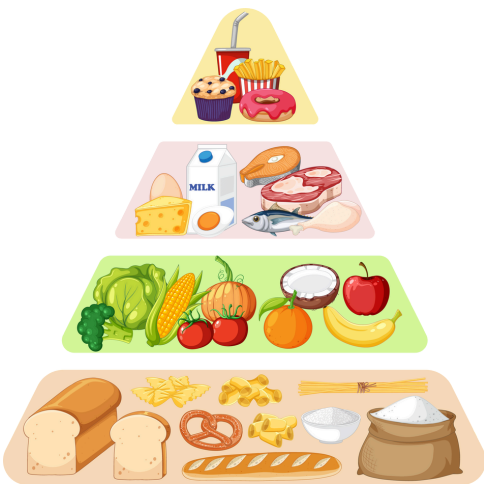
CHENECE
Center for Health & Nutrition Education,
Counseling and Empowerment



Modul Pengembangan Kuesioner



Pendidikan Gizi Berbasis Perilaku



Prof. Trias Mahmudiono S.KM, MPH (Nutr.), GCAS, Ph.D
Indah Dwi Utami, S.Gz. | Rifka Annisa Rahmah, S.Gz.

**MODUL
PENGEMBANGAN
KUESIONER PENDIDIKAN
GIZI BERBASIS
PERILAKU**

DAFTAR ISI

BAB I.....	1
TEORI KOGNITIF SOSIAL.....	1
(SOCIAL COGNITIVE THEORY).....	1
BAB II.....	7
THEORY OF PLANNED BEHAVIOR (TPB).....	7
BAB III.....	17
TEORI HEALTH BELIEF MODEL (HBM).....	17
BAB IV.....	25
TEORI INTEGRATED BEHAVIOR MODEL (IBM).....	25
BAB V.....	34
TEORI PRECEDE PROCEED.....	34

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Kuesioner Pengetahuan Pola Jajan Sehat dan Sedentary Lifestyle.....	2
Tabel 1.2 Kuesioner Self Efficacy Pola Jajan Sehat dan Sedentary Lifestyle.....	3
Tabel 1.3 Kuesioner Outcome Expectation Pola Jajan Sehat dan Sedentary Lifestyle.....	4
Tabel 1.4 Hasil Uji Validitas Kuesioner berdasarkan SCT.....	5
Tabel 1.5 Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner berdasarkan SCT.....	6
Tabel 2.1 Kuesioner Pengetahuan Konsumsi Makanan Cepat Saji.....	8
Tabel 2.2 Kuesioner Sikap Konsumsi Makanan Cepat Saji.....	9
Tabel 2.3 Kuesioner Norma Subjektif Konsumsi Makanan Cepat Saji.....	10
Tabel 2.4 Kuesioner Kontrol Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji.....	11
Tabel 2.5 Kuesioner Niat Berperilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji.....	13
Tabel 2.6 Uji Validitas Kuesioner berdasarkan TPB.....	13
Tabel 2.7 Uji Reliabilitas Kuesioner berdasarkan TPB.....	15
Tabel 3.1 Tabel kuesioner Perceived Susceptibility.....	18
Tabel 3.2 Tabel kuesioner Perceived Severity.....	19
Tabel 3.3 Tabel kuesioner Perceived Benefits.....	19
Tabel 3.4 Tabel kuesioner Perceived Barriers.....	20
Tabel 3.5 Tabel kuesioner Self-Efficacy.....	21
Tabel 3.6 Tabel Uji Validitas Kuesioner berdasarkan Teori HBM.....	21
Tabel 3.6 Tabel Uji Reliabilitas Kuesioner.....	23
Tabel 4.1 Tabel kuesioner knowledge and skills.....	26
Tabel 4.2 Tabel kuesioner silence of the behavior.....	27
Tabel 4.3 Tabel kuesioner intention to perform the behavior.....	28
Tabel 4.4 Tabel kuesioner environmental constraints.....	29
Tabel 4.5 Tabel kuesioner habit.....	30
Tabel 4.6 Tabel Uji Validitas Kuesioner berdasarkan Teori IBM.....	31
Tabel 4.6 Tabel Uji Reliabilitas Kuesioner berdasarkan Teori IBM.....	32
Tabel 5.1 Kuesioner Pengetahuan PJAS.....	35
Tabel 5.2 Kuesioner Sikap PJAS.....	36
Tabel 5.3 Kuesioner Perilaku PJAS.....	38
Tabel 5.4 Uji Validitas Kuesioner berdasarkan Teori Precede-Proceed.....	39
Tabel 5.5 Uji Reliabilitas Kuesioner berdasarkan Teori Precede-Proceed.....	41

BAB I

TEORI KOGNITIF SOSIAL (*SOCIAL COGNITIVE THEORY*)

Kuesioner berdasarkan *Social Cognitive Theory* (SCT)

1. Kuesioner Pengetahuan

Kuesioner pengetahuan digunakan untuk mengukur tingkat pemahaman responden terhadap materi yang disampaikan dalam edukasi gizi. Berikut ini adalah contoh kuesioner pengetahuan mengenai pola jajan sehat dan *sedentary lifestyle* yang disusun berdasarkan kerangka *Social Cognitive Theory* yang digunakan dalam penelitian Nurramadhani & Mahmudiono (2023).

Tabel 1.1 Kuesioner Pengetahuan Pola Jajan Sehat dan *Sedentary Lifestyle*

No.	Pertanyaan	Pilihan	Jawaban
1.	Apakah yang dimaksud dengan berat badan lebih?	a. Ketika berat badan melebihi berat badan ideal b. Ketika lemak menumpuk di tubuh dalam waktu yang lama c. Ketika berat badan di bawah berat badan ideal	
2.	Apa akibat memiliki berat badan lebih?	a. Bebas beraktivitas b. Mudah lelah c. Kepercayaan diri tinggi	
3.	Apa manfaat aktivitas fisik secara rutin	a. Tubuh sehat b. Tidur lebih nyenyak c. Mudah sakit	
4.	Apa saja aktivitas fisik sedang?	a. Mencuci piring b. Bersepeda di lintasan datar c. Berjalan santai	
5.	Berapa waktu minimal aktivitas fisik per hari?	a. 30 menit b. 150 menit c. 10 menit	
6.	Manakah yang tidak termasuk aktivitas sedentari?	a. Tidur b. Menonton TV dalam waktu lama c. Duduk menonton video di tiktok atau youtube	
7.	Apa akibat dari aktivitas sedentari secara terus	a. Berat badan lebih b. Tubuh bugar c. Mudah berkonsentrasi	

No.	Pertanyaan	Pilihan	Jawaban
	menerus?		
8.	Bagaimana ciri-ciri jajanan sehat?	a. Tinggi gula dan garam b. Digoreng dengan minyak bekas pakai c. Tidak menggunakan pewarna mencolok	
9.	Apa akibat mengonsumsi jajan tidak sehat?	a. Kelebihan berat badan b. Tumbuh kembang optimal c. Tidak mudah sakit	
10.	Apa saja contoh jajanan sehat?	a. Pentol dengan saus merah mencolok b. Buah potong segar c. Pisang goreng yang digoreng dengan minyak bekas berkali-kali pakai	

2. Kuesioner *Self Efficacy*

Kuesioner *self efficacy* digunakan untuk mengukur penilaian terhadap kemampuan diri dalam menghadapi situasi tertentu di lingkungannya. Berikut ini adalah contoh kuesioner *self efficacy* mengenai pola jajan sehat dan *sedentary lifestyle* yang disusun berdasarkan kerangka *Social Cognitive Theory* yang digunakan dalam penelitian Nurramadhani & Mahmudiono (2023).

Tabel 1.2 Kuesioner *Self Efficacy* Pola Jajan Sehat dan *Sedentary Lifestyle*

		1 = Sangat tidak yakin	2 = Tidak yakin	3 = Agak yakin				
		4 = Yakin	5 = Sangat Yakin					
No.	Pertanyaan	Tingkat Keyakinan						
		1	2	3	4	5		
1.	Saya yakin dapat mengonsumsi jajanan yang lebih sehat saat berada di tempat umum (kantin, pinggir jalan, minimarket, mall).							
2.	Saya yakin dapat mengonsumsi jajanan yang lebih sehat walaupun sedang sendiri dan tidak ada yang mengingatkan saya							

3.	Saya yakin dapat mengurangi durasi waktu duduk dan rebahan ketika hari sekolah dan hari libur					
4.	Saya yakin dapat mengurangi durasi waktu menatap layar (HP, laptop, TV, komputer) ketika hari sekolah dan hari libur					
5.	Saya yakin dapat beraktivitas fisik rutin minimal 30 menit setiap hari ketika hari sekolah dan hari libur					

3. Kuesioner *Outcome Expectation*

Kuesioner *outcome expectation* digunakan untuk mengukur keyakinan seseorang terhadap hasil dari suatu perilaku yang akan dilakukan. Berikut ini adalah contoh kuesioner *outcome expectations* mengenai pola jajan sehat dan *sedentary lifestyle* yang disusun berdasarkan kerangka *Social Cognitive Theory* yang digunakan dalam penelitian Nurramadhani & Mahmudiono (2023).

Tabel 1.3 Kuesioner *Outcome Expectation* Pola Jajan Sehat dan *Sedentary Lifestyle*

No	Pernyataan	STS	TS	RR	S	SS
1.	Konsumsi jajanan sehat dan bervariasi dapat menurunkan kelebihan berat badan					
2.	Jika saya mengonsumsi jajanan tinggi gula dan garam, kesehatan tubuh saya terjaga					
3.	Beraktivitas fisik rutin minimal 30 menit per hari akan membuat tubuh sehat dan bugar					
4.	Aktivitas sedentari dalam waktu lama tidak akan menyebabkan berat badan berlebih					
5.	Berat badan lebih dapat diatasi dengan aktivitas fisik rutin, mengonsumsi jajanan sehat, dan mengurangi aktivitas sedentari					

B. Uji Validitas & Uji Reliabilitas Kuesioner

Instrumen yang di uji validitas dan reliabilitasnya adalah kuesioner pengetahuan, *self efficacy*, dan *outcome expectation* mengenai pola jajan sehat dan *sedentary lifestyle*. Berikut adalah hasil uji validitas dan reliabilitas instrumen (Nurramadhani & Mahmudiono, 2023).

Tabel 1.4 Hasil Uji Validitas Kuesioner berdasarkan SCT

Kuesioner	Pertanyaan	R Tabel	<i>Pearson Correlation</i>	Keterangan
Pengetahuan	1	0,361	0,650	Valid
	2	0,361	0,464	Valid
	3	0,361	0,399	Valid
	4	0,361	0,879	Valid
	5	0,361	0,650	Valid
	6	0,361	0,537	Valid
	7	0,361	0,625	Valid
	8	0,361	0,408	Valid
	9	0,361	0,423	Valid
	10	0,361	0,521	Valid
<i>Self efficacy</i>	1	0,361	0,541	Valid
	2	0,361	0,650	Valid
	3	0,361	0,693	Valid
	4	0,361	0,703	Valid
	5	0,361	0,626	Valid
<i>Outcome Expectation</i>	1	0,361	0,601	Valid
	2	0,361	0,868	Valid
	3	0,361	0,607	Valid
	4	0,361	0,850	Valid
	5	0,361	0,699	Valid

Hasil uji validitas pada setiap butir pertanyaan kuesioner pengetahuan, *self efficacy*, dan *outcome expectation* ditemukan bahwa seluruh pertanyaan dinyatakan valid karena memiliki nilai *r* hitung atau nilai *pearson correlation* yang lebih tinggi dari nilai *r* tabel (Nurramadhani & Mahmudiono, 2023).

Tabel 1.5 Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner berdasarkan SCT

Kuesioner	<i>Cronbach's Alpha</i> Minimum	Nilai <i>Cronbach's Alpha</i>
Pengetahuan	0,6	0,719
<i>Self efficacy</i>	0,6	0,621
<i>Outcome expectation</i>	0,6	0,779

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa kuesioner pengetahuan, *self efficacy*, dan *outcome expectation* merupakan kuesioner yang reliabel, dibuktikan dengan nilai *Cronbach's Alpha* yang lebih dari nilai minimum (>0,06) (Nurramadhani & Mahmudiono, 2023).

Referensi

- Bandura A. (2004). Health promotion by social cognitive means. *Health education & behavior : the official publication of the Society for Public Health Education*, 31(2), 143–164. <https://doi.org/10.1177/1090198104263660>
- Perry, C. (1999). *Creating health behavior change: How to develop community-wide programs for youth* (Vol. 43). Sage.
- Susanto, I. (2015). Akseptansi Teknologi Informasi Komunikasi: Pendekatan Social Cognitive Theory. *Fokus Bisnis: Media Pengkajian Manajemen dan Akuntansi*, 14(1).

BAB II

**THEORY OF PLANNED BEHAVIOR
(TPB)**

Kuesioner berdasarkan *Theory of Planned Behavior*

1. Kuesioner Pengetahuan

Kuesioner pengetahuan digunakan untuk menilai sejauh mana responden memahami materi yang disampaikan dalam kegiatan edukasi gizi. Berikut ini merupakan contoh kuesioner pengetahuan terkait konsumsi makanan cepat saji yang disusun berdasarkan kerangka *Theory of Planned Behavior* sebagaimana diterapkan oleh Salsabila & Mahmudiono (2024).

Tabel 2.1 Kuesioner Pengetahuan Konsumsi Makanan Cepat Saji

No	Pertanyaan	Pilihan	Jawaban
1.	Menurut anda, apakah yang dimaksud dengan makanan cepat saji?	a. Makanan yang disajikan secara cepat dan praktis b. Makanan yang berasal dari luar negeri c. Makanan yang dijual di restoran	
2.	Menurut anda, apa kandungan di dalam makanan cepat saji?	a. Tinggi kalori, lemak, gula, dan garam b. Rendah kalori c. Tinggi serat	
3.	Berapa anjuran konsumsi gula setiap hari	a. 10 gram b. 20 gram c. 50 gram	
4.	Dampak mengkonsumsi makanan cepat saji secara berlebihan adalah	a. Meningkatkan risiko penyakit maag b. Meningkatkan risiko stress c. Meningkatkan risiko kelebihan BB	
5.	Menurut anda, makanan cepat saji seperti hamburger, pizza, spaghetti, ayam goreng, kentucky berbahaya untuk kesehatan?	a. Ya, jika konsumsi kurang dari 1x sebulan b. Ya, jika dikonsumsi lebih dari 1x sebulan c. Tidak tahu	
6.	Apakah fungsi label informasi gizi pada produk kemasan bagi konsumen?	a. Memberikan informasi terkait kandungan gizi pada produk kemasan b. Untuk memenuhi syarat sebagai produk	

No	Pertanyaan	Pilihan	Jawaban
		kemasan c. Untuk memberikan keuntungan bagi konsumen karena memilih produk kemasan yang tepat	
7.	Berapa anjuran konsumsi garam setiap hari	a. 10 gram b. 5 gram c. 15 gram	
8.	Menurut anda, bagaimana cara mengatasi dampak dari mengonsumsi makanan cepat saji?	a. Mengimbangi dengan pola makan lain yang sehat b. Tidak tahu c. Tidak berolahraga	

2. Kuesioner Sikap

Kuesioner sikap digunakan untuk mengukur sejauh mana seseorang memberikan penilaian positif atau negatif terhadap suatu perilaku tertentu. Berikut ini merupakan contoh kuesioner sikap terkait konsumsi makanan cepat saji yang disusun berdasarkan kerangka *Theory of Planned Behavior* sebagaimana diterapkan oleh Salsabila & Mahmudiono (2024).

Tabel 2.2 Kuesioner Sikap Konsumsi Makanan Cepat Saji

No	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
1.	Makanan cepat saji tidak asing bagi saya					
2.	Menurut saya, makanan cepat saji tidak baik untuk kesehatan					
3.	Menurut saya, makanan cepat saji tidak memiliki nutrisi penting untuk tubuh					
4.	Menurut saya, makanan cepat saji memiliki rasa yang enak					
5.	Menurut saya, restoran makanan cepat saji memiliki tempat yang nyaman dan menarik					

No	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
6.	Menurut saya, restoran makanan cepat saji memiliki tempat yang bersih					
7.	Menurut saya, makanan cepat saji bersih dan aman					
8.	Menurut saya, makanan cepat saji memiliki porsi yang besar sehingga membuat kenyang					
9.	Menurut saya, makanan cepat saji memiliki kandungan garam yang tinggi					
10.	Menurut saya, makanan cepat saji memiliki kandungan lemak yang tinggi					
11.	Menurut saya, makanan cepat saji memiliki kalori yang tinggi					
12.	Menurut saya, mengonsumsi makanan cepat saji membuat tubuh menjadi gemuk					

3. Kuesioner Norma Subjektif

Kuesioner norma subjektif digunakan untuk mengukur persepsi individu terhadap keyakinan orang lain di sekitarnya yang dapat menjadi penentu untuk melakukan atau tidak melakukan suatu perilaku. Contoh berikut ini merupakan kuesioner norma subjektif yang berkaitan dengan konsumsi makanan cepat saji dan disusun berdasarkan modifikasi kerangka *Theory of Planned Behavior* oleh Salsabila & Mahmudiono (2024).

Tabel 2.3 Kuesioner Norma Subjektif Konsumsi Makanan Cepat Saji

No	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
1.	Saya mengonsumsi makanan cepat saji karena pengaruh keluarga					
2.	Saya mengonsumsi makanan cepat saji karena pengaruh guru					
3.	Saya mengonsumsi makanan cepat saji karena pengaruh teman					

No	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
4.	Saya rasa keluarga saya juga akan mengonsumsi makanan cepat saji					
5.	saya rasa guru saya juga akan mengonsumsi makanan cepat saji					
6.	Saya rasa teman saya juga akan mengonsumsi makanan cepat saji					

4. Kuesioner Kontrol Perilaku

Kuesioner ini digunakan untuk mengukur persepsi individu terhadap sejauh mana mereka merasa mampu atau tidak mampu dalam melakukan suatu perilaku tertentu. Contoh berikut ini merupakan kuesioner kontrol perilaku yang berkaitan dengan konsumsi makanan cepat saji dan disusun berdasarkan kerangka *Theory of Planned Behavior* oleh Salsabila & Mahmudiono (2024).

Tabel 2.4 Kuesioner Kontrol Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji

No	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
1.	Saya tetap mengonsumsi makanan cepat saji meskipun hanya ada sedikit restoran makanan cepat saji di sekitar saya					
2.	Menurut saya bertemu teman di restoran makanan cepat saji sangat sulit					
3.	Saat diet saya akan tetap mengonsumsi makanan cepat saji					
4.	Saya akan tetap mengonsumsi makanan cepat saji meskipun harus menunggu lama					
5.	Saya tetap mengonsumsi makanan cepat saji meskipun iklan makanan cepat saji hanya sedikit					

No	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
6.	Saya akan tetap mengonsumsi makanan cepat saji meskipun memiliki sedikit diskon					
7.	Saya pikir mengubah kebiasaan konsumsi makanan cepat saji untuk kesehatan sulit dilakukan					
8.	Saya pikir mengubah kebiasaan konsumsi makanan cepat saji sulit dilakukan karena terbiasa mengonsumsi makanan cepat saji					
9.	Saya akan tetap mengonsumsi makanan cepat saji meskipun sudah mendapatkan edukasi					
10.	Saya akan tetap mengonsumsi makanan cepat saji meskipun memiliki dampak yang buruk bagi kesehatan					
11.	Saya akan tetap mengonsumsi makanan cepat saji meskipun sudah mendapatkan pendidikan gizi melalui multimedia dibanding dengan ceramah					
12.	Saya akan tetap mengonsumsi makanan cepat saji meskipun sudah mendapatkan edukasi secara lanjutan					
13.	Saya tetap mengonsumsi makanan cepat saji meskipun saya dapat menyiapkan makanan sederhana dengan cepat					

5. Kuesioner Niat Berperilaku

Kuesioner niat berperilaku digunakan untuk mengukur sejauh mana individu memiliki kesiapan atau kecenderungan untuk melakukan suatu perilaku tertentu. Berikut ini merupakan contoh kuesioner niat berperilaku terkait konsumsi makanan cepat saji yang disusun berdasarkan kerangka *Theory of Planned Behavior* sebagaimana diterapkan oleh Salsabila & Mahmudiono (2024).

Tabel 2.5 Kuesioner Niat Berperilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji

No	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
1.	Saya akan mengonsumsi burger dalam sebulan					
2.	Saya akan mengonsumsi kentang goreng dalam sebulan					
3.	Saya akan mengonsumsi pizza dalam sebulan					
4.	Saya akan mengonsumsi ayam goreng <i>kentucky</i> dalam sebulan					
5.	Saya akan mengonsumsi donat dalam sebulan					

Sumber : Sajjad, *et al.*, 2023

A. Uji Validitas & Uji Reliabilitas Kuesioner

Uji validitas dan uji reliabilitas dilakukan pada kuesioner pengetahuan, sikap, norma subjektif, kontrol perilaku, dan niat terkait perilaku konsumsi makanan cepat saji. Berikut adalah hasil uji validitas dan reliabilitas kuesioner.

Tabel 2.6 Uji Validitas Kuesioner berdasarkan TPB

Kuesioner	Pertanyaan	R Tabel	<i>Pearson Correlation</i>	Keterangan
Pengetahuan	1	0,34	0,489	Valid
	2	0,34	0,386	Valid
	3	0,34	0,531	Valid
	4	0,34	0,660	Valid

Kuesioner	Pertanyaan	R Tabel	<i>Pearson Correlation</i>	Keterangan
	5	0,34	0,749	Valid
	6	0,34	0,431	Valid
	7	0,34	0,526	Valid
	8	0,34	0,540	Valid
Sikap	1	0,34	0,847	Valid
	2	0,34	0,784	Valid
	3	0,34	0,869	Valid
	4	0,34	0,614	Valid
	5	0,34	0,443	Valid
	6	0,34	0,538	Valid
	7	0,34	0,585	Valid
	8	0,34	0,884	Valid
	9	0,34	0,514	Valid
	10	0,34	0,596	Valid
	11	0,34	0,465	Valid
	12	0,34	0,570	Valid
Niat	1	0,34	0,720	Valid
	2	0,34	0,731	Valid
	3	0,34	0,840	Valid
	4	0,34	0,536	Valid
	5	0,34	0,604	Valid
Norma Subjektif	1	0,34	0,696	Valid
	2	0,34	0,711	Valid
	3	0,34	0,750	Valid
	4	0,34	0,804	Valid
	5	0,34	0,774	Valid

Kuesioner	Pertanyaan	R Tabel	<i>Pearson Correlation</i>	Keterangan
	6	0,34	0,656	Valid
Kontrol Perilaku	1	0,34	0,438	Valid
	2	0,34	0,707	Valid
	3	0,34	0,398	Valid
	4	0,34	0,423	Valid
	5	0,34	0,440	Valid
	6	0,34	0,620	Valid
	7	0,34	0,727	Valid
	8	0,34	0,372	Valid
	9	0,34	0,441	Valid
	10	0,34	0,440	Valid
	11	0,34	0,589	Valid
	12	0,34	0,602	Valid
	13	0,34	0,584	Valid

Hasil uji validitas pada kuesioner pengetahuan, sikap, niat, norma subjektif, dan kontrol perilaku ditemukan bahwa seluruh pertanyaan dinyatakan valid karena memiliki nilai *r* hitung atau nilai *pearson correlation* yang lebih tinggi dari nilai *r* tabel (Salsabila & Mahmudiono, 2024).

Tabel 2.7 Uji Reliabilitas Kuesioner berdasarkan TPB

Kuesioner	<i>Cronbach's Alpha</i> Minimum	Nilai <i>Cronbach's Alpha</i>
Pengetahuan	0,6	0,651
Sikap	0,6	0,868
Norma Subjektif	0,6	0,819
Kontrol Perilaku	0,6	0,786
Niat	0,6	0,708

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa kuesioner pengetahuan, sikap, norma subjektif, kontrol perilaku, dan niat merupakan kuesioner yang reliabel, dibuktikan dengan nilai *Cronbach's Alpha* yang lebih dari nilai minimum ($>0,06$) (Salsabila & Mahmudiono, 2024).

Referensi

- Ajzen, I. (2005). *Attitudes, personality and behaviour*. McGraw-hill education (UK).
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179-211.
- Salsabila, D. Q. N., & Mahmudiono, T. (2024). *Pengaruh edukasi gizi dengan media flash card terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku konsumsi makanan cepat saji pada remaja*. [Skripsi]. Universitas Airlangga

BAB III

TEORI HEALTH BELIEF MODEL (HBM)

Kuesioner berdasarkan Teori Health Belief Model (HBM)

Berdasarkan edukasi gizi yang dilakukan oleh Zainurrahmah & Mahmudiono (2024), teori HBM digunakan dalam kuesioner sikap untuk mengetahui adanya perubahan sikap pada individu. Berikut kuesioner sikap berdasarkan teori HBM yang disesuaikan dengan tujuan:

1. *Perceived Susceptibility*

Pada kuesioner ini berisi pernyataan atau persepsi-persepsi yang berkaitan dengan konsumsi sayur dan buah sehari-hari seperti akibat yang akan terjadi (Zainurrahmah & Mahmudiono, 2024). Responden akan menjawab dengan pilihan empat jawaban yaitu STS (Sangat tidak setuju), TS (Tidak setuju), S (Setuju), dan SS (Sangat Setuju). Yang selanjutnya tiap pilihan jawaban memiliki poin berbeda dan akan dijumlahkan untuk mengetahui kategori responden pada komponen tersebut.

Tabel 3.1 Tabel kuesioner *Perceived Susceptibility*

No.	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1.	Menurut saya, mengonsumsi buah dan sayur setiap hari akan membuat tubuh obesitas				
2.	Saya sulit buang air besar (BAB)				
3.	Menurut saya, konsumsi jajanan sembarangan bisa menyebabkan gemuk dan sakit perut				
4.	Saya merasa gemuk jika konsumsi buah dan sayur setiap hari				
5.	Saya merasa suatu saat saya bisa gemuk				
6.	Saya akan lemas jika tidak makan buah atau sayur				
7.	Menurut saya, gemuk membuat tubuh saya mudah capek				

2. *Perceived Severity*

Kuesioner ini akan berisi pernyataan mengenai suatu keparahan yang akan terjadi dan tindakan yang akan dilakukan untuk membentuk persepsi kesehatan. Responden akan menjawab dengan pilihan empat jawaban yaitu STS (Sangat tidak setuju), TS (Tidak setuju), S (Setuju), dan SS (Sangat Setuju). Yang selanjutnya tiap pilihan jawaban memiliki poin berbeda dan akan dijumlahkan untuk mengetahui kategori responden pada komponen tersebut (Zainurrahmah & Mahmudiono, 2024).

Tabel 3.2 Tabel kuesioner *Perceived Severity*

No.	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1.	Menurut saya, kegemukan atau Obesitas adalah penyakit yang berbahaya				
2.	Kalau saya susah BAB, saya merasa tidak nyaman				
3.	Saya akan berusaha mengonsumsi buah dan sayur secara perlahan				
4.	Jika saya Obesitas, maka orang tua saya khawatir denganku				
5.	Saya khawatir mengalami kegemukan atau obesitas				
6.	Saya akan merasa terus lapar jika tidak konsumsi buah atau sayur				

3. *Perceived Benefits*

Pada kuesioner ini akan berisi tentang manfaat yang akan didapatkan dari konsumsi buah dan sayur. Responden akan memilih dengan pengetahuan yang dimiliki pada sebelum edukasi, dan pengetahuan yang meningkat setelah dilakukan edukasi gizi dengan media (Zainurrahmah & Mahmudiono, 2024).

Tabel 3.3 Tabel kuesioner *Perceived Benefits*

No.	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1.	Menurut saya, konsumsi buah dan sayur dapat menjaga berat badan kita				
2.	Buah dan sayur, termasuk jus memberikan banyak manfaat bagi kesehatan kita				
3.	Buah dan sayur merupakan makanan tinggi serat				
4.	Konsumsi buah dan sayur dapat membantu ketika saya susah BAB				
5.	Ketika saya konsumsi buah dan sayur, mampu mencegah aku dari obesitas				

No.	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
6.	Jika saya konsumsi buah dan sayur, wajah dan badanku terlihat segar				

4. *Perceived Barriers*

Komponen ini dalam teori HBM merupakan hambatan. Dalam kuesioner ini berisi pernyataan-pernyataan yang berupa hambatan dalam konsumsi sayur dan buah oleh anak sekolah setiap harinya. Adanya penghalang ini yang terkadang membuat anak sekolah dasar tidak mengkonsumsi sayur dan buah dengan baik (Zainurrahmah & Mahmudiono, 2024).

Tabel 3.4 Tabel kuesioner *Perceived Barriers*

No.	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1.	Saya jarang konsumsi buah dan sayur				
2.	Keluarga saya tidak suka buah dan sayur, jadi saya tidak makan buah dan sayur				
3.	Teman saya tidak menyukai buah dan sayur, jadi saya tidak makan buah dan sayur				
4.	Saya merasa buah dan sayur bukanlah cemilan makanan				
5.	Saya menyukai rasa manis dari buah				
6.	Saya menyukai rasa dan bentuk dari sayur				
7.	Saya tidak menyukai bau dan rasa dari buah dan sayur				
8.	Buah selalu ada di rumah saya				
9.	Sayur selalu ada di rumah saya				

5. *Self-Efficacy*

Kuesioner ini berkaitan dengan kemampuan yang memang sudah ada dalam diri. Sebuah keyakinan yang besar terhadap diri sendiri khususnya dalam konsumsi sayur dan buah sehari-hari anak sekolah (Zainurrahmah & Mahmudiono, 2024).

Tabel 3.5 Tabel kuesioner *Self-Efficacy*

No.	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1.	Saya mampu mengkonsumsi buah dan sayur 2-3 porsi setiap hari				
2.	Apabila orang tua saya tidak menyiapkan buah atau sayur, maka saya akan menyiapkan sendiri				
3.	Bagi saya, konsumsi buah dan sayur sangatlah mudah				
4.	Saya yakin dapat konsumsi buah dan sayur				

A. Uji Validitas & Uji Reliabilitas Kuesioner

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui apakah pertanyaan pada kuesioner yang telah dibuat valid secara statistik sehingga hasil dari edukasi yang dilakukan menggunakan instrumen kuesioner ini hasilnya berpengaruh secara statistik. Kuesioner dianggap valid apabila nilai r -hitung $>$ r -tabel. Berikut uji validitas yang dilakukan oleh Zainurrahmah (2024).

Tabel 3.6 Tabel Uji Validitas Kuesioner berdasarkan Teori HBM

Pertanyaan	R-Tabel	R-Hitung	Keterangan
<i>Perceived Susceptibility</i>			
1	0,304	0,643	Valid
2	0,304	0,546	Valid
3	0,304	0,494	Valid
4	0,304	0,619	Valid
5	0,304	0,462	Valid
6	0,304	0,570	Valid
7	0,304	0,410	Valid
<i>Perceived Severity</i>			
1	0,304	0,594	Valid
2	0,304	0,632	Valid

Pertanyaan	R-Tabel	R-Hitung	Keterangan
3	0,304	0,632	Valid
4	0,304	0,612	Valid
5	0,304	0,699	Valid
6	0,304	0,608	Valid
<i>Perceived Benefits</i>			
1	0,304	0,611	Valid
2	0,304	0,545	Valid
3	0,304	0,543	Valid
4	0,304	0,662	Valid
5	0,304	0,704	Valid
6	0,304	0,609	Valid
<i>Perceived Barriers</i>			
1	0,304	0,621	Valid
2	0,304	0,873	Valid
3	0,304	0,792	Valid
4	0,304	0,684	Valid
5	0,304	0,370	Valid
6	0,304	0,334	Valid
7	0,304	0,710	Valid
8	0,304	0,449	Valid
9	0,304	0,514	Valid
<i>Self-Efficacy</i>			
1	0,304	0,648	Valid
2	0,304	0,690	Valid
3	0,304	0,780	Valid
4	0,304	0,590	Valid

Berdasarkan tabel diatas, diketahui semua pertanyaan dalam kuesioner valid dan dapat digunakan menjadi instrumen. Selain uji validitas, juga dilakukan uji reliabilitas untuk mengetahui konsistensi dari hal yang diukur. kuesioner dianggap reliabel apabila nilai cronbach's alpha > 0,600. Berikut hasil uji reliabilitas oleh Zainurrahmah (2024). Diketahui bahwa semua komponen teori HBM dalam kuesioner reliabel.

Tabel 3.6 Tabel Uji Reliabilitas Kuesioner

Pertanyaan	Cronbach's Alpha Minimum	Cronbach's Alpha	Keterangan
<i>Perceived Susceptibility</i>	0,600	0,604	Reliabel
<i>Perceived Severity</i>	0,600	0,686	Reliabel
<i>Perceived Barriers</i>	0,600	0,799	Reliabel
<i>Perceived Benefit</i>	0,600	0,664	Reliabel
<i>Self-Efficacy</i>	0,600	0,603	Reliabel

Referensi

- Fitriani, Y. L. (2019), Pendekatan health Belief Model (HBM) untuk Menganalisis Kepotahan Pasien Diabetes Mellitas Tipe 2 dalam Menggunakan Insulin. *Pharmaceutical Journal of Indonesia*, 167-177.
- Glanz, K.; Rimer, B.K.; Viswanath, K. (Eds.) (2008). *Health Behavior and Health Education: Theory, Research, and Practice*; John Wiley & Sons: Hoboken, NJ, USA.
- Kusumawardhani, M. P. (2025). Pengaruh Edukasi Gizi Berbasis Traffic Light Card Terhadap Pengetahuan, Penggunaan Label Informasi Nilai Gizi, Dan Konsumsi Minuman Berpemanis Pada Mahasiswa (Studi pada Mahasiswa Kesehatan dan Non Kesehatan Universitas Airlangga). [Skripsi]. Surabaya: Program Studi Sarjana Gizi. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Airlangga.
- Sukardi, S., Durratun Nashihah, and Ilham Nur Hanifan Maulana. (2024). "Empowering Communities for Sustainable Stunting Prevention: A Comprehensive Approach to Enhance Child Nutrition and Family Health Education." *Inovasi Kurikulum* 21(2):1125-36. doi: 10.17509/jik.v2112.68846.
- Zainurrahmah, N. S. & Mahmudiono, T. (2024). Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Seimbang "Isi Piringku" Menggunakan Media Ular Tangga Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak Sekolah (Studi di SD SAIM Surabaya). [Skripsi]. Surabaya:

Program Studi Sarjana Gizi. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Airlangga.

BAB IV

TEORI INTEGRATED BEHAVIOR MODEL (IBM)

Kuesioner berdasarkan Teori Health Belief Model (IBM)

Berdasarkan edukasi gizi yang dilakukan oleh Sari (2025), teori IBM digunakan dalam kuesioner untuk mengetahui adanya hubungan faktor-faktor pada teori IBM dengan pencegahan anemia. Berikut kuesioner berdasarkan teori IBM yang disesuaikan dengan tujuan:

1. Knowledge and Skills

Kuesioner ini berisi pengetahuan terkait materi yang dibuat oleh Sari (2025) ini terkait dengan pencegahan anemia pada remaja sehingga kuesioner ini mengukur terkait pengetahuan dan kemampuan responden dengan pilihan jawaban yang hanya benar dan salah.

Tabel 4.1 Tabel kuesioner *knowledge and skills*

No.	Pertanyaan	Benar	Salah
1.	Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari 12 gr/dL		
2.	Tanda dan gejala anemia adalah cepat lelah dan kulit pucat		
3.	Remaja putri lebih berisiko terkena anemia karena kehilangan darah akibat menstruasi setiap bulan		
4.	Dampak anemia pada remaja putri adalah penurunan konsentrasi belajar		
5.	Vitamin yang dapat membantu meningkatkan penyerapan zat besi dalam tubuh adalah vitamin C		
6.	Memilih makanan yang bergizi seperti daging, ikan, buah, dan sayur untuk mencegah anemia		
7.	Mengonsumsi teh atau kopi saat dan/atau sesudah makan menghambat penyerapan zat besi dalam tubuh		
8.	Mengonsumsi tablet tambah darah satu kali seminggu atau satu kali sehari selama menstruasi		
9.	Mencari informasi yang relevan tentang pencegahan anemia melalui sumber terpercaya		
10.	Mengikuti pemeriksaan kesehatan secara		

No.	Pertanyaan	Benar	Salah
	rutin untuk menjaga risiko anemia		

2. *Silence of the Behavior*

Pada bagian ini, kuesioner akan berisi tentang perilaku-perilaku yang dirasa penting sesuai dengan materi yang ada. Fungsinya untuk mengukur tingkat perilaku responden. Kuesioner akan berisi perilaku-perilaku yang condong ke arah negatif maupun positif, lalu responden akan menjawab dengan pilihan 4 jawaban yaitu STS (Sangat tidak setuju), TS (Tidak setuju), S (Setuju), dan SS (Sangat Setuju). Penilaian dengan menggunakan poin dengan menjumlahkan seluruh jawaban (Sari, 2025).

Tabel 4.2 Tabel kuesioner *silence of the behavior*

No.	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1.	Saya menyadari pentingnya mencegah anemia untuk kualitas hidup saya				
2.	Saya menyadari bahwa anemia yang tidak dicegah bisa berdampak buruk pada kesehatan di masa depan				
3.	Saya merasa bahwa menjaga kadar zat besi yang cukup adalah prioritas kesehatan saya				
4.	Memilih makanan yang kaya zat besi adalah bagian penting dari kebiasaan saya				
5.	Saya merasa bahwa mengkonsumsi tablet tambah darah secara rutin itu penting				
6.	Saya percaya bahwa pemeriksaan rutin dapat membantu saya mengetahui risiko anemia lebih awal				
7.	Saya sadar bahwa kebiasaan mengkonsumsi teh atau kopi dapat menghambat penyerapan zat besi				
8.	Saya merasa penting untuk mendapatkan informasi tentang				

No.	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
	pengecahan anemia				

3. *Intention to Perform the Behavior*

Pada kuesioner ini berkaitan dengan niat seseorang dalam melakukan *behaviour*, sehingga kuesioner juga berisi beberapa niatan perilaku yang akan dilakukan dalam usaha pencegahan anemia. Jawaban dari pertanyaan tersebut terdiri dari 4 jawaban yaitu STS (Sangat tidak setuju), TS (Tidak setuju), S (Setuju), dan SS (Sangat Setuju). Responden memilih sesuai dengan pendapatnya yang nantinya jumlah poin akan menjadi representasi dari niat responden dalam pencegahan anemia (Sari, 2025).

Tabel 4.3 Tabel kuesioner *intention to perform the behavior*

No.	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1.	Saya akan mengonsumsi tablet tambah darah sesuai dosis yang dianjurkan (satu kali seminggu atau satu kali sehari selama menstruasi) karena membantu saya terhindar dari anemia				
2.	Saya akan mengonsumsi tablet tambah darah dengan kopi atau teh untuk menghindari rasanya yang tidak enak				
3.	Saya tidak ingin mengonsumsi tablet tambah darah karena menyebabkan mual				
4.	Saya akan membeli tablet tambah darah secara mandiri karena lebih mudah untuk disimpan sebagai persediaan				
5.	Saya akan meminta orang tua dan/atau teman saya untuk mengingatkan saya mengonsumsi tablet tambah darah supaya tidak lupa				
6.	Saya akan rutin mengonsumsi makanan berprotein nabati (tahu dan tempe) karena lebih murah harganya dibandingkan protein hewani (daging dan ikan)				

4. *Environmental Constraints*

Kuesioner ini akan berisi pertanyaan-pertanyaan seputar lingkungan yang mungkin terjadi pada responden. Pengisian kuesioner juga dapat memberikan informasi terkait kendala lingkungan yang mungkin dihadapi oleh responden. Pengisian kuesioner ini berisi empat jawaban yang bisa dipilih yaitu STS (Sangat tidak setuju), TS (Tidak setuju), S (Setuju), dan SS (Sangat Setuju). Penilaian menggunakan skor pada setiap pilihan jawaban yang selanjutnya akan diakumulasi dan dikategorikan sesuai jumlah poin pada tiap sasaran (Sari, 2025).

Tabel 4.4 Tabel kuesioner *environmental constraints*

No.	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1.	Minimnya pelaksanaan penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan anemia, baik di lingkungan sekolah maupun di fasilitas kesehatan				
2.	Adanya kendala biaya untuk membeli kebutuhan makanan bergizi (daging, ikan, buah, sayur) karena harganya mahal				
3.	Terbatasnya sarana transportasi menjangkau fasilitas kesehatan melakukan pemeriksaan kesehatan dalam melakukan pemeriksaan kesehatan				
4.	Jarak fasilitas kesehatan yang jauh dari tempat tinggal membuat saya kesulitan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan				
5.	Kurangnya dukungan dari keluarga dan/atau teman sebaya saya untuk melakukan pencegahan anemia				
6.	Ketersediaan tablet tambah darah yang minim dan sulit terjangkau				
7.	Adanya makanan cepat saji membuat saya lebih tertarik daripada mengkonsumsi buah dan sayur				
8.	Terbatasnya akses ke sumber informasi yang akurat tentang cara mencegah anemia				

5. *Habit*

Pada kuesioner ini berkaitan dengan kebiasaan-kebiasaan yang bertujuan dalam pencegahan anemia pada remaja. Responden akan mengisi beberapa pertanyaan kebiasaan sesuai dengan kondisi individu. Terdapat lima pilihan jawaban yang dapat dipilih yaitu SL (Selalu), SR (Sering), K (Kadang-kadang), J (Jarang), dan TP (Tidak pernah). Sama seperti kuesioner sebelumnya penilaian akan menggunakan poin lalu dijumlahkan dan dikategorikan (Sari, 2025).

Tabel 4.5 Tabel kuesioner *habit*

No.	Pertanyaan	SL	SR	K	J	TP
1.	Saya rutin mengonsumsi makanan yang kaya zat besi (daging, ikan, buah, sayur) setiap hari					
2.	Saya rutin mengonsumsi tablet tambah darah sesuai dosis yang dianjurkan (satu kali seminggu atau satu kali sehari selama menstruasi)					
3.	Saya rutin mengonsumsi makanan yang mengandung vitamin C seperti jeruk, nanas, tomat, dan jambu					
4.	Saya rutin mengonsumsi teh atau kopi setiap hari					
5.	Saya rutin melakukan pemeriksaan kesehatan meskipun tidak ada gejala					
6.	Saya rutin mengikuti kegiatan sosialisasi tentang pencegahan anemia					
7.	Saya rutin mengonsumsi makanan cepat saji (fast food)					

A. Uji Validitas & Uji Reliabilitas Kuesioner

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui apakah pertanyaan pada kuesioner yang telah dibuat valid secara statistik sehingga hasil dari edukasi yang dilakukan menggunakan instrumen kuesioner ini hasilnya berpengaruh secara statistik. Kuesioner dianggap valid apabila nilai r -hitung $>$ r -tabel. Berikut uji validitas yang dilakukan oleh Sari (2025).

Tabel 4.6 Tabel Uji Validitas Kuesioner berdasarkan Teori IBM

Pertanyaan	R-Tabel	R-Hitung	Keterangan
<i>Knowledge and Skills</i>			
1	0,444	0,506	Valid
2	0,444	0,521	Valid
3	0,444	0,501	Valid
4	0,444	0,503	Valid
5	0,444	0,511	Valid
6	0,444	0,501	Valid
7	0,444	0,469	Valid
8	0,444	0,511	Valid
9	0,444	0,638	Valid
10	0,444	0,542	Valid
<i>Silence of the Behavior</i>			
1	0,444	0,541	Valid
2	0,444	0,453	Valid
3	0,444	0,571	Valid
4	0,444	0,488	Valid
5	0,444	0,464	Valid
6	0,444	0,541	Valid
7	0,444	0,665	Valid
8	0,444	0,757	Valid
<i>Intention to Perform the Behavior</i>			
1	0,444	0,733	Valid
2	0,444	0,515	Valid
3	0,444	0,604	Valid
4	0,444	0,561	Valid

Pertanyaan	R-Tabel	R-Hitung	Keterangan
5	0,444	0,517	Valid
6	0,444	0,776	Valid
<i>Environmental Constraints</i>			
1	0,444	0,601	Valid
2	0,444	0,740	Valid
3	0,444	0,843	Valid
4	0,444	0,718	Valid
5	0,444	0,743	Valid
6	0,444	0,739	Valid
7	0,444	0,751	Valid
8	0,444	0,728	Valid
<i>Habit</i>			
1	0,444	0,456	Valid
2	0,444	0,717	Valid
3	0,444	0,570	Valid
4	0,444	0,563	Valid
5	0,444	0,530	Valid
6	0,444	0,556	Valid
7	0,444	0,480	Valid

Berdasarkan tabel diatas, diketahui semua pertanyaan dalam kuesioner valid dan dapat digunakan menjadi instrumen. Selain uji validitas, juga dilakukan uji reliabilitas untuk mengetahui konsistensi dari hal yang diukur. kuesioner dianggap reliabel apabila nilai cronbach's alpha > 0,600. Berikut uji reliabilitas oleh Sari (2025). Diketahui bahwa semua komponen teori IBM dalam kuesioner reliabel.

Tabel 4.6 Tabel Uji Reliabilitas Kuesioner berdasarkan Teori IBM

Pertanyaan	Cronbach's Alpha Minimum	Cronbach's Alpha	Keterangan
<i>Knowledge and Skills</i>	0,600	0,700	Reliabel
<i>Silence of the Behavior</i>	0,600	0,679	Reliabel
<i>Intention to Perform the Behavior</i>	0,600	0,613	Reliabel
<i>Environmental Constraints</i>	0,600	0,873	Reliabel
<i>Habit</i>	0,600	0,625	Reliabel

Referensi

Chusniah Rachmawati, W. (2019). Promosi kesehatan dan ilmu perilaku.

Glanz, K.; Rimer, B.K.; Viswanath, K. (Eds.) (2008). Integrated Behavioral Model: Theory, Research, and Practice; John Wiley & Sons: Hoboken, NJ, USA.

Sari, J. N. P. (2025). Analisis Faktor yang Berhubungan Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Anyar Surabaya Berdasarkan Teori Integrated Behavioral Model (IBM). [Skripsi]. Surabaya: Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan. Fakultas Keperawatan. Universitas Airlangga.

BAB V

TEORI PRECEDE PROCEED

Kuesioner Berdasarkan Teori *Precede-Proceed*

1. Kuesioner Pengetahuan

Kuesioner pengetahuan digunakan untuk menilai sejauh mana responden memahami materi yang disampaikan dalam kegiatan edukasi gizi. Berikut ini merupakan contoh kuesioner pengetahuan terkait pemilihan pangan jajanan anak sekolah (PJAS) yang disusun berdasarkan kerangka teori *Precede-Proceed* sebagaimana diterapkan oleh Lindayanti & Mahmudiono (2025).

Tabel 5.1 Kuesioner Pengetahuan PJAS

No	Pertanyaan	Jawaban	
		Benar	Salah
1.	Jajanan aman adalah jajanan yang tidak mengandung bahan berbahaya serta bebas dari kuman dan bakteri		
2.	Makanan yang bersih dan tertutup termasuk makanan yang aman untuk dimakan		
3.	Makanan jajanan dapat digunakan sebagai pengganti makan siang		
4.	Kuman dan bakteri merupakan cemaran biologi yang berbahaya		
5.	Jajanan yang dijual di pinggir jalan dapat langsung dimakan karena terjamin aman dan sehat		
6.	Jajanan yang bungkusnya sudah rusak/bocor/sobek tidak aman untuk dimakan		
7.	Formalin, boraks, rhodamin B, <i>methanil yellow</i> merupakan bahan kimia yang berbahaya jika digunakan sebagai bahan tambahan pangan		
8.	Formalin adalah bahan kimia berbahaya yang digunakan untuk mengawetkan makanan		
9.	Boraks adalah bahan kimia berbahaya yang membuat makanan kenyal, keras dan awet		
10.	Jajanan yang menggunakan pemanis buatan seperti aspartam dan sakarin		

No	Pertanyaan	Jawaban	
		Benar	Salah
	aman dikonsumsi setiap hari		
11.	Sosis dan pentol dengan saus yang berwarna merah mencolok adalah contoh jajanan yang tidak sehat		
12.	Jajanan yang warnanya terang dan sangat menyala aman untuk dimakan		
13.	Kerupuk warna warni, permen, minuman berwarna, es lilin adalah contoh makanan yang aman, sehat, dan bergizi		
14.	Jajanan yang warnanya membekas di tangan menandakan jajanan tersebut tidak aman		
15.	Makanan yang sudah berbau tengik tidak boleh dimakan		
16.	Jajanan yang tidak aman dapat menyebabkan keracunan, mual, muntah, pusing, dan diare		
17.	Makanan kemasan yang kadaluarsa masih aman untuk dikonsumsi		
18.	Kebiasaan mencuci tangan sebelum makan adalah salah satu cara mencegah kontaminasi makanan		

2. Kuesioner Sikap

Kuesioner sikap digunakan untuk menilai sejauh mana individu memberikan penilaian positif atau negatif terhadap suatu perilaku. Contoh berikut merupakan kuesioner sikap mengenai pemilihan pangan jajanan anak sekolah (PJAS) yang disusun berdasarkan kerangka teori *Precede-Proceed* sebagaimana digunakan dalam oleh Lindayanti & Mahmudiono (2025).

Tabel 5.2 Kuesioner Sikap PJAS

No	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
1.	Dalam memilih jajanan yang aman, sebaiknya tidak mengandung bahan berbahaya serta bebas dari kuman dan					

No	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
	bakteri					
2.	Dalam memilih jajanan, sebaiknya pilih jajanan yang tertutup/terbungkus dan tidak dikerubungi lalat					
3.	Dalam memilih jajanan, pilih yang bungkusnya menarik					
4.	Membeli jajanan sebaiknya di tempat/area yang bersih dan jauh dari tumpukan sampah					
5.	Sebaiknya memberi makanan yang warnanya tidak terlalu mencolok					
6.	Sebelum membeli jajanan kemasan, tidak perlu memperhatikan tanggal kadaluarsa					
7.	Lebih baik mengurangi konsumsi jajanan kemasan dan berpengawet					
8.	Saat membeli jajanan harus memperhatikan juga komposisi dan kandungan gizinya					
9.	Sebaiknya menghindari makanan yang mengandung pemanis buatan					
10.	Lebih baik memilih jajanan berupa buah-buahan daripada jajanan seperti permen, kerupuk warna-warni, atau es lilin					
11.	Saat membeli jajanan, tidak perlu memperhatikan kebersihan penjual dan alatnya					
12.	Lebih baik membawa bekal dari rumah daripada membeli jajanan di luar setiap hari					
13.	Sebelum makan, sebaiknya mencuci tangan terlebih dahulu					

3. Kuesioner Perilaku

Kuesioner perilaku digunakan untuk mengukur tindakan secara nyata individu dalam menerapkan atau melakukan suatu perubahan perilaku. Berikut ini merupakan contoh kuesioner perilaku terkait pemilihan pangan jajanan anak sekolah (PJAS) yang disusun berdasarkan kerangka teori *Precede-Proceed* sebagaimana diterapkan oleh Lindayanti & Mahmudiono (2025).

Tabel 5.3 Kuesioner Perilaku PJAS

No	Pertanyaan	Jawaban	
		Ya	Tidak
1.	Apakah kamu selalu memperhatikan kebersihan tempat dan penjual saat membeli jajanan?		
2.	Apakah kamu menghindari membeli jajanan dari pedagang yang tidak menggunakan sarung tangan atau alat penjepit saat menyajikan makanan?		
3.	Apakah kamu selalu membeli jajanan dari penjual yang menyimpan makanannya dalam wadah tertutup?		
4.	Apakah kamu menghindari membeli jajanan di tempat terbuka?		
5.	Apakah kamu selalu memeriksa tanggal kadaluarsa pada makanan kemasan sebelum membeli?		
6.	Apakah kamu selalu memeriksa komposisi pada makanan kemasan sebelum membeli?		
7.	Apakah kamu akan lebih memilih membeli buah segar/jus buah dibandingkan jajanan pinggir jalan dan bersaus?		
8.	Apakah kamu menghindari membeli jajanan yang memiliki bau tidak sedap?		
9.	Apakah kamu suka membeli jajanan sosis dan pentol bersaus yang dijual penjual di luar sekolah		
10.	Apakah kamu suka membeli jajanan		

No	Pertanyaan	Jawaban	
		Ya	Tidak
	warna-warni dan mencolok seperti es dengan sirup aneka warna, kerupuk warna-warni, dll?		
11.	Apakah kamu suka membeli makanan atau minuman berpemanis seperti permen, lolipop, permen kapas, es lilin, dll?		
12.	Apakah kamu membawa bekal dari rumah dan tidak jajan sembarangan di luar sekolah?		
13.	Jika jajan kamu tidak sengaja terjatuh di lantai, apakah kamu tetap memakannya?		
14.	Apakah kamu selalu mencuci tangan sebelum makan jajanan?		

A. Uji Validitas & Uji Reliabilitas Kuesioner

Uji validitas dan uji reliabilitas dilakukan pada kuesioner pengetahuan, sikap, perilaku terkait pemilihan makanan jajanan anak sekolah (PJAS). Berikut adalah hasil uji validitas dan reliabilitas kuesioner oleh Lindayanti & Mahmudiono (2025)

Tabel 5.4 Uji Validitas Kuesioner berdasarkan Teori *Precede-Proceed*

Kuesioner	Pertanyaan	R Tabel	<i>Pearson Correlation</i>	Keterangan
Pengetahuan	1	0,3388	0,461	Valid
	2	0,3388	0,380	Valid
	3	0,3388	0,476	Valid
	4	0,3388	0,378	Valid
	5	0,3388	0,381	Valid
	6	0,3388	0,689	Valid
	7	0,3388	0,575	Valid
	8	0,3388	0,584	Valid
	9	0,3388	0,581	Valid

Kuesioner	Pertanyaan	R Tabel	<i>Pearson Correlation</i>	Keterangan
	10	0,3388	0,404	Valid
	11	0,3388	0,392	Valid
	12	0,3388	0,383	Valid
	13	0,3388	0,403	Valid
	14	0,3388	0,682	
	15	0,3388	0,379	Valid
	16	0,3388	0,421	Valid
	17	0,3388	0,590	Valid
	18	0,3388	0,556	Valid
Sikap	1	0,3388	0,555	Valid
	2	0,3388	0,585	Valid
	3	0,3388	0,733	Valid
	4	0,3388	0,488	Valid
	5	0,3388	0,547	Valid
	6	0,3388	0,521	Valid
	7	0,3388	0,672	Valid
	8	0,3388	0,453	Valid
	9	0,3388	0,496	Valid
	10	0,3388	0,551	Valid
	11	0,3388	0,615	Valid
	12	0,3388	0,366	Valid
	13	0,3388	0,657	
Perilaku	1	0,3388	0,525	Valid
	2	0,3388	0,433	Valid
	3	0,3388	0,334	Valid
	4	0,3388	0,373	Valid

Kuesioner	Pertanyaan	R Tabel	<i>Pearson Correlation</i>	Keterangan
	5	0,3388	0,503	Valid
	6	0,3388	0,413	Valid
	7	0,3388	0,538	Valid
	8	0,3388	0,376	Valid
	9	0,3388	0,451	Valid
	10	0,3388	0,417	Valid
	11	0,3388	0,556	Valid
	12	0,3388	0,552	Valid
	13	0,3388	0,398	Valid
	14	0,3388	0,399	Valid

Hasil uji validitas pada kuesioner pengetahuan, sikap, dan perilaku ditemukan bahwa seluruh pertanyaan dinyatakan valid karena memiliki nilai *r* hitung atau nilai *pearson correlation* yang lebih tinggi dari nilai *r* tabel (Lindayanti & Mahmudiono, 2025).

Tabel 15.5 Uji Reliabilitas Kuesioner berdasarkan Teori *Precede-Proceed*

Kuesioner	<i>Cronbach's Alpha</i> Minimum	Nilai <i>Cronbach's Alpha</i>
Pengetahuan	0,70	0,813
Sikap	0,70	0,804
Perilaku	0,70	0,706

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa kuesioner pengetahuan, sikap, dan perilaku merupakan kuesioner yang reliabel untuk digunakan, dibuktikan dengan nilai *Cronbach's Alpha* yang lebih dari nilai minimum (>0,70) (Lindayanti & Mahmudiono, 2025).

Referensi

- Chusniah Rachmawati, W. (2019). Promosi kesehatan dan ilmu perilaku.
- Glanz, K.; Rimer, B.K.; Viswanath, K. (Eds.) (2008). *Integrated Behavioral Model: Theory, Research, and Practice*; John Wiley & Sons: Hoboken, NJ, USA.
- Lindayanti, T. E., & Mahmudiono, T. (2025). Pengaruh edukasi gizi terkait

keamanan pangan berbasis edutainment terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku pemilihan pangan jajanan anak sekolah (PJAS): Studi di SDN Mojo III (Skripsi). Universitas Airlangga.