

LAMPIRAN

Lampiran 1 Waktu Penelitian

NO	Kegiatan	Waktu																															
		September				Oktober				November				Desember				Januari				Februari				Maret				April			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Penyusunan Proposal Skripsi	■	■	■	■	■	■	■	■																								
2	Seminar Proposal Skripsi									■																							
3	Revisi Proposal Skripsi									■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■						
4	Perijinan Penelitian																											■					
5	Persiapan Penelitian (mengurus EC)																											■	■	■	■		
6	Pelaksanaan Penelitian																												■	■	■		
7	Pengolahan Data																												■	■	■		
8	Laporan Skripsi																												■	■	■		
9	Sidang Skripsi																																■
10	Revisi Laporan Skripsi Akhir																																■

Lampiran 2 Kisi-kisi Kuesioner

Variabel	Faktor Tingkat Pengetahuan	Indikator	Nomor Item	Jumlah Item
Peningkatan pengetahuan tentang aktivitas fisik	Tau (<i>know</i>)	Penyakit jika tidak melakukan aktivitas fisik	3	1
		Kepanjangan BBT	8	1
	Memahami (<i>comprehension</i>)	Penyebab tidak melakukan aktivitas fisik	2	1
		Aplikasi (<i>application</i>)	Mengetahui aktivitas fisik secara rutin	4
	Contoh kegiatan aktivitas fisik		5,6	2
	Tempat dilakukan aktivitas fisik		7	1
	Sintesis (<i>synthetic</i>)	Penjelasan aktivitas fisik	1	1
	Evaluasi (<i>evaluation</i>)	Tips aktivitas fisik bagi pengguna <i>instagram</i>	9	1

Lampiran 3 Kuesioner

KUESIONER PERCOBAAN 1

PENGARUH EDUKASI MEDIA VIDEO MENGENAI PENGETAHUAN AKTIVITAS FISIK BAGI PENGGUNA *SOCIAL MEDIA*

Nama :
Jenis Kelamin :
Tempat dan Tanggal Lahir :
Usia :
Pekerjaan :
Pendidikan Terakhir :
Email :
No. Telp :

Pilih salah satu dari jawaban ini antara A, B, C, dan D!

1. Berikut ini merupakan pertanyaan yang tepat mengenai aktivitas fisik?
 - a. Salah satu gerakan tubuh manusia disebabkan oleh kerja otot rangka dan meningkatkan pengeluaran energi
 - b. Setiap gerakan tubuh yang diakibatkan kerja otot rangka dan meningkatkan pengeluaran tenaga serta energi
 - c. Terencana dan terstruktur serta melibatkan gerakan tubuh berulang-ulang dan bertujuan untuk meningkatkan kebugaran dan kesehatan jasmani
 - d. Menaikkan kualitas kesehatan individu dan produktivitas dalam sehari-hari.

JAWABAN: B

2. Berapa menit yang dianjurkan menurut Kementerian Kesehatan RI dalam melakukan aktivitas fisik?
- Minimal 15 menit
 - Minimal 30 menit
 - Minimal 60 menit
 - Minimal 90 menit

JAWABAN: B

3. Dibawah ini yang merupakan jenis-jenis melakukan aktivitas fisik?
- Melakukan pekerjaan rumah, berjalan kaki, berkebun
 - Senam, berenang, bersepeda
 - Semua jawaban benar
 - Semua jawaban salah

JAWABAN: C

4. Dimana kita dapat melakukan aktivitas fisik?
- Sekolah, tempat kerja, rumah
 - Rumah, tempat umum, perjalanan
 - Semua jawaban benar
 - Semua jawaban salah

JAWABAN: C

5. Pertanyaan dibawah ini yang paling benar mengenai aktivitas fisik?
- Aktivitas Fisik dapat mengendalikan stress, meningkatkan daya tahan dan sistem kekebalan tubuh.
 - Aktivitas Fisik dilakukan secara terencana dan terstruktur serta melibatkan gerakan tubuh berulang-ulang dan bertujuan untuk meningkatkan kebugaran dan kesehatan jasmani
 - Dampak yang dapat ditimbulkan jika kurang aktivitas fisik mengurangi ketegangan dan kecemasan.
 - Tidak tahu

JAWABAN: A

6. Apa dampak yang ditimbulkan jika tidak melakukan aktivitas fisik?
- Mengurangi ketegangan dan kecemasan
 - Menambah nafsu makan
 - Memperbaiki postur tubuh
 - Mengalami stress dan emosional

JAWABAN: D

7. Penyakit tidak menular apa saja yang dapat memicu kurangnya melakukan aktivitas fisik?
- AIDS
 - TBC
 - Pilek
 - Diabetes

JAWABAN: D

8. Apa manfaat aktivitas fisik bagi tubuh?
- Mengendalikan berat badan, memperbaiki postur tubuh
 - Mengendalikan stress, meningkatkan daya tahan dan sistem kekebalan tubuh
 - Semua jawaban benar
 - Semua jawaban salah

JAWABAN: C

9. Apa perbedaan aktivitas fisik dengan olahraga?
- Aktivitas fisik ialah gerakan tubuh apapun yang menggunakan otot dan membutuhkan lebih banyak energi. Sedangkan, olahraga ialah terencana dan terstruktur serta melibatkan gerakan tubuh berulang-ulang dan bertujuan untuk meningkatkan kebugaran dan kesehatan jasmani
 - Aktivitas fisik ialah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan peningkatan pengeluaran tenaga dan energi. Sedangkan, olahraga ialah terencana dan terstruktur serta melibatkan gerakan tubuh berulang-ulang dan bertujuan untuk meningkatkan kebugaran dan kesehatan jasmani

- c. Aktivitas fisik ialah ialah terencana dan terstruktur serta melibatkan gerakan tubuh berulang-ulang dan bertujuan untuk meningkatkan kebugaran dan kesehatan jasmani. Sedangkan, olahraga ialah gerakan tubuh apapun yang menggunakan otot dan membutuhkan lebih banyak energi.
- d. Jawaban semua salah

JAWABAN: A

10. Apa saja tips agar aktivitas fisik yang baik dalam prinsip “muatan berwujud dan konvensional” (BBTT)?
- a. Kegiatan yang dilakukan dengan mengukur intensitas dan waktu latihan
Dilakukan di lingkungan yang sehat, aman dan nyaman, menyesuaikan dengan kondisi dan kemampuan fisik, tidak menimbulkan dampak buruk, tidak mudah cedera, dan menggunakan pakaian dan sepatu yang nyaman
 - b. Dilakukan di lingkungan yang sehat, aman dan nyaman, menyesuaikan dengan kondisi dan kemampuan fisik, tidak menimbulkan dampak buruk, tidak mudah cedera, dan menggunakan pakaian dan sepatu yang nyaman
 - c. Mengacu pada aktivitas fisik yang dilakukan secara bertahap, dimulai dengan latihan pemanasan, inti dan latihan pendinginan
Semua Jawaban Salah
 - d. Latihan jasmani dengan istirahat teratur 3-5 kali seminggu.

JAWABAN: B

KUESIONER PERCOBAAN 2**PENGARUH EDUKASI MEDIA VIDEO MENGENAI PENGETAHUAN
AKTIVITAS FISIK BAGI PENGGUNA *SOCIAL MEDIA***

Nama :
Jenis Kelamin :
Tempat dan Tanggal Lahir :
Usia :
Pekerjaan :
Pendidikan Terakhir :
Email :
No. Telp :

Pilih salah satu dari jawaban ini antara A, B, C, dan D!

1. Pertanyaan dibawah ini yang paling benar mengenai aktivitas fisik?
 - a. Aktivitas Fisik dapat mengendalikan stress, meningkatkan daya tahan dan sistem kekebalan tubuh.
 - b. Aktivitas Fisik dilakukan secara terencana dan terstruktur serta melibatkan gerakan tubuh berulang-ulang dan bertujuan untuk meningkatkan kebugaran dan kesehatan jasmani
 - c. Dampak yang dapat ditimbulkan jika kurang aktivitas fisik mengurangi ketegangan dan kecemasan.
 - d. Tidak tahu

JAWABAN: A

2. Apa penyebab kurangnya melakukan aktivitas fisik?
 - a. Banyaknya waktu luang sehingga dapat melakukan aktivitas fisik
 - b. Kemudahan teknologi dan kesibukan individu dalam sehari-hari
 - c. Perilaku individu yang rajin menjaga kesehatannya dengan melakukan aktifitas fisik
 - d. Rutin dalam melakukan aktivitas fisik

JAWABAN: B

3. Apa manfaat aktivitas fisik bagi tubuh?
- Mengendalikan berat badan, memperbaiki postur tubuh
 - Mengendalikan stress, meningkatkan daya tahan dan sistem kekebalan tubuh
 - Semua jawaban benar
 - Semua jawaban salah

JAWABAN: C

4. Minimnya melakukan aktivitas fisik dapat beresiko terkena penyakit tidak menular. Dibawah ini yang termasuk penyakit tidak menular dalam minim melakukan aktivitas fisik, kecuali?
- AIDS
 - Hipertensi
 - Stroke
 - Diabetes Melitus

JAWABAN: A

5. Berapa menit yang dianjurkan menurut Kementerian Kesehatan RI dalam melakukan aktivitas fisik?
- Minimal 15 menit
 - Minimal 30 menit
 - Minimal 60 menit
 - Minimal 90 menit

JAWABAN: B

6. Berkebun, menari dan tenis meja merupakan contoh kegiatan?
- Aktivitas Fisik Ringan
 - Aktivitas Fisik Sedang
 - Aktivitas Fisik Berat
 - Aktivitas Fisik Aktif

JAWABAN: B

7. *Jogging*, bermain dengan anak, dan bermain basket merupakan contoh kegiatan?

- a. Aktivitas Fisik Ringan
- b. Aktivitas Fisik Sedang
- c. Aktivitas Fisik Berat
- d. Aktivitas Fisik Aktif

JAWABAN: C

8. Berjalan santai, latihan perengangan, dan melakukan pekerjaan rumah merupakan contoh kegiatan?

- a. Aktivitas Fisik Ringan
- b. Aktivitas Fisik Sedang
- c. Aktivitas Fisik Berat
- d. Aktivitas Fisik Aktif

JAWABAN: A

9. Dimana kita dapat melakukan aktivitas fisik?

- A. Sekolah, tempat kerja, rumah
- B. Rumah, tempat umum, perjalanan
- C. Semua jawaban benar
- D. Semua jawaban salah

JAWABAN: C

10. Apa dampak yang ditimbulkan jika tidak melakukan aktivitas fisik?

- a. Mengurangi ketegangan dan kecemasan
- b. Menambah nafsu makan
- c. Memperbaiki postur tubuh
- d. Mengalami stress dan emosional

JAWABAN: D

11. Dalam memperoleh hasil yang maksimal maka harus dilakukan aktivitas fisik yang sesuai dengan prinsip “muatan berwujud dan konvensional” BBTT. Kepanjangan dari “muatan berwujud dan konvensional” BBTT yaitu?

- a. Aktivitas fisik yang Bermanfaat, Benar, Terbaik, dan Teratur
- b. Aktivitas fisik yang Baik, Benar, Taat, dan Teratur

- c. Aktivitas fisik yang Baik, Benar, Terukur, dan Teratur
- d. Aktivitas fisik yang Baik, Bermanfaat, Terukur, dan Teratur

JAWABAN: C

12. Apa saja tips aktivitas fisik bagi pengguna instagram?
- a. Melihat dan mempraktikkan video tutorial olahraga yang tepat
 - b. Mencari aneka resep sehat yang sedang *ngetren*
 - c. Mendapatkan inspirasi untuk hidup lebih sehat dengan menfollow akun *influencer* gaya hidup sehat
 - d. Jawaban semua benar

JAWABAN: D

KUESIONER PERCOBAAN 3**PENGARUH EDUKASI MEDIA VIDEO MENGENAI PENGETAHUAN
AKTIVITAS FISIK BAGI PENGGUNA *SOCIAL MEDIA***

Nama :
Jenis Kelamin :
Tempat dan Tanggal Lahir :
Usia :
Pekerjaan :
Pendidikan Terakhir :
Email :
No. Telp :

Pilih salah satu dari jawaban ini antara A, B, C, dan D!

1. Pertanyaan dibawah ini yang paling benar mengenai aktivitas fisik?
 - a. Aktivitas Fisik dapat mengendalikan stress, meningkatkan daya tahan dan sistem kekebalan tubuh.
 - b. Aktivitas Fisik dilakukan secara terencana dan terstruktur serta melibatkan gerakan tubuh berulang-ulang dan bertujuan untuk meningkatkan kebugaran dan kesehatan jasmani
 - c. Dampak yang dapat ditimbulkan jika kurang aktivitas fisik mengurangi ketegangan dan kecemasan.
 - d. Tidak tahu

JAWABAN: A

2. Apa penyebab kurangnya melakukan aktivitas fisik?
 - a. Banyaknya waktu luang sehingga dapat melakukan aktivitas fisik
 - b. Kemudahan teknologi dan kesibukan individu dalam sehari-hari
 - c. Perilaku individu yang rajin menjaga kesehatannya dengan melakukan aktifitas fisik
 - d. Rutin dalam melakukan aktivitas fisik

JAWABAN: B

3. Minimnya melakukan aktivitas fisik dapat beresiko terkena penyakit tidak menular. Dibawah ini yang termasuk penyakit tidak menular dalam minim melakukan aktivitas fisik, kecuali?
- AIDS
 - Hipertensi
 - Stroke
 - Diabetes Melitus

JAWABAN: A

4. Berapa menit yang dianjurkan menurut Kementerian Kesehatan RI dalam melakukan aktivitas fisik?
- Minimal 15 menit
 - Minimal 30 menit
 - Minimal 60 menit
 - Minimal 90 menit

JAWABAN: B

5. Berkebun, menari dan tenis meja merupakan contoh kegiatan?
- Aktivitas Fisik Ringan
 - Aktivitas Fisik Sedang
 - Aktivitas Fisik Berat
 - Aktivitas Fisik Aktif

JAWABAN: B

6. Berjalan santai, latihan perengangan, dan melakukan pekerjaan rumah merupakan contoh kegiatan?
- Aktivitas Fisik Ringan
 - Aktivitas Fisik Sedang
 - Aktivitas Fisik Berat
 - Aktivitas Fisik Aktif

JAWABAN: A

7. Dimana kita dapat melakukan aktivitas fisik?
- Sekolah, tempat kerja, rumah
 - Rumah, tempat umum, perjalanan

C. Semua jawaban benar

D. Semua jawaban salah

JAWABAN: C

8. Dalam memperoleh hasil yang maksimal maka harus dilakukan aktivitas fisik yang sesuai dengan prinsip “muatan berwujud dan konvensional” BBTT. Kepanjangan dari “muatan berwujud dan konvensional” BBTT yaitu?

- a. Aktivitas fisik yang Bermanfaat, Benar, Terbaik, dan Teratur
- b. Aktivitas fisik yang Baik, Benar, Taat, dan Teratur
- c. Aktivitas fisik yang Baik, Benar, Terukur, dan Teratur
- d. Aktivitas fisik yang Baik, Bermanfaat, Terukur, dan Teratur

JAWABAN: C

9. Apa saja tips aktivitas fisik bagi pengguna instagram?

- a. Melihat dan mempraktikkan video tutorial olahraga yang tepat
- b. Mencari aneka resep sehat yang sedang *ngetren*
- c. Mendapatkan inspirasi untuk hidup lebih sehat dengan menfollow akun *influencer* gaya hidup sehat
- d. Jawaban semua benar

JAWABAN: D

Lampiran 4 PSP dan Informed Consent

PENJELASAN SEBELUM PERSETUJUAN UNTUK MENGIKUTI PENELITIAN

(PSP)

Saya Martani Maharani mahasiswi program studi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan Jurusan Kesehatan Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi secara sukarela dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh Edukasi Media Video Terhadap Pengetahuan Tentang Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media*”.

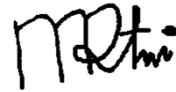
Penelitian ini bertujuan agar dapat mengetahui pengaruh edukasi media video terhadap pengetahuan tentang aktivitas fisik bagi pengguna *social media Instagram*. Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang aktivitas fisik dari pengaruh edukasi media video bagi pengguna *social media instagram*. Dari hal tersebut, responden dapat meningkatkan kesadaran terhadap aktivitas fisik dan menjadi *influencer social media* yang baik. Manfaat langsung yang didapatkan yaitu mengetahui tingkat pengetahuan aktivitas fisik.

Prosedur dalam penelitian ini, sebagai berikut.

1. Peneliti menjelaskan tujuan dan manfaat penelitian.
2. Peneliti menjelaskan langkah-langkah penelitian.
3. Responden membaca PSP, dan menanda tanggai persetujuan *inform concent*.
4. Menentukan jadwal dan waktu dengan responden melalui *aplikasi whatsapp*.
5. Sebelum diberikan perlakuan melakukan *pre test* melalui *g-forms* yang disebar melalui *chat personal* responden melalui *aplikasi whatsapp*.
6. Memberikan jangka 1 hari untuk melatih short term memory.
7. Hari selanjutnya, pemberian edukasi melalui media video yang berdurasi 3.20 menit mengenai aktivitas fisik yang diupload melalui *g-forms* bersamaan dengan pengisian *posttest* yang disebar melalui *chat personal* responden melalui *aplikasi whatsapp*.

Partisipasi penelitian ini bersifat sukarela, dan anda bisa sewaktu-waktu mengundurkan diri dari penelitian ini. Data yang telah didapatkan akan dijaga privasinya dengan menggunakan kode yaitu huruf dan angka. Data lengkap asli responden akan dijaga kerahasiaannya. Apabila data perlu untuk dipublikasikan, maka akan ditampilkan dalam bentuk kode, sehingga data responden tidak akan diketahui oleh siapapun kecuali peneliti. Hal ini dilakukan untuk menghormati privasi responden. Responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini akan mendapatkan souvenir berupa saldo *Go-Pay* atau *Shopee-Pay*. Apabila ada hal yang kurang jelas dengan penelitian ini dapat menghubungi Martani Maharani (WA: 085784009091)

PENELITI



(Martani Maharani)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama :

Umur :

Pekerjaan :

Telp/HP (WA) :

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian “Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*”. Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Tempat, tanggal-bulan-tahun

Responden

(-Nama Responden-)

Lampiran 5 Rencana Anggaran Penelitian

No	Kegiatan	Volume	Satuan	Unit Cost	Jumlah
1	Biaya Pengiriman EC	1	item	250.000	250.000
2.	Alat bantu pengumpulan data penelitian				
	a. Wifi	1	bulan	250.000	250.000
	b. Souvenir Uji Validitas	1	item	50.000	50.000
	c. Souvenir Penelitian	38	item	10.000	38.000
JUMLAH					930.000

Lampiran 6 SOP Media Video

	<p>POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG</p> <p>JURUSAN KESEHATAN TERAPAN SARJANA TERAPAN PROMOSI KESEHATAN</p>	
	<p>STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR MEDIA VIDEO</p>	
<p>MARTANI MAHARANI NIM. P1742117</p>		<p>Sebagai Persyaratan Skripsi</p>
Jenis Media	Video	
Durasi	3.20	
Kriteria Sasaran	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kriteria Inklusi <ol style="list-style-type: none"> a. Bersedia menjadi responden. b. Warga negara Indonesia. c. <i>Real account social media Instagram.</i> d. Merupakan <i>followers social media instagram</i> peneliti. e. Hampir setiap hari menggunakan <i>social media instagram.</i> f. Pendidikan terakhir minimal SMP. g. Usia 15-35 tahun. 2. Kriteria Eksklusi <ol style="list-style-type: none"> a. Tidak memenuhi syarat yakni bukan warga negara Indonesia, usia, dan Pendidikan b. Merupakan <i>fake account</i>, dan akun jualan pada <i>social media instagram.</i> c. Jarang menggunakan <i>social media instagram.</i> 	
Alat dan Bahan	Kuesioner, media video, aplikasi <i>whatsapp</i> , dan <i>g-form</i>	
Topik Materi	Aktivitas Fisik	
Langkah-Langkah	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menetapkan responden. 2. Responden membaca PSP, dan menandatangani persetujuan <i>inform concent.</i> 3. Menentukan jadwal dan waktu dengan responden melalui <i>aplikasi whatsapp.</i> 4. Sebelum diberikan perlakuan melakukan <i>pre test</i> melalui <i>g-forms</i> yang disebar melalui <i>chat personal</i> responden melalui <i>aplikasi whatsapp.</i> 5. Memberikan jangka 1 hari untuk melatih short term memory. 6. Hari selanjutnya, pemberian edukasi melalui media video mengenai aktivitas fisik yang 	

	diupload melalui <i>g-forms</i> bersamaan dengan pengisian <i>posttest</i> yang disebar melalui <i>chat personal</i> responden melalui <i>aplikasi whatsapp</i> .
Diagram Alur	<pre>graph TD; A[Menetapkan responden] --> B[Membuat janji dengan responden]; B --> C[Menentukan jadwal dan waktu dengan responden]; C --> D[Pre-test]; D --> E[Memberikan jangka 1 hari]; E --> F[Edukasi melalui media video]; F --> G[Post-test];</pre>

Lampiran 7 Hasil Uji Validitas

Correlations														
		Soal1	Soal2	Soal3	Soal4	Soal5	Soal6	Soal7	Soal8	Soal9	Soal10	Soal11	Soal12	Total
Soal1	Pearson Correlation	1	.535*	-0,196	0,167	0,167	0,452	0,134	.535*	.535*	-0,196	.535*	0,075	.539*
	Sig. (2-tailed)		0,040	0,484	0,553	0,553	0,091	0,635	0,040	0,040	0,484	0,040	0,789	0,038
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
Soal2	Pearson Correlation	.535*	1	-0,105	.535*	.535*	0,443	0,250	1.000**	1.000**	-0,105	1.000**	0,443	.912**
	Sig. (2-tailed)	0,040		0,710	0,040	0,040	0,098	0,369	0,000	0,000	0,710	0,000	0,098	0,000
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
Soal3	Pearson Correlation	-0,196	-0,105	1	-0,196	-0,196	0,207	-0,026	-0,105	-0,105	-0,154	-0,105	-0,237	-0,034
	Sig. (2-tailed)	0,484	0,710		0,484	0,484	0,459	0,926	0,710	0,710	0,584	0,710	0,396	0,903
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
Soal4	Pearson Correlation	0,167	.535*	-0,196	1	0,167	0,075	0,468	.535*	.535*	-0,196	.535*	0,452	.612*
	Sig. (2-tailed)	0,553	0,040	0,484		0,553	0,789	0,079	0,040	0,040	0,484	0,040	0,091	0,015
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
Soal5	Pearson Correlation	0,167	.535*	-0,196	0,167	1	0,075	0,468	.535*	.535*	-0,196	.535*	0,075	.539*

	Sig. (2-tailed)	0,553	0,040	0,484	0,553		0,789	0,079	0,040	0,040	0,484	0,040	0,789	0,038
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
Soal6	Pearson Correlation	0,452	0,443	0,207	0,075	0,075	1	0,262	0,443	0,443	-0,237	0,443	0,318	.607*
	Sig. (2-tailed)	0,091	0,098	0,459	0,789	0,789		0,346	0,098	0,098	0,396	0,098	0,248	0,016
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
Soal7	Pearson Correlation	0,134	0,250	-0,026	0,468	0,468	0,262	1	0,250	0,250	-0,419	0,250	-0,040	0,491
	Sig. (2-tailed)	0,635	0,369	0,926	0,079	0,079	0,346		0,369	0,369	0,120	0,369	0,887	0,063
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
Soal8	Pearson Correlation	.535*	1.000**	-0,105	.535*	.535*	0,443	0,250	1	1.000**	-0,105	1.000**	0,443	.912**
	Sig. (2-tailed)	0,040	0,000	0,710	0,040	0,040	0,098	0,369		0,000	0,710	0,000	0,098	0,000
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
Soal9	Pearson Correlation	.535*	1.000**	-0,105	.535*	.535*	0,443	0,250	1.000**	1	-0,105	1.000**	0,443	.912**
	Sig. (2-tailed)	0,040	0,000	0,710	0,040	0,040	0,098	0,369	0,000		0,710	0,000	0,098	0,000
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
Soal10	Pearson Correlation	-0,196	-0,105	-0,154	-0,196	-0,196	-0,237	-0,419	-0,105	-0,105	1	-0,105	0,207	-0,120

	Sig. (2-tailed)	0,484	0,710	0,584	0,484	0,484	0,396	0,120	0,710	0,710		0,710	0,459	0,670
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
Soal11	Pearson Correlation	.535*	1.000**	-0,105	.535*	.535*	0,443	0,250	1.000**	1.000**	-0,105	1	0,443	.912**
	Sig. (2-tailed)	0,040	0,000	0,710	0,040	0,040	0,098	0,369	0,000	0,000	0,710		0,098	0,000
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
Soal12	Pearson Correlation	0,075	0,443	-0,237	0,452	0,075	0,318	-0,040	0,443	0,443	0,207	0,443	1	.541*
	Sig. (2-tailed)	0,789	0,098	0,396	0,091	0,789	0,248	0,887	0,098	0,098	0,459	0,098		0,037
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
Total	Pearson Correlation	.539*	.912**	-0,034	.612*	.539*	.607*	0,491	.912**	.912**	-0,120	.912**	.541*	1
	Sig. (2-tailed)	0,038	0,000	0,903	0,015	0,038	0,016	0,063	0,000	0,000	0,670	0,000	0,037	
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 8 Hasil Uji Reliabilitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,853	9

Lampiran 9 Sertifikat Ethical Clearance



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
STATE POLYTECHNIC OF HEALTH MALANG

KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"
Reg.No.:072 / KEPK-POLKESMA/2021

Protokol penelitian yang diusulkan oleh **Martani Maharani**
The research protocol proposed by

Peneliti Utama
Principal In Investigator **Martani Maharani**

Nama Institusi
Name of the Institution Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

Dengan Judul
**PENGARUH EDUKASI MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG AKTIVITAS FISIK BAGI
PENGUNA SOCIAL MEDIA INSTAGRAM**
***THE EFFECT OF VIDEO MEDIA EDUCATION ON KNOWLEDGE OF PHYSICAL ACTIVITY FOR INSTAGRAM
SOCIAL MEDIA USERS***

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah,

3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 11 April 2021 sampai dengan 11 April 2022

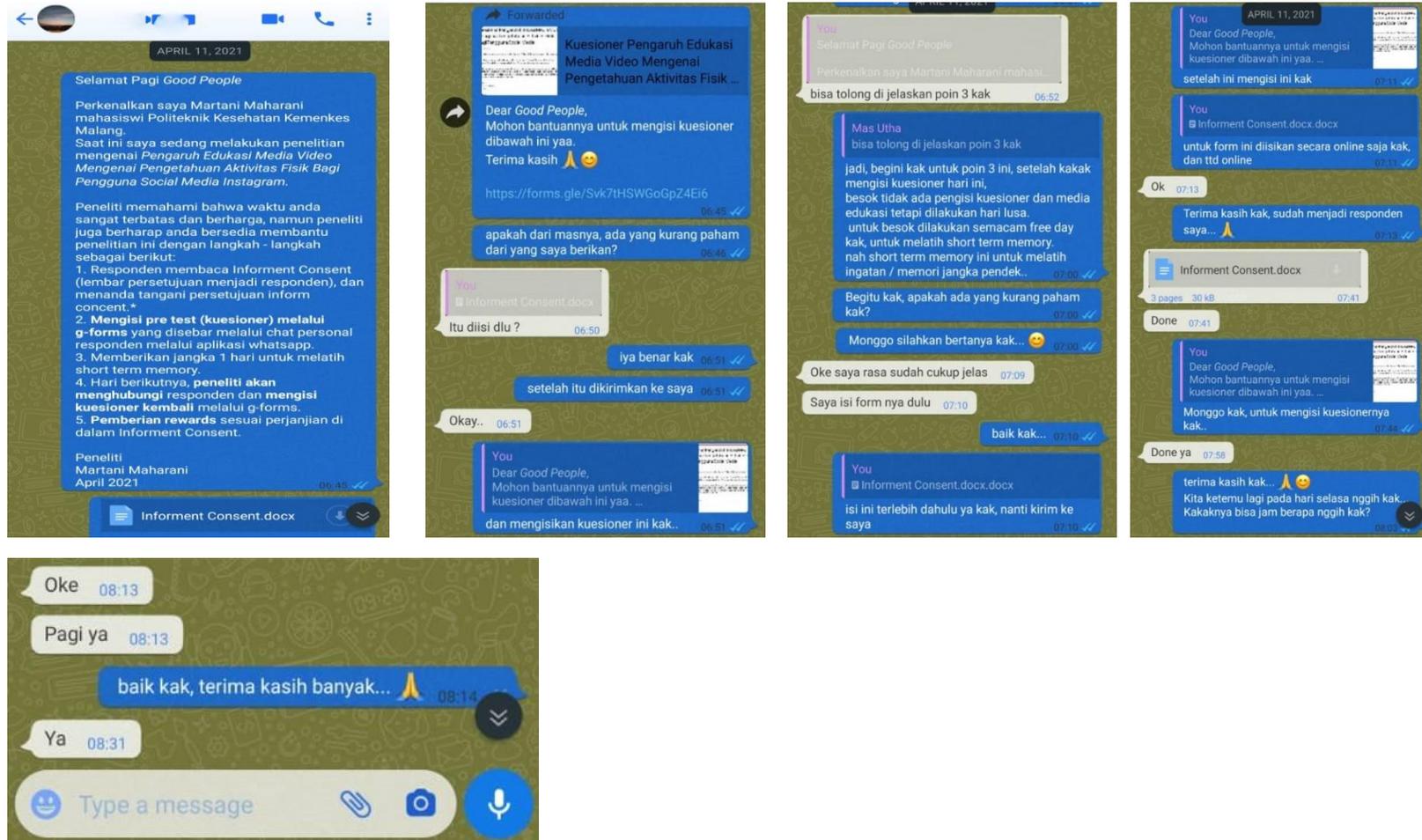
This declaration of ethics applies during the period April 11, 2021 until April 11, 2022

Malang, 11 April 2021
Head of Committee



Dr. SUSI MILWATI, S.Kp, M.Pd
NIP. 196312011987032002

Menghubungi Responden Tindakan Pretest



Menghubungi Responden Diberikannya Edukasi Melalui Video dan *Posttest*



Menghubungi Responden untuk Pemberian *Reward*



Lampiran 11 *Informed Consent* Responden

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A1
 Umur : 22 tahun
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Telp/HP : 089349xxxx

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun. Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kitatentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Malang, 06 April 2021
 Responden


 (.....)
 A1

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A2
 Umur : 21
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Telp/HP : 081231xxxx

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Malang, 06 April 2021
 Responden


 (.....)
 A2

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A3
 Umur : 22 tahun
 Pekerjaan : mahasiswa
 Telp/HP : 0822317xxxx

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Sehenda, 14 April 2021
 Responden


 (..... A3)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A4
 Umur : 21 tahun
 Pekerjaan : mahasiswa
 Telp/HP : 0857356xxxx

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Blitar, 8 April 2021
 Responden


 (..... A4)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A5
 Umur : 22 Tahun
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Telp/HP : 081222*****

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau aplikasi *screenshot* selama proses pendataan.

Mataram ,21 April 2021
 Responden



METERAN
 TEMPSEL
 10000
 9803BAJK15251096A

Scanned by TapScanner

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : AG
 Umur : 22 tk
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Telp/HP : 082231 750 656

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun. Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kitatentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau aplikasi *screenshot* selama proses pendataan.

Banyuwangi, 08 April 2021
 Responden



METERAN
 TEMPSEL
 10000
 9803BAJK15251096A

(..... AG))

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN INFORMAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A7
 Umur : 22 tahun
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Telp/HP : 0822341xxxx

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Pasuruan, 9 April 2021

TTD Informan



(A7)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A8
 Umur : 21 thn
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Telp/HP : 0821xxxxxxx

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Pasuruan, 09 April 2021

Responden



(A8)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : AD
 Umur : 22 tahun
 Pekerjaan : Karyawan Swasta
 Telp/HP : 082245xxxx

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Cresik, 9 April 2021
 Responden



(.....AD.....)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : ~~Adrian Machmud~~ (A10)
 Umur : 22 TAHUN
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Telp/HP : 08385788XXXX

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Malang, 15 April 2021
 Responden



(.....A10.....)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A11
 Umur : 21
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Telp/HP : 08560799xxxx

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Kediri, 11 April 2021
 Responden



(.....A11.....)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A12
 Umur : 22 tahun
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Telp/HP : 085 755 xxx xxx

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Banyuwangi, 15 April 2021
 Responden



(.....A12.....)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A13
 Umur : 22 tahun
 Pekerjaan : Quality control
 Telp/HP : 085 607 632XXXX

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Malang, 9 April 2021

Responden



(.....A13.....)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A14
 Umur : 22 tahun
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Telp/HP : 085 834 XXXXX

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Malang, 14 April 2021

Responden



(.....A14.....)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : A15
 Umur : 22 tahun
 Pekerjaan : Belum Bekerja
 Telp/HP : 0813 5822 xxxx

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Malang, 30 Juni 2021

Responden



SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A16
 Umur : 22 th
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Telp/HP : 089 650 xxxx

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Malang, 01 April 2021
 Responden



(.....A16.....)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN INFORMAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A17
 Umur : 25 tahun
 Pekerjaan : Freelancer
 Telp/HP : 085649xxxxxx

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Malang, 10 April 2021
 TTD Informan


 (A17)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A18
 Umur : 26 tahun
 Pekerjaan : wirausaha
 Telp/HP : 08121609xxxxxx

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Malang, 10 April 2021
 Responden


 (A18)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A20
 Umur : 26 tahun
 Pekerjaan : Wiraswasta
 Telp/HP : 06 1261 XXXXXX

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Bojor, 15 April 2021
 Responden



(..... A20))

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN INFORMAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A20
 Umur : 24 tahun
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Telp/HP : 082257XXXXX

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Jakarta, 10-04-2021

TTD Responden



(A20)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN INFORMAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A21
 Umur : 25 tahun
 Pekerjaan : Wiraswasta
 Telp/HP : 081 2890xxxxx

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Malang, 15 April 2021
 TTD Informan



(A21)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN INFORMAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A22
 Umur : 26 tahun
 Pekerjaan : Fresh Graduated
 Telp/HP : 081221539xxx

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Subang, 16 April 2021

TTD Responden



A22

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A23
 Umur : 21 TAHUN
 Pekerjaan : MAHASISWA
 Telp/HP : 08133467xxxx

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

MALANG, 11 April 2021
 Responden



(.....A23.....)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A24
 Umur : 24 Tahun
 Pekerjaan : Karyawan Swasta
 Telp/HP : 082 218xxxxxx

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Semarang, 11 April 2021
 Responden



(.....)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A25
 Umur : 24 tahun
 Pekerjaan : Wiraswasta
 Telp/HP : 0821250XXXX

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Bogor, 11 April 2021



REPUBLIK INDONESIA
 KEMENTERIAN
 TEMPEL
 43038AJX156743713
 (A25)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A26
 Umur : 25 tahun
 Pekerjaan : belum bekerja
 Telp/HP : 08129589XXXX

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Jakarta, 11 April 2021
 Responden



(.....A26.....)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A27
 Umur : 31
 Pekerjaan : peneliti
 Telp/HP : 0817704XXXXX

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Jakarta, 12 April 2021

Responden



(A27)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A28
 Umur : 22
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Telp/HP : 089704XXXXX

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Malang, 11 April 2021

Responden



(A28.....)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A29
 Umur : 28 Tahun
 Pekerjaan : Belum Bekerja
 Telp/HP : 0896783XXXX

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Malang, 11 April 2021

(A29)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN INFORMAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A30
 Umur : 27 tahun
 Pekerjaan : Wiraswasta
 Telp/HP : 0812163XXXX

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Jombang, 11 April 2021

Responden

(A30)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN INFORMAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A31
 Umur : 25 Tahun
 Pekerjaan : Staf Pemerintah
 Telp/HP : 08133507xxxx

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Jakarta, 23-04-2021

TTD Informan



(A31)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A32
 Umur : 24 tahun
 Pekerjaan : Lulusan baru
 Telp/HP : 0822721XXXXX

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Jakarta, 13-April-2021



(A32)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

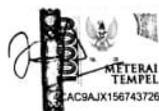
Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A33
 Umur : 21
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Telp/HP : 085607573XXX

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Malang, 13 April 2021
 Responden



(..... A33))

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A34
 Umur : 22 Tahun
 Pekerjaan : Mahasiswa/i
 Telp/HP : 0857848XXXX

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Blitar, 13 April 2021

Responden



(A34)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A35
 Umur : 33 TAHUN
 Pekerjaan : PEGAWAI SWASTA
 Telp/HP : 0812912XXXXX

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Bekasi, 16 April 2021
 Responden

(A35)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A36
 Umur : 27 tahun
 Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
 Telp/HP : 0812257XXXXX

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Puwakarta, 13 April 2021
 Responden

(A36)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A37
 Umur : 19
 Pekerjaan : Pelajar
 Telp/HP : 0813160XXXXX

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Jakarta , 3 Mei 2021
 Responden



(..... A37))

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : A38
 Umur : 15
 Pekerjaan : Pelajar
 Telp/HP : 0821107XXXXX

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian "Pengaruh Edukasi Media Video Mengenai Pengetahuan Aktivitas Fisik Bagi Pengguna *Social Media Instagram*". Saya nyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Saya juga mengizinkan peneliti untuk menggunakan data dalam penelitian ini sesuai dengan tujuan penelitian. Sebagai responden untuk penelitian ini, saya setuju untuk mengumpulkan data pada waktu yang kita tentukan, dan mengizinkan peneliti menggunakan alat tangkapan layar atau *aplikasi screenshot* selama proses pendataan.

Jakarta , 3 Mei 2021
 Responden



(..... A38))

Lampiran 12 Master Sheet Pretest-Posttest

Pretest

Responden	Jenis Kelamin	Umur	Pekerjaan	Pendidikan	Pengetahuan									Total	Skor	Kategori
					Sintesis	Memahami	Tau	Aplikasi	Aplikasi	Aplikasi	Aplikasi	Tau	Evaluasi			
					1	2	3	4	5	6	7	8	9			
A1	B2	C3	D1	E2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100	F1
A2	B2	C3	D1	E2	0	1	1	1	1	1	1	0	0	6	67	F2
A3	B2	C3	D1	E2	0	1	1	1	1	1	1	0	1	7	78	F1
A4	B2	C3	D1	E2	0	0	1	1	0	0	1	0	1	4	44	F3
A5	B2	C3	D1	E2	0	1	1	1	0	1	1	1	0	6	67	F2
A6	B2	C3	D1	E2	0	1	0	1	1	1	1	0	1	6	67	F2
A7	B2	C3	D1	E2	1	1	1	0	0	1	1	1	1	7	78	F1
A8	B2	C3	D1	E2	0	1	1	1	1	1	1	1	1	8	89	F1
A9	B2	C3	D2	E2	1	1	1	0	1	1	1	1	0	7	78	F1
A10	B2	C3	D1	E2	1	1	0	0	1	1	1	1	1	7	78	F1
A11	B2	C3	D1	E2	1	1	1	1	1	1	1	1	0	8	89	F1
A12	B2	C3	D1	E2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	22	F3
A13	B2	C3	D2	E4	0	1	1	1	0	1	1	1	1	7	78	F1
A14	B2	C3	D1	E2	0	1	1	0	0	0	1	0	1	4	44	F3
A15	B2	C3	D4	E4	1	1	1	0	1	1	1	0	1	7	78	F1

Keterangan Pengisian:

Responden	Jenis Kelamin	Umur	Pekerjaan	Pendidikan	Informasi	Skor
A1= urutan no. 1	B1= Pria	C1= 15-16 tahun	D1 = Pelajar/Mahasiswa	E1= SMP	0= Jawaban salah	Skor perolehan= 0 - 100
A2= urutan no. 2	B2= Wanita	C2= 17-20 tahun	D2 = Karyawan	E2= SMA	1= jawaban benar	
Dst		C3= 21-35 tahun	Swasta/Wiraswasta	E3= D1		
			D3 = PNS	E4= D3		
			D4 = Belum	E5= D4/S1		
			bekerja/Tidak Bekerja	E6= S2		
			D5 = <i>Lain-lain</i>	E7= S3		
Kategori						
F1= baik						
F2= cukup						
F3= kurang						

Posttest

Responden	Jenis Kelamin	Umur	Pekerjaan	Pendidikan	Pengetahuan									Total	Skor	Kategori
					Sintesis	Memahami	Tau	Aplikasi	Aplikasi	Aplikasi	Aplikasi	Tau	Evaluasi			
					1	2	3	4	5	6	7	8	9			
A1	B2	C3	D1	E2	0	1	1	1	1	1	1	1	1	8	89	F1
A2	B2	C3	D1	E2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100	F1
A3	B2	C3	D1	E2	0	1	1	1	0	1	1	0	1	6	67	F2
A4	B2	C3	D1	E2	1	1	1	1	1	1	0	0	0	6	67	F2
A5	B2	C3	D1	E2	1	1	0	1	0	1	1	1	0	6	67	F2
A6	B2	C3	D1	E2	1	1	1	1	1	1	1	0	0	7	78	F1
A7	B2	C3	D1	E2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100	F1
A8	B2	C3	D1	E2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100	F1
A9	B2	C3	D2	E2	1	1	1	0	1	1	0	1	0	6	67	F2
A10	B2	C3	D1	E2	0	1	1	1	1	1	1	1	0	7	78	F1
A11	B2	C3	D1	E2	1	1	1	1	1	1	1	1	0	8	89	F1
A12	B2	C3	D1	E2	0	1	1	1	1	1	0	1	1	7	78	F1
A13	B2	C3	D2	E4	1	1	1	1	1	1	1	1	0	8	89	F1
A14	B2	C3	D1	E2	1	1	1	0	1	1	1	1	1	8	89	F1
A15	B2	C3	D4	E4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	100	F1

Keterangan Pengisian:

Responden	Jenis Kelamin	Umur	Pekerjaan	Pendidikan	Informasi	Skor
A1= urutan no. 1	B1= Pria	C1= 15-16 tahun	D1 = Pelajar/Mahasiswa	E1= SMP	0= Jawaban salah	Skor perolehan= 0 - 100
A2= urutan no. 2	B2= Wanita	C2= 17-20 tahun	D2 = Karyawan	E2= SMA	1= jawaban benar	
Dst		C3= 21-35 tahun	Swasta/Wiraswasta	E3= D1		
			D3 = PNS	E4= D3		
			D4 = Belum	E5= D4/S1		
			bekerja/Tidak Bekerja	E6= S2		
			D5 = <i>Lain-lain</i>	E7= S3		
Kategori						
F1= baik						
F2= cukup						
F3= kurang						

Lampiran 13 Hasil Uji Wilcoxon

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum
<i>Pretest</i>	38	71,47	18,662	22
<i>Posttest</i>	38	87,84	11,661	67

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
<i>posttest - pretest</i>	<i>Negative Ranks</i>	4 ^a	8,25	33,00
	<i>Positive Ranks</i>	25 ^b	16,08	402,00
	<i>Ties</i>	9 ^c		
	<i>Total</i>	38		

a. posttest < pretest

b. posttest > pretest

c. posttest = pretest

Test Statistics

	<i>posttest - pretest</i>
Z	-4.023 ^b
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	0,000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Lampiran 14 Media Video



Media Video Mengenai Aktivitas Fisik

Dalam penelitian ini media yang digunakan yaitu media video. Durasi dari media video sekitar 3.20 menit. Media video ini mengenai aktivitas fisik pada pengguna *instagram*. Media video dibuat peneliti menggunakan aplikasi *Powtoon*. Konten dari media video meliputi sebagai berikut.

- a. Pengertian mengenai aktivitas fisik.
- b. Penyebab kurangnya melakukan aktivitas fisik.
- c. Manfaat melakukan aktivitas fisik.
- d. Penyakit-penyakit jika tidak melakukan aktivitas fisik.
- e. Penjelasan mengenai perbedaan aktivitas fisik dengan olahraga.
- f. Waktu dianjurkan melakukan aktivitas fisik menurut Kementerian Kesehatan RI.
- g. Contoh-contoh kegiatan aktivitas fisik ringan, sedang, dan sedang.
- h. Tempat yang dapat digunakan melakukan aktivitas fisik.
- i. Penjelasan hubungan aktivitas fisik dengan media sosial.
- j. Tips aktivitas fisik bagi pengguna *instagram*.