

**HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN PERILAKU DIET PADA MAHASISWA DI UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**SKRIPSI**

**Disusun oleh :**

**MUHAMMAD AJI SAGGAF**

**010118A084**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KESEHATAN**

**UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**2022**



**HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN PERILAKU DIET PADA MAHASISWA DI UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**SKRIPSI**

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Gelar

Sarjana Keperawatan

Disusun **oleh :**

**MUHAMMAD AJI SAGGAF**

**010118A084**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KESEHATAN**

**UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**2022**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN PERILAKU DIET PADA MAHASISWA DI UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**



**Oleh:**

**Muhammad Aji Saggaf**

**NIM. 010118A084**

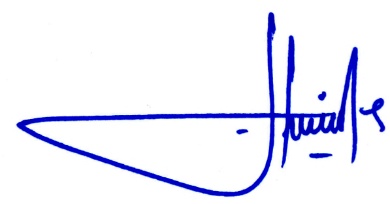
**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KESEHATAN**

**UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah

diperkenankan untuk diujikan.

Ungaran, Agustus 2022

**Pembimbing**

Ns. Liya Novitasari, S.Kep., M.Kep

NIDN. 0624128204

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN PERILAKU DIET PADA MAHASISWA DI UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

disusun oleh:

Muhammad Aji Saggaf

NIM. 010118A084

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari : Senin

Tanggal : 22 Agustus 2022

Tim Penguji:

**Ketua/Pembimbing**

Ns.,Liya Novitasari, S.Kep., M.Kep

NIDN. 0624128204

|  |  |
| --- | --- |
| **Anggota/Penguji 1**  ..........................................  NIDN. ............................. | **Anggota/Penguji 2**  ..........................................  NIDN. ............................. |
| **Mengeasahkan**  **Ketua Program Studi S1 Keperawatan**  Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes  NIDN. 0614087402 | **Mengesahkan**  **Dekan Fakultas Kesehatan**  Eko Susilo, S.Kep.,Ns.,M.Kep.  NIDN. 0624128204 |

**PERNYATAAN ORISINILITAS**

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Muhammad Aji Saggaf

NIM : 010118A084

Program Studi/Fakultas : S1 Keperawatan/ Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi berjudul **“Hubungan Citra Tubuh dengan Perilaku Diet Mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo”** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Ungaran, Agustus 2021

Yang membuat pernyataan,

(Muhammad Aji Saggaf )

**HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI**

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Muhammad Aji Saggaf

NIM : 010118A084

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan

Universitas Ngudi Waluyo

Meyatakan memberikan kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya yang berjudul **“Hubungan Citra Tubuh dengan Perilaku Diet Mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo”** untuk kepentingan akademi.

Ungaran , Agustus 2022

Yang membuat pernyataan

Muhammad Aji Saggaf

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

Nama : Muhammad Aji Saggaf

Tempat, Tanggal Lahir : Tangerang, 18 Juni 2000

Jenis kelamin : Laki-laki

Agama : Islam

Alamat : Perumnas Wanayasa Rt 06 Rw 02 Kec. Wanayasa Kab. Banjarnegara Jateng

**Riwayat pendidikan :**

1. MI Muhamadiyah Wanayasa
2. MTs. Muhamadiyah Wanayasa
3. SMA N 1 Karangkobar
4. Universitas Ngudi Waluyo Ungaran

**Data Orang Tua**

Nama ayah : Sudarto

Nama ibu : Endang Purwaningsih

Pekerjaan Orang Tua

Ayah : Wiraswasta

Ibu : Ibu Rumah Tangga

Agama : Islam

Alamat : Perumnas Wanayasa Rt 06 Rw 02 Kec. Wanayasa

Kab. Banjarnegara Jateng

**Universitas Ngudi Waluyo**

**Program Studi S1 Keperawatan**

**Skripsi, Agustus 2022**

Muhammad Aji Saggaf

010118A084

**HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN PERILAKU DIET MAHASISWA UNIVERSITAS NGUDI WALUYO”**

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Citra tubuh adalah pandangan tentang penampilan fisik seseorang. Pada masa remaja terjadi kepedulian terhadap berat badan dan bentuk tubuh. Hal ini mendorong remaja untuk melakukan perilaku diet. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan citra tubuh dengan perilaku diet mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo.

**Metode :** Desain penelitian ini deskriptif korelasional dengan pendekatan cross sectional.Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa di Prodi Keperawatan mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo dengan sampel sebanyak 77 orang yang diambil dengan teknik *proportionate random sampling.* Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner. Data di analisis dengan uji *chi square* dan diolah dengan program SPSS.

**Hasil :** Mahasiswa sebagian besar mempunyai citra tubuh kategori positif yaitu sebanyak 43 orang (55,8%). Mahasiswa sebagian besar mempunyuai perilaku diet kategori sehat yaitu sebanyak 54 orang (70,1%). Adanya hubungan citra tubuh dengan perilaku diet pada mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, dengan p value sebesar 0,007 (α).

**Saran :** mahasiswa sebaiknya sadar mengenai pola makan yang baik, mengontrol kenaikan berat badan dan melakukan perilaku diet yang baik dengan cara berolahraga, mengkonsumsi sayur-sayuran, buah-buahan, mengurangi makanan yang berlemak.

**Kata Kunci :** citra tubuh, perilaku diet, mahasiswa

**Kepustakaan :** 59 (2016-2020)

**Ngudi Waluyo University**

**S1 Nursing Study Program**

[**Final Project**](https://www.google.co.id/search?biw=1525&bih=736&q=final+assignment&spell=1&sa=X&ved=0ahUKEwjm_OX4zaTVAhUMM48KHbm1CScQvwUIHygA)**, Agust 2022**

Muhammad Aji Saggaf

010118A084

**THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE AND DIETARY BEHAVIOR OF NGUDI WALUYO UNIVERSITY STUDENTS".**

**ABSTRACT**

**Background :** Body image is a view of a person's physical appearance. During adolescence, there is concern for weight and body shape. This encourages teenagers to do diet behavior. The purpose of this study was to determine the relationship between body image and dietary behavior of Ngudi Waluyo University students.

**Methods:** The design of this research is correlational descriptive with a cross sectional approach. The population in this study were students at the Nursing Study Program at Ngudi Waluyo University with a sample of 77 people taken by proportionate random sampling technique. The data collection tool uses a questionnaire. Data were analyzed by chi square test and processed by SPSS program.

**Results:** Most of the students had a positive body image category as many as 43 people (55.8%). Most of the students have a healthy category of dietary behavior, as many as 54 people (70.1%). There is a relationship between body image and dietary behavior in students of the Nursing Study Program, Faculty of Health, Ngudi Waluyo University, with a p value of 0.007 (α).

**Suggestion:** students should be aware of a good diet, control weight gain and perform good dietary behavior by exercising, consuming vegetables, fruits, reducing fatty foods.

**Keywords:** body image, dietary behavior, students

**Literature :** 59 (2016-2020)

**PRAKATA**

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul “Hubungan Citra Tubuh dengan Perilaku Diet Mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo”. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak mungkin akan terwujud apabila tidak ada bantuan dari berbagai pihak, melalui kesempatan ini ijinkan penulis menyampaikan ucapan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes, selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo
4. Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep, selaku pembimbing utama yang telah banyak meluangkan waktu, pikiran, memberikan arahan serta motivasi dalam penyusunan Skripsi ini.
5. Seluruh dosen, staf, karyawan dan karyawati di Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo atas segala ilmu dan pengarahan yang telah diberikan kepada penulis.
6. Bapak, ibu dan adik tercinta sekaligus keluarga besar yang telah senantiasa mendoakan dan selalu memberikan motivasi, semangat, do’a dan material selama ini.
7. Rekan-rekan PSIK angkatan 2019 yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu terimakasih atas kebersamaan, bantuan, kritik dan sarannya.
8. Dan kepada seluruh pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan ini masih banyak kekurangan, sehingga kritik dan saran sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Aamiin.

Ungaran, Agustus 2022

Penulis

**DAFTAR ISI**

Halaman

HALAMAN COVER i

HALAMAN JUDUL ii

HALAMAN PERSETUJUAN iii

HALAMAN PENGESAHAN iv

PERNYATAAN ORISINILITAS v

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI vi

DAFTAR RIWAYAT HIDUP vii

ABSTRAK viii

ABSTRACT ix

KATA PENGANTAR x

DAFTAR ISI xii

DAFTAR GAMBAR xiv

DAFTAR TABEL xv

DAFTAR LAMPIRAN xiv

BAB I PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang 1

B. Rumusan Masalah 6

C. Tujuan Penelitian 6

D. Manfaat Penelitian 6

BAB II TINJAUAN PUSTAKA 8

1. Remaja 8
2. Perilaku Diet 11
3. Citra Tubuh 14
4. Hubungan Citra Tubuh dengan Perilaku Diet 18
5. Kerangka Teori 19

BAB III METODE PENELITIAN 20

A.Jenis dan Desain Penelitian 20

B. Lokasi dan Waktu Penelitian 20

C. Populasi dan Sampel 21

D. Definisi Operasional 23

E. Pengumpulan Data 24

F. Uji Validitas dan Reliabilitas 24

G. Proses Pengumpulan Data 26

H. Etika Penelitian 27

I. Pengolahan Data 29

J. Analisis Data 32

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 33

A. Hasil Penelitian 33

B. Pembahasan 35

C. Keterbatasan penelitian 44

BAB V PENUTUP 45

A.Kesimpulan 45

B. Saran 45

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

**DAFTAR GAMBAR**

Halaman

Gambar 2.1 Kerangka Teori 19

**DAFTAR TABEL**

Halaman

Tabel 3.1 Jumlah Mahasiswa Prodi S1 Keperawatan 22

Tabel 3.2 Definisi Operasional 23

Tabel 3.3 Skala kuesioner citra tubuh 26

Tabel 3.4 Kuesioner Perilaku Diet 27

Tabel 4.1 Distribusi Citra Tubuh pada Mahasiswa di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo 33

Tabel 4.2 Distribusi Perilaku Diet pada Mahasiswa di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo 33

Tabel 4.3 Hubungan Citra Tubuh dengan Perilaku Diet pada Mahasiswa di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo 34

**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian

Lampiran 2. Surat Balasan Ijin Penelitian

Lampiran 3. Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 4. Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 5. Lembar Kuesioner

Lampiran 6. Tabulasi Data Penelitian

Lampiran 7. Hasil pengolahan data

Lampiran 8. Lembar Konsultasi

**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang**

Sebagai remaja, merupakan sosok individu yang sedang dalam proses perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Perubahan-perubahan tersebut terjadi baik secara fisik, biologis maupun psikologis dan sosial. Perubahan fisik yang sangat pesat ini menimbulkan respon tersendiri bagi mahasiswi, berupa tingkah laku yang sangat memperhatikan perubahan bentuk tubuhnya dan membangun citra tubuh atau body image.

Citra tubuh merupakan penilaian individu terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana individu mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan dirasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya. Body image bagi remaja khususnya remaja putri merupakan suatu hal yang penting, karena pada masa remaja seseorang banyak mengalami perubahan, baik secara fisik maupun psikis. perubahan yang pesat ini menimbulkan respon tersendiri bagi remaja berupa tingkah laku yang sangat memperhatikan perubahan bentuk tubuhnya (Cash dan Pruzinsky, 2010). Perubahan-perubahan fisik yang dialami oleh mahasiswi, terutama pada masa remaja, menghasilkan persepsi yang berubah-ubah mengenai citra tubuhnya, namun hampir selalu bersifat negatif dan menunjukkan penolakan terhadap fisiknya (Suryanie, 2012).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (RisKesDas RI) pada tahun 2010 menunjukkan bahwa prevalensi kegemukkan secara nasional remaja umur 15-18 tahun berdasarkan IMT/U yaitu sebesar 1,4% atau kurang lebih 1 jutaribu remaja putri. Berdasarkan data (RisKesDas) pada tahun 2007 jumlah penduduk di Indonesia pada tahun 2000, mencapai dari 200 juta jiwa, jumlah penduduk yang mengalami kelebihan berat badan sebesar (17,5%) dan obesitas (4,7%).Menurut Depkes (2013) prevalensi kegemukan secara nasional yaitu laki-laki 1,3% dan 1,5% dan pada perempuan dengan masalah obesitas pada anak usia 5-12 tahun masih tinggi yakni 18,8% (gemuk 10,8% dan sangat gemuk (obesitas ) 8,8%), remaja usia 13-15 tahun sebesar 10,8% (8,3% gemuk dan 2,5% sangat gemuk (obesitas)) dan pada remaja umur 16-18 tahun sebanyak 7,3% (5,7% gemuk dan 1,6% obesitas).

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa citra tubuh merupakan penilaian individu yang bersifat subyektif terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan dirasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya. Penilaian tersebut berupa pikiran dan perasaan positif (puas) atau pikiran dan perasaan negatif (tidak puas), terutama pada remaja. Ketidakpuasan seorang remaja terhadap tubuhnya dapat menimbulkan kecemasan. Kecemasan menjadi gemuk dan pengkategorian ukuran tubuh juga menggambarkan bagaimana citra tubuh orang itu.

Perilaku diet merupakan bagian dari pola makan dan menggambarkan aspek perilaku makan yang meliputi kebiasaan makan, jumlah dan jenis makanan yang dikonsumsi, serta perasaan yang terbentuk ketika makan sebagai tindakan dari suatu pemikiran untuk mengkonsumsi makanan sesuai dengan keinginan individu (Furman, 2012; Sholeha, 2014). Diet untuk menurunkan berat badan kadang dipersepsikan salah oleh para remaja putri tersebut tanpa dikonsultasikan terlebih dahulu oleh ahli gizi maupun Dokter sehingga mereka tidak dapat membedakan mana yang benar dan mana yang salah yang berakibat membahayakan kesehatan tubuh mereka. Hal ini mengakibatkan remaja putri melakukan diet penurunan berat badan yang tidak sesuai dengan kebutuhan nutrisi dan gizi remaja (Proverawati, 2010).

Perilaku diet dapat menimbulkan masalah apabila hal tersebut dilakukan tanpa pengawasan ahli. Mahasiswi yang melakukan diet sering kali tidak memperhitungkan dampak negatifnya. Diet yang ditempuh mahasiswi sering tidak sesuai dengan aturan kesehatan, mereka hanya memikirkan bagaimana menjadi kurus dengan cepat dan mudah tanpa melihat akibat yang ditimbulkan oleh diet yang dilakukan . Artinya, mereka melakukan diet bukan untuk kesehatan, melainkan hanya demi mendapatkan penampilan yang menarik dan memperoleh tubuh yang kurus.

Studi oleh Yulianti & Indriati (2015) menemukan bahwa individu dengan citra tubuh yang positif lebih menghargai bentuk tubuhnya, cenderung memiliki perilaku positif, serta hubungan sosial yang sehat. Sedangkan, seseorang yang memiliki citra tubuh negatif timbul permasalahan pada rasa percaya dirinya, sehingga memunculkan rasa tidak puas pada kondisi dirinya. Penilaian yang dimunculkan oleh remaja awal tentang citra tubuh. Permasalahan pada penelitian ini yaitu ketika remaja awal melakukan perilaku diet karena adanya citra tubuh negatif, hal ini menghambat perkembangan individu untuk menjalin komunikasi dan menjalin hubungan, maka dari itu perilaku diet sangat penting dilakukan oleh wanita dewasa awal untuk merasa dihargai dalam sebuah kelompok besar.

Dari penelitian yang dilakukan oleh Wal (2011) di Saint Louis University, USA kepada 2409 remaja perempuan didapatkan data bahwa pola perilaku mengontrol berat badan yang tidak sehat yang banyak dilakukan adalah 46,6% remaja perempuan sengaja melewatkan makan (sarapan, makan siang, ataupun makan malam), 16% remaja perempuan berpuasa untuk menguruskan badan, 12,9% remaja perempuan membatasi atau menolak satu jenis makanan atau lebih untuk diet yang ketat, 8,9% remaja perempuan menggunakan pil-pil diet atau pil-pil pengurus badan, 6,6% remaja perempuan merokok untuk menurunkan berat badan, dan 6,6% remaja perempuan memuntahkan makanan dengan paksa (Wal, 2011).

Keterkaitan citra tubuh dengan perilaku diet tentu penyebab utamanya adalah remaja ingin terlihat menarik dan menyesuaikan diri dengan standar lingkungan yang ada. Supaya diterima, tidak dikucilkan, disindir dan dibicarakan oleh teman-teman seba ya,terutama pada remaja putri yang harus menyesuaikan diri dengan standar lingkungan yang sesuai dengan teman se bayanya. Pangaruh yang sering diberikan teman sebaya berkaitan dengan perubahan perilaku dan penampilan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Universitas Ngudi Waluyo diperoleh data jumlah mahasiswa Prodi keperawatan semester 1, 3, 5 dan 7 yaitu sebanyak 335 mahasiswa. Hasil studi pendahulan terkait dengan citra tubuh dan perilaku diet dilakukan dengan menggunakan kuesioner sederhana yang dibagikan kepada 10 orang mahasiswa. Penulis memperoleh 6 orang (60,0%) mempunyai perilaku diet tidak sehat (sering tidak sarapan setiap pagi, sering mengkonsumsi *junk food*, sering memilih makanan *junk food*) dimana 4 orang mahasiswa (66,7%) mempunyai citra tubuh positif (bangga terhadap bentuk tubuh, suka melihat bentuk tubuh difoto dan menyukai bentuk tubuh saat bercermin) dan 2 orang mahasiswa (33,3%) mempunyai citra tubuh negatif (tidak bangga terhadap bentuk tubuh, tidak suka melihat bentuk tubuh difoto dan tidak menyukai bentuk tubuh saat bercermin).

Diperoleh pula 4 orang (40,0%) mempunyai perilaku diet sehat (sering sarapan setiap pagi, jarang mengkonsumsi *junk food*, jarang memilih makanan *junk food*) dimana 2 orang mahasiswa (50,0%) mempunyai citra tubuh positif (bangga terhadap bentuk tubuh, suka melihat bentuk tubuh difoto dan menyukai bentuk tubuh saat bercermin) dan 2 orang mahasiswa (50,0%) mempunyai citra tubuh negatif (tidak bangga terhadap bentuk tubuh, tidak suka melihat bentuk tubuh difoto dan tidak menyukai bentuk tubuh saat bercermin).

Berdasarkan fenomena tersebut di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengambil judul, yaitu “Hubungan Citra Tubuh dengan Perilaku Diet Mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo”.

1. **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka dirumuskan masalah penelitian yaitu “Adakah hubungan citra tubuh dengan perilaku diet mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo “.

1. **Tujuan Penelitian**
2. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan citra tubuh dengan perilaku diet mahasiswa di Universitas Ngudi Waluyo.

1. Tujuan Khusus
2. Mengetahui gambaran citra tubuh pada mahasiswa di Universitas Ngudi Waluyo.
3. Mengetahui gambaran perilaku diet pada mahasiswa di Universitas Ngudi Waluyo.
4. Menganalisis hubungan citra tubuh dengan perilaku diet mahasiswa di Universitas Ngudi Waluyo.
5. **Manfaat Penelitian**
6. Manfaat teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk perkembangan ilmu keperawatan, khususnya di bidang keperawatan perkembangan yaitu membuka wawasan mengenai hubungan citra tubuh dengan perilaku diet pada mahasiswa di Universitas Ngudi Waluyo.

1. Manfaat praktis
2. Bagi mahasiswa

Diharapkan agar tetap melakukan perilaku diet yang baik dan menghargai tubuh yang dimilikinya dengan segala kekurangan dan kelebihannya.

1. Bagi orang tua

Diharapkan sebagai bahan masukan bahwa citra tubuh yang dimiliki anak dapat berdampak pada berbagai aspek kehidupan remaja terutama pada perkembangan masa remajanya, shingga orang tua harus mengawasi perilaku diet atau perilaku makan sang anak.

1. Bagi perawat

Diharapkan agar dapat memberi masukan dan bahan pertimbangan dalam mendidik, memberi dukungan dan konseling pada remaja terkait dengan perkembangan remaja.

1. Bagi peneliti

Memberikan rekomendasi untuk peneliti lain atau berikutnya agar mengambil sampel yang lebih banyak dan tidak terbatas pada satu populasi mahasiswa, karena dengan melibatkan populasi yang lebih banyak dapat memberikan hasil yang bervariasi. Penelitian terhadap hubungan citra tubuh dengan perilaku diet pada mahasiswa dengan latar belakang budaya maupun latar belakang pendidikan yang berbeda juga diperlukan.

**BAB II**

**TINJAUAN PUSTAKA**

1. **Remaja**
2. Definisi Remaja

Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentan usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Jumlah kelompok usia 10-19tahun di Indonesia menurut Sensus Penduduk 2010 sebanyak 43,5 juta atau sekitar 18% dari jumlah penduduk. Di dunia diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia (WHO,2014).

1. Batasan usia remaja

Yang umumnya digunakan oleh para ahli adalah antara 12-21 tahun. Rentang waktu usia remaja ini biasanya dibedakan menjadi 2, yaitu : Masa remaja Awal mulai 12 – 1 6 tahun. sedangan, Masa remaja Akhir =17 – 25 tahun.Kategori Umur Menurut Depkes RI (2009) Remaja adalah suatu masa transisi dari masa anak ke dewasa yang ditandai dengan perkembangan biologis, psikologis, moral, dan agama, kognitif dan sosial (Sarwono, 2012). Menurut Gunarsa, 2010 bahwa masa remaja merupakan masa penuh gejolak emosi dan ketidakseimbangan, yang tercakup dalam “storm and stress”. Dengan demikian remaja mudah terkena pengaruh oleh lingkungan. Remaja diombang-ambingkan oleh munculnya kekecewaan dan penderitaan, meningkatnya konflik, pertentangan-pertentangan dan krisis penyesuaian, impian dan khayalan, pacaran dan percintaan, keterasingan dari kehidupan dewasa dan norma kebudayaan.

1. Citra Tubuh Pada Remaja

Terdapat keterkaitan antar aspek fisik dan aspek emosional dalam perkembangan remaja. Pada umumnya, remaja ingin menampilkan dirinya sebaik mungkin karena sangat memperhatikan penampilan fisik atau citra tubuhnya. Namun, ketertarikan terhadap tampilan fisik dapat memicu adanya perbandingan penampilan baik dengan orang lain di sekitarnya maupun dengan figur-figur tubuh ideal yang sering ditampilkan di media. Menurut Fox & Vendernia (2016) perbandingan penampilan memiliki implikasi pada kesejahteraan psikologis dan fisik individu karena menimbulkan ketidakpuasan tubuh (body dissatisfaction). Dibandingkan remaja laki-laki, umumnya remaja perempuan lebih tidak puas terhadap citra tubuh mereka ketika masa pubertas (Santrock, 2011).

1. Dinamika Penyesuaian Diri Remaja

Penyesuaian diri bukan merupakan sesuatu yang bersifat absolute atau mutlak. Tidak ada individu yang dapat melakukan penyesuaian dengan sempurna. Penyesuaian diri bersifat relatif artinya harus dinilai dan dievaluasi sesuai dengan kapasitas individu untuk memenuhi tuntutan terhadap dirinya (Agustiani, 2006).Dinamika penyesuaian diri melibatkan sejumlah faktor psikologisdasar yang mengantarkan individu kepada penyesuaian diri yang baik (adjustive behavior). Menurut Ali dan Asrori (2014) ada sejumlah faktor psikologis dasar yang memiliki pengaruh kuat terhadap dinamika penyesuaian diri remaja yaitu :

1. Kebutuhan (Need)

Yang dimaksud ialah kebutuhan yang bersifat internal. Dari faktor ini, penyesuaian diri ditafsirkan sebagai suatu jenis respon yang diarahkan untuk tuntutan yang harus diatasi oleh individu. Tuntutan tuntutan untuk mengatasinya dalam sebuah prosesnya didorong secara dinamis oleh kebutuhan-kebutuhan internal yang disebut dengan need.

1. Motivasi (motivation)

Penafsiran terhadap karakteristik dan tujuan respon individu dan hubungannya dengan penyesuaian tergantung konsep-konsep yang menerangkan hakekat motivasi, seperti melalui teori stimulasi-respon, teori fisiologis, teori intrinsik, teori motivasi tidak sadar dan teori hedonistik.

1. Persepsi (perception)

Setiap individu dalam menjalani hidupnya selalu mengalami apa yang tersebut persepsi sebagai hasil penghayatannya terhadap berbagai jenis perangsang (stimulus) yang berasal dari lingkungan.

1. Kemampuan (capacity)

Perkembangan kemampuan remaja dalam aspek kognitif, afektif,maupun psikomotor juga dapat mewarnai dinamika penyesuaian diri remaja. Dinamika penyesuaian diri remaja berlangsung baik jika ketiga aspek ini berkembang dan berjalan secara harmonis

1. Kepribadian (personality)

Remaja yang sedang berkembang yang pesat dari segala aspeknya kepribadiannya pun menjadi sangat dinamis. Kedinamisan kepribadian remaja itu sangat mewarnai dinamika penyesuaian dirinya.

1. **Perilaku Diet**
2. Pengertian perilaku diet

Diet berasal dari bahasa yunani yang artinya cara hidup. Menurut Arthur (2010) mengatakan bahwa diet adalah program penghilang asupan makanan apapun dengan tujuan mengurangi berat badan.Menurut Santoso (2013), faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku diet adalah : jenis kelamin, usia, dan aktivitas.

1. Jenis jenis diet

Menurut Kim dan Lennon (Andrea, 2010) ada 2 jenis perilaku diet yaitu :

* 1. Diet Sehat

Diet dapat diasosiasikan dengan perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat seperti mengubah pola makan dengan mengkonsumsi makanan yang rendah kalori lemak, berolahraga secara wajar. Diet sehat dapat membuat seseorang memiliki bentuk tubuh yang ideal tanpa menimbulkan efek samping. Orang yang melakukan diet untuk alasan kesehatan biasanya melakukan diet sehat.

* 1. Diet Tidak Sehat

Diet ini dilakukan dengan cara yang membahayakan kesehatan dan dilakukan dengan berpuasa (diluar ibadah) atau melewatkan waktu makan dengan sengaja, penggunaan obat penurun berat badan, penahan nafsu makan, muntah dengan cara disengaja, dan binge eating. Orang-orang yang melakukan diet hanya untuk memperbaiki

1. Aktor-faktor yang mempengaruhi perilaku diet

Menurut Denny Santoso (2013) faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku diet :

1. Jenis kelamin

Jenis kelamin mempengaruhi kebutuhan gizi pada laki-laki biasanya memerlukan kalori lebih banyak karena mempunyai otot yang lebih besar daripada perempuan.

1. Usia

Faktor kedua adalah usia. Kebutuhan gizi remaja berada pada angka yang paling tinggi karena masa ini adalah masa transisi dari kecil menuju dewasa jika kebutuhan gizi remaja tercukupi maka menentukan kematangan mereka diumur mendatang.

1. Aktifitas

Semakin banyak aktifitas yang dilakukan maka angka gizi yang diperlukan semakin banyak. Tentu saja angka kebutuhan gizi para remaja berbeda dengan angka kebutuhan gizi tukang bangunan.

1. Dampak perilaku diet

Menurut Hawks (2008) mengatakan bahwa perilaku diet dapat menimbulkan dampak bagi seseorang, yaitu :

1. Dampak biologis

Peneliti mengatakan bahwa diet meningkatkan level systemic cortisol. Cortosol merupakan pertanda dari timbulnya stress, yang merupakan prediktor terhadap level rasa lapar dan hal ini merupakan faktor yang berisiko terhadap timbulnya tulang rapuh.

1. Dampak psikologis

Individu yang melakukan diet biasanya lebih depresi dan emosional daripada individu yang tidak diet, dan mengalami kecemasan, serta kurangnya penyesuaian diri yang baik pada area sosialisasi, kematangan, tanggung jawab, dan struktur nilai intrapersonal.

1. Dampak kognitif

Kerusakan dalam working memory, waktu reaksi, tingkat perhatian dan performasi kognitif dipengaruhi oleh bentuk tubuh, makanan, dan diet yang disebabkan oleh kecemasan yang dihasilkan oleh efek stress terhadap diet.

1. **Citra Tubuh**
2. Pengertian citra tubuh

Citra tubuh merupakan penilaian individu terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana individu mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan dirasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya. Body image bagi remaja khususnya remaja putri merupakan suatu hal yang penting, karena pada masa remaja seseorang banyak mengalami perubahan, baik secara fisik maupun psikis. perubahan yang pesat ini menimbulkan respon tersendiri bagi remaja berupa tingkah laku yang sangat memperhatikan perubahan bentuk tubuhnya (Cash dan Pruzinsky, 2010)

1. Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan citra tubuh

Menurut Close dan Giles (2010) mengatakan citra tubuh pada remaja mulai terbentuk seiring dengan pertumbuhan fisik dan kematangan mentalnya. Cara pandang remaja terhadap tubuhnya sendiri dipengaruhi antara lain pertumbuhan fisiknya yang masih tengah berubah dan berkembang, tayangan dan tampilan media massa yang menampilkan bentuk tubuh model yang ideal, juga kecenderungan untuk membandingkan bentuk tubuhnya dengan bentuk tubuh orang lain seusianya. Dalam perkembangannya, terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan citra tubuh, antara lain :

* 1. Jenis kelamin

Jenis kelamin adalah faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan citra tubuh seseorang. Ketidakpuasaan terhadap tubuh lebih sering terjadi pada remaja wanita daripada remaja laki-laki. Pada umumnya remaja putri, lebih kurang puas dengan tubuhnya dan memiliki citra tubuh yang negatif, dibandingkan dengan remaja laki-laki selama masa pubertas.

* 1. Usia

Pada usia remaja, citra tubuh menjadi aspek yang terpenting untuk diperhatikan. Hal ini berdampak pada usaha berlebihan untuk mengontrol berat badan. Umumnya hal ini terjadi pada remaja putri daripada remaja putra. Remaja putri mengalami kenaikan berat badan yang normal pada masa pubertas dan menjadi tidak bahagia tentang penampilan dan citra tubuh negatif ini dapat menyebabkan gangguan perilaku makan.

* 1. Media massa

Massa yang muncul dimana-mana memberikan gambaran ideal mengenai figure wanita dan laki-laki yang dapat mempengaruhi citra tubuh seseorang. Media massa menjadi pengaruh kuat dalam budaya sosial. Para remaja lebih banyak menghabiskan waktunya dengan menonton televisi dan kebanyakan orang dewasa membaca surat kabar harian majalah.

* 1. Keluarga

Menurut teori pembelajaran sosial, orang tua merupakan model yang penting dalam proses sosialisasi sehingga mempengaruhi citra tubuh anak-anaknya melalui umpan balik, dan instruksi

* 1. Hubungan interpersonal

Seseorang cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain dan umpan balik yang diterima mempengaruhi konsep diri termasuk bagaimana perasaannya terhadap penampilan fisik. Hal ini yang sering membuat seseorang cemas terhadap penampilan dan gugup ketika orang lain melakukan evaluasi terhadap dirinya. Rosen mengatakan bahwa umpan balik terhadap penampilan dan kompetisi teman sebaya dan keluarga dalam hubungan interpersonal mempengaruhi bagaimana pandangan dan perasaan seseorang terhadap tubuhnya

1. Kriteria citra tubuh

Menurut Nada (dalam Veronica, 2010) mengemukakan bahwa terdapat dua kriteria citra tubuh, yaitu :

* 1. Citra tubuh positif
     1. Persepsi bentuk tubuh yang benar dan individu melihat berbagai bagian tubuh sebagaimana yang sebenarnya.
     2. Individu menghargai bentuk tubuh alaminya dan memahami bahwa penampilan fisik pada setiap individu mempunyai nilai karakter.
     3. Individu bangga dan menerima kondisi bentuk tubuhnya, serta merasa nyaman dan yakin dalam tubuhnya.
  2. Citra tubuh negatif
     1. Sebuah persepsi yang menyimpang dari bentuk tubuh, merasa terdapat bagian-bagian tubuh yang tidak sebenarnya.
     2. Individu yakin bahwa hanya orang lain yang menarik dan bahwa ukuran atau bentuk tubuh adalah tanda kegagalan pribadi.
     3. Individu merasa malu, sadar diri dan cemas tentang tubuhnya.
     4. Individu tidak nyaman dan canggung dalam tubuhnya.

1. Dimensi citra tubuh

Menurut Cash (2002) mengemukakan bahwa ada 5 dimensi dalam pengukuran citra tubuh, yaitu :

1. Appearance evaluation (evaluasi penampilan) Evaluasi penampilan yaitu mengukur penampilan keseluruhan tubuh, apakah menarik atau tidak menarik serta memuaskan atau belum memuaskan.
2. Appearance orientation (orientasi penampilan) Orientasi penampilan yaitu perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan diri.
3. Body area satisfaction (kepuasan terhadap bagian tubuh) Kepuasan terhadap bagian tubuh yaitu mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik, wajah, tubuh bagian atas (dada, bahu dan lengan), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian bawah (pinggul, paha, pantat dan kaki), serta bagian tubuh secara keseluruhan.
4. Overweight Preoccupation (kecemasan menjadi gemuk) Kecemasan menjadi gemuk yaitu mengukur kewaspadaan individu terhadap berat badan, kecenderungan untuk melakukan diet dan membatasi pola makan.
5. Self-classified weight (pengkategorian ukuran tubuh) Pengkategorian ukuran tubuh yaitu mengukur bagaimana individu menilai berat badannya, dari sangat kurus sampai gemuk.
6. **Hubungan Citra Tubuh dengan Perilaku Diet**

Hasil penelitian Lintang, Anastasia & Ismanto, Yudi (2015) dengan judul penelitian "Hubungan citra tubuh dengan perilaku diet pada remaja putri di SMA Negeri 9 Manado" menunjuan bahwa, Berdasarkan hasil penelitian, dari dari 50 responden sebanyak 24 (48,0%) responden mempunyai berat badan 43-50 kg, 21 (42,0%) responden dengan berat badan 51-60 kg dan 5 (10,0%) responden mempunyai berat badan >61 kg. Didapatkan juga hasil penelitian tinggi badan remaja putri di SMA Negeri 9 Manado ada sebanyak 29 (58,0%) responden memiliki tinggi badan 148-160 cm, dan sisanya yaitu 21 (42,0%) memiliki tinggi badan 161-168 cm. Dan dari penelitian ini ditemukan status gizi (IMT) remaja putri di SMA Negeri 9 Manado lebih banyak responden memilliki status gizi normal 25 (50,0%), sangat kurus16 (32,0%), kurus 4 (8,0%), dan responden dengan kelebihan berat badan 5 (10%). Pada masa remaja terjadi kepedulian terhadap berat badan dan bentuk tubuh. Hal ini mendorong remaja untuk melakukan diet (Alhadar, Indiasari & Yustini, 2014).

1. **Kerangka teori**

Dampak perilaku diet

1. Dampak biologis
2. Dampak biologis
3. Dampak kognitif

Perilaku diet

Faktor – faktor mempengaruhi diet

1. Jenis kelamin
2. Usia
3. Aktifitas
4. Citra tubuh

Faktor yang mempengaruhi citra tubuh

1. Jenis kelamin
2. Usia
3. Media massa
4. Keluarga
5. Hubungan interpersonal

Dimensi citra tubuh

1. Evaluasi penampilan
2. Orientasi penampilan
3. Kepuasan terhadap bagian tubuh
4. Kecemasan menjadi gemuk
5. Pengkategorian ukuran tubuh

Keterangan :

: Variabel yang tidak diteliti

: Variabel yang diteliti

: Garis hubugan

**BAB III**

**METODE PENELITIAN**

1. **Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menghasilkan data berupa angka-angka dan kemudian diolah dan di analisis menggunakan statistik untuk diambil kesimpulan (Ainy, 2017).

Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Pengumpulan data primer dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan kuesioner agar dapat melihat sejauh mana tentang citra tubuh dengan perilaku diet pada mahasiswa. Dimana data mengenai variabel independen adalah citra tubuh dan variabel dependen adalah perilaku diet pada mahasiswa diukur dalam waktu bersamaan.

1. **Lokasi dan Waktu Penelitian**
2. Tempat

Penelitian dan Pengambilan data dilakukan di Prodi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.

1. Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada 22 – 24 Juli 2022.

1. **Populasi, Sampel dan Teknik Sampling**
2. Populasi

Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh mahasiswa di Prodi Keperawatan mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo tahun ajaran 2021/2022 yaitu sebanyak 335 mahasiswa.

1. Sampel

Sampel adalah jumlah dalam karakteristik yang dimiliki oleh populasi, yang dapat digunakan sebagai subjek dalam penelitian melalui sampling (Sulaika et al., 2018). Sampel dalam penelitian ini diambil dari mahasiswa Prodi keperawatan semester 2, 4, 6 dan 8.

1. Besar sampel

Sampel adalah bagian (subset) dari populasi yang dipilih dengan cara tertentu sehingga dianggap dapat mewakili populasinya (Sastroasmoro, 2018). Untuk menentukan besar sampel pada penelitian ini peneliti menggunakan rumus Slovin.



7



Berdasarkan hasil penghitungan di atas, maka didapatkan jumlah sampel yang diperlukan berjumlah 77.

Rumus untuk jumlah sampel masing-masing bagian dengan Teknik proportionate random sampling adalah sebagai berikut

Sampel =



Pengambilan sampel menurut semesternya dapat dibuat gambaran statistik teknik penarikan sampel sebagai berikut :

Tabel 3.1 Jumlah Mahasiswa Prodi S1 Keperawatan

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Semester** | **Sub populasi** | **Proporsi** | **Sampel** |
| Semester 2 | 61 | 61/335 x 77 | 14 |
| Semester 4 | 71 | 71/335 x 77 | 16 |
| Semester 6 | 92 | 92/335 x 77 | 21 |
| Semester 8 | 111 | 111/335 x 77 | 26 |
| Jumlah | 335 |  | 77 |

1. Teknik sampling

Mode pengambilan sampel pada penelitian ini adalah pengambilan sampel *proportionate random sampling*. *Proportionate random sampling* yaitu cara pengambilan sampel dari anggota populasi dengan menggunakan cara acak tanpa memperhatikan strata dalam populasi tersebut.

1. Kriteria penelitian

Adapun kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu:

* + 1. Mahasiswa aktif di Universitas Ngudi Waluyo
    2. Mahasiswa yang tinggal dengan keluarga inti
    3. Mahasiswa yang bersedia menjadi responden

Adapun kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu:

* + 1. Mahasiswa sakit saat pelaksanaan penelitian

1. **Definisi Operasional**

Definisi operasional ini bermanfaat untuk mengarahkan kepada pengukuran atau pengamatan terhadap variabel-variabel yang bersangkutan serta pengembangan instrumen (alat ukur). Adapun variabel yang didefinisikan secara operasional dapat dijelaskan sebagai berikut :

Tabel 3.2 Definisi Operasional

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Variabel** | **Definisi operasional** | **Alat ukur** | **Hasil ukur** | **Skala** | |
| Variabel independen citra tubuh | penilaian individu terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, | Kuisioner yang terdiri dari 15 pernyataan dengan penilaian :  1. tidak pernah : 1  2. jarang: 2  3. kadang-kadang: 3  4. sering: 4 | Diperoleh jumlah skor maksimal sebanyak 60 dan minimal sebanyak 15, selanjutnya dikategorikan menjadi :  1. Negatif:  15-38  2. Positif :  39-60 | Nominal | |
| Variabel dependen perilaku diet pada mahasiswa | Perilaku penurunan berat badan yang pernah atau sedang dijalani oleh individu saat dilakukan penelitian | Kuisioner yang terdiri dari 22 pernyataan dengan penilaian :  1. tidak pernah : 1  2. jarang: 2  3. kadang-kadang: 3  4. sering: 4 | Diperoleh jumlah skor maksimal sebanyak 60 dan minimal sebanyak 15, selanjutnya dikategorikan menjadi :  1. Ekstrim:  22-44  2. Tidak sehat:  45-67  3. Sehat:  68-88 | Ordinal |

1. **Variabel penelitian**
2. Variabel independen

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah citra tubuh

1. Variabel dependen

Variabel terikat pada penelitian ini adalah perilaku diet pada mahasiswa

1. **Pengumpuulan Data**

Teknik pengumpulan data merupakan cara untuk mendapatkan atau mengumpulkan data atau informasi dari responden sesuai lingkup penelitian (Syahrum & Salim, 2019). Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan pengisian kuesioner oleh responden untuk mengetahui “Hubungan Citra Tubuh dengan Perilaku Diet pada Mahasiswa di Universitas Ngudi Waluyo 1”. Prosedur pengumpulan data yang dilakukan adalah sebagai berikut :

1. Mengajukan surat permohonan izin penelitian pada institusi pendidikan Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
2. Menyerahkan surat perizinan pelaksanaan penelitian ke Fakultas Kesehatan
3. Menyerahkan surat perizinan pelaksanaan penelitian ke Prodi Keperawatan
4. Melakukan pendekatan kepada calon responden tentang penelitian dan meminta persetujuan responden menjadi responden secara sukarela
5. Meminta responden yang bersedia menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*) dilanjutkan dengan menjelaskan cara pengisian kuesioner
6. Peneliti membagikan kuesioner melalui *Google Form* kepada responden dan memberikan waktu untuk mengisi kuesioner.
7. Mempersilahkan responden mengisi lembar kesioner
8. Peneliti mengumpulkan lembar kuesioner dan mengkoreksikuesioner yang sudah terjawab oleh responden
9. Setelah data terkumpul, peneliti melakukan teknik pengolahan data yang meliputi : *editing, skoring, coding, tabulating, transferring, entering, cleaning* dengan uji korelasi.
10. Penyajian hasiil penelitian
11. Penyusunan laporan penelitian
12. **Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian**

Pada penelitian ini menggunakan instrument kuesioner dengan *google form* . Kuisioner ini dibagi menjadi tiga bagian yaitu :

* 1. Kuisioner citra tubuh

Kuisioner ini diambil dari Yosephin, FIKUI, 2002 berupa kuisioner yang berupa dengan 15 pernyataan. Pada citra tubuh menggunakan skala likert dimana responden memilih jawaban sesuai dengan urutan angka yang diberikan. Pada skala likert ini tidak ada jawaban salah maupun benar, respon dengan derajat kestujuan dan ketidaksetujuan. Peneliti menyusun pernyataan berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi citra tubuh. Antara lain :1) penilaian penampilan secara keseluruhan, 2) perbandingan dengan orang lain, 3) reaksi orang lain dan 4) komponen sikap terhadap citra tubuh.

Tabel 3.3 skala kuesioner citra tubuh

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Indikator** | **Item soal** | **Jumlah** |
| Penilaian penampilan secara keseluruhan | 2,4,5,10,11,14 | 6 |
| Perbandingan dengan orang lain | 6,8 | 2 |
| Reaksi orang lain | 7,9 | 2 |
| Komponen sikap terhadap citra tubuh | 3,12,13,15 | 4 |

* 1. Kuisioner perilaku diet

Kuisioner ini berupa pengelompokkan pernyataan terdiri dari 22 item pernyataan. Pada perilaku diet menggunakan skala likert yaitu alat ukur dengan pilihan tidak pernah, kadang, sering dan selalu. Peneliti membuat ini dengan memodifikasi skala perilaku makan. Peneliti menyusun pernyataan dengan mempertimbangkan perilaku diet yang dilakukan dan jenis makanan yang dimakan.

Tabel 3.4 Kuesioner Perilaku Diet

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Indikator** | **Item Soal** | **Jumlah Soal** |
| Praktek diet yang dilakukan | 3, 6, 10, 13,14, 15,16, 17,19, 21, 22 | 11 |
| Jenis makanan yang dimakan | 1, 2, 4, 5, 7, 8, 9, 18, 20 | 9 |
| Penggunaan celana dalam | 11, 12 | 2 |
| Jumlah |  | 22 |

1. **Uji Validitas dan Reliabilitas**

Sebelum menggunakan kuesioner dalam penelitian terlebih dahulu dilakukan uji coba untuk mengukur validitas dan reliabilitas yang bertujuan untuk mengetahui baik atau tidaknya instrumen sebagai pengumpul data.

1. Uji validitas

Validitas merupakan suatu indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur atau disebut juga suatu ukuran yang menunjukan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument. Sebuah instrument dapat dikatakan valid apabila mampu mengukur seperti ang diharapkan dan dapat menampilkan data dari variabel yang diteliti secara tepat. Hasil perhitungan setiap pernyataan pada kuesioner yang harus diganti karena dianggap tidak relevan. Hasil perhitungan setiap pernyataan dibandingkan dengan table nila *product moment.* Jika hasil uji setiap pernyataan signifikan (*p value* > 5%) atau r hitung > r table (0,3), maka pernyataan dinyatakan valid dan bisa digunakan. Tetapi jika tidak signifkan (*p value* < 5%) atau r hitung < r table (0,3), maka pernyataan tersebut dinyatakan tidak valid (Masturoh & Nauri, 2018).

Uji validitas telah dilakukan pada bulan Juli 2022 terhadap 20 responden. Diperoleh hasil nilai rhitung untuk variabel citra tubuh antara 0,638-0,811, sedangkan untuk variabel perilaku diet diperoleh nilai r hitung antara 0,580-0,832. Hal tersebut menunjukkan bahwa nilai rhitung lebih besar dari nilai r tabel (0,444), artinya semua pernyataan yang digunakan untuk mengukur variabel citra tubuh dan perilaku diet adalah valid.

1. Uji reliabilitas

Reliabilitas merupakan pengertian bahwa suatu instrument tersebut sudah baik. Instrument yang baik tidak bersifat tendensius mengarahkan responden untuk memilih jawaban tertentu. Pengujian reliabilitas untuk mengetahui konsitensi dari alat ukur apa bisa konsisten dan dapat diandalkan apabila pengukuran dilakukan berulang dengan instrument tersebut. uji reliabilitas diukur menggunakan metode *Alpha Cronbach* jika nilai r > 0,6 maka kuesioner dinyatakan reliabel. Namun, jika nilai r < 0,6 maka kuesioner dinyatakan tidak reliabel (Masturoh & Nauri, 2018).

Uji reliabilitas telah dilakukan pada bulan Juli 2022 terhadap 20 responden. Diperoleh hasil nilai cronbach alpha untuk variabel citra tubuh sebesar 0,926, sedangkan untuk variabel perilaku diet diperoleh nilai cronbach alpha sebesar 0,952. Hal tersebut menunjukkan bahwa nilai cronbach alpha lebih besar dari nilai batas (0,60), artinya semua pernyataan yang digunakan untuk mengukur variabel citra tubuh dan perilaku diet adalah reliabel.

1. **Pengolahan Data**

Pengolahan data pada penelitian ini meliputi :

1. Pemeriksaan data (*Editing)*

Dilakukan pemeriksaan atau pengecekan kelengkapan data yang telah terkumpul, bila terdapat kesalahan atau kekurangan dalam pengumpulan data tersebut harus diperiksa kembali. Editing dapat dilakukan pada tahap pengumpulan data atau setelah data terkumpul. Menurut Notoatmojo (2014) editing adalah kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isian formulir atau kuesioner tersebut :

1. Apakah lengkap, semua pertanyaan sudah terisi dengan lengkap
2. Apakah jawaban atau tulisan masing-masing pertanyaan terbaca cukup jelas
3. Apakah jawaban relevan dengan pertanyaan
4. Apakah jawaban dari pertanyaan yang diberikan konsisten dengan pertanyaan yang lain
5. *Skoring*

Skoring adalah melakukan penilaian untuk jawaban dari responden untuk mengukur sikap menggunakan skala likert.

Scoring untuk soal citra tubuh, Pernyataan favorable yaitu :

1. Sangat tidak setuju (STS) diberi skor = 4
2. Tidak setuju (TS) diberi skor = 3
3. Setuju (S) diberi skor = 2
4. Sangat setuju (SS) diberi skor = 1

Untuk pernyataan unfavorable yaitu:

1. Sangat tidak setuju (STS) diberi skor = 1
2. Tidak setuju (TS) diberi skor = 2
3. Setuju (S) diberi skor = 3
4. Sangat setuju (SS) diberi skor = 4

Scoring untuk soal perilaku diet, Pernyataan favorable yaitu :

1. Tidak pernah (TP) diberi skor = 4
2. Kadang (K) diberi skor = 3
3. Sering (SR) diberi skor = 2
4. Selalu (SL) diberi skor = 1

Untuk pernyataan negatif (unfavorable) yaitu:

1. Tidak pernah (TP) diberi skor = 1
2. Kadang (K) diberi skor = 2
3. Sering (SR) diberi skor = 3
4. Selalu (SL) diberi skor = 4
5. Pemberian kode (*Coding)*

Coding merupakan kegiatan pemberian kode numeric (angka) terhadap data yang terdiri atas beberapa kategori. Pemberian kode ini sangat penting bila pengolahan dan analisis data menggunakan komputer. Biasanya dalam pemberian kode dibuat juga daftar kode dan artinya dalam satu buku (code book) untuk memudahkan kembali melihat dan arti suatu kode dari suatu variabel.

1. Responden : 1 : r1

2 : r2

3 : r3 dan seterusnya

1. Umur : 18 tahun – 19 tahun : u1

20 tahun – 22 tahun : u2

1. Semester : semester 5 : s5

semester 7 : s7

1. Tabulasi (*Tabulating)*

Menurut Rasimin (2018) *Tabulating* adalah pembuatan tabel-tabel data yang sesuai dengan tujuan penelitian, tabulasi dapat dibuat dengan menggunakan distribusi frekuensi. Adapun hasil pengolahan data tersebut diinterpretasikan dengan menggunakan skala kumulatif yaitu sebagai berikut :

100% = seluruhnya

76-99% = hampir seluruhnya

51-75% = sebagian besar

50% = setengah responden

26-49% = hampir setengahnya

1-25% = sebagian kecil dari responden

0% = tidak ada satupun dari responden

1. *Transferring*

Peneliti melakukan pemindahan berupa kode-kode yang ditabulasikan pada program tertentu, dalam hal ini peneliti menggunakan SPSS versi 22 untuk mempercepat dalam proses analisa data.

1. *Entering*

*Entering* merupakan proses saat peneliti memasukkan data ke dalam program computer setelah ditabulasi untuk selanjutnya dilakukan analisa data dengan menggunakan *Microsoft excel.*

1. *Cleaning*

Setelah data yang telah dimasukkan ke program SPSS selesai, maka peneliti memastikan bahwa seluruh data yang dimasukkan ke dalam pengolahan data sudah selesai atau untuk mencari apakah terdapat kesalahan atau tidak pada saat data sudah dimasukkan.

1. **Analisa Data**
2. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan persentase dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2010) yaitu variabel citra tubuh dan variabel perilaku diet.

1. Analisa Bivariat

Analisis yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2010), yaitu kriteria variabel citra tubuh dan perilaku diet. Untuk mengetahui hubungan antara dua variabel apakah signifikansi atau tidak dengan signifikan atau kebenaran 0,05 dengan menggunakan uji *Rank Spearman* dengan bantuan *software* komputer, dimana nilai p < α = 0,05 maka H1 diterima atau ada hubungan citra tubuh terhadap perilaku diet pada mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo sedangkan nilai p > α = 0,05 maka H0 ditolak atau tidak ada hubungan citra tubuh terhadap perilaku diet pada mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo.

# BAB IV

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada bab ini diuraikan hasil penelitian dan pembahasan yang dilaksanakan di Universitas Ngudi Waluyo pada Bulan Juli 2022 dengan jumlah responden 77 orang.

# Hasil Penelitian

1. Gambaran Citra Tubuh pada Mahasiswa di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Tabel 4.1 Distribusi Citra Tubuh pada Mahasiswa di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Citra Tubuh** | **Frekuensi**  **(f)** | **Presentase**  **(%)** |
| Negatif | 34 | 44,2 |
| Positif | 43 | 55,8 |
| Jumlah | 77 | 100,0 |

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan citra tubuh mahasiswa di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo sebagian besar kategori positif yaitu sebanyak 43 orang (55,8%).

1. Gambaran Perilaku Diet pada Mahasiswa di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Tabel 4.2 Distribusi Perilaku Diet pada Mahasiswa di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Perilaku Diet** | **Frekuensi**  **(f)** | **Presentase**  **(%)** |
| Tidak sehat | 23 | 29,9 |
| Sehat | 54 | 70,1 |
| Jumlah | 77 | 100,0 |

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan perilaku diet mahasiswa di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo sebagian besar kategori sehat yaitu sebanyak 54 orang (70,1%).

1. Hubungan Citra Tubuh dengan Perilaku Diet pada Mahasiswa di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Tabel 4.3 Hubungan Citra Tubuh dengan Perilaku Diet pada Mahasiswa di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Citra Tubuh** | **Perilaku diet** | | | | | | **χ2** | **p *value*** |
| **tidak** | | **Sehat** | | **Total** | |
| **f** | **%** | **f** | **%** | **f** | **%** |
| Negatif | 16 | 47,1 | 18 | 52,9 | 34 | 100,0 | 7,181 | 0,007 |
| Positif | 7 | 16,3 | 36 | 83,7 | 43 | 100,0 |  |  |
| **Jumlah** | 23 | 29,9 | 54 | 70,1 | 77 | 100,0 |  |  |

Berdasarkan hasil analisis mengetahui hubungan citra tubuh dengan perilaku diet pada mahasiswa di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, diperoleh hasil responden yang mempunyai citra tubuh kategori negatif sebanyak 34 orang dimana sebagian besar mempunyai perilaku diet kategori sehat yaitu sebanyak 18 orang (52,9%) lebih banyak dari pada yang mempunyai perilaku diet tidak sehat yaitu sebanyak 16 orang (47,1%). Diperoleh pula hasil responden yang mempunyai citra tubuh kategori baik sebanyak 43 orang dimana sebagian besar mempunyai perilaku diet kategori sehat yaitu sebanyak 36 orang (83,7%) lebih banyak dari pada yang mempunyai perilaku diet kategori tidak sehat yaitu sebanyak 7 orang (16,3%).

Hasil penelitian menunjukkan nilai uji *chi square* didapatkan nilai *p value* sebesar 0,007 *< α* (0,05) yang menunjukkan Ho ditolak dan H1 diterima yang berarti ada hubungan yang bermakna citra tubuh dengan perilaku diet pada mahasiswa di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.

# Pembahasan

1. Citra tubuh pada mahasiswa

Hasil penelitian menunjukkan citra tubuh mahasiswa di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo sebagian besar kategori positif yaitu sebanyak 43 orang (55,8%). Hal tersebut ditunjukkan dengan responden yang menyatakan menyukai bentuk tubuh saat bercermin (44,2%), tidak berharap saya memiliki bentuk tubuh seperti orang lain (74,0%) dan merasa bentuk tubuhnya tidak mengecewakan (66,2%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian di Manado yang menunjukkan sebagian besar remaja putri di SMA Negeri 9 Manado mempunyai citra tubuh yang positif (66,0%) (Lintang, Ismanto, & Onibala, 2015). Namun penelitian ini tidak sesuai dengna penelitian yang dilakukan di Jombang yang menunjukkan Citra Tubuh Remaja Putri di Desa Mlirip Dsn Latsari Mojokerto semuanya kategori kurang (100,0%) (Ayu, 2017).

Seseorang melihat tubuhnya merasa tidak nyaman, merasa tidak puas dan tidak percaya diri, berharap memiliki bentuk tubuh yang lebih baik. Berdasarkan penelitian mahasiswa memiliki citra tubuh yang kurang dikarenakan faktor usia, dan pendidikan.

Menurut Fallon (2010) dalam Kim & Lennon (2017) mengatakan bahwa citra tubuh adalah gambaran mental yang dimiliki pada tubuhnya sendiri. Citra tubuh tidak hanya tentang bagaimana seseorang menilai dirinya, namun juga mengenai bagaimana perasaan mereka terhadap persepsi (Kim & Lennon, 2017). Paul Schilder (Cash & Pruzinsky, 2012) mendefinisikan citra tubuh sebagai gambaran tentang tubuh kita yang dibentuk dalam pikiran kita sendiri. Menurut Struart (2012) mengatakan bahwa citra tubuh adalah kumpulan sikap individu yang didasari dan tidak disadari terhadap tubuhnya, termasuk persepsi serta perasaan malu dan sekarang tentang ukuran, fungsi, penampilan dan potensi. Dalam penelitian ini ditemukan juga hasil penelitian yang dilakukan oleh Anastasia L, Yudi I & Franly O, (2015) menunjukkan bahwa jumlah responden di SMA Negeri 9 Manado banyak yang memiliki citra tubuh positif dengan hasil citra tubuh positifnya 33 (66,0%) responden dan citra tubuh negatifnya 17 (34,0%) responden.

Pada usia remaja, citra tubuh menjadi aspek yang terpenting untuk diperhatikan. Hal ini berdampak pada usaha berlebihan untuk mengontrol berat badan. Umumnya hal ini terjadi pada mahasiswa daripada remaja putra. Usia mempengaruhi citra tubuh sehingga remaja sangat memperhatikan tubuh mereka dan membangun citranya sendiri mengenai bagaimana tubuh mereka dimata orang lain sering juga para mahasiswa membanding-bandingkan bentuk tubuhnya dengan teman sebayanya, pada usia remaja banyak dari mereka yang berusaha mengubah penampilannya sehingga terlihat menarik, Meskipun pada usia banyak dari penelitian yang tidak dianaliskan kedalam penelitian.

Mahasiswa mengalami kenaikan berat badan yang normal pada masa pubertas dan menjadi tidak bahagia tentang penampilan dan citra tubuh negatif ini dapat menyebabkan gangguan perilaku makan. Ketidakpuasan mahasiswa terhadap tubuhnya meningkat pada awal hingga pertengahan usia remaja (Papalia & Olds, 2013). Ketakutan untuk menjadi gemuk sangatlah umum terjadi pada mahasiswa sehingga hal ini disebut sebagai ketidakpuasaan normatif bagi kelompok usia dan gender (Gibney, Margetts, Kearney & Arab, 2014).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan mahasiswa seluruh responden adalah mahasiswa (100,0%). Citra tubuh dapat dicapai dengan kematangan seorang individu yang sudah mempunyai pemikiran yang dewasa, memang remaja bukanlah seorang anak-anak lagi, tetapi dari cara berpikirnya itu yang membuat remaja salah atau kurang mengerti citra tubuh yang sebenarnya.

Remaja bukan lagi anak-anak dan mereka mengetahui sudah berada dimasa remaja, namun mereka belum cukup untuk dikatakan sebagai dewasa. Pendidikan memang tidak dianalisis oleh peneliti lainya, tetapi para remaja banyak yang menilai citra tubuh yang tidak sesuai dengan usia mereka. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Anastasia L, Yudi I & Franly O (2015) menunjukkan bahwa pada remaja ditingkat SMA ditemukan mempunyai citra tubuhnya positif. Sejak masa kanak-kanak, pola pikir individu sangat dipengaruhi oleh media, hal ini terus terjadi hingga remaja sehingga individu melakukan identifikasi terhadap figure tubuh ideal yang selalu di tampilkan oleh media (Ferron, 2017).

1. Perilaku diet pada mahasiswa

Hasil penelitian menunjukkan perilaku diet mahasiswa di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo sebagian besar kategori sehat yaitu sebanyak 54 orang (70,1%). Hal ini ditunjukkan dengan responden yang menyatakan Sering mengurangi frekuensi makan saya untuk menurunkan berat badan (89,6%), tidak khawatir dengan pertambahan berat badan (94,8%) dan kadang-kadang mengkonsumsi produk pil atau jamu pelangsing (93,5%).

Menurut pengertian awam, remaja seringkali mengartikan sebagai pengurangan porsi makan dengan tujuan menurunkan berat badan untuk mencapai bentuk tubuh ideal, namun cara yang dilakukan oleh para remaja seringkali tidak tepat atau tidak sesuai. Remaja yang melakukan diet tidak sehat dikarenakan remaja yang kurang mengetahui tentang diet dan dipengaruhi oleh usia dan pendidikan.

Diet merupakan suatu perencanaan atau pengaturan pola makan dan minum yang bertujuan untuk menurunkan berat badan atau menjaga kesehatan (Dariyo, 2014). Pendapat Dariyo sejalan dengan pendapat dari Papalia (dalam Dariyo, 2014) yang mengatakan diet adalah cara membentuk atau mencapai proporsi berat badan dan taraf kesehatan yang seimbang melalui pengaturan pola makan, minum dan aktifitas fisik. Menurut Hawks (2018) mengatakan bahwa perilaku diet adalah usaha sadar seseorang dalam membatasi dan mengontrol makanan yang dimakan dengan tujuan untuk mengurangi dan mempertahankan berat badan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden berusia remaja. Mahasiswa di usia 17-25 tahun, belum mengetahui benar bagaimana menjalakan diet yang benar, mereka hanya menerapkan diet untuk menurunkan berat badannya dengan berbagai cara yang menurut mereka lebih efektif, terkadang diet yang dilakukan membahayakan kesehatan tubuh mereka. Kebutuhan gizi remaja berada pada angka yang paling tinggi karena masa ini adalah masa transisi dari kecil menuju dewasa jika kebutuhan gizi remaja tercukupi maka menentukan kematangan mereka diumur mendatang (Denny Santoso, 2013).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan seluruh responden berpendidikan mahasiswa (100,0%). Ketidaksesuaian perilaku diet yang dijalani oleh mahasiswa banyak yang melakukan diet tidak sehat dan diet ekstrim karena mereka melewatkan sarapan pagi, makan siang, makan malam, menghindari porsi makan yang mengenyangkan, mengontrol diet yang ketat, mengkonsumsi produk penurunan berat badan seperti pil pelangsing, WRP, *Slimming tea*, sehingga bisa membahayakan kesehatan dirinya sendiri, seharusnya mereka melakukan diet dengan cara berolahraga, mengkonsumsi buah-buahan, sayur-sayuran agar pada kesehatanya pun bisa terjaga dengan baik.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Anastasia L, Yudi I & Franly O (2015) menunjukkan bahwa pada siswi SMA, respondennya lebih banyak yang menjalankan perilaku diet yang tidak sesuai, sedangkan sisanya menjalankan perilaku diet yang sesuai.

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa berat badan mahasiswa yang diteliti hampir seluruhnya yang memiliki berat badan 51kg-60kg, sedangkan sebagian kecil dari responden terdapat berat badan 43kg – 50kg. Para remaja sangat memperhatikan berat badannya yang bisa menjadi naik. Ketakutan berat bedan disinilah menjadi ketidaknyamanan bagi mahasiswa itu sendiri.

Berat badan merupakan hasil peningkatan atau penurunan jaringan yang ada pada tubuh. Berat badan dipakai sebagai indikator yang terbaik saat ini untuk mengetahui keadaan gizi dan tumbuh kembang anak, sensitif terhadap perubahan sedikit saja, pengukuran objektif dan dapat diulangi (Soetjiningsih, 2015).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir dari setengahnya responden yang memiliki IMT (Indeks Massa Tubuh) obese I, hampir dari setengahnya responden yang memiliki indeks massa tubuh (IMT) obese II dan sebagian kecil dari responden memiliki indeks massa tubuh (IMT) normal. Masa remaja terjadi kepedulian terhadap berat badan dan bentuk tubuh, dimana mereka selalu membanding-bandingkan dengan temam sebayanya atau orang lain, sehingga hal ini yang mendorong remaja untuk melakukan diet.

Penilaian kategori berat badan seseorang apakah sudah ideal apa belum dengan cara yang dapat dilakukan secara antropometri. indeks massa tubuh (IMT) yang diperoleh dengan cara membagi berat badan (kg) dengan kuadrat dari tinggi badan (𝑚)2. Penilaian IMT menggunakan 2 parameter yaitu, berat badan yang merupakan salah satu parameter massa tubuh yang paling sering digunakan yang dapat mencerminkan jumlah zat gizi seperti protein, lemak, air dan mineral dan tinggi badan yang menjadi ukuran panjang dan dapat merefleksikan pertumbuhan skeletal (DepKes, 2013).

1. Hubungan citra tubuh dengan perilaku diet pada mahasiswa

Hasil penelitian dari citra tubuh dan perilaku diet menunjukkan bahwa responden memiliki citra tubuh yang baik, juga hampir seluruh responden yang melakukan diet sehat dan terdapat sebagian kecil dari responden yang melakukan diet tidak sehat. Citra tubuh yang kurang merasa dirinya tidak pecaya diri dan ada beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku diet yaitu jenis kelamin, usia, aktivitas, dalam penelitianya ada juga yang terpengaruh dengan media massa dalam memperhatikan bentuk tubuhnya, ada juga yang terpengaruh oleh keluarga atau teman sebayanya serta tokoh yang diidolakan oleh para mahasiswa.

Pengukuran citra tubuh terdiri dari lima dimensi, yaitu Cash (menurut Seawell & Danorf-Burg (2015). Dimensi pertama adalah *appearance evaluation* (evaluasi penampilan). Dimensi kedua adalah *appearance orientation* (orientasi penampilan. Dimensi ketiga adalah *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh. Dimensi keempat adalah *Overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk. Dimensi kelima adalah *Self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh). Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Yosephin (2012) menunjukkan bahwa adanya hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi citra tubuh dan perilaku diet, yaitu berat badan (BB). Tinggi badan (TB) dan Indeks Massa Tubuh (IMT).

Menurut Denny Santoso (2013) mengatakan bahwa terdapat faktor- faktor yang mempengaruhi perilaku diet, yaitu Jenis kelamin, Usia, dan Aktifitas. Menurut Wardle (2017) menambahakan juga bahwa ada beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku diet yaitu kesehatan, kepribadian dan lingkungan (Putra, 2013).

Perilaku diet yang mereka jalani bukan hanya dipengaruhi oleh citra tubuh saja, tetapi ada juga beberapa faktor yang bisa mempengaruhi perilaku diet pada remaja. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa berat badan mahasiswa yang diteliti hampir seluruhnya yang memiliki berat badan 51-60 kg, sedangkan sebagian kecil dari responden terdapat berat badan 43-50 kg. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tinggi badan mahasiswa dari 77 responden yang diteliti sebagian besar pada responden yang memiliki tinggi badan 148-160 cm, sedangkan hampir dari setengahnya dari responden pada tinggi badan 161-168 cm. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir dari setengahnya responden yang memiliki IMT (Indeks Massa Tubuh) obese I, hampir dari setengahnya responden yang memiliki indeks massa tubuh (IMT) obese II dan sebagian kecil dari responden memiliki indeks massa tubuh (IMT) normal.

Diet sehat dapat diasosiasikan dengan perubahan perilaku kearah yang lebih sehat seperti mengubah pola makan dengan mengkonsumsi makanan yang rendah kalori atau rendah lemak, dan menambah aktivitas fisik secara wajar. Diet sehat dapat membuat seseorang memiliki tubuh ideal tanpa mendatangkan efek samping yang berbahaya bagi tubuh.

Hasil penelitian menunjukkan nilai uji *chi square* didapatkan nilai *p value* sebesar 0,007 *< α* (0,05) yang menunjukkan Ho ditolak dan H1 diterima yang berarti ada hubungan yang bermakna citra tubuh dengan perilaku diet pada mahasiswa di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.

Diantara citra tubuh dan perilaku diet bahwa ada hubungan, para remaja memiliki citra tubuh kurang yang paling tinggi, dan responden cenderung melakukan perilaku diet yang tidak sehat dan bisa cenderung melakukan diet yang ekstrim. Menurut peneliti karena hampir seluruh remaja mengharapkan bentuk tubuh yang lebih baik dari bentuk tubuhnya yang saat ini, dan hampir seluruh remaja melakukan diet yang membuatnya hingga lemas memilih kelaparan daripada menyesal setelah makan, mengkonsumsi air putih lebih banyak dari biasanya untuk mengurangi lapar, dan menggunakan pil penurun berat badan.

Diet sehat dapat dilakukan dengan cara mengurangi masukan kalori kedalam tubuh namun tetap menjaga pola makan yang dianjurkan oleh pedoman gizi seimbang (Anwar, dalam Elga, 2017). Orang-orang yang berdiet semata-mata bertujuan untuk memperbaiki penampilan cenderung menempuh cara-cara yang tidak sehat untuk menurunkan berat badan mereka (Kim & Lennon, 2016). Kurniangsih (2019) menambahkan faktor individu dari responden adalah lebih dari sepertiga memiliki persepsi tubuh gemuk atau sangat gemuk, beberapa responden memiliki status gizi, sedikit sekali responden yang percaya diri.

# Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini tidak lepas dari adanya keterbatasan diantaranya data yang diperoleh melalui pengisian kuesioner saja tanpa dilakukan wawancara yang dapat memungkinkan terjasinya bisa karena tidak smeua responden mau menjelaskan secara terbuka tentang perilaku diet yang sedang atau pernah diujalankan melalui pengisian kuesioner. Keterbatasan lainnya masih adanya faktor lain yang mempengaruhi penelitian ini diantaranya pengetahuan tentang diet yang belum dapat dikendalikan sepenuhnya oleh peneliti.

# BAB V

# PENUTUP

# Kesimpulan

1. Mahasiswa di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo sebagian besar mempunyai citra tubuh kategori positif yaitu sebanyak 43 orang (55,8%).
2. Mahasiswa di Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo sebagian besar mempunyuai perilaku diet kategori sehat yaitu sebanyak 54 orang (70,1%).
3. Adanya hubungan citra tubuh dengan perilaku diet pada mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, dengan p value sebesar 0,007 (α).

# Saran

* + 1. Bagi mahasiswa

Diharapkan dari hasil penelitian ini agar sebaiknya sadar mengenai pola makan yang baik, tidak hanya bermanfaat untuk memberikan asupan energi yang sesuai kebutuhan, selain itu dapat mengontrol kenaikan berat badan. Agar tetap melakukan perilaku diet yang baik dengan cara berolahraga, mengkonsumsi sayur-sayuran, buah-buahan, mengurangi makanan yang berlemak atau sesuai agar kesehatan tetap terjaga dan menghargai tubuh yang dimilikinya dengan segala kelebihan dan kekurangannya.

* + 1. Bagi perawat

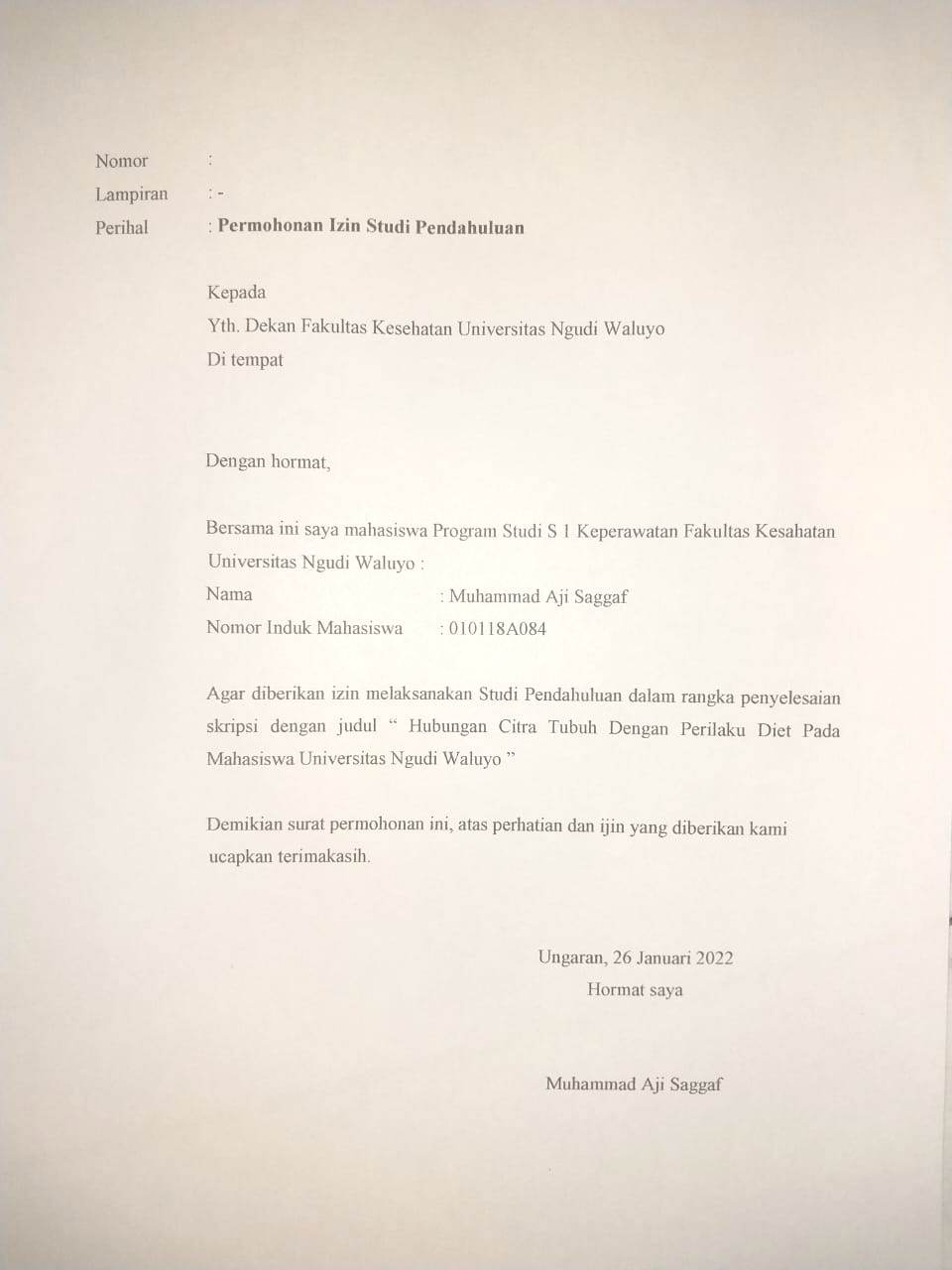
Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat memberikan penyuluhan terkait bahaya perilaku diet yang tidak sehat dan diet ekstrim kepada mahasiswa. Penyuluhan bisa dilakukan waktu ada rapat karang taruna dan sebagainya yang diberikan mengenai kesadaran kesehatan dan agar dapat memberi masukan dan bahan pertimbangan dalam mendidik, memberi dukungan, dan konseling kepada para remaja terkait dengan perkembangan remaja.

* + 1. Bagi Peneliti selanjutnya

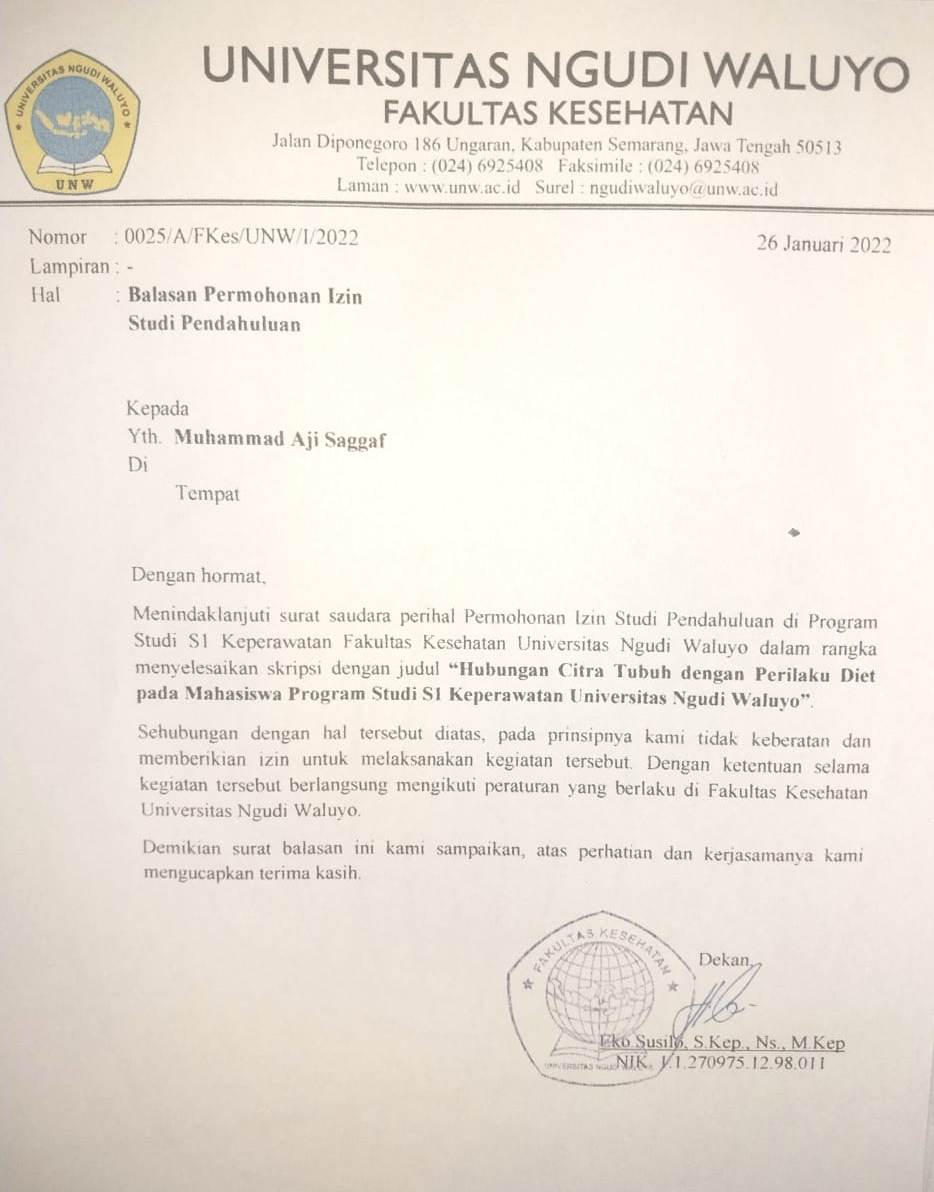
Diharapkan dari hasil penelitian ini memberikan rekomendasi untuk peneliti lain dan berikutnya agar mengambil sampel yang lebih banyak dan tidak terbatas pada satu populasi mahasiswa, karena dengan melibatkan populasi yang lebih banyak dapat memberikan hasil yang lebih bervariasi. Penelitian terhadap hubungan citra tubuh terhadap perilaku diet pada mahasiswa dengan latar belakang budaya maupun latar belakang pendidikan yang berbeda juga diperlukan.

**DAFTAR PUSTAKA**

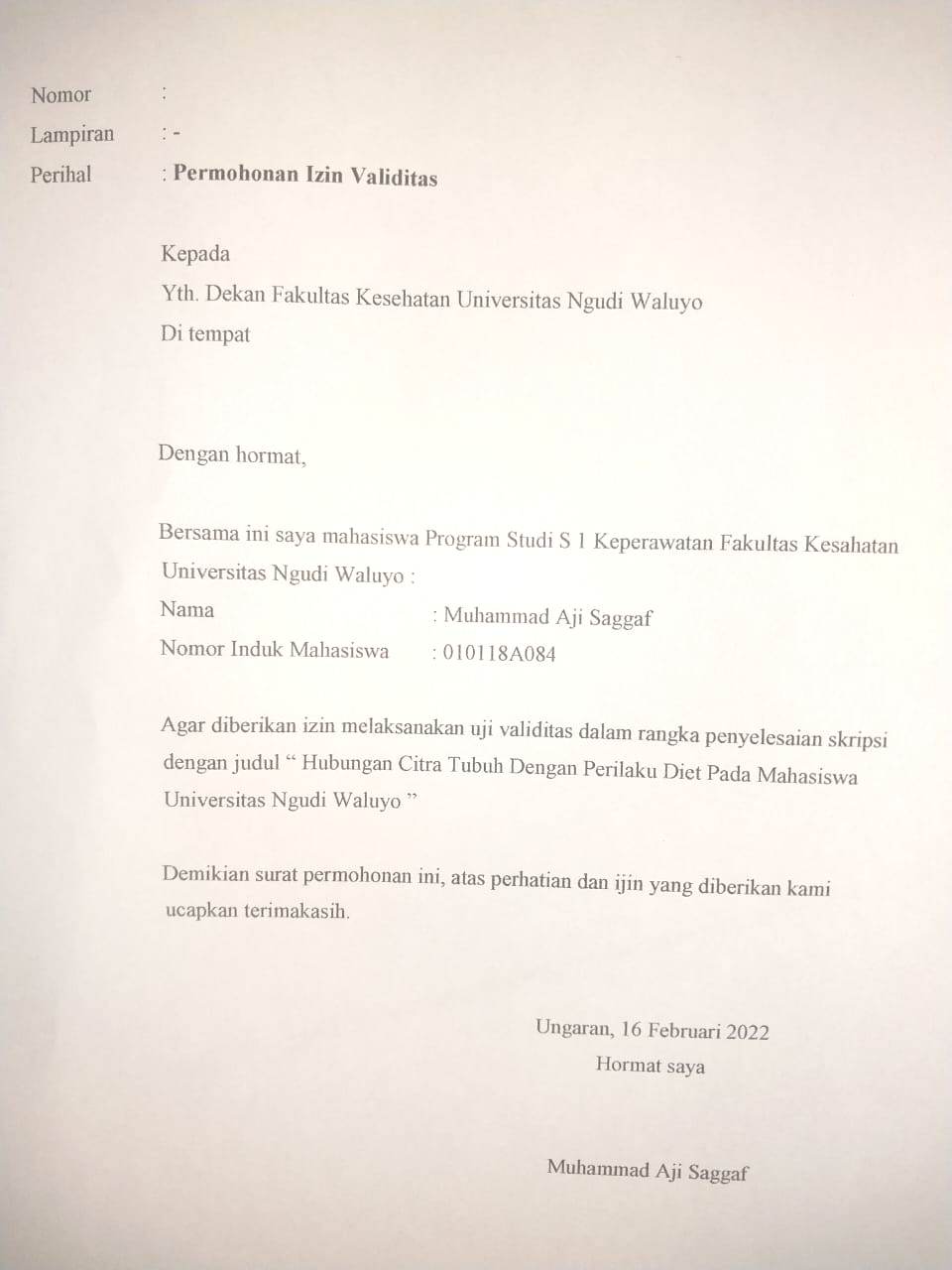
1. **Surat Ijin Studi Pendahuluan**



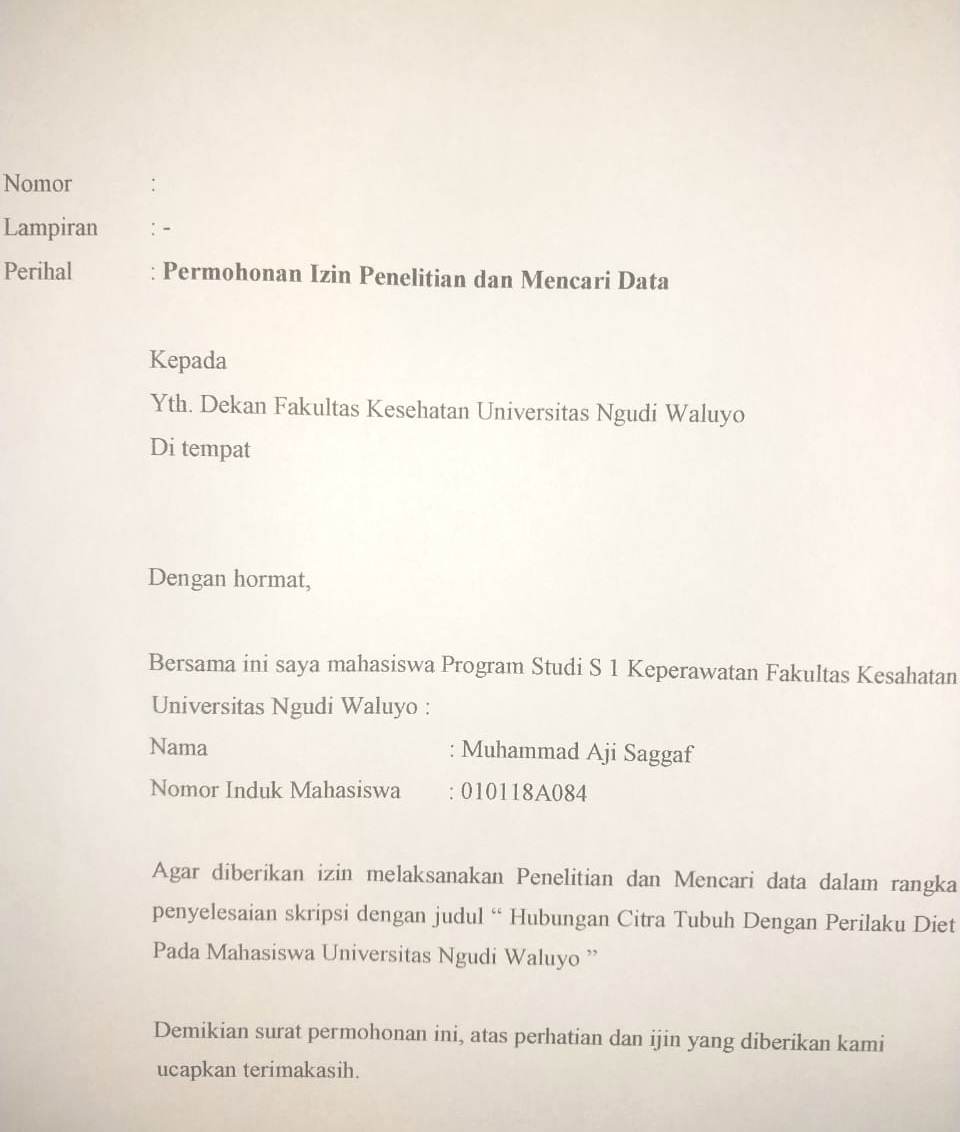
1. **Surat Balasan Ijin Studi Pendahuluan**



1. **Surat Ijin Validitas**

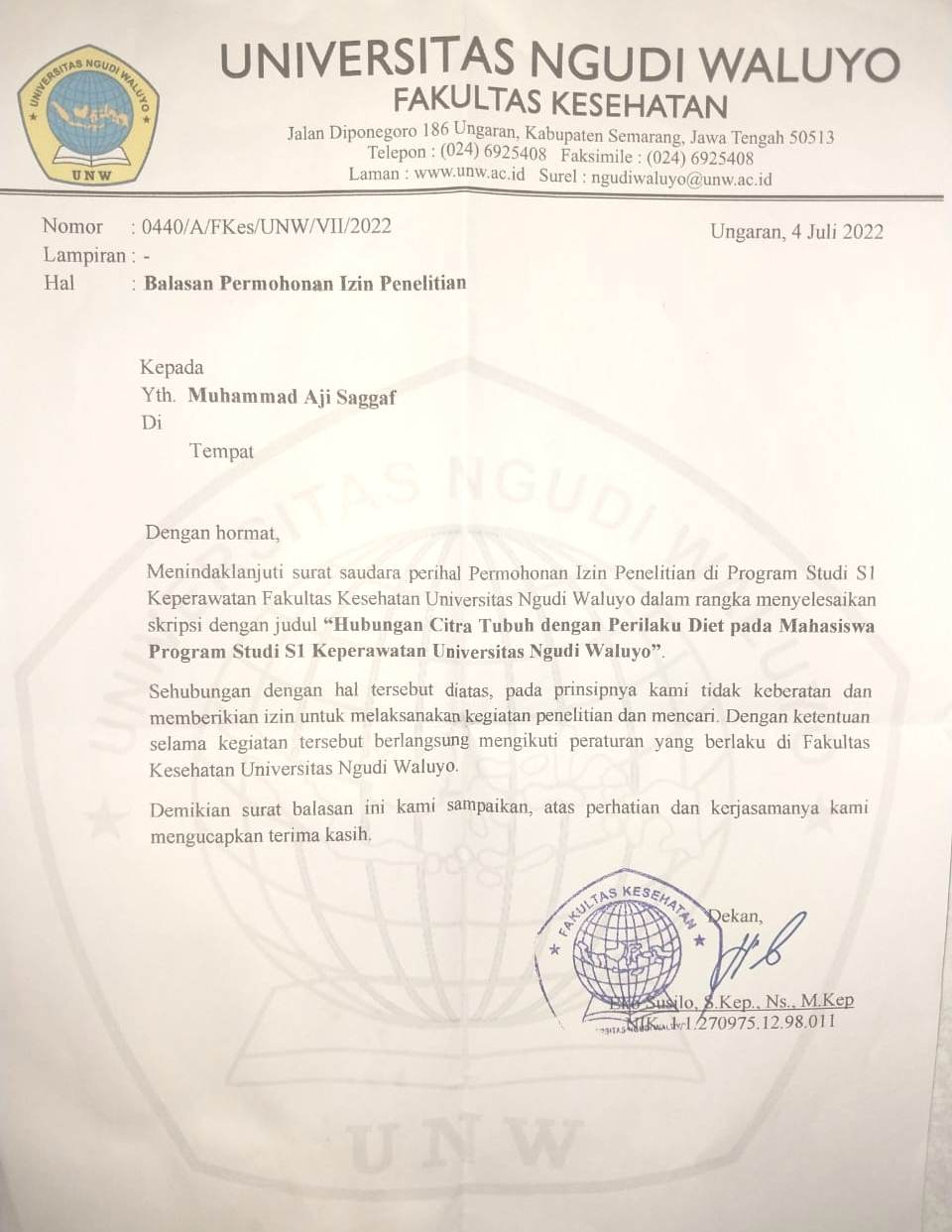


1. **Surat Ijin Penelitian dan Mencari Data**



1. **Surat Balasan Ijin Penelitian dan Mencari Data**





**HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN PERILAKU DIET PADA MAHASISWA DI UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

No :

Inisial :

Umur :

Jenis kelamin :

Semester :

# KUESIONER CITRA TUBUH

**A. Pernyataan Mengenai Citra Tubuh pada Remaja Putri** Petunjuk pengisian :

1. Berikan tanda **silang (X)** pada kolom jawaban pertanyaan yang mewakili pendapat anda.
2. Setiap nomor diisi dengan **SATU** jawaban terbaik menurut anda.
3. Jika ada pertanyaan yang kurang jelas dapat langsung ditanyakan kepada peneliti.
4. Jika telah selesai, mohon kuesioner ini dikumpulkan kembali kepada peneliti.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Pernyataan | Sangat  Tidak  Setuju | Tidak Setuju | Setuju | Sangat Setuju |
| 1. | Saya bangga terhadap bentuk tubuh saya |  |  |  |  |
| 2. | Jika mungkin, ada beberapa bagain dari tubuh yang ingin saya ubah |  |  |  |  |
| 3. | Saya berharap memiliki bentuk tubuh yang lebih baik |  |  |  |  |
| 4. | Saya suka melihat bentuk tubuh saya difoto |  |  |  |  |
| 5. | Saya tidak menyukai bentuk tubuh saya saat bercermin |  |  |  |  |
| 6. | Saya tetap bersosialisasi meskipun orangorang di lingkungan saya yang memiliki bentuk tubuh yang lebih baik saya |  |  |  |  |
| 7. | Orang lain menganggap bentuk tubuh saya menarik |  |  |  |  |
| 8. | Saya harap saya memiliki bentuk tubuh seperti orang lain |  |  |  |  |
| 9. | Teman-teman seusia saya, menyukai tubuh bentuk tubuh saya |  |  |  |  |
| 10. | Saya tidak mengkhawatirkan bentuk tubuh saya |  |  |  |  |
| 11. | Saya tidak puas dengan bentuk tubuh saya |  |  |  |  |
| 12. | Wanita dengan bentuk tubuh yang kecil terlihat bagus dengan baju model apapun |  |  |  |  |
| 13. | Berapapun berat badan saya, saya tetap menjalani hidup dengan bahagia |  |  |  |  |
| 14. | Bentuk tubuh saya mengecawakan |  |  |  |  |
| 15. | Saya rasa saya memiliki bentuk tubuh yang sempurna |  |  |  |  |

# KUESIONER PERILAKU DIET

**B. Pernyataan Mengenai Perilaku Diet pada Remaja Putri** Petunjuk pengisian :

1. Berikan tanda **silang (X)** pada kolom jawaban pertanyaan yang mewakili pendapat anda.
2. Setiap nomor diisi dengan **SATU** jawaban terbaik menurut anda.
3. Jika ada pertanyaan yang kurang jelas dapat langsung ditanyakan kepada peneliti.
4. Jika telah selesai, mohon kuesioner ini dikumpulkan kembali kepada peneliti.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Pernyataan** | **Tidak Pernah** | **Jarang** | **Kadang** | **Sering** |
| 1. | Saya mengkonsumsi makanan lengkap (nasi, lauk dan sayur) setiap hari |  |  |  |  |
| 2. | Saya menghindari makan dengan porsi mengenyangkan setiap hari |  |  |  |  |
| 3. | Saya menjalani diet, saya merasa lemas |  |  |  |  |
| 4. | Saya memilih mengkonsumsi makanan selingan (snack) daripada makanan inti/lengkap |  |  |  |  |
| 5. | Saya makan pagi (makanan mengandung sumber energi) setiap hari |  |  |  |  |
| 6. | Saya melewatkan waktu sarapan dengan dapat menolong saya dalam mengurangi berat badan |  |  |  |  |
| 7. | Saya berusaha untuk tidak makan nasi dan daging pada malam hari |  |  |  |  |
| 8. | Saya hanya memakan satu jenis makanan dalam sehari (misalnya buah saja) |  |  |  |  |
| 9. | Saya menghindari junk food dan cemilan |  |  |  |  |
| 10. | Saya hanya makan 2 sendok nasi setiap harinya |  |  |  |  |
| 11. | Saya mengurangi frekuensi makan saya untuk menurunkan berat badan |  |  |  |  |
| 12. | Saya tidak khawatir berat badan saya bertambah meskipun saya makan dengan  frekuensi standar (3 kali sehari) |  |  |  |  |
| 13. | Saya memuntahakan kembali makanan yang saya makan |  |  |  |  |
| 14. | Saya melakukan control ketat terhadap apa yang saya makan |  |  |  |  |
| 15. | Saya lebih memilih makanan siap saji daripada makanan rumah |  |  |  |  |
| 16. | Saya mengkonsumsi satu diantara produk |  |  |  |  |
|  | ini : pil atau jamu pelangsing, WRP atau *slimming tea*, obat pencahar |  |  |  |  |
| 17. | Saya sengaja melewatkan waktu makan siang |  |  |  |  |
| 18. | Apabila ngemil, saya lebih memilih memakan buah |  |  |  |  |
| 19. | Untuk menjaga berat badan, saya menghindari makan daging ayam, daging sapi, maupun telur |  |  |  |  |
| 20. | Saya mengkonsumsi air putih lebih banyak dari biasanya untuk menghindari rasa lapar |  |  |  |  |
| 21. | Saat makan, saya lebih memilih makanan yang rendah lemak atau *non-fat* |  |  |  |  |
| 22. | Saya memilih kelaparan daripada menyesal setelah makan |  |  |  |  |

**TABULASI DATA HASIL UJI VALIDITAS**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | citra tubuh | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | jml |
| 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 40 |
| 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 42 |
| 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 27 |
| 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 41 |
| 5 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 30 |
| 6 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 16 |
| 7 | 1 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 29 |
| 8 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 33 |
| 9 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 41 |
| 10 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 38 |
| 11 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 44 |
| 12 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 40 |
| 13 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 30 |
| 14 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 38 |
| 15 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 36 |
| 16 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 40 |
| 17 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 30 |
| 18 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 16 |
| 19 | 1 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 29 |
| 20 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 33 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| NO | perilaku diet | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | jml |
| 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 60 |
| 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 62 |
| 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 40 |
| 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 57 |
| 5 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 47 |
| 6 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 24 |
| 7 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 41 |
| 8 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 50 |
| 9 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 62 |
| 10 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 58 |
| 11 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 66 |
| 12 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 61 |
| 13 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 46 |
| 14 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 57 |
| 15 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 52 |
| 16 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 57 |
| 17 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 47 |
| 18 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 24 |
| 19 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 39 |
| 20 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 51 |

**HASIL UJI VALIDITAS VARIABEL CITRA TUBUH**

**Correlations**

|  | |  | | | citra tubuh |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| CT1 | | Pearson Correlation | | | .811\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .000 |
| N | | | 20 |
| CT2 | | Pearson Correlation | | | .663\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .001 |
| N | | | 20 |
| CT3 | | Pearson Correlation | | | .676\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .001 |
| N | | | 20 |
| CT4 | | Pearson Correlation | | | .660\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .002 |
| N | | | 20 |
| CT5 | | Pearson Correlation | | | .644\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .002 |
| N | | | 20 |
| CT6 | | Pearson Correlation | | | .638\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .002 |
| N | | | 20 |
| CT7 | | Pearson Correlation | | | .811\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .000 |
| N | | | 20 |
| CT8 | | Pearson Correlation | | | .663\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .001 |
| N | | | 20 |
| CT9 | | Pearson Correlation | | | .660\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .002 |
| N | | | 20 |
| CT10 | | Pearson Correlation | | | .774\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .000 |
| N | | | 20 |
| citra tubuh | | Pearson Correlation | | | 1 |
| Sig. (2-tailed) | | |  |
| N | | | 20 |
|  |  | |  |
|  |  | |  |

**Correlations**

|  |  | | citra tubuh |
| --- | --- | --- | --- |
| CT11 | Pearson Correlation | | .811\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | .000 |
| N | | 20 |
| CT12 | Pearson Correlation | | .663\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | .001 |
| N | | 20 |
| CT13 | Pearson Correlation | | .660\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | .002 |
| N | | 20 |
| CT14 | Pearson Correlation | | .774\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | .000 |
| N | | 20 |
| CT15 | Pearson Correlation | | .650\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | .002 |
| N | | 20 |
| citra tubuh | Pearson Correlation | | 1 |
| Sig. (2-tailed) | |  |
| N | | 20 |
|  | |
|  | |

**HASIL UJI RELIABILITAS VARIABEL CITRA TUBUH**

**Reliability**

**Scale: ALL VARIABLES**

| **Case Processing Summary** | | | |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | N | % |
| Cases | Valid | 20 | 100.0 |
| Excludeda | 0 | .0 |
| Total | 20 | 100.0 |
| a. Listwise deletion based on all variables in the procedure. | | | |

| **Reliability Statistics** | |
| --- | --- |
| Cronbach's Alpha | N of Items |
| .926 | 15 |

| **Item-Total Statistics** | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
| CT1 | 31.5500 | 52.261 | .766 | .917 |
| CT2 | 31.4500 | 55.103 | .597 | .922 |
| CT3 | 31.4500 | 55.524 | .618 | .922 |
| CT4 | 31.4500 | 57.103 | .613 | .922 |
| CT5 | 31.2500 | 55.461 | .577 | .923 |
| CT6 | 31.2000 | 58.274 | .597 | .923 |
| CT7 | 31.5500 | 52.261 | .766 | .917 |
| CT8 | 31.4500 | 55.103 | .597 | .922 |
| CT9 | 31.4500 | 57.103 | .613 | .922 |
| CT10 | 31.3000 | 55.379 | .737 | .918 |
| CT11 | 31.5500 | 52.261 | .766 | .917 |
| CT12 | 31.4500 | 55.103 | .597 | .922 |
| CT13 | 31.4500 | 57.103 | .613 | .922 |
| CT14 | 31.3000 | 55.379 | .737 | .918 |
| CT15 | 31.2500 | 56.618 | .596 | .922 |

**HASIL UJI VALIDITAS VARIABEL PERILAKU DIET**

**Correlations**

|  |  | perilaku diet |
| --- | --- | --- |
| PD1 | Pearson Correlation | .803\*\* |
| Sig. (2-tailed) | .000 |
| N | 20 |
| PD2 | Pearson Correlation | .580\*\* |
| Sig. (2-tailed) | .007 |
| N | 20 |
| PD3 | Pearson Correlation | .750\*\* |
| Sig. (2-tailed) | .000 |
| N | 20 |
| PD4 | Pearson Correlation | .615\*\* |
| Sig. (2-tailed) | .004 |
| N | 20 |
| PD5 | Pearson Correlation | .785\*\* |
| Sig. (2-tailed) | .000 |
| N | 20 |
| PD6 | Pearson Correlation | .803\*\* |
| Sig. (2-tailed) | .000 |
| N | 20 |
| PD7 | Pearson Correlation | .580\*\* |
| Sig. (2-tailed) | .007 |
| N | 20 |
| PD8 | Pearson Correlation | .699\*\* |
| Sig. (2-tailed) | .001 |
| N | 20 |
| PD9 | Pearson Correlation | .677\*\* |
| Sig. (2-tailed) | .001 |
| N | 20 |
| PD10 | Pearson Correlation | .750\*\* |
| Sig. (2-tailed) | .000 |
| N | 20 |
| PD11 | Pearson Correlation | .615\*\* |
| Sig. (2-tailed) | .004 |
| N | 20 |
| perilaku diet | Pearson Correlation | 1 |
| Sig. (2-tailed) |  |
| N | 20 |

**Correlations**

|  | |  | | | perilaku diet |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| PD12 | | Pearson Correlation | | | .803\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .000 |
| N | | | 20 |
| PD13 | | Pearson Correlation | | | .580\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .007 |
| N | | | 20 |
| PD14 | | Pearson Correlation | | | .677\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .001 |
| N | | | 20 |
| PD15 | | Pearson Correlation | | | .785\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .000 |
| N | | | 20 |
| PD16 | | Pearson Correlation | | | .803\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .000 |
| N | | | 20 |
| PD17 | | Pearson Correlation | | | .580\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .007 |
| N | | | 20 |
| PD18 | | Pearson Correlation | | | .677\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .001 |
| N | | | 20 |
| PD19 | | Pearson Correlation | | | .785\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .000 |
| N | | | 20 |
| PD20 | | Pearson Correlation | | | .832\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .000 |
| N | | | 20 |
| PD21 | | Pearson Correlation | | | .765\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .000 |
| N | | | 20 |
| PD22 | | Pearson Correlation | | | .750\*\* |
| Sig. (2-tailed) | | | .000 |
| N | | | 20 |
| perilaku diet | | Pearson Correlation | | | 1 |
| Sig. (2-tailed) | | |  |
| N | | | 20 |
|  |  | |  |
|  |  | |  |

**HASIL UJI RELIABILITAS VARIABEL PERILAKU DIET**

**Reliability**

**Scale: ALL VARIABLES**

| **Case Processing Summary** | | | |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | N | % |
| Cases | Valid | 20 | 100.0 |
| Excludeda | 0 | .0 |
| Total | 20 | 100.0 |
| a. Listwise deletion based on all variables in the procedure. | | | |

| **Reliability Statistics** | |
| --- | --- |
| Cronbach's Alpha | N of Items |
| .952 | 22 |

| **Item-Total Statistics** | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
| PD1 | 47.9500 | 123.945 | .773 | .949 |
| PD2 | 47.8500 | 129.713 | .530 | .952 |
| PD3 | 47.6500 | 126.555 | .717 | .950 |
| PD4 | 47.6500 | 133.397 | .587 | .952 |
| PD5 | 47.7000 | 128.432 | .762 | .949 |
| PD6 | 47.9500 | 123.945 | .773 | .949 |
| PD7 | 47.8500 | 129.713 | .530 | .952 |
| PD8 | 47.8500 | 128.345 | .663 | .950 |
| PD9 | 47.8500 | 130.976 | .647 | .951 |
| PD10 | 47.6500 | 126.555 | .717 | .950 |
| PD11 | 47.6500 | 133.397 | .587 | .952 |
| PD12 | 47.9500 | 123.945 | .773 | .949 |
| PD13 | 47.8500 | 129.713 | .530 | .952 |
| PD14 | 47.8500 | 130.976 | .647 | .951 |
| PD15 | 47.7000 | 128.432 | .762 | .949 |
| PD16 | 47.9500 | 123.945 | .773 | .949 |
| PD17 | 47.8500 | 129.713 | .530 | .952 |
| PD18 | 47.8500 | 130.976 | .647 | .951 |
| PD19 | 47.7000 | 128.432 | .762 | .949 |
| PD20 | 47.5500 | 126.050 | .810 | .949 |
| PD21 | 47.5500 | 128.471 | .739 | .950 |
| PD22 | 47.6500 | 126.555 | .717 | .950 |

**TABULASI DATA HASIL PENELITIAN**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | karakteristik | | | citra tubuh | | | | | | | | | | | | | | | | |
| umur | kelamin | kd | 1 | **2** | 3 | 4 | **5** | 6 | **7** | **8** | 9 | 10 | **11** | **12** | 13 | **14** | 15 | jml | kode |
| 1 | 18 | perempuan | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 47 | 2 |
| 2 | 17 | laki-laki | 1 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 47 | 2 |
| 3 | 18 | perempuan | 2 | 3 | 3 | 1 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 46 | 2 |
| 4 | 18 | laki-laki | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 37 | 1 |
| 5 | 19 | laki-laki | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 35 | 1 |
| 6 | 18 | laki-laki | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 32 | 1 |
| 7 | 19 | laki-laki | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 37 | 1 |
| 8 | 17 | laki-laki | 1 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 46 | 2 |
| 9 | 18 | perempuan | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 35 | 1 |
| 10 | 19 | laki-laki | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 32 | 1 |
| 11 | 18 | perempuan | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 46 | 2 |
| 12 | 19 | laki-laki | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 32 | 1 |
| 13 | 18 | laki-laki | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 46 | 2 |
| 14 | 18 | perempuan | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 37 | 1 |
| 15 | 20 | perempuan | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 32 | 1 |
| 16 | 19 | perempuan | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 48 | 2 |
| 17 | 19 | perempuan | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 46 | 2 |
| 18 | 19 | perempuan | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 46 | 2 |
| 19 | 19 | laki-laki | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 35 | 1 |
| 20 | 20 | perempuan | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 32 | 1 |
| 21 | 19 | perempuan | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 37 | 1 |
| 22 | 19 | laki-laki | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 35 | 1 |
| 23 | 20 | laki-laki | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 35 | 1 |
| 24 | 19 | laki-laki | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 32 | 1 |
| 25 | 19 | perempuan | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 37 | 1 |
| 26 | 19 | laki-laki | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 45 | 2 |
| 27 | 18 | perempuan | 2 | 4 | 4 | 1 | 3 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 47 | 2 |
| 28 | 19 | perempuan | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 37 | 1 |
| 29 | 20 | perempuan | 2 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 45 | 2 |
| 30 | 19 | perempuan | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 47 | 2 |
| 31 | 20 | perempuan | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 49 | 2 |
| 32 | 22 | perempuan | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 35 | 1 |
| 33 | 21 | perempuan | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 48 | 2 |
| 34 | 20 | perempuan | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 46 | 2 |
| 35 | 20 | perempuan | 2 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 47 | 2 |
| 36 | 21 | perempuan | 2 | 3 | 4 | 1 | 3 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 46 | 2 |
| 37 | 21 | perempuan | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 45 | 2 |
| 38 | 21 | perempuan | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 47 | 2 |
| 39 | 21 | laki-laki | 1 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 47 | 2 |
| 40 | 20 | perempuan | 2 | 3 | 3 | 1 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 46 | 2 |
| 41 | 21 | perempuan | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 35 | 1 |
| 42 | 21 | perempuan | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 32 | 1 |
| 43 | 21 | laki-laki | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 37 | 1 |
| 44 | 20 | laki-laki | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 37 | 1 |
| 45 | 20 | perempuan | 2 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 46 | 2 |
| 46 | 21 | perempuan | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 35 | 1 |
| 47 | 20 | laki-laki | 1 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 32 | 1 |
| 48 | 21 | perempuan | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 46 | 2 |
| 49 | 20 | laki-laki | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 35 | 1 |
| 50 | 21 | laki-laki | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 46 | 2 |
| 51 | 20 | perempuan | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 32 | 1 |
| 52 | 23 | perempuan | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 49 | 2 |
| 53 | 22 | perempuan | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 37 | 1 |
| 54 | 21 | laki-laki | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 48 | 2 |
| 55 | 23 | perempuan | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 46 | 2 |
| 56 | 22 | perempuan | 2 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 47 | 2 |
| 57 | 21 | perempuan | 2 | 3 | 4 | 1 | 3 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 46 | 2 |
| 58 | 23 | perempuan | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 45 | 2 |
| 59 | 22 | perempuan | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 35 | 1 |
| 60 | 21 | perempuan | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 32 | 1 |
| 61 | 22 | perempuan | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 37 | 1 |
| 62 | 21 | perempuan | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 35 | 1 |
| 63 | 22 | laki-laki | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 45 | 2 |
| 64 | 22 | perempuan | 2 | 4 | 4 | 1 | 3 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 47 | 2 |
| 65 | 23 | laki-laki | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 37 | 1 |
| 66 | 22 | perempuan | 2 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 45 | 2 |
| 67 | 21 | perempuan | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 47 | 2 |
| 68 | 23 | perempuan | 2 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 45 | 2 |
| 69 | 23 | laki-laki | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 47 | 2 |
| 70 | 22 | laki-laki | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 49 | 2 |
| 71 | 21 | perempuan | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 37 | 1 |
| 72 | 21 | perempuan | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 48 | 2 |
| 73 | 23 | laki-laki | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 46 | 2 |
| 74 | 22 | perempuan | 2 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 47 | 2 |
| 75 | 23 | laki-laki | 1 | 3 | 4 | 1 | 3 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 46 | 2 |
| 76 | 22 | laki-laki | 1 | 3 | 3 | 1 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 46 | 2 |
| 77 | 23 | perempuan | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 35 | 1 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | perilaku diet | | | | | | | | | | | |
| **13** | 14 | 15 | 16 | **17** | 18 | 19 | **20** | 21 | **22** | jml | kode |
| 1 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 69 | 3 |
| 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 67 | 2 |
| 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 2 | 4 | 75 | 3 |
| 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 1 | 4 | 65 | 2 |
| 5 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 1 | 3 | 66 | 2 |
| 6 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 69 | 2 |
| 7 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 4 | 71 | 2 |
| 8 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 | 4 | 72 | 2 |
| 9 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 1 | 2 | 4 | 77 | 3 |
| 10 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 72 | 2 |
| 11 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 80 | 3 |
| 12 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 1 | 2 | 1 | 4 | 4 | 76 | 2 |
| 13 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 77 | 2 |
| 14 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 83 | 3 |
| 15 | 1 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 88 | 3 |
| 16 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 84 | 3 |
| 17 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 89 | 3 |
| 18 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 88 | 3 |
| 19 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 82 | 2 |
| 20 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 95 | 3 |
| 21 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 1 | 4 | 3 | 4 | 4 | 92 | 3 |
| 22 | 3 | 4 | 4 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 82 | 2 |
| 23 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 86 | 2 |
| 24 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 87 | 2 |
| 25 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 96 | 3 |
| 26 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 1 | 4 | 3 | 86 | 2 |
| 27 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 99 | 3 |
| 28 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 3 | 3 | 1 | 4 | 91 | 2 |
| 29 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 97 | 3 |
| 30 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 | 104 | 3 |
| 31 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 108 | 3 |
| 32 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 104 | 3 |
| 33 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 111 | 3 |
| 34 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 102 | 3 |
| 35 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 103 | 3 |
| 36 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 106 | 3 |
| 37 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 105 | 3 |
| 38 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 106 | 3 |
| 39 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 104 | 2 |
| 40 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 2 | 4 | 112 | 3 |
| 41 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 109 | 3 |
| 42 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 110 | 3 |
| 43 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 106 | 2 |
| 44 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 4 | 108 | 2 |
| 45 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 | 4 | 109 | 2 |
| 46 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 1 | 2 | 4 | 114 | 3 |
| 47 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 109 | 2 |
| 48 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 117 | 3 |
| 49 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 1 | 2 | 1 | 4 | 4 | 113 | 2 |
| 50 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 114 | 2 |
| 51 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 120 | 3 |
| 52 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 129 | 3 |
| 53 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 125 | 3 |
| 54 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 132 | 3 |
| 55 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 123 | 3 |
| 56 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 124 | 3 |
| 57 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 127 | 3 |
| 58 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 126 | 3 |
| 59 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 127 | 3 |
| 60 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 128 | 3 |
| 61 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 129 | 3 |
| 62 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 133 | 3 |
| 63 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 131 | 3 |
| 64 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 136 | 3 |
| 65 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 3 | 3 | 1 | 4 | 128 | 2 |
| 66 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 134 | 3 |
| 67 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 | 141 | 3 |
| 68 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 136 | 3 |
| 69 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 | 143 | 3 |
| 70 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 147 | 3 |
| 71 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 143 | 3 |
| 72 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 150 | 3 |
| 73 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 141 | 3 |
| 74 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 142 | 3 |
| 75 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 145 | 3 |
| 76 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 3 | 2 | 4 | 148 | 3 |
| 77 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 145 | 3 |

**Frequency Table**

| **umur** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | 17 | 2 | 2.6 | 2.6 | 2.6 |
| 18 | 9 | 11.7 | 11.7 | 14.3 |
| 19 | 15 | 19.5 | 19.5 | 33.8 |
| 20 | 13 | 16.9 | 16.9 | 50.6 |
| 21 | 18 | 23.4 | 23.4 | 74.0 |
| 22 | 11 | 14.3 | 14.3 | 88.3 |
| 23 | 9 | 11.7 | 11.7 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **jenis kelamin** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | laki-laki | 28 | 36.4 | 36.4 | 36.4 |
| perempuan | 49 | 63.6 | 63.6 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

**Frequency Table**

| **citra tubuh** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | negatif | 34 | 44.2 | 44.2 | 44.2 |
| positif | 43 | 55.8 | 55.8 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **perilaku diet** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | tidak sehat | 23 | 29.9 | 29.9 | 29.9 |
| sehat | 54 | 70.1 | 70.1 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

**Crosstabs**

| **citra tubuh \* perilaku diet Crosstabulation** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | perilaku diet | | Total |
|  |  |  | tidak sehat | sehat |
| citra tubuh | negatif | Count | 16 | 18 | 34 |
| Expected Count | 10.2 | 23.8 | 34.0 |
| % within citra tubuh | 47.1% | 52.9% | 100.0% |
| % within perilaku diet | 69.6% | 33.3% | 44.2% |
| % of Total | 20.8% | 23.4% | 44.2% |
| positif | Count | 7 | 36 | 43 |
| Expected Count | 12.8 | 30.2 | 43.0 |
| % within citra tubuh | 16.3% | 83.7% | 100.0% |
| % within perilaku diet | 30.4% | 66.7% | 55.8% |
| % of Total | 9.1% | 46.8% | 55.8% |
| Total | | Count | 23 | 54 | 77 |
| Expected Count | 23.0 | 54.0 | 77.0 |
| % within citra tubuh | 29.9% | 70.1% | 100.0% |
| % within perilaku diet | 100.0% | 100.0% | 100.0% |
| % of Total | 29.9% | 70.1% | 100.0% |

| **Chi-Square Tests** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Value | df | Asymp. Sig. (2-sided) | Exact Sig. (2-sided) | Exact Sig. (1-sided) |
| Pearson Chi-Square | 8.587a | 1 | .003 |  |  |
| Continuity Correctionb | 7.181 | 1 | .007 |  |  |
| Likelihood Ratio | 8.680 | 1 | .003 |  |  |
| Fisher's Exact Test |  |  |  | .005 | .004 |
| Linear-by-Linear Association | 8.476 | 1 | .004 |  |  |
| N of Valid Casesb | 77 |  |  |  |  |
| a. 0 cells (,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 10,16. | | | | | |
| b. Computed only for a 2x2 table | |  |  |  |  |

**Descriptives**

| **Descriptive Statistics** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
| ct1 | 77 | 1.00 | 4.00 | 2.7532 | 1.06568 |
| ct2 | 77 | 3.00 | 4.00 | 3.1948 | .39865 |
| ct3 | 77 | 1.00 | 3.00 | 1.5325 | .57547 |
| ct4 | 77 | 2.00 | 4.00 | 2.4545 | .59704 |
| ct5 | 77 | 2.00 | 4.00 | 3.2727 | .73693 |
| ct6 | 77 | 2.00 | 2.00 | 2.0000 | .00000 |
| ct7 | 77 | 1.00 | 4.00 | 2.2987 | 1.02681 |
| ct8 | 77 | 3.00 | 4.00 | 3.2597 | .44137 |
| ct9 | 77 | 1.00 | 4.00 | 2.9351 | 1.06793 |
| ct10 | 77 | 1.00 | 4.00 | 2.8961 | 1.14230 |
| ct11 | 77 | 2.00 | 4.00 | 3.0909 | .81405 |
| ct12 | 77 | 3.00 | 4.00 | 3.1948 | .39865 |
| ct13 | 77 | 1.00 | 3.00 | 1.9870 | .61758 |
| ct14 | 77 | 2.00 | 4.00 | 3.5325 | .71790 |
| ct15 | 77 | 2.00 | 4.00 | 2.9481 | .91617 |
| Valid N (listwise) | 77 |  |  |  |  |

**Frequency Table**

| **ct1** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | sangat tidak setuju | 10 | 13.0 | 13.0 | 13.0 |
| tidak setuju | 25 | 32.5 | 32.5 | 45.5 |
| setuju | 16 | 20.8 | 20.8 | 66.2 |
| sangat setuju | 26 | 33.8 | 33.8 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **ct2** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | tidak setuju | 62 | 80.5 | 80.5 | 80.5 |
| sangat tidak setuju | 15 | 19.5 | 19.5 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **ct3** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | sangat tidak setuju | 39 | 50.6 | 50.6 | 50.6 |
| tidak setuju | 35 | 45.5 | 45.5 | 96.1 |
| setuju | 3 | 3.9 | 3.9 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **ct4** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | tidak setuju | 46 | 59.7 | 59.7 | 59.7 |
| setuju | 27 | 35.1 | 35.1 | 94.8 |
| sangat setuju | 4 | 5.2 | 5.2 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **ct5** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | setuju | 13 | 16.9 | 16.9 | 16.9 |
| tidak setuju | 30 | 39.0 | 39.0 | 55.8 |
| sangat tidak setuju | 34 | 44.2 | 44.2 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **ct6** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | tidak setuju | 77 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

| **ct7** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | sangat setuju | 17 | 22.1 | 22.1 | 22.1 |
| setuju | 35 | 45.5 | 45.5 | 67.5 |
| tidak setuju | 10 | 13.0 | 13.0 | 80.5 |
| sangat tidak setuju | 15 | 19.5 | 19.5 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **ct8** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | tidak setuju | 57 | 74.0 | 74.0 | 74.0 |
| sangat tidak setuju | 20 | 26.0 | 26.0 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **ct9** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | sangat tidak setuju | 12 | 15.6 | 15.6 | 15.6 |
| tidak setuju | 10 | 13.0 | 13.0 | 28.6 |
| setuju | 26 | 33.8 | 33.8 | 62.3 |
| sangat setuju | 29 | 37.7 | 37.7 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **ct10** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | sangat tidak setuju | 10 | 13.0 | 13.0 | 13.0 |
| tidak setuju | 24 | 31.2 | 31.2 | 44.2 |
| setuju | 7 | 9.1 | 9.1 | 53.2 |
| sangat setuju | 36 | 46.8 | 46.8 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **ct11** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | setuju | 22 | 28.6 | 28.6 | 28.6 |
| tidak setuju | 26 | 33.8 | 33.8 | 62.3 |
| sangat tidak setuju | 29 | 37.7 | 37.7 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **ct12** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | tidak setuju | 62 | 80.5 | 80.5 | 80.5 |
| sangat tidak setuju | 15 | 19.5 | 19.5 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **ct13** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | sangat tidak setuju | 15 | 19.5 | 19.5 | 19.5 |
| tidak setuju | 48 | 62.3 | 62.3 | 81.8 |
| setuju | 14 | 18.2 | 18.2 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **ct14** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | setuju | 10 | 13.0 | 13.0 | 13.0 |
| tidak setuju | 16 | 20.8 | 20.8 | 33.8 |
| sangat tidak setuju | 51 | 66.2 | 66.2 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **ct15** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | tidak setuju | 34 | 44.2 | 44.2 | 44.2 |
| setuju | 13 | 16.9 | 16.9 | 61.0 |
| sangat setuju | 30 | 39.0 | 39.0 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

**Descriptives**

| **Descriptive Statistics** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
| pd1 | 77 | 1.00 | 4.00 | 1.7662 | .97192 |
| pd2 | 77 | 2.00 | 4.00 | 3.8312 | .44137 |
| pd3 | 77 | 1.00 | 3.00 | 1.4026 | .78237 |
| pd4 | 77 | 2.00 | 4.00 | 3.7792 | .47637 |
| pd5 | 77 | 1.00 | 3.00 | 1.8701 | .83273 |
| pd6 | 77 | 2.00 | 4.00 | 3.7532 | .51697 |
| pd7 | 77 | 2.00 | 4.00 | 3.3506 | .64413 |
| pd8 | 77 | 1.00 | 4.00 | 2.5844 | .74957 |
| pd9 | 77 | 1.00 | 4.00 | 2.8961 | .94011 |
| pd10 | 77 | 2.00 | 4.00 | 3.7013 | .56347 |
| pd11 | 77 | 3.00 | 4.00 | 3.8961 | .30713 |
| pd12 | 77 | 3.00 | 4.00 | 3.9481 | .22338 |
| pd13 | 77 | 1.00 | 4.00 | 2.5584 | .80285 |
| pd14 | 77 | 3.00 | 4.00 | 3.7922 | .40839 |
| pd15 | 77 | 2.00 | 4.00 | 3.3117 | .78237 |
| pd16 | 77 | 1.00 | 4.00 | 3.9091 | .40334 |
| pd17 | 77 | 3.00 | 4.00 | 3.8831 | .32339 |
| pd18 | 77 | 1.00 | 3.00 | 2.3247 | .73344 |
| pd19 | 77 | 1.00 | 4.00 | 2.7013 | .91859 |
| pd20 | 77 | 1.00 | 4.00 | 2.2078 | 1.12785 |
| pd21 | 77 | 1.00 | 4.00 | 3.1299 | 1.15109 |
| pd22 | 77 | 2.00 | 4.00 | 3.7792 | .44790 |
| Valid N (listwise) | 77 |  |  |  |  |

**Frequency Table**

| **pd1** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | tidak pernah | 44 | 57.1 | 57.1 | 57.1 |
| jarang | 10 | 13.0 | 13.0 | 70.1 |
| kadang-kadang | 20 | 26.0 | 26.0 | 96.1 |
| sering | 3 | 3.9 | 3.9 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd2** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | kadang-kadang | 2 | 2.6 | 2.6 | 2.6 |
| jarang | 9 | 11.7 | 11.7 | 14.3 |
| tidak pernah | 66 | 85.7 | 85.7 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd3** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | sering | 60 | 77.9 | 77.9 | 77.9 |
| kadang-kadang | 3 | 3.9 | 3.9 | 81.8 |
| jarang | 14 | 18.2 | 18.2 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd4** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | kadang-kadang | 2 | 2.6 | 2.6 | 2.6 |
| jarang | 13 | 16.9 | 16.9 | 19.5 |
| tidak pernah | 62 | 80.5 | 80.5 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd5** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | tidak pernah | 32 | 41.6 | 41.6 | 41.6 |
| jarang | 23 | 29.9 | 29.9 | 71.4 |
| kadang-kadang | 22 | 28.6 | 28.6 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd6** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | kadang-kadang | 3 | 3.9 | 3.9 | 3.9 |
| jarang | 13 | 16.9 | 16.9 | 20.8 |
| tidak pernah | 61 | 79.2 | 79.2 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd7** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | kadang-kadang | 7 | 9.1 | 9.1 | 9.1 |
| jarang | 36 | 46.8 | 46.8 | 55.8 |
| tidak pernah | 34 | 44.2 | 44.2 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd8** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | tidak pernah | 8 | 10.4 | 10.4 | 10.4 |
| jarang | 20 | 26.0 | 26.0 | 36.4 |
| kadang-kadang | 45 | 58.4 | 58.4 | 94.8 |
| sering | 4 | 5.2 | 5.2 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd9** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | tidak pernah | 12 | 15.6 | 15.6 | 15.6 |
| jarang | 2 | 2.6 | 2.6 | 18.2 |
| kadang-kadang | 45 | 58.4 | 58.4 | 76.6 |
| sering | 18 | 23.4 | 23.4 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd10** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | jarang | 4 | 5.2 | 5.2 | 5.2 |
| kadang-kadang | 15 | 19.5 | 19.5 | 24.7 |
| sering | 58 | 75.3 | 75.3 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd11** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | kadang-kadang | 8 | 10.4 | 10.4 | 10.4 |
| sering | 69 | 89.6 | 89.6 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd12** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | kadang-kadang | 4 | 5.2 | 5.2 | 5.2 |
| sering | 73 | 94.8 | 94.8 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd13** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | sering | 2 | 2.6 | 2.6 | 2.6 |
| kadang-kadang | 43 | 55.8 | 55.8 | 58.4 |
| jarang | 19 | 24.7 | 24.7 | 83.1 |
| tidak pernah | 13 | 16.9 | 16.9 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd14** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | kadang-kadang | 16 | 20.8 | 20.8 | 20.8 |
| sering | 61 | 79.2 | 79.2 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd15** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | jarang | 15 | 19.5 | 19.5 | 19.5 |
| kadang-kadang | 23 | 29.9 | 29.9 | 49.4 |
| sering | 39 | 50.6 | 50.6 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd16** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | tidak pernah | 1 | 1.3 | 1.3 | 1.3 |
| kadang-kadang | 4 | 5.2 | 5.2 | 6.5 |
| sering | 72 | 93.5 | 93.5 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd17** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | jarang | 9 | 11.7 | 11.7 | 11.7 |
| tidak pernah | 68 | 88.3 | 88.3 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd18** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | tidak pernah | 12 | 15.6 | 15.6 | 15.6 |
| jarang | 28 | 36.4 | 36.4 | 51.9 |
| kadang-kadang | 37 | 48.1 | 48.1 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd19** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | tidak pernah | 3 | 3.9 | 3.9 | 3.9 |
| jarang | 38 | 49.4 | 49.4 | 53.2 |
| kadang-kadang | 15 | 19.5 | 19.5 | 72.7 |
| sering | 21 | 27.3 | 27.3 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd20** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | sering | 30 | 39.0 | 39.0 | 39.0 |
| kadang-kadang | 13 | 16.9 | 16.9 | 55.8 |
| jarang | 22 | 28.6 | 28.6 | 84.4 |
| tidak pernah | 12 | 15.6 | 15.6 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd21** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | tidak pernah | 13 | 16.9 | 16.9 | 16.9 |
| jarang | 7 | 9.1 | 9.1 | 26.0 |
| kadang-kadang | 14 | 18.2 | 18.2 | 44.2 |
| sering | 43 | 55.8 | 55.8 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |

| **pd22** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | kadang-kadang | 1 | 1.3 | 1.3 | 1.3 |
| jarang | 15 | 19.5 | 19.5 | 20.8 |
| tidak pernah | 61 | 79.2 | 79.2 | 100.0 |
| Total | 77 | 100.0 | 100.0 |  |