

Lampiran 1. Alat Ukur *Planned Behavior*

KATA PENGANTAR

Sebagai mahasiswa tingkat akhir, salah satu syarat yang harus dipenuhi untuk dapat lulus sebagai Sarjana Psikologi adalah dengan menyusun skripsi. Adapun judul skripsi ini adalah “Kontribusi Determinan-determinan Terhadap *Intention* Untuk Menjaga Kebugaran Tubuh Dengan Senam Aerobik Pada Peserta Senam Di Sanggar Senam “X” Bandung”.

Dalam lampiran berikut, terdapat kuesioner yang berisi pernyataan-pernyataan yang berhubungan dengan penelitian yang saya lakukan, yaitu menjaga kebugaran tubuh dengan senam aerobik. Sehubungan dengan hal tersebut, maka saudara dimohon kesediannya untuk meluangkan waktu mengisi kuesioner ini. Data yang akan diperoleh nantinya akan dipergunakan untuk penelitian ini.

Informasi yang saudara berikan akan bermanfaat bagi penelitian ini. Oleh karena itu, saudara diharapkan untuk mengisi dengan sungguh-sungguh dan sejujurnya sesuai dengan pribadi Saudara sendiri mengenai hal-hal tersebut. Identitas dan jawaban Saudara akan saya rahasiakan dalam pengisian kuesioner ini.

Semoga penelitian ini dapat bermanfaat dan dapat menjadi informasi tambahan bagi mereka yang membutuhkan.

Terima kasih atas perhatian dan waktu yang telah Saudara sediakan.

Peneliti

Data Pribadi

Nama (inisial) :

Usia :

Sudah berapa lama mengikuti senam aerobik :

Berapa kali / minggu :

Jenis senam yang rutin diikuti :

Petunjuk pengisian:

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan dengan tujuh pilihan jawaban yang berkaitan dengan *intention* (niat) beserta determinan-determinannya untuk melakukan diet rendah kolesterol. Jawablah semua pernyataan tersebut sesuai dengan diri Saudara dengan cara melingkari angka yang sesuai pada setiap nomor.

Contoh :

Menurut Saudara, cuaca di Kota Bandung belakangan ini ...

Baik : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Buruk
Sangat Cukup Agak Netral Agak Cukup Sangat

Jika menurut Saudara cuaca di Kota Bandung belakangan ini sangat baik, maka lingkari angka 1. Jika menurut Saudara cuaca di Kota Bandung belakangan ini cukup baik, maka lingkari angka 2, demikian seterusnya.

Dalam menjawab, harap diingat point-point berikut ini:

- Pastikan untuk menjawab seluruh nomor, jangan sampai ada nomor yang tidak diisi.
- Jangan melingkari lebih dari satu angka pada setiap nomor

1. Bagi saya menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik merupakan hal yang....

Mudah : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Sulit

2. Keluarga saya berpikir bahwa....

Saya harus : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Saya tidak harus
menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik

3. Bagi saya menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik merupakan hal yang....

Baik : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Buruk

4. Saya berencana untuk menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik....

Sesuai dengan : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Tidak sesuai dengan
diri saya diri saya

5. Saya sendiri yang memutuskan untuk menjaga / tidak menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik

Setuju : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Tidak setuju

6. Sebagian besar teman saya berpikir bahwa....

Saya harus : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Saya tidak harus
menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik

7. Bagi saya menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik merupakan hal yang....

Penting : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Tidak penting

8. Saya....

Akan : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Tidak akan

mencoba menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik

9. Saya yakin bahwa jika saya mau, saya dapat menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik

Benar : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Salah

10. Instruktur senam berpikir bahwa....

Saya harus : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Saya tidak harus

menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik

11. Bagi saya menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik merupakan hal yang....

Menyenangkan : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Tidak menyenangkan

12. Saya....

Akan : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Tidak akan

berusaha menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik

13. Bagi saya menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik merupakan hal yang....

Mungkin: 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Tidak mungkin

14. Pacar/suami saya berpikir bahwa

Saya harus : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Saya tidak harus

menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik

15. Bagi saya menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik merupakan hal yang....

Menarik : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Membosankan

16. Saya berniat untuk menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik

Setuju : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Tidak setuju

Lampiran 2. Data Penunjang

1. Apakah Saudara mengetahui **manfaat** yang akan Saudara peroleh jika melakukan senam aerobik? Ya / Tidak
Jika “Ya”, apa saja keuntungannya?
.....
.....

2. Apakah Saudara mampu menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik **secara rutin**?
 - a. mampu
 - b. cukup mampu
 - c. kurang mampu
 - d. tidak mampu

3. **Darimana Saudara memperoleh informasi** mengenai menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik?
(jawaban boleh lebih dari satu pilihan)
 - a. Instruktur senam
 - b. Teman
 - c. Keluarga
 - d. Pacar
 - e. Buku
 - f. Lainnya :

4. Menurut Saudara, **informasi yang Saudara ketahui** tentang menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik :
 - a. banyak
 - b. cukup

c. sedikit

5. Menurut Saudara, apakah informasi yang Saudara peroleh mengenai senam aerobik **dapat membantu** Saudara dalam menjaga kebugaran tubuh?

- a. sangat membantu
- b. cukup membantu
- c. kurang membantu
- d. tidak membantu

6. Apakah suasana hati berhubungan dengan niat saudara untuk menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik? Ya / Tidak

Jika “Ya”, jawablah pertanyaan nomor 7 dan 8

7. **Suasana hati** seperti apakah yang dapat **mendukung** Saudara dalam menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik?

.....

8. **Suasana hati** seperti apakah yang dapat **menghambat** Saudara dalam menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik?

.....

9. Menurut Saudara apakah dukungan sosial mempengaruhi Saudara dalam menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik? Ya / Tidak

Jika “Ya”, **siapa saja yang dapat mempengaruhi Saudara** dalam menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik?

.....

10. Apakah Saudara mengalami kesulitan dalam menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik? Ya / Tidak *)

Jika “Ya”, **Kesulitan** seperti apa yang Saudara alami ketika menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik :

- a. jarak
- b. waktu
- c. rasa malas
- d. gerakan cepat dan variatif
- e. Lainnya

Lampiran 3. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

A. Validitas *Intention*

No.Item	Koefisien	Keterangan
4	0,766	Diterima
8	0,822	Diterima
12	0,841	Diterima
16	0,882	Diterima

B. Validitas *Attitude Toward The Behavior*

No.Item	Koefisien	Keterangan
3	0,776	Diterima
7	0,822	Diterima
11	0,558	Diterima
15	0,782	Diterima

C. Validitas *Subjective Norms*

No.Item	Koefisien	Keterangan
2	0,782	Diterima
6	0,813	Diterima
10	0,506	Diterima

14	0,765	Diterima
----	-------	----------

D. Validitas *Perceived Behavioral Control*

No.Item	Koefisien	Keterangan
1	0,714	Diterima
5	0,709	Diterima
9	0,723	Diterima
13	0,647	Diterima

E. Reliabilitas

Alpha Cronbach = 0,8543

Lampiran 4. Karakteristik Responden

Subjek	Usia	Lama mengikuti	Berapa X / minggu	Jenis senam rutin
1	27	2 t	2 x	H
2	22	3 b	2 x	H
3	22	3 b	2 x	H
4	23	3 b	2 x	H
5	28	2 b	4 x	H
6	24	6 b	2 x	H
7	18	2 t	2 x	H
8	23	2 t	4 x	H - L
9	21	2 b	2 x	H
10	22	2 b	2 x	H
11	21	2 b	2 x	H
12	20	3 b	2 x	H
13	23	2 t	4 x	H - L
14	23	3 t	4 x	H
15	21	8 b	6 x	H
16	25	3 b	2 x	L
17	25	3 b	2 x	H
18	18	6 b	3 x	H
19	23	6 t	3 x	L
20	22	2 b	3 x	H - L
21	27	2 b	2 x	L
22	19	6 b	2 x	H
23	19	2 b	2 x	H
24	19	3 t	2 x	H

25	20	2 b	3 x	H
26	19	2 b	2 x	H
27	20	2 b	2 x	H
28	22	2 b	2 x	H
29	22	1 t	5 x	H
30	18	3 b	2 x	H
31	22	2 b	2 x	H
32	21	5 b	5 x	H
33	30	5 b	5 x	H - L
34	24	1 t	3 x	L
35	24	2 t	2 x	H - L
36	24	2 t	2 x	H
37	30	4 t	2 x	H - L
38	34	2 t	4 x	L
39	21	2 b	2 x	H
40	30	3 b	2 x	L
41	20	2 b	2 x	H
42	21	2 b	2 x	H
43	21	2 b	2 x	H
44	22	2 t	3 x	H - L
45	20	3 b	2 x	H
46	21	3 b	3 x	H
47	22	10 t	8 x	H
48	22	10 t	3 x	L
49	23	10 b	4 x	H - L
50	23	3 b	2 x	H
51	32	10 t	10 x	H

52	22	8 b	4 x	H
53	22	4 b	2 x	H
54	22	2 b	2 x	L
55	23	3 b	2 x	H - L
56	22	6 b	6 x	H
57	22	8 b	5 x	H
58	22	4 t	2 x	H

Lampiran 5. Hasil Data Mentah

NO	ATB 3	ATB 7	ATB11	ATB15	SN 2	SN 6	SN10	SN14	PBC1	PBC5	PBC9	PBC13	INT4	INT8	INT12	INT16
1	6	6	6	6	4	4	5	4	5	6	6	6	5	5	6	5
2	6	5	6	5	6	6	6	2	3	6	5	6	6	6	5	6
3	7	6	6	7	6	5	6	7	6	7	7	7	6	7	6	6
4	7	6	6	6	7	6	6	7	4	6	6	7	6	6	6	6
5	4	5	7	4	5	5	6	7	4	6	7	7	5	4	7	7
6	7	7	7	3	1	1	7	4	3	7	7	7	7	7	7	7
7	7	7	6	6	4	6	6	4	5	7	7	7	6	6	6	7
8	7	7	7	6	6	6	4	7	7	7	7	7	7	7	7	7
9	6	5	6	6	3	4	7	4	4	7	7	7	6	6	6	6
10	6	6	6	6	6	6	6	7	4	7	6	5	6	6	6	6
11	7	7	6	6	6	4	4	4	7	7	7	6	7	7	6	6
12	7	7	7	7	6	6	6	7	7	7	7	7	7	7	7	7
13	7	7	7	6	6	5	7	6	7	7	7	7	7	7	7	7
14	7	7	7	7	6	5	6	6	6	7	7	7	7	7	6	7
15	7	7	7	7	6	4	5	5	6	7	6	7	5	7	7	7
16	7	6	6	5	6	7	7	5	4	6	5	6	6	6	6	6
17	3	2	6	4	4	4	5	4	3	3	3	4	4	4	3	4
18	7	7	6	6	5	4	6	4	5	7	7	7	7	7	7	7
19	7	4	7	5	1	1	4	4	7	6	6	6	5	5	3	5
20	7	5	7	6	4	4	4	4	6	6	5	6	6	5	5	5
21	7	6	7	7	4	3	4	6	3	6	6	7	7	6	7	7
22	7	7	7	7	6	6	7	7	6	7	7	7	7	7	7	7
23	7	7	7	7	4	4	7	4	2	7	7	7	7	7	7	7
24	7	7	7	7	7	6	6	6	6	7	7	6	7	7	7	7
25	7	6	6	6	4	6	6	4	6	2	7	6	5	6	6	6
26	7	6	6	6	4	4	6	4	4	6	6	6	7	6	6	6
27	6	6	6	6	4	6	5	7	4	5	7	7	5	5	6	6
28	7	7	7	7	6	6	7	7	6	7	7	7	6	6	6	6
29	7	7	6	5	7	6	6	6	5	7	7	7	6	6	6	7

30	7	7	7	7	6	5	7	7	7	6	6	7	7	7	7	7
31	7	7	6	5	6	5	5	5	4	5	5	5	7	5	6	5
32	7	7	7	6	6	4	4	6	7	7	6	6	7	7	7	7
33	7	7	7	7	4	4	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
34	7	6	7	7	4	4	4	4	6	7	6	7	7	6	7	7
35	7	6	5	6	4	4	4	4	5	7	7	7	7	7	7	7
36	7	6	5	5	3	6	5	6	7	7	7	6	7	6	6	6
37	6	7	7	7	5	4	4	4	6	7	6	6	6	6	7	7
38	6	6	6	6	1	4	6	4	6	6	6	5	6	6	6	6
39	7	7	7	7	4	4	7	4	7	6	6	7	7	7	7	7
40	6	5	6	6	3	2	4	2	4	5	7	7	5	6	6	6
41	7	7	7	7	6	7	7	5	7	7	7	7	7	7	7	7
42	7	5	7	6	5	4	4	4	6	7	7	7	6	7	7	7
43	7	6	7	7	5	6	6	6	6	7	7	7	7	7	6	7
44	7	6	5	5	6	5	6	4	3	6	6	5	6	6	5	5
45	7	7	7	7	5	4	7	4	6	6	7	7	7	7	7	7
46	7	7	7	6	3	3	6	4	4	7	6	7	7	6	6	6
47	6	4	7	6	6	6	6	6	7	7	6	6	7	6	6	6
48	7	7	6	5	6	4	7	6	7	7	7	6	7	6	7	7
49	7	7	7	7	4	5	6	6	5	7	7	7	6	7	7	7
50	7	6	5	7	5	3	7	5	2	7	7	6	4	7	5	7
51	7	7	7	7	4	5	6	4	6	6	7	7	7	7	7	7
52	7	7	7	7	6	7	6	7	6	7	7	7	7	7	7	7
53	7	6	7	6	4	4	4	4	6	7	7	7	7	6	6	6
54	7	6	5	6	6	5	4	6	5	5	6	6	4	5	6	4
55	7	7	6	6	3	6	6	4	2	7	7	7	5	6	7	6
56	5	5	5	5	3	5	6	6	3	6	7	6	4	7	6	6
57	7	7	7	7	6	6	6	7	7	7	7	5	5	7	7	7
58	7	7	5	5	2	6	5	6	5	7	7	7	7	7	6	7

Lampiran 5. Skor Hasil Data Mentah

Skor Jawaban Data Primer Responden

Responden	ATB	SN	PBC	Intention
1	24	17	23	21
2	22	20	20	23
3	26	24	27	25
4	25	26	23	24
5	20	23	24	23
6	24	13	24	28
7	26	20	26	25
8	27	23	28	28
9	23	18	25	24
10	24	25	22	24
11	26	18	27	26
12	28	25	28	28
13	27	24	28	28
14	28	23	27	27
15	28	20	26	26
16	24	25	21	24
17	15	17	13	15
18	26	19	26	28
19	23	16	23	21
20	25	16	23	21
21	27	17	22	27
22	28	26	27	28
23	28	19	23	28
24	28	25	26	28
25	25	20	21	23
26	25	18	22	25
27	24	22	23	22
28	28	26	27	24
29	25	25	26	25
30	28	25	26	28
31	25	21	19	23
32	27	20	26	28
33	28	22	28	28
34	27	16	26	27
35	24	16	26	28
36	23	20	27	25

37	27	17	25	26
38	24	15	23	24
39	28	19	26	28
40	23	11	23	23
41	28	25	28	28
42	25	17	27	27
43	27	23	27	27
44	23	21	20	22
45	28	20	26	28
46	27	16	24	25
47	23	24	26	25
48	25	23	27	27
49	28	21	26	27
50	25	20	22	23
51	28	19	26	28
52	28	26	27	28
53	26	16	27	25
54	24	21	22	19
55	26	19	23	24
56	20	20	22	23
57	28	25	24	28
58	24	19	26	27

Lampiran 6. Kontribusi Determinan-determinan Terhadap *Intention*

Model	Standardized Coefficients
Jumlah ATB	0,456
Jumlah SN	-0,034
Jumlah PBC	0,469

Lampiran 7. Korelasi Antar Determinan-determinan *Intention*

7.1 Korelasi Antar Determinan ATB – PBC

ATB - PBC	0,678
------------------	-------

7.2 Korelasi Antar Determinan SN – PBC

SN - PBC	0,281
-----------------	-------

7.3 Korelasi Antar Determinan ATB - SN

ATB - SN	0,299
-----------------	-------

Lampiran 8. Gambaran Hasil Penelitian *Intention*

<i>Intention</i>	Frekuensi	
	Σ	%
Kuat	57	98,28%
Lemah	1	1,72%
Total	58	100%

Lampiran 9. Crosstabulation Attitude Toward The Behavior dengan Data Penunjang

Tabel 9.1 Crosstabs Attitude Toward The Behavior dan Sumber Informasi Mengenai Menjaga Kebugaran Tubuh Melalui Senam Aerobik

ATB	Sumber Informasi Mengenai Menjaga Kebugaran Tubuh					Total
	1 sumber	2 sumber	3 sumber	4 sumber	5 sumber	
Positif	35 (60,4%)	12 (20,7%)	8 (13,8%)	1 (1,7%)	1 (1,7%)	57 (98,3%)
Negatif	1 (1,7%)	- (0%)	- (0%)	- (0%)	- (0%)	1 (1,7%)
Total	36 (62,1%)	12 (20,7%)	8 (13,8%)	1 (1,7%)	1 (1,7%)	58 (100%)

Tabel 9.2 Crosstabs Attitude Toward The Behavior dan Informasi Mengenai Kegunaan Menjaga Kebugaran Tubuh Melalui Senam Aerobik

ATB	Informasi Mengenai Kegunaan Menjaga Kebugaran Tubuh					Total
	Menjaga kesehatan	Badan fit/bugar	Berat Badan Stabil	Membentuk Tubuh	Tidak tahu	
Positif	17	31	6	2	1	57

	(29,3%)	(53,5%)	(10,4%)	(3,4%)	(1,7%)	(98,3%)
Negatif	1 (1,7%)	- (0%)	- (0%)	- (0%)	- (0%)	1 (1,7%)
Total	18 (31%)	31 (53,5%)	6 (10,4%)	2 (3,4%)	1 (1,7%)	58 (100%)

Tabel 9.3 *Crosstabs Attitude Toward The Behavior* dan Informasi Yang Dimiliki Mengenai Menjaga Kesehatan Tubuh Melalui Senam Aerobik

ATB	Informasi Mengenai Menjaga Kesehatan Tubuh			Total
	Sedikit	Cukup banyak	Banyak	
Positif	2 (3,4%)	44 (75,9%)	11 (19%)	57 (98,3%)
Negatif	- (0%)	1 (1,7%)	- (0%)	1 (1,7%)
Total	2 (3,4%)	45 (77,6%)	11 (19%)	58 (100%)

Tabel 9.4 *Crosstabs Attitude Toward The Behavior* dan Informasi Yang Dirasakan Mengenai Menjaga Kesehatan Tubuh Melalui Senam Aerobik

ATB	Informasi Yang Dirasakan Mengenai Kesehatan Tubuh			Total
	Kurang membantu	Cukup membantu	Sangat membantu	

Positif	2 (3,4%)	33 (56,9%)	22 (38%)	57 (98,3%)
Negatif	- (0%)	1 (1,7%)	- (0%)	1 (1,7%)
Total	2 (3,4%)	34 (58,6%)	22 (38%)	58 (100%)

Tabel 9.5 *Crosstabs Attitude Toward The Behavior* dan Suasana Hati Yang Mendukung Untuk Menjaga Kebugaran Tubuh Melalui Senam Aerobik

ATB	Suasana hati yang mendukung		Total
	Senang	Tidak ada	
Positif	29 (50%)	28 (48,3%)	57 (98,3%)
Negatif	1 (1,7%)	- (0%)	1 (1,7%)
Total	30 (51,7%)	28 (48,3%)	58 (100%)

Tabel 9.6 *Crosstabs Attitude Toward The Behavior* dan Suasana Hati Yang Menghambat Untuk Menjaga Kebugaran Tubuh Melalui Senam Aerobik

ATB	Suasana hati yang menghambat			Total
	Sedih	Gelisah	Tidak ada	
Positif	25 (43,1%)	4 (6,9%)	28 (48,3%)	57 (98,3%)
Negatif	- (0%)	1 (1,7%)	- (0%)	1 (1,7%)
Total	25 (43,1%)	5 (8,6%)	28 (48,3%)	58 (100%)

Lampiran 10. Crosstabulation Subjective Norms dengan Data Penunjang

Tabel 10.1 Crosstabs Subjective Norms (SN) dengan Orang Yang Paling Memotivasi Dalam Menjaga Kebugaran Tubuh Melalui Senam Aerobik

SN	Orang Yang Paling Memotivasi					Total
	Suami / Pacar	Teman	Keluarga	Instruktur	Tidak ada	
Positif	8 (13,8%)	16 (27,6%)	11 (19%)	2 (3,4%)	12 (20,7%)	49 (84,5%)
Negatif	- (0%)	4 (6,9%)	3 (5,2%)	- (0%)	2 (3,4%)	9 (15,5%)
Total	8 (13,8%)	20 (34,5%)	14 (24,2%)	2 (3,4%)	14 (24,1%)	58 (100%)

Lampiran 11. Crosstabulation Perceived Behavioral Control (PBC) dengan Data Penunjang

Tabel 11.1 Crosstabs PBC dengan Hambatan Dalam Menjaga Kebugaran Tubuh Melalui Senam Aerobik

PBC	Hambatan Dalam Menjaga Kebugaran Tubuh					Total
	Jarak	Waktu	Malas	Gerakan	Tidak ada	
Positif	6 (10,3%)	5 (8,6%)	7 (12,1%)	5 (8,6%)	34 (58,7%)	57 (98,3%)
Negatif	- (0%)	- (0%)	1 (1,7%)	- (0%)	1 (1,7%)	1 (1,7%)
Total	6 (10,3%)	5 (8,6%)	7 (13,8%)	5 (8,6%)	35 (60,4%)	58 (100%)

Tabel 11.2 Crosstabs PBC dengan Kemampuan Untuk Secara Rutin Dalam Menjaga Kebugaran Tubuh Melalui Senam Aerobik

PBC	Kemampuan Untuk Secara Rutin			Total
	Mampu	Cukup Mampu	Kurang Mampu	
Positif	28 (48,3%)	25 (43,1%)	4 (6,9%)	57 (98,3%)
Negatif	- (0%)	1 (1,7%)	- (0%)	1 (1,7%)

Total	28 (48,3%)	26 (44,8%)	4 (6,9%)	58 (100%)
-------	---------------	---------------	-------------	--------------

Lampiran 12.

Kisi-Kisi Alat Ukur *Intention* dan Determinan-Determinannya

	Item
<p><i>Attitude Toward The Behavior</i></p>	<p>3. Bagi saya menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik merupakan hal yang (Baik – Buruk)</p> <p>7. Bagi saya menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik merupakan hal yang (Penting – Tidak Penting)</p> <p>11. Bagi saya menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik merupakan hal yang (Menyenangkan – Tidak Menyenangkan)</p> <p>15. Bagi saya menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik adalah hal yang (Menarik – Membosankan)</p>
<p><i>Subjective Norms</i></p>	<p>2. Keluarga saya berpikir bahwa (Saya harus - Saya tidak harus) menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik</p> <p>6. Sebagian besar teman saya berpikir bahwa (Saya harus – Saya tidak harus) menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik</p> <p>10. Instruktur senam saya berpikir bahwa</p>

	<p>(Saya harus – Saya tidak harus) menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik</p> <p>14. Pacar/suami saya berpikir bahwa</p> <p>(Saya harus – Saya tidak) menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik</p>
<p><i>Perceived Behavioral Control</i></p>	<p>1. Bagi saya menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik merupakan hal yang</p> <p>(Mudah - Sulit)</p> <p>5. Saya sendiri yang memutuskan untuk menjaga / tidak menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik</p> <p>(Setuju – Tidak Setuju)</p> <p>9. Saya yakin bahwa jika saya mau, saya dapat menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik</p> <p>(Benar – Salah)</p> <p>13. Bagi saya menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik merupakan hal yang</p> <p>(Mungkin – Tidak Mungkin)</p>
<p><i>Intention</i></p>	<p>4. Saya berencana untuk menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik</p> <p>(Sesuai – Tidak Sesuai)</p> <p>8. Saya (Akan – Tidak akan) mencoba untuk menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik</p>

	<p>12. Saya (Akan - Tidak akan) berusaha untuk menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik</p>
--	--

	<p>16. Saya berniat untuk menjaga kebugaran tubuh melalui senam aerobik</p>
--	---

	<p>(Setuju – Tidak Setuju)</p>
--	--------------------------------