

KATA PENGANTAR

Salah satu syarat yang harus dipenuhi untuk mengikuti ujian akhir di Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha Bandung adalah menyusun skripsi. Adapun judul skripsi yang saya buat adalah “Kontribusi Determinan-Determinan terhadap *Intention* dalam Menjalani Program Diet *Low Calorie Balanced* Pada Individu yang Mengalami Obesitas di Praktek Dokter “X” Bandung.

Sehubungan dengan hal tersebut, maka saudara dimohon kesediannya untuk meluangkan waktu mengisi kuesioner ini. Data yang akan diperoleh nantinya akan dipergunakan untuk penelitian ini.

Saudara diharapkan untuk mengisi kuesioner ini dengan sejujur-jujurnya. Identitas dan kerahasiaan jawaban saudara akan dijaga.

Atas kesediaan dan bantuan saudara kami ucapkan terima kasih.

Hormat kami,

Peneliti

LAMPIRAN 1

IDENTITAS

- Nama (inisial) :
- Usia :
- Jenis kelamin : L / P (lingkari salah satu)
- Pekerjaan :
- Status : menikah / belum menikah
- Tinggi badan :
- Berat badan
- Sebelum menjalani program diet :
 - Berat badan saat ini :

PETUNJUK PENGISIAN

Pada halaman berikut ini terdapat sejumlah pertanyaan yang diakhiri dengan 2 kata yang berlawanan. Diantara 2 kata yang berlawanan tersebut terdapat 7 kemungkinan jawaban. Kemungkinan jawaban tersebut adalah sebagai berikut :

1 = sangat : jika saudara merasa kata disebelah kiri tersebut sangat sesuai dengan diri saudara.

2 = cukup : jika saudara merasa kata disebelah kiri tersebut cukup sesuai dengan diri saudara.

3 = agak : jika saudara merasa kata disebelah kiri tersebut agak atau sedikit sesuai dengan diri saudara.

LAMPIRAN 1

4 = netral : jika saudara merasa kata di sebelah kiri dan kanan tidak sesuai dengan diri saudara, saudara merasa hal tersebut biasa-biasa saja.

5 = agak : jika saudara merasa kata di sebelah kanan tersebut agak atau sedikit sesuai dengan diri saudara.

6 = cukup : jika saudara merasa kata di sebelah kanan tersebut cukup sesuai dengan diri saudara

7 = sangat : jika saudara merasa kata di sebelah kanan tersebut sangat sesuai dengan diri saudara

Contoh pengisian

Menurut saudara, menjaga kesehatan adalah...

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

Sangat Cukup Agak Netral Agak Cukup Sangat

- Jika menurut saudara bahwa menjaga kesehatan adalah sangat baik, maka lingkarilah angka **7**.
- Jika menurut saudara bahwa menjaga kesehatan adalah cukup baik, maka lingkarilah angka **6**.
- Jika menurut saudara bahwa menjaga kesehatan adalah agak baik, maka lingkarilah angka **5**.
- Jika menurut saudara bahwa menjaga kesehatan adalah merupakan hal yang biasa-biasa saja, maka lingkarilah angka **4**.

LAMPIRAN 1

- Jika menurut saudara bahwa menjaga kesehatan adalah agak buruk, maka lingkarilah angka **3**.
- Jika menurut saudara bahwa menjaga kesehatan adalah cukup buruk, maka lingkarilah angka **2**.
- Jika menurut saudara bahwa menjaga kesehatan adalah sangat buruk, maka lingkarilah angka **1**

1. Bagi saya menjalani program diet sesuai anjuran dokter merupakan hal yang...

Mudah : _1_ : _2_ : _3_ : _4_ : _5_ : _6_ : _7_ : Sulit

2. Sebagian besar keluarga saya berpendapat bahwa saya.....

Harus : 1_ : _2_ : _3_ : _4_ : _5_ : _6_ : _7_ : Tidak harus

Menjalani program diet sesuai anjuran dokter

3. Bagi saya menjalani program diet sesuai anjuran dokter merupakan hal yang...

Baik: 1_ : _2_ : _3_ : _4_ : _5_ : _6_ : _7_ : Buruk

4. Saya berencana untuk menjalani program diet sesuai anjuran dokter

Sesuai : 1_ : _2_ : _3_ : _4_ : _5_ : _6_ : _7_ : Tidak sesuai

Dengan diri saya

5. Bagi saya menjalani atau tidak menjalani program diet sesuai anjuran dokter

adalah.....

LAMPIRAN 1

Tergantung pada saya : _1_ :2_ :3_ :4_ :5_ :6_ :7_ :Tidak tergantung pada saya

6. Teman dekat saya berpendapat bahwa saya...

Harus : 1_ :2_ :3_ :4_ :5_ :6_ :7_ : Tidak harus

Menjalani program diet sesuai anjuran dokter

7. Bagi saya menjalani program diet sesuai anjuran dokter merupakan hal yang...

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

8. Saya akan mencoba 1_ :2_ :3_ :4_ :5_ :6_ :7_ : Tidak akan mencoba

Menjalani program diet sesuai anjuran dokter

9. Jika saya mau, saya mampu menjalani program diet sesuai anjuran dokter

Yakin 1_ :2_ :3_ :4_ :5_ :6_ :7_ : Tidak yakin

10. Dokter ...

Mewajibkan: 1_ :2_ :3_ :4_ :5_ :6_ :7_ : Tidak mewajibkan

Saya untuk menjalani program diet sesuai anjuran dokter

11. Bagi saya menjalani program diet sesuai anjuran dokter merupakan hal...

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

LAMPIRAN 1

12. Saya

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

Menjalani program diet sesuai anjuran dokter

13. Bagi saya menjalani program diet sesuai anjuran dokter merupakan hal yang....

Mampu saya lakukan : 1_ : 2_ : 3_ : 4_ : 5_ : 6_ : 7_ : tidak mampu saya lakukan

14. Teman-teman di lingkungan sekitar saya menuntut saya untuk menjalani program diet sesuai anjuran dokter

Sesuai : 1_ : 2_ : 3_ : 4_ : 5_ : 6_ : 7_ : Tidak sesuai
saya untuk menjalani program diet secara teratur

15. Bagi saya menjalani program diet sesuai anjuran dokter merupakan hal yang...

Bermanfaat : 1_ : 2_ : 3_ : 4_ : 5_ : 6_ : 7_ : tidak bermanfaat

16. Saya berniat : 1_ : 2_ : 3_ : 4_ : 5_ : 6_ : 7_ : Tidak berniat

Untuk menjalani program diet sesuai anjuran dokter

LAMPIRAN 2

DATA PENUNJANG

Bacalah dengan seksama setiap pertanyaan di bawah ini kemudian jawablah pertanyaan tersebut dengan cara member tanda silang pada pertanyaan yang memiliki pilihan jawaban yang menurut Saudara paling menggambarkan diri Saudara. Pada beberapa pertanyaan saudara diminta untuk menuliskan jawaban saudara pada tempat yang telah tersedia. Isilah pertanyaan tersebut dengan lengkap dan jelas.

(Behavioral Beliefs)

1. Saya akan memiliki berat badan yang ideal karena menjalani program diet

Sesuai : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 Tidak sesuai

2. Saya akan makan dengan jenis makanan yang tidak bervariasi karena menjalani program diet

Sesuai : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 Tidak sesuai

3. Saya akan dapat terhindar dari beberapa penyakit karena menjalani program diet

Sesuai : 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 Tidak sesuai

(Normative Beliefs)

4. Dokter berpikir bahwa saya harus menjalani program diet sesuai anjuran dokter...

Sesuai 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 :Tidak sesuai

LAMPIRAN 2

- 5 Keluarga saya berpikir bahwa saya harus menjalani program diet sesuai anjuran dokter..

Sesuai 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Tidak sesuai

- 6 Teman dekat saya berpikir bahwa saya harus menjalani program diet sesuai anjuran dokter..

Sesuai 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Tidak sesuai

- 7 Teman-teman di lingkungan sekitar saya berpikiran bahwa saya harus menjalani program diet sesuai anjuran dokter...

Sesuai 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Tidak sesuai

(Outcome Evaluations)

- 8 Bagi saya memiliki berat badan yang ideal karena menjalani program diet sesuai anjuran dokter merupakan hal yang...

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

- 9 Bagi saya makan dengan jenis makanan yang tidak bervariasi karena menjalani program diet sesuai anjuran dokter merupakan hal yang...

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

LAMPIRAN 2

10 Bagi saya dapat terhindar dari beberapa penyakit karena menjalani program diet sesuai anjuran dokter merupakan hal yang...

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

(Control Beliefs)

1. Seberapa sering saudara merasa kesulitan dalam menjalani program diet sesuai anjuran dokter?

Jarang 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Sering

2. Seberapa sering saudara gagal dalam menjalani program diet sesuai anjuran dokter?

Jarang 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Sering

3. Seberapa sering saudara merasa malas atau bosan untuk menjalani program diet sesuai anjuran dokter?

Jarang 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Sering

(Motivation to Comply)

4. Secara umum, sejauh mana saudara peduli dengan apa yang dokter pikirkan mengenai apa yang harus saudara lakukan?

Peduli 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Tidak peduli

LAMPIRAN 2

5. Secara umum, sejauh mana saudara peduli dengan apa yang keluarga pikirkan mengenai apa yang harus saudara lakukan?

Peduli 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Tidak peduli

6. Secara umum, sejauh mana saudara peduli dengan apa yang teman dekat pikirkan mengenai apa yang harus saudara lakukan?

Peduli 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Tidak peduli

7. Secara umum, sejauh mana saudara peduli dengan apa yang teman-teman dilingkungan sekitar pikirkan mengenai apa yang harus saudara lakukan?

Peduli 1 : 2 : 3 : 4 : 5 : 6 : 7 : Tidak peduli

(Power of Control Factors)

8. Bila saya sedang berada diluar rumah, hal tersebut akan membuat saya lebih sulit untuk menjalani program diet sesuai anjuran dokter...

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

9. Bila saya pernah gagal menjalani program diet, maka hal tersebut membuat saya lebih sulit untuk menjalani program diet sesuai anjuran dokter...

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

10. Bila saya merasa malas dan bosan, hal tersebut akan membuat saya lebih sulit untuk menjalani program diet sesuai anjuran dokter....

LAMPIRAN 2

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

11. Apakah saudara mengetahui manfaat melakukan diet?

- a. Ya
- b. Tidak

Jika ya, sebutkan manfaat tersebut khususnya bagi diri saudara.....

12. Siapakah yang paling menuntut saudara untuk menjalani program diet? (jawaban boleh lebih dari satu)

- a. Keluarga
- b. Teman
- c. Dokter
- d.
- e. Tidak ada yang menuntut

23. Dari manakah saudara mendapatkan informasi mengenai efektivitas menjalani program diet (jawaban boleh lebih dari satu)

- a. Keluarga
- b. Teman
- c. Dokter
- d. Media massa/ elektronik
- e.

LAMPIRAN 2

24. Apa saja informasi mengenai efektivitas menjalani program diet ?

.....
.....

25. Hal-hal apa saja yang mendukung saudara dalam menjalani program diet

.....
.....
.....

26. Hal apa saja yang menghambat/mempersulit saudara dalam menjalani program diet sesuai anjuran dokter?

.....
.....
.....

27. Suasana hati yang bagaimana yang mendukung saudara dalam menjalani program diet?

.....
.....
.....

28. Suasana hati yang bagaimana yang menghambat/mempersulit saudara dalam menjalani program diet?

.....
.....

LAMPIRAN 2

29. Apakah biaya dalam menjalani program diet memberatkan saudara?

- a. Ya
- b. Tidak

KARAKTERISTIK RESPONDEN

| Subjek | Usia | Jenis Kelamin | Status Marital |
|---------------|-------------|----------------------|-----------------------|
| 1 | 22 | Perempuan | Belum Menikah |
| 2 | 20 | Perempuan | Belum Menikah |
| 3 | 25 | Laki-laki | Belum Menikah |
| 4 | 20 | Perempuan | Belum Menikah |
| 5 | 25 | Perempuan | Menikah |
| 6 | 29 | Perempuan | Menikah |
| 7 | 35 | Perempuan | Menikah |
| 8 | 20 | Perempuan | Belum Menikah |
| 9 | 20 | Perempuan | Belum Menikah |
| 10 | 22 | Perempuan | Belum Menikah |
| 11 | 23 | Perempuan | Belum Menikah |
| 12 | 34 | Perempuan | Belum Menikah |
| 13 | 20 | Perempuan | Belum Menikah |
| 14 | 23 | Laki-laki | Belum Menikah |
| 15 | 23 | Perempuan | Belum Menikah |
| 16 | 39 | Perempuan | Menikah |
| 17 | 21 | Perempuan | Belum Menikah |
| 18 | 20 | Perempuan | Belum Menikah |
| 19 | 25 | Perempuan | Belum Menikah |
| 20 | 29 | Perempuan | Belum Menikah |

LAMPIRAN 4

HASIL JAWABAN

| Subjek | ATB | SN | PBC | <i>Intention</i> |
|---------------|------------|-----------|------------|-------------------------|
| 1 | 26 | 26 | 27 | 28 |
| 2 | 25 | 9 | 25 | 20 |
| 3 | 25 | 23 | 24 | 26 |
| 4 | 26 | 25 | 23 | 28 |
| 5 | 27 | 22 | 28 | 28 |
| 6 | 20 | 16 | 19 | 20 |
| 7 | 28 | 22 | 25 | 27 |
| 8 | 25 | 21 | 21 | 27 |
| 9 | 24 | 19 | 22 | 27 |
| 10 | 26 | 20 | 27 | 28 |
| 11 | 20 | 25 | 19 | 22 |
| 12 | 27 | 25 | 24 | 27 |
| 13 | 24 | 23 | 24 | 25 |
| 14 | 28 | 13 | 28 | 28 |
| 15 | 24 | 26 | 26 | 28 |
| 16 | 28 | 22 | 28 | 28 |
| 17 | 27 | 17 | 26 | 28 |
| 18 | 24 | 22 | 23 | 24 |
| 19 | 27 | 27 | 27 | 26 |
| 20 | 27 | 24 | 26 | 27 |

***CROSSTABULATION ATTITUDE TOWARD THE BEHAVIOR DENGAN
BEHAVIORAL BELIEFS DAN OUTCOME EVALUATION***

Tabel 5.1. *Crosstabs Attitude Toward The Behavior dengan Behavioral Beliefs*

| ATB | <i>BEHAVIORAL BELIEFS</i> | | TOTAL |
|----------------|----------------------------------|---------------|--------------|
| | Tinggi | Rendah | |
| POSITIF | 8 (40%) | 3 (15%) | 11 (55%) |
| NEGATIF | 4 (20%) | 5 (25%) | 9 (45%) |
| TOTAL | 12 (60%) | 8 (40%) | 20 (100%) |

Tabel 5.2. *Crosstabs Attitude Toward The Behavior dengan Outcome Evaluation*

| ATB | <i>OUTCOME EVALUATION</i> | | TOTAL |
|----------------|----------------------------------|---------------|--------------|
| | Tinggi | Rendah | |
| POSITIF | 7 (35%) | 4 (20%) | 11 (55%) |
| NEGATIF | 5 (25%) | 4 (20%) | 9 (45%) |
| TOTAL | 12 (60%) | 8 (40%) | 20 (100%) |

**CROSSTABULATION SUBJECTIVE NORMS DENGAN NORMATIVE
BELIEFS DAN MOTIVATION TO COMPLY**

Tabel 6.1. *Crosstabs Subjective Norms dengan Normative Beliefs*

| SN | NORMATIVE BELIEFS | | TOTAL |
|----------------|-------------------|-------------|--------------|
| | Tinggi | Rendah | |
| POSITIF | 7 (35%) | 5 (25%) | 12 (60%) |
| NEGATIF | 3 (15%) | 5 (25%) | 8 (40%) |
| TOTAL | 10 (50%) | 10 (50%) | 20 (100%) |

Tabel 6.2. *Crosstabs Subjective Norms dengan Motivation To Comply*

| SN | MOTIVATION TO COMPLY | | TOTAL |
|----------------|-------------------------|------------|--------------|
| | Tinggi | Rendah | |
| POSITIF | 10 (50%) | 2 (10%) | 12 (60%) |
| NEGATIF | 3 (15%) | 5 (25%) | 8 (40%) |
| TOTAL | 13 (65%) | 7 (35%) | 20 (100%) |

**CROSSTABULATION PERCEIVED BEHAVIORAL CONTROL DENGAN
CONTROL BELIEFS DAN POWER OF CONTROL FACTORS**

Tabel 7.1. *Crosstabs Perceived Behavioral Control dengan Control Beliefs*

| PBC | CONTROL BELIEFS | | TOTAL |
|----------------|------------------------|---------------|--------------|
| | Tinggi | Rendah | |
| POSITIF | 7 (35%) | 4 (20%) | 11 (55%) |
| NEGATIF | 3 (15%) | 6 (30%) | 9 (45%) |
| TOTAL | 10 (50%) | 10 (50%) | 20 (100%) |

Tabel 7.2. *Crosstabs Perceived Behavioral Control dengan Power Of Control*

Factors

| PBC | POWER OF CONTROL FACTORS | | TOTAL |
|----------------|---------------------------------|---------------|--------------|
| | Tinggi | Rendah | |
| POSITIF | 7 (35%) | 4 (20%) | 11 (55%) |
| NEGATIF | 3 (15%) | 6 (30%) | 9 (45%) |
| TOTAL | 10 (50%) | 10 (50%) | 20 (100%) |

**CROSSTABULATION ATTITUDE TOWARD THE BEHAVIOR DENGAN
DATA PENUNJANG**

Tabel 8.1. *Crosstabs Attitude Toward The Behavior* dengan Informasi Mengenai

Efektivitas Menjalani Program Diet *Low Calorie Blanced*

| ATB | Informasi mengenai efektivitas menjalani program diet <i>low calorie balanced</i> | | | TOTAL |
|----------------|---|-------------------------|----------------------------|--------------|
| | Pengaturan pola makan | Terhindar dari penyakit | Memiliki berat badan ideal | |
| POSITIF | 6 (30%) | 3 (15%) | 2 (10%) | 11 (33%) |
| NEGATIF | 3 (15%) | 4 (20%) | 2 (10%) | 9 (45%) |
| TOTAL | 9 (45%) | 7 (35%) | 4 (20%) | 20 (100%) |

LAMPIRAN 8

Tabel 8.2. *Crosstabs Attitude Toward the Behavior* dengan Mengetahui Manfaat Melakukan Program Diet *Low Calorie Balanced*

| ATB | Mengetahui Manfaat melakukan program diet <i>low calorie balanced</i> | Total |
|---------|---|--------------|
| | YA | |
| POSITIF | 11 (55%) | 11 (55%) |
| NEGATIF | 9 (45%) | 9 (45%) |
| TOTAL | 20 (100%) | 20 (100%) |

Tabel 8.3. *Crosstabs Attitude Toward The Behavior* dengan Sumber Informasi yang didapatkan mengenai efektivitas menjalani program diet *low calorie balanced*

| ATB | Sumber Informasi yang didapatkan mengenai efektivitas menjalani program diet <i>low calorie balanced</i> | | | | TOTAL |
|---------|--|------------|------------|------------------|--------------|
| | Keluarga | Dokter | Teman | Media Elektronik | |
| POSITIF | 2 (10%) | 1 (5%) | 7 (35%) | 1 (5%) | 11 (55%) |
| NEGATIF | 2 (10%) | 2 (10%) | 1 (5%) | 4 (20%) | 9 (45%) |
| TOTAL | 4 (20%) | 3 (15%) | 8 (40%) | 5 (25%) | 20 (100%) |

RANKING DATA PENUNJANG DENGAN *SUBJECTIVE NORMS*

| Orang yang paling menuntut | JUMLAH |
|-----------------------------------|----------------------------|
| Dokter | 2 (10%) |
| Teman | 2 (10%) |
| Diri Sendiri | 6 (30%) |
| Keluarga | 10 (50%) |
| TOTAL | 20 (100%) |

**CROSSTABULATION PERCEIVED BEHAVIORAL CONTROL DENGAN
DATA PENUNJANG**

Tabel 10.1. *Crosstabs Perceived Behavioral Control* dengan Hal-hal yang mendukung

| PBC | Hal-hal yang mendukung menjalani program diet <i>low calorie balanced</i> | | | | TOTAL |
|----------------|---|--------------------------------------|---------------------|------------|--------------|
| | Keinginan terhindar dari penyakit | Keinginan memiliki berat badan ideal | Dukungan orang lain | Biaya | |
| POSITIF | 7 (35%) | 2 (10%) | 1 (5%) | 1 (5%) | 11 (55%) |
| NEGATIF | 3 (15%) | 1 (5%) | 4 (20%) | 1 (5%) | 9 (45%) |
| TOTAL | 10 (50%) | 3 (15%) | 5 (25%) | 2 (10%) | 20 (100%) |

Tabel 10.2. *Crosstabs Perceived Behavioral Control* dengan suasana hati yang mendukung

| PBC | Suasana hati yang mendukung | Total |
|---------|-----------------------------|--------------|
| | SENANG | |
| POSITIF | 11 (55%) | 11 (55%) |
| NEGATIF | 9 (45%) | 9 (45%) |
| TOTAL | 20 (100%) | 20 (100%) |

LAMPIRAN 10

Tabel 10.3. *Crosstabs Perceived Behavioral Control* dengan Hal-hal yang menghambat

| PBC | Hal-hal yang Menghambat | | | TOTAL |
|----------------|-------------------------|----------------|--------------------------|--------------|
| | Jadwal Makan | Tidak disiplin | Keinginan Untuk Mengemil | |
| POSITIF | 3 (15%) | 1 (5%) | 7 (35%) | 11 (55%) |
| NEGATIF | 2 (10%) | 2 (10%) | 5 (25%) | 9 (45%) |
| TOTAL | 5 (25%) | 3 (15%) | 12 (60%) | 20 (100%) |

Tabel 10.4 *Crosstabs Perceived Behavioral Control* dengan suasana hati yang menghambat

| PBC | Suasana Hati yang Menghambat | | | | TOTAL |
|----------------|------------------------------|------------|------------|------------|--------------|
| | Sedih | Kesal | Malas | Stress | |
| POSITIF | 6 (30%) | 2 (10%) | 0 (0%) | 3 (15%) | 11 (55%) |
| NEGATIF | 1 (5%) | 3 (15%) | 2 (10%) | 3 (15%) | 9 (45%) |
| TOTAL | 7 (35%) | 5 (25%) | 2 (10%) | 6 (30%) | 20 (100%) |