

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR SIMBOL, SINGKATAN, DAN ISTILAH	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat	5
1.4.1 Manfaat teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat praktis.....	6
1.5 Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Konsep Remaja	10
2.1.1 Pengertian Remaja.....	10
2.1.2 Tahap perkembangan remaja.....	11
2.1.3 Perubahan pada Remaja	12
2.1.4 Kebutuhan Gizi Remaja	15
2.1.5 Faktor Yang Memicu Terjadinya Masalah Gizi Remaja.....	21
2.1.6 Masalah Gizi Pada Remaja.....	23
2.2 Konsep Efikasi Diri.....	25
2.2.1 Pengertian Efikasi Diri	25
2.2.2 Faktor Yang Mempengaruhi Efikasi Diri.....	27
2.2.3 Sumber Efikasi Diri	28
2.2.4 Klasifikasi Efikasi Diri	31
2.2.5 Proses Pembentukan Efikasi Diri	32

2.2.6	Efikasi Diri Sebagai Prediktor Tingkah Laku	33
2.2.7	Teori Terkait Efikasi Diri dan Remaja	35
2.3	Konsep Diet Sehat.....	37
2.3.1	Pengertian Diet	37
2.3.2	Diet Sehat	38
2.3.3	Diet Tidak Sehat	42
2.3.4	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Pemilihan Diet Sehat Atau Diet Tidak Sehat Pada Remaja Putri	43
2.3.5	Upaya Promotif Meningkatkan Perilaku Diet Sehat	50
2.4	Aplikasi Reaksi	53
2.4.1	Pengertian	53
2.4.2	Tujuan Aplikasi “Reaksi”	53
2.4.3	Isi dari Aplikasi “Reaksi”	53
2.4.3	Keunggulan	57
2.4.4	Kelemahan.....	57
2.4.5	Alur Penggunaan Aplikasi (<i>Flowchart</i>)	58
2.5	Kerangka Konsep Penelitian.....	59
2.6	Hipotesis	60
BAB III	METODE PENELITIAN	61
3.1	Desain Penelitian	61
3.2	Kerangka Operasional.....	62
3.3	Populasi, Sampel dan Sampling.....	63
3.3.1	Populasi	63
3.3.2	Sampel	63
3.3.3	Sampling.....	64
3.4	Kriteria Sampel	65
3.4.1	Kriteria Inklusi	65
3.4.2	Kriteria Eksklusi.....	65
3.5	Variabel Penelitian.....	66
3.6	Definisi Operasional	67
3.7	Lokasi dan Waktu Penelitian	68
3.7.1	Lokasi Penelitian	68
3.7.2	Waktu Penelitian	68
3.8	Instrumen Penelitian	68
3.8.1	Validitas Instrumen	68
3.8.2	Reliabilitas Instrumen.....	68
3.9	Metode Pengumpulan Data.....	69
3.10	Metode Pengolahan Data	74
3.10.1	<i>Editing</i>	74
3.10.2	<i>Coding</i>	74
3.10.3	<i>Scoring</i>	75
3.10.4	<i>Entry data</i>	76
3.10.5	<i>Tabulating</i>	76
3.11	Analisa Data.....	76
3.11.1	Analisis Univariat.....	76

3.11.2 Analisis Bivariat	77
3.12 Etika Penelitian	78
3.12.1 <i>Ethical Clearance</i>	78
3.12.2 <i>Informed Consent</i>	78
3.12.4 Kerahasiaan (<i>Confidentiality</i>)	78
3.12.7 Keadilan (<i>Justice</i>)	78
3.12.5 Manfaat (<i>Beneficience</i>)	78
3.12.6 Kejujuran (<i>Veracity</i>)	79
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	80
4.1 Hasil Penelitian	80
4.1.1 Data Umum	80
4.1.2 Data Khusus	82
4.1.3 Hasil Uji Statistik	83
4.2 Pembahasan.....	83
4.2.1 Identifikasi Efikasi Diri dalam Diet Sehat pada Remaja Putri di SMK PGRI 3 Malang Sebelum Dipaparkan Aplikasi “Reaksi”	84
4.2.2 Identifikasi Efikasi Diri dalam Diet Sehat pada Remaja Putri di SMK PGRI 3 Malang Sesudah Dipaparkan Aplikasi “Reaksi”	87
4.2.3 Pengaruh Penggunaan Aplikasi “Reaksi” terhadap Efikasi Diri dalam Diet Sehat Pada Remaja Putri di SMK PGRI 3 Malang.....	92
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	94
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	96
5.1 Kesimpulan.....	96
5.2 Saran.....	96
DAFTAR PUSTAKA	98
LAMPIRAN.....	103

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kombinasi Efikasi Diri Dengan Lingkungan Sebagai Prediktor Tingkah Laku	34
Tabel 2. Jumlah siswa kelas X di SMK PGRI 3 Malang Tahun Ajaran 2023- 2024.....	63
Tabel 3. Jumlah Sampel Penelitian	65
Tabel 4. Definisi Operasional	67
Tabel 5. Interpretasi Reliabilitas	69
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Karakteristik Tahap Perkembangan Remaja Responden.....	80
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Karakteristik Status gizi Responden.....	81
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Karakteristik Potensi Anemia Responden	82
Tabel 9. Efikasi Diri dalam Diet Sehat Pada Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi Skrining dan Edukasi Dengan Aplikasi “Reaksi”	82
Tabel 10. Uji Hipotesis Dengan Uji Wilcoxon Signed Ranked Test.....	83

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Flowchart Aplikasi “Reaksi”	58
Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian	59
Gambar 3. Kerangka Operasional	62

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan.....	103
Lampiran 2. Persetujuan Membimbing.....	104
Lampiran 3. Lembar Konsultasi.....	105
Lampiran 4. Surat-surat Perijinan	109
Lampiran 5. PSP (Penjelasan Sebelum Persetujuan)	115
Lampiran 6. Persetujuan menjadi responden (Informed Consent).....	117
Lampiran 7. Kuesioner Efikasi Diri dalam Diet Sehat	118
Lampiran 8. Tampilan aplikasi “Reaksi”	121
Lampiran 9. Screenshoot video edukasi Diet Sehat.....	126
Lampiran 10. Uji Validitas Kuesioner	128
Lampiran 11. Uji Reliabilitas Kuesioner	129
Lampiran 12. Mastersheet.....	131
Lampiran 13. Hasil Wilcoxon Signed Ranked Test.....	137
Lampiran 14. Dokumentasi	138

DAFTAR SIMBOL, SINGKATAN, DAN ISTILAH

AKG	: Angka Kecukupan Gizi
BB	: Berat Badan
BBLR	: Berat Badan Lahir Rendah
BPA	: Broadcasting dan Perfilman - Kelas A
DKV	: Desain Komunikasi Visual
Hb	: Hemoglobin
IMT	: Indeks Masa Tubuh
KEK	: Kekurangan Energi Kronis
KIC	: Katadata Insight Center
KJA	: Komputer dan Jaringan - Kelas A
KJB	: Komputer dan Jaringan- Kelas B
NIMA	: Kelas Animasi
Reaksi	: Remaja Awasi Kesehatan Reproduksi
Riskesda	: Riset Kesehatan Dasar
RPA	: Rekayasa Perangkat Lunak- Kelas A
RPB	: Rekayasa Perangkat Lunak- Kelas B
S	: Setuju
SMK	: Sekolah Menengah Kejuruan
SPSS	: <i>Software Product and Service Solution</i>
SS	: Sangat Setuju
STS	: Sangat Tidak Setuju
TB	: Tinggi Badan
TS	: Tidak Setuju
WHO	: <i>World Health Organization</i>