

## Lampiran 1. Jadwal Penelitian

### Jadwal Penelitian

No	Kegiatan	Bulan Ke-									
		2022-2023									
		9	10	11	12	1	2	3	4	5	6
1	Penyusunan proposal	X	X	X	X						
2	Penyusunan instrument					X					
3	Seminar proposal										
4	Perbaikan proposal										
5	Persiapan lapangan										
6	Uji coba instrumen										
7	Pengumpulan data										
8	Pengolahan data										
9	Analisa data										
10	Penyusunan laporan										
11	Uji siding										
12	Perbaikan KTI										

## Lampiran 2. Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lembar Permohonan Menjadi Responden Penelitian

Kepada Yth.

Calon Responden

di *Wijaya Fitness Center* Tumpang Malang

Sebagai syarat tugas akhir mahasiswa keperawatan saya Hendra Veri Setiawan mahasiswa Prodi Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang, saya akan melakukan penelitian dengan judul "Gambaran Harga Diri Pada Member *Gym* di *Wijaya Fitness Center* Tumpang Malang". Tujuan penelitian ini adalah untuk gambaran harga diri member di *Wijaya Fitness Center* Tumpang Malang

Keperluan tersebut saya mohon ketersediaan anggota *gym* untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Selanjutnya kami mohon saudara untuk mengisi kuesioner yang saya sediakan dengan kejujuran dan apa adanya. Jawaban saudara dijamin kerahasiaannya. Demikian atas bantuan partisipasinya disampaikan terima kasih.

Malang, maret 2023

Hendra veri setiawan

NIM.201069

**Lampiran 3.**

**Lembar Persetujuan Menjadi Responden**

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI PESERTA PENELITIAN**

**Gambaran Harga Diri Pada Anggota *GYM* di *Wijaya Fitness Center***

**Tumpang Malang**

Oleh:

Hendra Veri Setiawan

Setelah saya membaca maksud dan tujuan dari penelitian ini, maka saya dengan sadar menyatakan bahwa saya bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Tanda tangan saya dibawah ini, sebagai bukti kesediaan saya menjadi responden penelitian.

Tanggal :

Nama :

Umur :

Alamat :

Tanda Tangan :

#### Lampiran 4.

#### KISI-KISI KUESIONER

**Judul** : “Gambaran *Harga Diri* Pada Anggota Gym di *Wijaya Fitness Center* Tumpang Malang”.

<b>Variabel Penelitian</b>	<b>Indikator <i>Harga diri</i></b>	<b>No Soal</b>
Gambaran Harga Diri Pada Member Gym Di Wijaya Fitness Center	Soal mengarah ke harga diri positif (favorable)	1, 3,4,7,8,10
	Soal mengarah ke harga diri negatif (unfavorable)	2,3,6,9



Lampiran 5.

**LEMBAR KUISIONER**

**Judul : Gambaran *Harga Diri* Pada Member *Gym* di *Wijaya Fitness Center* Tumpang Malang**

Data Umum		
1	Nama (inisial)	:
2	Usia	:
Data Khusus		
1	Lama fitnes	: <input type="checkbox"/> =lebih dari 3 bulan <input type="checkbox"/> =kurang dari 3 bulan
2	Menggunakan jasa personal trainer	: <input type="checkbox"/> Tidak <input type="checkbox"/> Iya
3	Jenis kelamin	: <input type="checkbox"/> Laki-laki <input type="checkbox"/> perempuan
4	Usia	: <input type="checkbox"/> =12-25 tahun <input type="checkbox"/> =26-45 tahun

Petunjuk Pengisian kusioner rosenberg :Kusioner terdiri atas 10 pertanyaan yang mungkin sesuai dengan yang dialami responden sekalian.

Kusioner Roseberg					
No	Pertanyaan	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju
1	Secara keseluruhan , saya puas dengan diri saya				
2	Terkadang saya merasa sebagai orang yang sama sekali tidak baik				
3	Saya merasa banyak memiliki banyak kelebihan dalam diri saya				
4	Saya mampu berbuat sebaik orang lain pada umumnya				
5	Tidak banyak yang bisa saya banggakan pada diri saya				
6	Saya merasa sangat tidak berguna sama sekali				
7	Saya merasa bahwa diri saya cukup berharga , setidaknya sama dengan orang lain				
8	Saya berharap bisa lebih menghargai diri sendiri				
9	Secara keseluruhan saya mengakui bahwa diri saya adalah orang yang gagal				
10	Saya bersikap positif terhadap diri sendiri				

3 = Sangat Setuju

2 = Setuju

1 = Tidak Setuju

0 = Sangat Tidak Setuju

Skor :

Skor 0-10 harga diri rendah

Skor 11-20 harga diri sedang

Skor 21-30 harga diri tinggi





## Lampiran 6. Surat Ijin Penelitian

YAYASAN WAHANA BHAKTI KARYA HUSADA  
INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS DAN KESEHATAN RS dr.SOEPRAOEN


Malang, 03 Agustus 2023

Nomor : B / 264/ VIII / 2023  
Klasifikasi : Biasa  
Lampiran : -  
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada  
Yth. Wijaya Fitnes Tumpang  
di  
Kab. Malang

1. Dasar:
  - a. Kurikulum Nasional DIII Keperawatan Tahun 2019 tentang Penyusunan KTI dan UAP; dan
  - b. Kalender Akademik Program Studi Keperawatan Institut Teknologi, Sains Dan Kesehatan RS dr. Soepraoen TA. 2022/2023 tentang jadwal penyusunan KTI dan UAP.
2. Sehubungan hal tersebut di atas, dengan ini diajukan permohonan ijin pengambilan data penelitian untuk mahasiswa Program Studi Keperawatan Institut Teknologi, Sains Dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang TA. 2022/2023 a.n. Hendra Veri NIM. 201069 dengan judul "GAMBARAN HARGA DIRI PADA MEMBER GYM DI WIJAYA FITNES CENTER TUMPANG MALANG
3. Demikian mohon dimaklumi.

Rektor  
Institut Teknologi, Sains Dan Kesehatan RS dr. Soepraoen  
Anief Eleni, S.Kep., Ners., M.M., M.Kes  
NIDK 8807901019





**Lampiran 7. Surat balasan**

**JAWABAN SURAT PERMOHONAN PENELITIAN**

---

Lamp : 1 (satu) exp. Proposal

Hal : Jawaban Atas Surat Pemohonan Penelitian

Kepada Yth.

**Ketua Prodi D3 Keperawatan**

**Bapak Ns. Riki Ristanto, M.Kep**

**Di Tempat**

*Dengan Hormat,*

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Trilaksono

Jabatan : Owner wijaya fitness centre tumpang

Menerangkan bahwa,

Nama : Hendra veri setiawan

NIM : 201069

Jurusan : D3 Keperawatan

Mahasiswa : ITSK RS Dr. Soepraoen

Berdasarkan surat yang kami terima dari ITSK RS Dr. Soepraoen, mahasiswa bersangkutan telah disetujui untuk melakukan penelitian pada Fitness Center kami sebagai syarat penyusunan karya tulis ilmiah dengan judul: **Gambaran Harga Diri Pada Anggota Gym di Wijaya Fitness Center Tumpang Malang**. Demikian surat ini kami sampaikan, dan atas kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

**Malang, 19 juni 2023**

Trilakson

## Lampiran 8 surat selesai penelitian



### **WIJAYA FITNES CENTER TUMPANG MALANG**

Perum Griya Graha Asri Tumpang Malang Blok A no 3  
IG: @wijaya\_fitness\_malang Email: 201001@vibrant.vib.ac.id  
KOTA MALANG

Lamp : 2 (dua) exp. Proposal

Hal : Jawaban Atas Surat selesai Penelitian

Kepada Yth.

Ketua Prodi D3 Keperawatan  
Bapak Ns. Riki Ristanto, M.Kep  
Di Tempat

*Dengan Hormat,*  
Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Trilaksono  
Jabatan : Owner wijaya fitene center

Menerangkan bahwa,

Nama : Hendra Veri Setiawan  
NIM : 20108  
Mahasiswa : ITSK RS Dr. Soepraoen

Berdasarkan surat yang kami terima dari ITSK RS Dr. Soepraoen, mahasiswa bersangkutan telah menyelesaikan penelitian di Fitness Center kami sebagai syarat penyusunan karya tulis ilmiah dengan judul:

**Gambaran Harga Diri Pada Anggota Gym di Wijaya Fitness Center Tumpang Malang**

Demikian surat ini kami sampaikan, dan bisa digunakan sebagaimana mestinya.

Malang,  
Hormat Kami,  
Owner wijaya fitenes center

Trilaksono

INSTITUT TEKNOLOGI SAINS & KESEHATAN RS dr. SOEPROAEN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

**BUKTI REVISI UJIAN SEMHAS**

Nama : HENDRA VERI SETIAWAN

NIM : 201082


Judul KTI : Gambaran Harga Diri Pada Member Gym Di Wijaya  
Fitness Center Tumpang Malang.

Telah melakukan revisi Semhas, sebagai syarat lulus KTI:

1 Penguji I Tanggal : 21 Agustus 2023	2 Penguji II Tanggal : 21 Agustus 2023
Penguji I  Ns. Indari, S.Kep., M.Kep	Penguji II  Yuni Asri, S.Kep., Ners., M.Kes, Ph.D.
3 Pembimbing I Tanggal : 21 Agustus 2023	4 Pembimbing II Tanggal : 21 Agustus 2023
Pembimbing I  Dian Pitaloka P, M.Kep	Pembimbing II  Ns. Alfunafi Fahrul Rizal, M.Kep Sp.Kep.j

Malang, 28 Agustus 2023  
Mengetahui

Koor KTI Prodi Keperawatan

  
Ns. Indari, S.Kep., M.Kep

Lampiran 8. Lembar distribusi frekuensi data umum dan data khusus responden

Data Umum						Data Khusus													
No	Nama	Usia	Lama Fitness	Menggunakan Jasa Personal Trainer	jenis kelamin	(kuisoner rosenberg)										Skor	Kategori		
						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
1	R1	2	2	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	7	Rendah		
2	R2	2	1	1	1	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	27	Tinggi		
3	R3	2	1	1	1	2	1	1	1	2	0	0	0	1	1	9	Rendah		
4	R4	1	1	1	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	29	Tinggi		
5	R5	1	2	1	2	1	3	2	3	2	1	1	0	0	1	14	Sedang		
6	R6	1	2	2	2	1	3	1	2	1	2	2	3	2	3	20	Sedang		
7	R7	2	1	1	1	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	24	Tinggi		
8	R8	1	1	1	2	1	3	1	1	1	1	0	0	1	0	9	Rendah		
9	R9	1	2	2	1	3	3	2	2	2	1	2	2	2	1	20	Sedang		
10	R10	2	1	1	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	22	Tinggi		
11	R11	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	22	Tinggi		
12	R12	1	1	2	1	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	23	Tinggi		
13	R13	2	1	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	22	Tinggi		
14	R14	2	1	2	1	2	3	2	2	2	3	2	2	3	1	22	Tinggi		
15	R15	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	3	2	18	Sedang		
16	R16	1	1	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	1	0	16	Sedang		
17	R17	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	3	1	17	Sedang		
18	R18	1	1	1	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	24	Tinggi		

19	R19	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	3	3	2	20	Sedang
20	R20	1	2	1	1	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	23	Tinggi
21	R21	2	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	3	2	19	Sedang
22	R22	1	1	1	1	3	1	2	2	2	3	2	2	3	2	22	Tinggi
23	R23	2	1	1	1	3	2	2	2	1	2	2	2	3	2	21	Tinggi
24	R24	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	3	19	Sedang
25	R25	1	1	1	2	3	2	1	2	1	2	2	2	3	2	20	Sedang
26	R26	1	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	21	Tinggi
27	R27	1	1	1	1	3	1	2	2	2	2	2	2	3	2	21	Tinggi
28	R28	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	22	Tinggi
29	R29	1	1	1	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	21	Tinggi
30	R30	2	1	1	1	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	21	Tinggi
31	R31	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	3	1	18	Sedang
32	R32	1	2	2	1	3	1	2	2	2	3	2	2	3	2	22	Tinggi
33	R33	1	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	21	Tinggi
34	R34	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	21	Tinggi
35	R35	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	18	Sedang
36	R36	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	19	Sedang
37	R37	2	1	1	1	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	20	Sedang
38	R38	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	20	Sedang
39	R39	1	1	2	1	2	3	2	2	1	2	2	2	3	2	21	Tinggi
40	R40	2	1	1	1	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	26	Tinggi
41	R41	2	1	1	1	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	21	Tinggi
42	R42	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	21	Tinggi
43	R43	1	1	1	1	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	26	Tinggi
44	R44	1	1	2	1	3	2	2	2	1	2	2	2	3	3	22	Tinggi



45	R45	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	3	19	Sedang
46	R46	2	1	1	1	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	24	Tinggi
47	R47	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	3	3	2	21	Tinggi
48	R48	1	2	1	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	22	Tinggi
49	R49	1	1	2	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	21	Tinggi
50	R50	2	1	2	1	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	28	Tinggi
51	R51	1	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	2	21	Tinggi
52	R52	1	2	2	1	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	25	Tinggi
53	R53	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	20	Sedang
54	R54	1	2	1	1	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	23	Tinggi
55	R55	2	1	1	1	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	24	Tinggi
56	R56	2	1	1	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	20	Sedang
57	R57	2	1	1	1	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	26	Tinggi
58	R58	2	1	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	21	Tinggi
59	R59	1	1	1	1	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	24	Tinggi
60	R60	1	2	2	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	23	Tinggi

Lampiran 9. Foto dokumentasi penelitian

