

**HUBUNGAN ANTARA *BODY DISSATISFACTION* DENGAN PERILAKU
DIET PADA REMAJA SMK NEGERI 3 BANDA ACEH**

SKRIPSI

Diajukan oleh :

**Mardhatillah Akbar
NIM. 190901019**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA *BODY DISSATISFACTION* DENGAN PERILAKU
DIET PADA REMAJA SMK NEGERI 3 BANDA ACEH**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
UIN Ar-Raniry Banda Aceh
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

Oleh

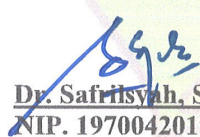
Mardhatillah Akbar

190901019


AR-RANIRY

Disetujui Oleh

Pembimbing I,


Dr. Safrilsyah, S.Ag., M.Si
NIP. 197004201997031001

Pembimbing II,


Iyulen Pebry Zuanny, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIDN. 2003127303

**HUBUNGAN ANTARA *BODY DISSATISFACTION* DENGAN PERILAKU
DIET PADA REMAJA SMK NEGERI 3 BANDA ACEH**

SKRIPSI

Telah Dinilai oleh Tim Munaqasyah Skripsi
Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh
Dan Dinyatakan Lulus serta Disahkan sebagai
Tugas Akhir untuk Memperoleh Gelar
Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)

Diajukan Oleh :

**Mardhatillah Akbar
NIM. 190901019**

Pada Hari/Tanggal

**Jum'at, 26 Juli 2024 M
29 Dzulhijah 1444 H**

di


**Darussalam- Banda Aceh
Tim Munaqasyah Skripsi**


جامعة الرانيري

A - R - R A N I R Y

Ketua,


Sekretaris,

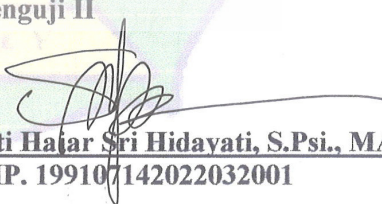

Dr. Safrizsyah S.Ag., M.Si
NIP.197004201997031001


Iyulen Pebry Zuanny S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIDN. 2009028201

Penguji I

Penguji II

an.

Karjuniwati S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 198206192023212027


Siti Hajar Sri Hidayati, S.Psi., MA
NIP. 199107142022032001

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry**




Prof. Dr. Muslim, M.Si
NIP. 196610231994021001

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya:

Nama : Mardhatillah Akbar

Nim : 190901019

Jenjang : Strata I

Prodi : Psikologi UIN Ar-Raniry

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga pernah terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika kemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Banda Aceh, 26 Juli 2024

Yang Menyatakan,



Mardhatillah Akbar
NIM. 190901019

PRAKATA

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji dan syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya setiap saat, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan *Body dissatisfaction* dengan Perilaku Diet pada Remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh”. Shalawat kita sampaikan kepada Baginda Nabi Muhammad SAW, yang telah menyampaikan risalah, memperjuangkan Islam, dan membawa umat dari alam kebodohan ke alam yang penuh ilmu pengetahuan. Peneliti menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari dukungan moral dan moril dari berbagai pihak, keluarga, dan teman-teman terdekat. Terutama sekali peneliti ingin mengucapkan teimakasih yang tak terhingga kepada kedua orangtua tercinta dan tersayang, Armia S.Ag., MH dan Suriati Dewi Mundriani S.Ag, orang paling istimewa dalam hidup peneliti yang telah memberikan dukungan dan semangat yang sangat luar biasa, serta selalu mendoakan setiap langkah Peneliti dari awal hingga tahap akhir penyelesaian Program S-1. Selanjutnya peneliti mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Muslim, M.Si., sebagai Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada seluruh mahasiswa di Fakultas Psikologi.
2. Bapak Dr. Saffrilsyah, S.Ag., M.Si., sebagai Wakil Dekan I Bidang Akademik dan Kelembagaan sekaligus Pembimbing I yang telah memberikan banyak nasihat

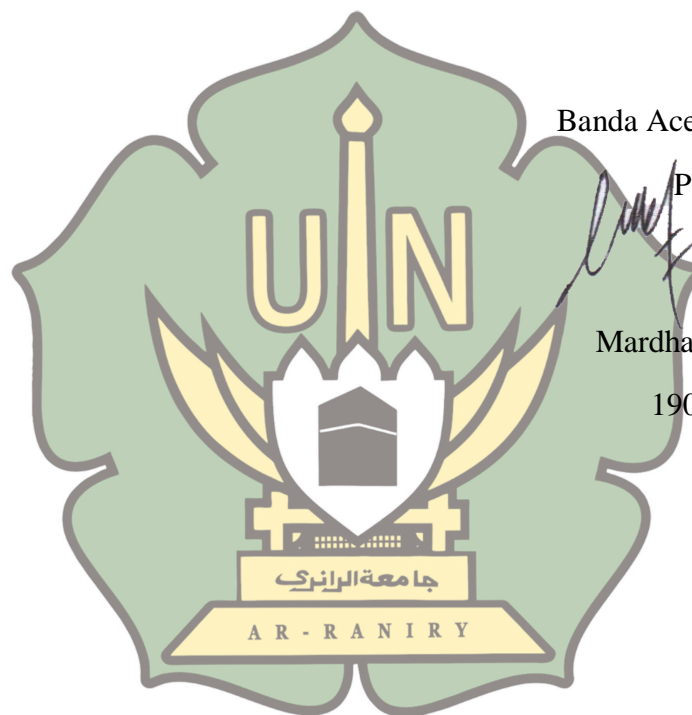
serta meluangkan waktu untuk membimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi

3. Ibu Misnawati, S.Ag., M.Ag., Ph.D., sebagai Wakil Dekan II Bidang Administrasi dan Keuangan sekaligus Penasihat Akademik bagi peneliti yang telah memberi banyak motivasi dan semangat dalam menyelesaikan skripsi.
4. Bapak Dr. Nasruddin, M.Hum., sebagai Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswaan dan kerjasama, yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada mahasiswa.
5. Bapak Julianto, S.Ag., M.Si., selaku Ketua Program Studi Psikologi UIN Ar-Raniry yang telah banyak memberikan masukan serta mendukung segala kebutuhan administrasi mahasiswa dalam proses penyelesaian skripsi.
6. Ibu Cut Rizka Aliana, S.Psi., M.Psi., selaku Sekretaris Program Studi Psikologi UIN Ar-Raniry.
7. Ibu Karjuniwati, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Penasihat akademik sekaligus penguji I yang telah membantu banyak hal dan meluangkan waktu dalam menasehati, memotivasi hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Ibu Iyulen Pebry Zuanny, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing II yang telah bersedia membimbing serta memberikan banyak masukan dan saran, serta meluangkan banyak waktu untuk memotivasi penulis dalam penyusunan skripsi.
9. Ibu Siti Hajar Sri Hidayati S.Psi., MA Selaku Dosen Penguji II yang telah bersedia menguji serta memberikan banyak masukan dan saran bagi peneliti dalam penyusunan skripsi.
10. Seluruh civitas akademika, dosen, serta staf Program Studi Psikologi UIN Ar-

Raniry yang telah membantu, mendidik, dan memberikan ilmu yang bermanfaat dengan ikhlas dan tulus.

11. Terima kasih kepada Keluarga Besar peneliti yang dengan waktu, tenaga, dukungan moril maupun materil, telah membersamai peneliti dalam menyelesaikan skripsi maupun dalam menempuh pendidikan.
12. Terima kasih kepada sahabat seperjuangan, khususnya Arief Rachman, Miftahul Fikri, Ahmad Maulana, Said Maizar, Juli Sultan, Muhammad Irvan, dan Khalif Abdil, dan Riszki Pratama Akbar yang sangat banyak berperan dalam penyusunan skripsi ini, mulai dari tahap perumusan judul hingga setelah skripsi ini rampung dan disahkan.
13. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya Syarifah De Fitri, terimakasih telah menemani peneliti dalam penyusunan skripsi ini, selalu hadir di sisi, memberikan dukungan, dan semangat.
14. Terima kasih juga kepada SMK Negeri 3 Banda Aceh yang telah menyambut peneliti dengan hangat dan memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
15. Terima kasih untuk doa, bantuan dan kebaikan dari orang-orang yang turut andil dalam membantu proses penyelesaian skripsi ini sampai dengan selesai, baik dari orang yang peneliti tahu maupun tidak diketahui, semoga segala bantuan dan kebaikannya dibalas dengan balasan terbaik dari Allah SWT dan senantiasa diberkahi sampai dengan akhir hayat.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, sehingga saran dan kritikan dari pembaca sangat diharapkan. Harapan peneliti semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat kepada banyak pihak, terutama mahasiswa UIN Ar- Raniry Banda Aceh.



Banda Aceh, 26 Juli 2024

Peneliti

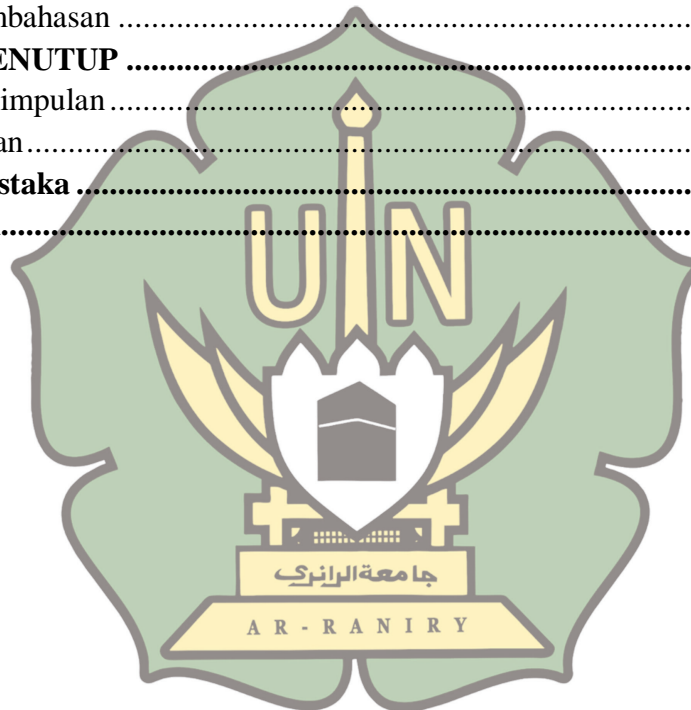
Mardhatillah Akbar

190901019

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
PRAKATA	v
DAFTAR ISI.....	ix
ABSTRAK.....	xiv
ABSTRACT.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
1. Manfaat Teoritis	9
2. Manfaat Praktis	9
E. Keaslian Penelitian.....	10
BAB II LANDASAN TEORI.....	14
A. Perilaku Diet	14
1. Pengertian Perilaku Diet	14
2. Aspek-aspek Perilaku Diet.....	15
3. Faktor yang mempengaruhi Perilaku Diet	16
B. <i>Body dissatisfaction</i>	17
1. Pengertian <i>Body dissatisfaction</i>	17
2. Aspek-aspek <i>Body dissatisfaction</i>	19
3. Faktor yang mempengaruhi <i>Body dissatisfaction</i>	21
C. Hubungan <i>Body dissatisfaction</i> dengan Perilaku diet	24
D. Hipotesis	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
A. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	27
B. Identifikasi Variabel Penelitian	27
C. Definisi Operasional.....	28
1. Perilaku Diet	28
2. <i>Body dissatisfaction</i>	28
D. Subjek Penelitian	28
1. Populasi.....	28
2. Sampel	29
E. Teknik Pengumpulan Data.....	30
1. Alat Ukur Penelitian	30
2. Uji Validitas	33
3. Uji Daya Beda Aitem.....	35
4. Uji Reliabilitas.....	40
F. Teknik Analisis Data	43

1. Pengolahan Data.....	43
2. Uji Asumsi	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	47
A. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian	47
1. Administrasi Penelitian.....	47
2. Pelaksanaan Uji Coba dan Pelaksanaan Penelitian	47
B. Deskripsi Sampel Penelitian	48
1. Data Demografi.....	48
C. Hasil Penelitian	51
1. Kategorisasi Hasil Penelitian	51
2. Uji Prasyarat.....	55
D. Pembahasan	59
BAB V PENUTUP	62
A. Kesimpulan.....	62
B. Saran.....	62
Daftar Pustaka	64
Lampiran.....	68



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Data populasi siswa SMK Negeri 3 Banda Aceh.....	29
Tabel 3. 2 Skor aitem favourable dan unfavourable	31
Tabel 3. 3 Blueprint Aspek dan Indikator Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	31
Tabel 3. 4 Blueprint Skala Perilaku Diet	32
Tabel 3. 5 Komputasi Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	34
Tabel 3. 6 Komputasi Skala Perilaku Diet	35
Tabel 3. 7 Analisis Uji Daya Bedai Aitem <i>Body Dissatisfaction</i>	37
Tabel 3. 8 Blueprint Akhir Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	38
Tabel 3. 9 Koefisien Daya Beda Aitem Skala Perilaku Diet	39
Tabel 3. 10 Blueprint Akhir Skala Perilaku Diet.....	40
Tabel 3. 11 Klasifikasi Reabilitas <i>Alfa Cronbach</i>	41
Tabel 3. 12 Nilai <i>Alpha Cronbach</i> Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	42
Tabel 3. 13 Nilai <i>Alpha Cronbach</i> Skala Perilaku Diet.....	43
Tabel 4. 1 Data Demografi Berdasarkan Jenis Kelamin.....	48
Tabel 4. 2 Data Demografi Berdasarkan Usia.....	49
Tabel 4. 3 Data Demografi Berdasarkan Berat Badan.....	49
Tabel 4. 4 Data Demografi Berdasarkan Tinggi Badan.....	50
Tabel 4. 5 Data Demografi Berdasarkan Kelas	50
Tabel 4. 6 Data Demografi Berdasarkan Jurusan	50
Tabel 4. 7 Deskripsi Data Penelitian Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	51
Tabel 4. 8 Kategori Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	53
Tabel 4. 9 Deskripsi Data Penelitian Skala Perilaku Diet.....	53
Tabel 4. 10 Kategorisasi Skala Perilaku Diet.....	54
Tabel 4. 11 Uji Normalitas Data Penelitian	55
Tabel 4. 12 Uji Linearitas Hubungan Data Penelitian	56
Tabel 4. 13 Uji Hipotesis Data Penelitian	57
Tabel 4. 14 <i>Analisis Measure Of Association</i>	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 126



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I	Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Mengenai Pembimbing
Lampiran II	Surat Izin Penelitian dari Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry
Lampiran III	Surat Izin atau Telah Selesai Penelitian dari SMK Negeri 3 Banda Aceh
Lampiran IV	Kuesioner <i>Try Out</i>
Lampiran V	Tabulasi Data <i>Try Out</i>
Lampiran VI	Hasil Analisis Data <i>Try Out</i>
Lampiran VII	Kuesioner Penelitian
Lampiran VIII	Tabulasi Data Penelitian
Lampiran IX	Hasil Analisis Data Penelitian
Lampiran X	Riwayat Hidup



HUBUNGAN ANTARA *BODY DISSATISFACTION* DENGAN PERILAKU DIET PADA REMAJA SMK NEGERI 3 BANDA ACEH

ABSTRAK

Perilaku diet pada remaja merupakan fenomena yang semakin sering ditemui di berbagai belahan dunia. Banyak remaja siswa SMK Negeri 3 Banda Aceh melakukan perilaku diet dengan cara yang tidak sehat dan tidak teratur. Hal ini dapat membawa dampak negatif bagi kesehatan fisik dan mental remaja, seperti gangguan makan, malnutrisi, dan masalah psikologis lainnya. Faktor yang mempengaruhi perilaku diet adalah Ketidakpuasan terhadap tubuh (*body dissatisfaction*). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *Body dissatisfaction* dengan perilaku diet pada Remaja Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 3 Banda Aceh. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode korelasi. Populasi dalam penelitian berjumlah 550 siswa kelas X dan XII SMK Negeri 3 Banda Aceh dengan sampel berjumlah 213 siswa, menggunakan *teknik random sampling* Alat ukur penelitian adalah skala *Body dissatisfaction* dan skala perilaku diet. Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi (r) sebesar 0.449 Dengan nilai signifikan 0,000 ($p < 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body dissatisfaction* dengan perilaku diet pada remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh. Hal ini berarti semakin tinggi *body dissatisfaction* maka semakin tinggi perilaku diet pada remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh. Sebaliknya semakin rendah *body dissatisfaction* maka semakin rendah pula perilaku diet pada remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh.

Kata Kunci: *Body dissatisfaction*, Perilaku Diet, Remaja.

**THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY DISSATISFACTION AND
DIETING BEHAVIOR IN HIGH SCHOOL ADOLESCENTS NEGERI 3
BANDA ACEH**

ABSTRACT

Dieting behaviour in adolescents is a phenomenon that is increasingly common in various parts of the world. Many adolescent students of SMK Negeri 3 Banda Aceh engage in dieting behaviour in an unhealthy and irregular manner. This can have a negative impact on adolescents' physical and mental health, such as eating disorders, malnutrition, and other psychological problems. Factors that influence dieting behaviour are body dissatisfaction. This study was conducted to determine whether there is a relationship between body dissatisfaction and dieting behavior in adolescents of State Vocational High School 3 Banda Aceh. The method used in this research is quantitative method with correlation method. The population in the study amounted to 550 students in grades X and XII of SMK Negeri 3 Banda Aceh with a sample of 213 students, using random sampling techniques. The research measuring instruments were the Body dissatisfaction scale and the diet behavior scale. The results showed a correlation coefficient (r) of 0.449 with a significant value of 0.000 ($p < 0.05$). We can be concluded that there was a significant positive relationship between body dissatisfaction and dietary behavior in adolescents of SMK Negeri 3 Banda Aceh. This means that the higher the body dissatisfaction, the higher the dieting behavior in adolescents of SMK Negeri 3 Banda Aceh. Conversely, the lower the body dissatisfaction, the lower the dietary behavior in adolescents of SMK Negeri 3 Banda Aceh.

Keywords: *Body dissatisfaction, Dietary Behavior, Adolescents.*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja dianggap sebagai periode transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa (Jahja, 2011). Pada masa remaja, mereka mengalami perubahan, baik secara fisik maupun psikis (Safitri, Novrianto, & Marettih, 2019). Dimana perubahan secara fisik pada remaja terjadi berupa perubahan hormonal (Santrock, 2013) dan secara psikologis berupa adanya perubahan dan tuntutan sosial pada remaja (Hurlock, 2011). Perubahan psikologis remaja menggambarkan adanya perubahan pada remaja untuk bisa diterima di kelompok sosial baik itu keluarga, sekolah dan masyarakat (Husna, 2013). Hal ini bertujuan agar remaja dapat berinteraksi dan beradaptasi yang seimbang antara diri dan kesempatan ataupun hambatan di dalam lingkungan (Putri, 2013). Remaja yang menilai tubuh dan penampilannya secara negatif tentu tidak akan merasa nyaman selama berinteraksi dengan orang lain.

Tubuh merupakan bagian terpenting dari diri setiap manusia yang memiliki arti beragam. Sebagian besar remaja mendambakan bentuk tubuh yang ideal seperti memiliki tubuh yang langsing, pinggul dan lengan yang lebih ramping (Al-Mighwar, 2006). Pada saat ini, umumnya kebanyakan masyarakat masih memiliki standar bahwa wanita dan pria yang cantik maupun tampan ialah yang memiliki tubuh yang ideal menurut pandangan sosial masyarakat seperti

memiliki badan yang kurus, wajah yang tirus, serta kulit yang putih. Standar tersebut tentunya dimiliki oleh pria maupun wanita pada zaman ini.

Iklan-iklan produk kecantikan yang ada pada generasi kini juga banyak menggunakan model-model wanita yang memiliki karakteristik tubuh yang langsing. Menurut Atwater dan Duffy (1999) sampul majalah, iklan-iklan televisi dan film berperan penting dalam pembentukan standar kecantikan dalam suatu kelompok masyarakat. Hal tersebutlah yang menjadikan anggapan banyak orang bahwa tubuh yang menarik adalah tubuh yang langsing.

WHO (*World Health Organization*) menyebutkan bahwa obesitas adalah kegemukan atau kelebihan berat badan yang melampaui berat badan normal yang merupakan salah satu problem kesehatan di kalangan masyarakat. Seseorang disebut obesitas bila BMI (*Body Mass Index*) lebih dari normal atau disebut obesitas bila BMI >25.0 . BMI merupakan suatu angka yang didapat dari hasil berat badan dalam kilogram kemudian dibagi dengan tinggi badan dalam meter kuadrat. Obesitas didefinisikan sebagai suatu kelainan atau penyakit, ditandai dengan penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebih (Andriani, 2014).

Kelebihan berat badan menjadi salah satu masalah kesehatan yang sangat serius dan sering terjadi di masyarakat. Gaya hidup dan pola makan yang salah menjadi sebab tubuh memiliki berat yang berlebih. Kelebihan berat badan memberikan dampak yang buruk bukan hanya bagi estetika tubuh akan tetapi bagi kesehatan (Mayang, 2017).

Perilaku diet seseorang dipengaruhi oleh ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh, yang mendorong remaja berusaha untuk terus memperbaiki penampilan fisiknya. Salah satu upaya yang mudah dilakukan untuk membuat tubuh menjadi langsing adalah dengan cara melakukan diet. Menurut Hawks (2008) perilaku diet adalah usaha sadar yang dilakukan oleh individu dalam membatasi dan mengontrol asupan makan dengan tujuan mengurangi dan mempertahankan berat badan yang diinginkan, sehingga kebutuhan atau keinginannya terpenuhi. Menurut Maloney, McGuire, Daniels dan Specker (dalam Hill dkk., 1992) saat ini perilaku diet sudah mulai terlihat pada kelompok usia remaja awal. Perhatian terhadap gambaran tubuh seseorang sangat kuat terjadi pada remaja berumur 12 hingga 18 tahun, baik pada remaja putri maupun remaja pria (Santrock, 2003).

Perilaku diet pada remaja merupakan fenomena yang semakin sering ditemui di berbagai belahan dunia. Pada sebuah penelitian yang dilakukan terhadap anak-anak usia tujuh sampai 12 tahun (mean 9.7 tahun), 41% anak mengaku bahwa mereka pernah mencoba untuk menurunkan berat badan. Sebuah studi serupa juga dilakukan terhadap remaja putri di SMP Negeri 1 Surabaya menunjukkan bahwa sebesar 45% subjek melakukan diet dengan tujuan untuk menurunkan berat badan (Arini, 2006, dalam Prima & Sari, 2013).

Menurut Dinas Kesehatan Aceh mencatat, penderita obesitas di Banda Aceh berjumlah 106.044 jiwa. Jumlah tersebut termasuk tinggi jika dibandingkan secara nasional. Hal ini menyebabkan Kesenjangan antara konsep tubuh ideal yang dimiliki seorang individu dengan kondisi tubuh yang sebenarnya akan menyebabkan perasaan tidak puas terhadap tubuh (Husna, 2013) dan mendorong

keinginan untuk mengubah bentuk atau berat badan dengan melakukan “diet”. Istilah “diet” yang sering digunakan oleh masyarakat merupakan usaha seorang individu dalam mengatur dan mengurangi asupan makanan untuk menurunkan dan mempertahankan berat badan (Chase, 2001), dengan menggunakan metode yang biasanya tidak sehat dan membahayakan tubuh (Hanum et al., 2014). Masalah perilaku diet yang dirujuk berdasarkan data diatas relevan dengan keluhan dikalangan remaja.

SMK Negeri 3 Banda Aceh merupakan salah satu sekolah yang memiliki jurusan tata boga, tata busana, tata kecantikan, dan perhotelan sehingga sangat berpengaruh terhadap penampilan agar menunjang karir siswa/siswi yang didominasi oleh pelajar yang memiliki permasalahan pada berat badan agar tubuhnya tetap menarik dan ideal seringkali pelajar menjaga perilaku makan agar menjadikan berat badannya ideal. Pada 13 Oktober peneliti melakukan observasi di SMK Negeri 3 Banda Aceh sebagaimana remaja yang dimaksudkan pada penelitian ini adalah kalangan siswa-siswi. Setelah melakukan observasi, peneliti menemukan fenomena-fenomena serupa yaitu kecenderungan perilaku diet pada kalangan siswa di sekolah tersebut, berikut hasil observasi awal yang telah peneliti lakukan pada tanggal 13 Oktober 2023 peneliti melalui wawancara singkat menunjukkan bahwa ditemukan para siswa mengalami perilaku diet yang terjadi pada diri mereka. Hasil keluhan tersebut sebagai berikut :

Cuplikan wawancara I

"Aku ngerasa badan aku, terutama perut aku keliatan gendut, dan pinggang aku juga keliatan lebar kali, ga suka banget liatnya kalo gak berenti makan dulu ni aku lagi coba stop makan makanan berat beberapa hari, paling ya cuman nyemil aja, takut nambah berat badan nantinya bang, agak sedikit ngerasa aneh juga kalo nanti diliat orang." (Wawancara Personal dengan inisial AN/ Perempuan, pada hari jum'at tanggal 13 Oktober 2023).

Cuplikan wawancara 2

"aku sekarang jarang makan, takut ga muat pakek baju, nanti lengan makin gede, terus perut aku juga udah lumayan besar ini bang, jadi sekarang ini aku lagi berusaha nurunin berat badan salah satunya minum obat diet ." (Wawancara Personal RM/Perempuan, pada hari jum'at tanggal 13 Oktober 2023).

Cuplikan wawancara 3

"Pas liat badan aku gini pernah ga makan nasi, cuman makan buah aja tiap hari, terus kadang sering jogging sama olahraga lain, lumayan lama karna pakek mantel juga biar keluar semua keringat cepat turun berat badannya bang, ya demi keliatan badan roti sobek juga bang, senang aja gitu kalo punya badan gitu." (Wawancara Personal M/Laki-laki, pada hari jum'at tanggal 13 Oktober 2023)

Cuplikan wawancara 4

"aku diet dengan cara ga makan pagi sama gak makan malam, kenapa melakukan diet karena merasa tidak nyaman dengan kondisi berat badan aku ini bang paling hanya minum aja banyak-banyak." (Wawancara Personal SD/Perempuan, pada hari jum'at tanggal 13 Oktober 2023).

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa keempat remaja di sekolah tersebut melakukan diet karena merasa cemas dengan berat badan dan bentuk badan mereka ini termasuk kedalam indikator-indikator perilaku diet seperti melakukan desakan pembatasan jumlah makan, mengatur pola makan, Pengendalian diri, juga perasaan cemas ketika berat badan naik. Mereka melakukan perilaku diet dengan pola tak teratur, sehingga hal tersebut sangat rentan berdampak bagi kesehatan seseorang. Beberapa remaja tersebut melakukan

diet dengan alasan karena tidak puas dengan bentuk tubuhnya yang mendalam, rasa tidak puas terhadap tubuhnya yang kurang menarik dan tidak ideal dari orang lain, merasa tidak percaya diri dengan tubuhnya, dan merasa minder dengan berat badan, mereka akan melakukan apapun untuk mencapai badan ideal dan menilai penampilannya secara negatif hingga melakukan diet, dengan pembatasan tersebut lambat laun lemak di tubuh akan berkurang sehingga berat badan menjadi turun. Hal ini sejalan dengan aspek-aspek yang perilaku diet yang dikemukakan oleh Ruderman (1986) yaitu aspek eksternal, aspek emosional, dan aspek pengekanan.

Hill, Rogers dan Blundell (1992), mengatakan bahwa diet pada remaja dapat menjadi sebuah titik awal berkembangnya gangguan pola makan. Selain itu, penelitian yang dilakukan Hill dkk., juga menemukan bahwa seorang remaja yang berdiet kemudian menghentikan dietnya dapat menjadi perilaku makan berlebihan pada tahun-tahun berikutnya. Hasil-hasil penelitian di atas menjadi bukti bahwa perilaku diet dapat membawa dampak yang buruk bagi kesehatan.

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan majalah perempuan gadis pada tahun 2010, menunjukkan bahwa dari 4000 remaja perempuan, hanya 19% saja yang merasa puas akan tubuhnya dan sisanya (81%) merasa tidak puas dan cenderung melakukan diet (Prima & Sari, 2013). Menurut Khan dkk (dalam Yosephine, 2012) Perubahan komposisi dan bentuk tubuh pada masa transisi dari remaja menuju dewasa mempengaruhi citra tubuh yang merupakan persepsi dan perasaan secara sadar maupun tidak sadar mengenai ukuran dan bentuk tubuh. Perhatian lebih terhadap citra tubuh secara negatif dapat menimbulkan *Body*

dissatisfaction, yaitu ketidakpuasan seseorang akan bentuk dan ukuran tubuh mereka (Zainab, 2013).

Body dissatisfaction adalah suatu bentuk ketidakpuasan terhadap tubuh yang merupakan hasil dari pengalaman individu dan juga merupakan hasil dari interaksi dengan lingkungan (Sumali, Sukamto, Mulya, 2008). Menurut Rosen dan Reiter (Sumali dkk.,2008), *Body dissatisfaction* memiliki karakteristik yaitu penilaian negatif terhadap bentuk tubuh, baik secara keseluruhan ataupun bagian-bagian tertentu dari tubuhnya, perasaan malu terhadap bentuk tubuhnya, *body checking*, kamuflase tubuh dan menghindari aktivitas sosial serta kontak fisik dengan orang lain.

Salah satu faktor dari perilaku diet *body dissatisfaction* yakni nilai sosial masyarakat terhadap daya tarik dan kerampingan tubuh. Secara teoretis, remaja yang menginternalisasi bentuk tubuh ideal menurut masyarakat ke dalam dirinya akan lebih mudah untuk memiliki *Body dissatisfaction* apabila standar bentuk tubuh yang ideal tidak terpenuhi (Bearman, Martinez, & Stice, 2006). Sejalan dengan penelitian Findlay (2004) *Body dissatisfaction* merupakan faktor terbesar remaja melakukan diet. (Findlay, 2004)

Berdasarkan temuan *world health organization* (WHO) (dalam Hendarko,2016) Individu yang mengalami *Body dissatisfaction* akan mengubah bentuk tubuh mereka menjadi seperti yang mereka inginkan. Mereka akan mengubah segala karakteristik bentuk wajah, tubuh, warna kulit, dan sebagainya, tekanan, harapan, dan lingkungan sosial akan mempengaruhi para remaja untuk

percaya bahwa mereka harus menjadi seperti yang diinginkan sosialnya, bukan kehendak diri sendiri.

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara *Body dissatisfaction* dengan kecenderungan perilaku diet. Salah satunya pada penelitian yang dilakukan Prima dan Sari (2013) dengan judul Hubungan Antara *Body dissatisfaction* dengan Kecenderungan Perilaku Diet Pada Remaja Putri. Hasil dari penelitian ini adalah ada hubungan positif antara ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (*Body dissatisfaction*) dengan kecenderungan perilaku diet pada remaja putri, artinya semakin tinggi tingkat *Body dissatisfaction* seseorang maka ia akan semakin mengembangkan kecenderungan perilaku diet seseorang, dan sebaliknya semakin rendah tingkat *Body dissatisfaction* seseorang, maka semakin rendah perilaku dietnya.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan sebelumnya, penelitian ini menarik untuk dilakukan oleh peneliti karena masih banyak remaja yang masih belum menerima diri dengan apa adanya, terutama dalam bentuk tubuh dan penampilan. Maka dari itu peneliti ingin melihat apakah ada hubungan antara *Body dissatisfaction* dengan perilaku diet pada remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada “hubungan antara *Body dissatisfaction* dengan perilaku diet pada Remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh ?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Hubungan antara *Body dissatisfaction* dengan kecenderungan perilaku diet pada Remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh”.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa manfaat yaitu :

1. Manfaat Teoritis

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi, wawasan, serta pengetahuan yang dapat bermanfaat dan menambah wawasan keilmuan khususnya pada psikologi bidang klinis, dan sosial terutama mengenai teori yang berkaitan dan pembahasan tentang judul variabel penelitian hubungan *Body dissatisfaction* dengan perilaku diet pada Remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan menambah informasi positif bagi remaja mengenai perilaku diet dalam upaya memperhatikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dalam menjaga kesehatan terutama kesehatan fisik dan berat badan. Serta diharapkan untuk menerima kekurangan dengan berpikir positif terhadap tubuh yang dimiliki.

b. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan menambah informasi bagi sekolah serta dapat membantu sekolah dalam pencegahan kesehatan mental dan fisik yang berkaitan

dengan *body dissatisfaction* dengan perilaku diet serta meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya pola makan yang sehat dan mempromosikan perilaku makan yang positif diantara siswa SMK.

E. Keaslian Penelitian

Berikut dijabarkan penelitian terlebih dahulu terkait dengan perilaku diet dan *Body dissatisfaction* yang akan dijadikan sebagai pedoman atau panduan dalam mengerjakan penelitian yang akan dilakukan nantinya. Beberapa hasil penelitian sebelumnya memiliki karakteristik yang relatif sama dalam hal tema, kajian, meskipun berbeda dalam kriteria subjek, jumlah, posisi variabel penelitian dan metode analisis yang digunakan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Putri dan Indryawati (2019) dengan judul "*Body dissatisfaction dan Perilaku Diet Pada Mahasiswi*" penelitian ini dilakukan pada 100 Mahasiswi Universitas Gunadarma Jurusan Psikologi dengan kriteria berusia 18-23 tahun. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan teknik *Purposive sampling*, jumlah sampel dalam penelitian ini 100 mahasiswi dengan kriteria berumur 18-23 tahun dan sudah menjalani diet selama kurang lebih dua bulan, menggunakan alat ukur skala perilaku diet dan skala *bodyshape questionnaire*. Menggunakan analisis *korelasi person two tailed*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara *Body dissatisfaction* dan perilaku diet pada mahasiswi. Pada penelitian tersebut ingin melihat tingkat *Body dissatisfaction* yang dialami pada Mahasiswi jurusan Psikologi Universitas Gunadarma, sedangkan pada penelitian ini digunakan pada Remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh.

Penelitian kedua dilakukan oleh Meilina, Valentina, dan Retnaningsih (2018) dengan judul “Hubungan *Body dissatisfaction* dan Perilaku Diet pada Mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang” penelitian ini dilakukan dengan rancangan penelitian *cross-sectional* dan metode pengambilan sampel *convenience non-probability sampling*, pengambilan data responden ($n=379$) dilakukan menggunakan kuesioner untuk memperoleh informasi mengenai berat dan tinggi badan responden, alasan diet, metode diet, perilaku diet, dan skala *Body dissatisfaction*.

Penelitian ketiga dilakukan oleh Prima dan Sari (2013) dengan judul “Hubungan Antara *Body dissatisfaction* dengan Kecenderungan Perilaku Diet Pada Remaja Putri” penelitian ini dilakukan pada 96 remaja putri dengan rentang usia antara 12-15 tahun, penelitian ini menggunakan skala perilaku diet yang disusun berdasarkan 3 aspek dari teori perilaku diet yang dikemukakan oleh Polivy dkk (1978) dan *Body dissatisfaction* disusun berdasarkan komponen ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dari Thomson dkk. (Odang, 2005) Hasil dari penelitian ini adalah ada hubungan positif antara ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dengan kecenderungan perilaku diet pada remaja putri. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian peneliti adalah pada subjek penelitian dan lokasi penelitian.

Penelitian keempat ini dilakukan oleh Hanum, Nurhayati, & Riani (2014) dengan judul ”Pengaruh *Body dissatisfaction* dan *Self Esteem* dengan Perilaku Diet Mahasiswa Universitas X Serta Tinjauan dalam Islam” penelitian ini dilakukan pada 100 Mahasiswi Universitas X dengan menggunakan Teknik

simple random sampling. Penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *Body Dissatisfaction* dan *Self-esteem* mempengaruhi perilaku diet Mahasiswa Universitas X di Jakarta. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian peneliti adalah pada penelitian ini terdapat dua variabel bebas sedangkan penelitian peneliti hanya menggunakan satu variabel bebas. Kemudian perbedaan selanjutnya terletak pada subjek dan lokasi penelitian.

Penelitian kelima ini dilakukan oleh Safarina dan Rahayu (2014-2015) dengan judul “Hubungan antara *Body dissatisfaction* dengan Perilaku Diet Tidak Sehat Remaja Putri yang Menjadi Member Herbalife di Bandung” Subjek dari penelitian ini menggunakan remaja putri member herbalife di Bandung sebanyak 39 orang. Metode yang digunakan adalah Kuantitatif dengan sifatnya korekasional. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala *Body dissatisfaction* yang mengacu pada aspek-aspek *body dissatisfaction* yang dikemukakan oleh Rosen dan Raiter (1996) dan skala perilaku diet tidak sehat yang dikemukakan oleh Ruderman.

Berdasarkan kajian dari beberapa penelitian sebelumnya. Dapat diketahui bahwa terdapat beberapa perbedaan dari segi konteks, subjek, maupun isi dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Dari segi konteks, salah satu hal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah lokasi penelitian. Lokasi pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Prima dan Sari (2013) adalah di Jakarta dengan mengambil subjek remaja putri yang masih SMP, dan penelitian dari dilakukan oleh Safarina dan Rahayu (2015) berlokasi di Bandung.

Selanjutnya dari segi isi, penelitian yang akan diteliti oleh peneliti berbeda dengan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya. Penelitian ini berfokus pada hubungan antara *body dissatisfaction* dengan perilaku diet khususnya pada remaja siswa-siswi SMK Negeri 3 Banda Aceh.

Berdasarkan pencarian literatur yang terpublikasi melalui beberapa situs pencarian, belum ditemukan penelitian yang membahas atau mengkaji hubungan langsung antara *body dissatisfaction* dengan perilaku diet pada remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh. Oleh karena itu, Penelitian ini dapat dipertanggung jawabkan keasliannya.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Perilaku Diet

1. Pengertian Perilaku Diet

Diet berasal dari Bahasa Yunani, yaitu *diaita* yang berarti cara hidup, Ruderman (1986) bahwa perilaku diet merupakan bagian dari pengontrolan atau pengaturan pola makan seseorang dalam melakukan penurunan berat badan, Polivy dan Herman (1987) mendefinisikan Perilaku diet sebagai usaha yang bertujuan untuk menurunkan berat badan yang dapat dilakukan dengan berbagai cara namun tetap berfokus pada pengaturan pola makan oleh pelaku diet.

Secara medis perilaku diet adalah perilaku pengaturan asupan (*Iintake*) makanan yang masuk ke dalam tubuh dengan tujuan yang beraneka macam, salah satunya untuk menurunkan berat badan (Sutriandewi, 2003). Kim dan Lennon (2006) menyatakan bahwa perilaku diet adalah pengurangan kalori untuk mengurangi berat badan. Perilaku merupakan setiap tindakan yang dipergunakan sebagai alat atau cara untuk mencapai tujuan tertentu, sehingga kebutuhan terpenuhi atau suatu kehendak terpuaskan. Selain itu definisi perilaku diet menurut Hartanto (2006) adalah kebiasaan yang diperbolehkan dalam hal makanan dan minuman yang dimakan oleh seseorang dari hari ke hari, terutama yang khusus dirancang untuk mencapai tujuan dengan memasukkan atau mengeluarkan bahan makanan.

Ahli selanjutnya (Syhriyanti & Siregar, 2009) mengemukakan bahwa perilaku diet adalah perilaku pengurangan makanan dan minuman yang dikonsumsi seseorang secara rutin untuk menjaga kesehatan.

Berdasarkan teori perilaku diet yang telah dijelaskan di atas, peneliti merujuk ke teori Ruderman (1986) bahwa perilaku diet merupakan bagian dari pengontrolan atau pengaturan pola makan seseorang dalam melakukan penurunan berat badan. Alasan peneliti memilih teori tersebut dalam penelitian yang akan peneliti teliti adalah karena teori ini sering digunakan oleh peneliti sebelumnya untuk menjelaskan definisi dan aspek-aspek perilaku diet secara lengkap.

2. Aspek-aspek Perilaku Diet

Ruderman (1986) mengungkapkan bahwa terdapat 3 aspek perilaku diet yaitu:

a. Aspek Eksternal.

Aspek eksternal mencakup situasi yang berkaitan dengan faktor makanan itu sendiri, baik dari segi rasa, aroma, dan penampilan makanan.

Bagi orang yang sedang melaksanakan diet aspek eksternal ini akan lebih bernilai apabila makanan yang tersedia adalah makanan yang lezat. Yaitu bagaimana hal tersebut dapat mempengaruhi keinginan seseorang untuk makan atau tidak (Woody dkk, dalam Husna, 2013)

b. Aspek Emosional.

Aspek emosional menunjuk emosi yang lebih berperan dalam perilaku makan adalah emosi negatif, seperti kecewa, cemas, depresi dan sebagainya. Bagi pediet ketika sedang marah atau sedih akan

meningkatkan konsumsi makanan atau memiliki nafsu makanan yang lebih besar. Ada yang mengatasi keadaan stres dengan tidur, melakukan berbagai aktivitas fisik seperti olah raga, jalan-jalan, meminum minuman keras, mengkonsumsi obat-obat tertentu atau mengalihkan perhatiannya.

c. Aspek Pengekangan (*restraint*).

Restraint adalah pengekangan atau pembatasan. Aspek *restraint* dikembangkan oleh Herman dan Polivy (dalam Ruderman, 1986) yang mengemukakan bahwa pola makan individu dipengaruhi oleh keseimbangan antara faktor-faktor fisiologis yaitu desakan terhadap keinginan pada makanan dan usaha untuk melawan keinginan tersebut.

3. Faktor yang mempengaruhi Perilaku Diet

Menurut Findlay (2004) menjelaskan ada tiga faktor yang mempengaruhi perilaku diet :

a. Faktor Individu

- 1) Kemasakan Fisik dan Usia
- 2) Jenis kelamin
- 3) Kelebihan berat badan
- 4) *Body image dissatisfaction and distortion*
- 5) *Low self-esteem*
- 6) Rendahnya rasa kendali atas hidup
- 7) Gejala kejiwaan: depresi dan kecemasan
- 8) Vegetarian
- 9) Masa pubertas dini

b. Faktor Keluarga

- 1) *Low family connectedness*
- 2) Pola Asuh Orang tua
- 3) Kritikan negatif orangtua terhadap berat badan anak
- 4) Dorongan dari orangtua untuk berdiet

c. Faktor Lingkungan

- 1) Komentar negatif terhadap berat badan
- 2) Tidak bisa beradaptasi di sekolah
- 3) Dukungan kelompok sebaya untuk diet
- 4) Keterlibatan dalam olahraga yang berhubungan dengan berat badan

Menurut Findlay (2004) dalam penelitiannya menjelaskan banyak faktor yang berhubungan dengan alasan remaja melakukan diet. Faktor Individu, keluarga dan lingkungan berperan terhadap perilaku diet pada remaja, namun ketidakpuasan pada bentuk tubuh (*Body dissatisfaction*) dan motivasi menjadi lebih kurus merupakan faktor terbesar.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tingginya prevalensi diet pada remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor dan *Body dissatisfaction* merupakan salah satu faktor terbesar remaja melakukan diet (Findlay, 2004)

B. *Body dissatisfaction*

1. Pengertian *Body dissatisfaction*

Menurut Cash dan Pruzinsky (2002) mendefinisikan *body dissatisfaction* merupakan pikiran dan perasaan negatif seseorang terhadap tubuh sendiri, dimana terdapat perbedaan bentuk tubuh aktual dengan bentuk tubuh ideal yang

di inginkan individu. Sejalan dengan pendapat tersebut, Grogan (2017) menyatakan bahwa *body dissatisfaction* merupakan pikiran dan perasaan negatif terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya.

Cooper, Taylor, dan Fairbum (1987) mendefinisikan *Body dissatisfaction* sebagai penilaian individu terhadap tubuhnya yang berkaitan dengan membandingkan persepsi citra tubuhnya dengan orang lain, pandangan yang berlebihan terhadap citra tubuhnya, pemahaman diri sendiri terhadap tubuh dan adanya perubahan yang drastis terhadap tubuh.

(Rosen & Reiter, 1996) mengungkapkan bahwa *body dissatisfaction* merupakan keterpakuan pikiran akan penilaian yang negatif terhadap tampilan fisik dan adanya perasaan malu dengan keadaan fisiknya ketika berada dilingkungan sosial.

(Marshall & Lengyel, 2012) mengungkapkan bahwa *body dissatisfaction* adalah evaluasi negatif individu mengenai penampilan, hal ini disertai dengan ketidaksesuaian persepsi mengenai tubuh yang dimiliki dengan tubuh yang ideal menurut pandangannya. Sama halnya dengan pendapat Thompson (dalam Sivert & Sinannovic, 2008) yang memberikan pendapat bahwa *body dissatisfaction* adalah bagian dari body image yang menunjukkan perbedaan antara persepsi tubuh yang ideal dengan keadaan tubuhnya saat ini.

Menurut Grogan (2016) *body dissatisfaction* merupakan bagian citra tubuh *body dissatisfaction* adalah ketidakpuasan tubuh yang berhubungan dengan evaluasi dari ukuran tubuh, bentuk, otot, dan berat biasanya melibatkan

perbedaan persepsi, pikiran dan perasaan antara evaluasi seseorang terhadap seseorang mengenai tubuhnya yang mengacu pada tubuh ideal.

Berdasarkan teori *body dissatisfaction* yang telah dijelaskan di atas, peneliti merujuk ke teori Cash dan Purzinsky (2002) mendefinisikan *body dissatisfaction* adalah pikiran dan perasaan negatif seseorang terhadap tubuh sendiri, dimana terdapat perbedaan bentuk tubuh aktual dengan bentuk tubuh ideal yang diinginkan individu. Alasan peneliti memilih teori tersebut dalam penelitian yang akan dilakukan adalah karena teori ini sering digunakan di penelitian-penelitian sebelumnya untuk menjelaskan definisi dan aspek-aspek *body dissatisfaction* secara lengkap. Selain itu, teori tersebut lebih relevan dengan konteks yang akan diteliti.

2. Aspek-aspek *Body dissatisfaction* :

Cash dan Prunzisky (2002) mengungkap ada 3 aspek *Body dissatisfaction* yaitu :

a. Kognitif.

pada aspek kognitif individu memiliki pemikiran sendiri tentang bagaimana bentuk tubuh dan penampilan yang dimilikinya, individu yang mengalami *body dissatisfaction* akan menilai secara negatif bentuk tubuh mereka secara sebagian maupun keseluruhan.

b. Afektif.

pada aspek afektif merupakan aspek yang memperlihatkan mengenai perasaan individu mengenai bentuk tubuh dan penampilan yang dimilikinya, dimana individu akan merasa puas atau tidak terhadap

bentuk tubuh dan penampilan yang dimilikinya. Individu yang mengalami *body dissatisfaction* cenderung memiliki perasaan negatif, seperti perasaan malu dan merasa tidak percaya diri dengan tubuhnya.

c. Perilaku.

aspek ini merupakan suatu reaksi individu terhadap ketidakpuasaan dirinya terhadap bentuk tubuh dan penampilannya. Hal ini bisa diartikan sebagai upaya yang dilakukan individu untuk mendapatkan tubuh yang ideal menurut dirinya. Upaya yang dapat dilakukan dengan melakukan diet ketika individu merasa tubuhnya gemuk atau melakukan aktifitas yang bertujuan menurunkan berat badan.

Cooper dkk (dalam Pietro & Silveira, 2004) mengungkapkan ada 4 aspek *Body dissatisfaction* yaitu :

a. (*Self Perception of Body Shape*).

Self perception of body shape merupakan persepsi diri sendiri terhadap bentuk tubuh. Pikiran dan keyakinan tentang tubuh, pemikiran negatif mengenai bentuk tubuh baik secara keseluruhan tubuh maupun sebagian tubuh serta menyamakan bentuk tubuh mereka dari yang sebenarnya, perasaan yang berupa masa malu, sedih dan kecewa yang dirasakan individu ketika berada di lingkungan sosial. Pada umumnya, individu yang mengalami *Body dissatisfaction* akan merasakan malu terhadap bentuk tubuh yang mereka miliki apabila berada dalam lingkungan sosial dan merasa kecewa apabila bentuk tubuh mereka tidak

sesuai dengan bentuk tubuh ideal yang mereka inginkan. Hal ini disebabkan karena orang lain selalu memperhatikan tampilan mereka.

b. (*Comparative perception of body shape*).

merupakan aspek yang mengukur seorang individu membandingkan persepsi mengenai citra tubuh dengan orang lain. Contoh pernyataan dari *Comparative perception of body image* seperti “Saya kerap membandingkan bentuk tubuh saya dengan orang lain”.

c. (*Attitude concerning body image alteration*)

bentuk sikap yang fokus terhadap perubahan citra tubuh. Contoh pernyataan dari *Attitude concerning body image alteration* adalah “Saya memuntahkan makanan demi mendapatkan bentuk tubuh yang kurus”.

d. (*Severe alteration in body perception*).

Perubahan yang drastis terhadap persepsi mengenai tubuh. Contoh pernyataan dari *Severe alteration in body perception* adalah “Saya menghindari kegiatan berlari dikeramaian karena takut lemak saya terlihat oleh orang lain”.

3. Faktor yang mempengaruhi *Body dissatisfaction*

Menurut Brehm (dalam Iswari & Hartini, 2005), faktor-faktor yang menyebabkan *body dissatisfaction* antara lain:

a. Standar kecantikan yang tidak mungkin dicapai..

Setiap kebudayaan dalam suatu tempat atau wilayah memiliki standar kecantikan yang mungkin dapat berbeda satu dengan yang lain. Sebagian besar kebudayaan, walaupun berbeda, biasanya menganggap penampilan

yang baik dan menyenangkan sebagai status yang lebih tinggi, kesempatan yang lebih baik untuk menarik lawan jenis, dan hal positif yang lain. *Body dissatisfaction* merupakan kesenjangan antara bentuk tubuh yang ideal dengan bentuk tubuh individu yang sesungguhnya.

- b. Kepercayaan atau keyakinan bahwa kontrol terhadap diri akan menghasilkan tubuh yang ideal.

Pada kenyataannya kontrol terhadap tampilan tubuh sangat terbatas. Kepercayaan bahwa berat badan merupakan fungsi kontrol diri seringkali menjerumuskan. Kepercayaan tersebut akan menyebabkan seseorang merasa frustrasi dan bersalah apabila usaha untuk mengontrol berat badannya tidak memberikan hasil yang diinginkan atau mencapai berat badan ideal.

- c. Ketidakpuasan yang mendalam terhadap diri sendiri dan kehidupan.

Tingkat kepuasan terhadap bentuk tubuh yang tinggi diasosiasikan dengan tingkat harga diri sosial yang tinggi pula. Beberapa ahli citra tubuh percaya bahwa ketidakpuasan terhadap tubuh terutama apabila diikuti dengan adanya perasaan benci terhadap tubuhnya merupakan suatu ekspresi dari harga diri yang rendah. Hal ini bisa terjadi karena tubuh merupakan bagian diri yang dapat dilihat, sehingga bila individu memiliki perasaan negatif terhadap dirinya, maka individu tersebut juga akan memiliki perasaan negatif terhadap tubuhnya.

- d. Kebutuhan akan kontrol karena banyak hal yang tidak dapat dikontrol.

Manusia pasti memiliki masalah-masalah dalam hidupnya, dan sebagian masalah tersebut tidak memiliki jawaban kendati orang yang bersangkutan sangat membutuhkan jawaban atas suatu masalah. Keadaan ini dapat menyebabkan sebagian orang berusaha mengontrol hal-hal yang dapat mereka kontrol, misalnya mengontrol apa yang mereka makan dan mengontrol berat badan. Dengan mengontrol tubuh seperti itu, individu dapat merasa tertolong sebab setidaknya individu tersebut memiliki pengaruh terhadap hidupnya.

e. Hidup dalam budaya “*first impressions*”.

Penampilan seseorang merupakan hal yang sangat penting. Lingkungan seringkali menilai seseorang berdasarkan pakaian, cara bicara, cara berjalan dan tampilan fisik. Tampilan yang baik sering diasosiasikan dengan status yang lebih tinggi, kesempatan yang lebih luas untuk dapat menarik pasangan dan kualitas positif lainnya.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat dilihat bahwa faktor-faktor yang menyebabkan *body dissatisfaction* adalah karena adanya standar kecantikan yang tidak mungkin dicapai, keyakinan bahwa kontrol terhadap diri akan menghasilkan tubuh yang ideal, ketidakpuasan yang mendalam terhadap diri sendiri dan kehidupan, kebutuhan akan kontrol karena banyak yang tidak bisa dikontrol serta hidup dalam budaya “*first impression*”. Maka dapat disimpulkan ada kesenjangan antara konsep tubuh ideal yang dimiliki seorang individu dengan kondisi tubuh yang sebenarnya akan menyebabkan perasaan tidak puas terhadap tubuh dan

mendorong keinginan untuk memunculkan perilaku diet hingga mengubah bentuk atau berat badan dengan melakukan diet. (Husna, 2013).

C. Hubungan *Body dissatisfaction* dengan Perilaku diet

Body dissatisfaction adalah suatu bentuk ketidakpuasan terhadap tubuh yang merupakan hasil dari pengalaman individu dan juga merupakan hasil dari interaksi dengan lingkungan (Sumali, Sukanto, Mulya, 2008). Menurut Rosen dan Reiter (Sumali dkk., 2008), *Body dissatisfaction* memiliki karakteristik yaitu penilaian negatif terhadap bentuk tubuh baik secara keseluruhan ataupun bagian-bagian tertentu dari tubuhnya, perasaan malu terhadap bentuk tubuhnya, *body checking*, kamufase tubuh dan menghindari aktivitas sosial serta kontak fisik dengan orang lain.

Body dissatisfaction termasuk ke dalam faktor kepribadian dan salah satu faktor eksternal dari perilaku diet, yaitu nilai sosial masyarakat terhadap daya tarik dan kerampingan tubuh. Secara teoretis, wanita yang menginternalisasi bentuk tubuh ideal menurut masyarakat ke dalam dirinya akan lebih mudah untuk memiliki *Body dissatisfaction* apabila standar bentuk tubuh yang ideal tidak terpenuhi (Bearman, Martinez, & Stice, 2006).

Menurut Hawks (2008) perilaku diet adalah usaha sadar yang dilakukan oleh individu dalam membatasi dan mengontrol asupan makan dengan tujuan mengurangi dan mempertahankan berat badan yang diinginkan, sehingga kebutuhan atau keinginannya terpenuhi. Menurut Maloney, McGuire, Daniels dan

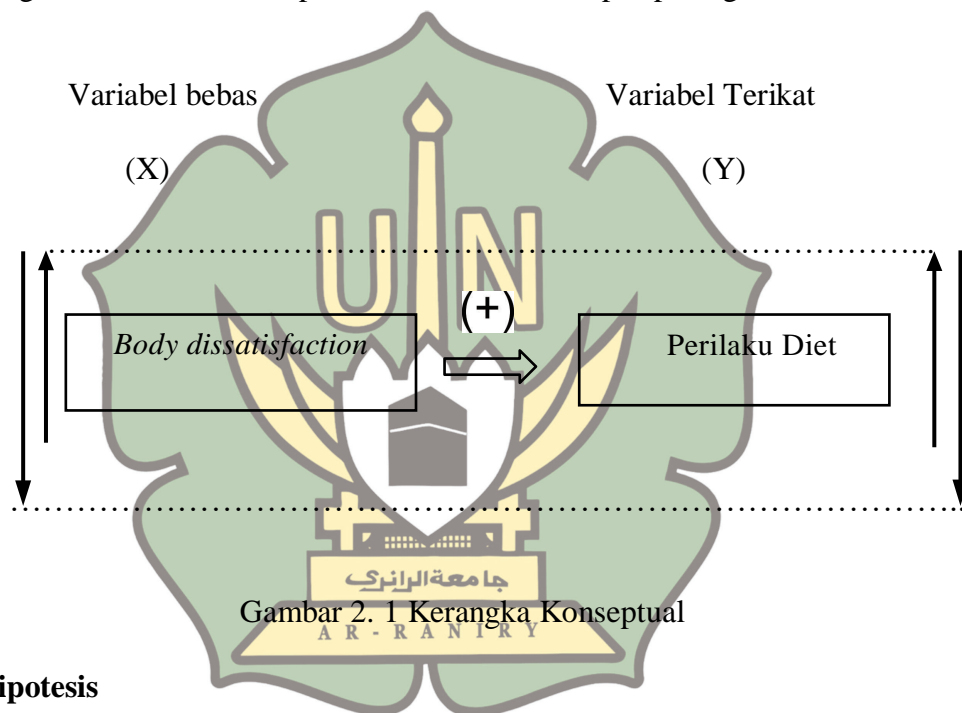
Specker (Hill dkk., 1992) saat ini perilaku diet sudah mulai terlihat pada kelompok usia remaja awal. Perilaku diet memiliki dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kemasakan fisik dan usia, berat badan, *health belief*, dan kepribadian, sedangkan faktor eksternal meliputi pengaruh hubungan keluarga, nilai sosial masyarakat terhadap daya tarik dan kerampingan tubuh, serta status sosial ekonomi keluarga (Attie & BrooksGunn, 1989).

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara *Body dissatisfaction* dengan kecenderungan perilaku diet. Salah satunya pada penelitian yang dilakukan Prima dan Sari (2013) dengan judul Hubungan Antara *Body dissatisfaction* dengan Kecenderungan Perilaku Diet Pada Remaja Putri. Hasil dari penelitian ini adalah ada hubungan positif antara ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (*Body dissatisfaction*) dengan kecenderungan perilaku diet pada remaja putri, artinya semakin tinggi tingkat *Body dissatisfaction* seseorang maka ia akan semakin mengembangkan kecenderungan perilaku diet seseorang, dan sebaliknya semakin rendah tingkat *Body dissatisfaction* seseorang, maka semakin rendah perilaku dietnya.

Penelitian lain dilakukan oleh Putri dan Indryawati (2019) dengan judul “*Body dissatisfaction dan Perilaku Diet Pada Mahasiswi*” penelitian ini dilakukan pada 100 Mahasiswi Universitas Gunadarma Jurusan Psikologi dengan kriteria berusia 18-23 tahun. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara *Body dissatisfaction* dan perilaku diet pada mahasiswi dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$) dengan nilai korelasi sebesar 0.410 yang

berarti terdapat hubungan yang positif antara *Body dissatisfaction* dan perilaku diet pada mahasiswi dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil dari penjelasan diatas menunjukkan bahwa semakin tinggi *body dissatisfaction* maka semakin tinggi perilaku diet dan sebaliknya semakin rendah *body dissatisfaction* maka semakin rendah pula perilaku diet. Hubungan kedua variabel dapat dilihat secara deskriptif pada gambar berikut:



D. Hipotesis

Berdasarkan kerangka konseptual pada gambar di atas, maka hipotesis penelitian ini yaitu “terdapat hubungan positif antara *Body dissatisfaction* dengan perilaku diet pada remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh”. Artinya semakin tinggi tingkat *body dissatisfaction* maka semakin tinggi perilaku diet, sebaliknya semakin rendah tingkat *body dissatisfaction* maka semakin rendah tingkat perilaku diet pada remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Metode Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif adalah penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan data yang berupa angka, atau data berupa kata-kata atau kalimat yang dikonversi menjadi data yang berbentuk angka Martono dan Nanang (2016). Adapun metode penelitian yang digunakan adalah korelasional yaitu untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat (Sugiyono, 2013).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel pada penelitian ini adalah variabel bebas (independent) dan variabel terikat (dependent). Variabel bebas merupakan variabel yang variasinya dapat mempengaruhi atau menyebabkan perubahan pada variabel lain. Sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang diukur untuk mengetahui besarnya efek atau pengaruh yang diberikan oleh variabel lain (Azwar, 2018).

Variabel bebas dan variabel terikat pada penelitian ini diidentifikasi sebagai berikut :

- a. Variabel Bebas (X) : *Body Dissatisfaction*
- b. Variabel Terikat (Y) : Perilaku Diet

C. Definisi Operasional

1. Perilaku Diet

Perilaku Diet merupakan bagian dari pengontrolan atau pengaturan pola makan seseorang dalam melakukan penurunan berat badan yaitu suatu usaha seseorang secara sadar dalam melakukan kontrol untuk membatasi asupan jumlah makanan yang masuk kedalam tubuh dengan suatu tujuan yaitu menurunkan berat badan dilakukan secara pola sehat maupun tidak. Perilaku Diet dalam penelitian ini diukur menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ruderman (1986) yang terdiri dari 3 aspek yaitu Eksternal, Emosional, Pengekangan (*Restraint*).

2. *Body dissatisfaction*

Body dissatisfaction adalah pikiran dan perasaan negatif seseorang terhadap tubuh sendiri, dimana terdapat perbedaan bentuk tubuh aktual dengan bentuk tubuh ideal yang diinginkan individu. *Body dissatisfaction* dalam penelitian ini diukur menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Cash dan Pruzinsky (2002) yang terdiri dari 3 aspek yaitu Kognitif, Afektif, Perilaku.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terkait dengan obyek atau subyek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu (Sugiyono, 2013). Sedangkan menurut Arikunto (2006) populasi adalah jumlah keseluruhan dari

subjek penelitian. Adapun populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 3 Banda Aceh yang berjumlah 550 siswa remaja, dengan jumlah remaja siswi sebanyak 265 orang, dan jumlah remaja siswa laki-laki sebanyak 15 orang. Adapun jumlah siswa pada kelas X sebanyak 337 orang, dan jumlah siswa kelas XII sebanyak 270 siswa. (Tata Usaha SMKN 3 Banda Aceh, 2024).

Tabel 3. 1
Data populasi siswa SMK Negeri 3 Banda Aceh

No	Kelas	Jumlah siswa
1	X Busana	186
2	X Boga	82
3	X Perhotelan	26
4	XII Busana	155
5	XII Boga	69
6	XII Kecantikan	27
7	XII Pariwisata	5
Total		550

Sumber: Data jumlah siswa SMKN 3 Banda Aceh, 27 April 2024.

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2013) sampel merupakan bagian dari banyaknya populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja Sekolah Menengah Kejuruan 3 Banda Aceh. Teknik *Random sampling* merupakan teknik dalam pengambilan sampel (Sugiyono, 2015). Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini mengacu pada tabel yang dikembangkan oleh Isaac dan Michael (dalam Sugiyono,2013) dengan pengambilan tingkat kesalahan 5% dan tingkat kebenaran 95%. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 550 remaja, maka adapun jumlah sampel yang didapat berdasarkan tabel Isaac dan Michael adalah 213 remaja. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *random sampling*

didefinisikan sebagai adalah teknik pengambilan sampel dari anggota populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. (Sugiyono, 2016).

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Alat Ukur Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan alat ukur berupa skala psikologi yang disusun menggunakan skala *Likert*, yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi yang ditujukan pada individu maupun kelompok terkait fenomena sosial (Sugiyono, 2014). Pada skala *Likert* terdapat norma yang digunakan untuk menilai instrumen. Melalui skala *Likert*, awal penyusunan suatu skala psikologi dimulai dari melakukan identifikasi tujuan yang diukur, yaitu memilih satu definisi konsep psikologis, mengenali dan memahami dengan seksama teori yang mendasari konsep psikologi yang hendak diukur. Definisi dari konsep psikologi tersebut kemudian dirumuskan menjadi aspek berperilaku. Indikator tersebut kemudian dijadikan titik tolak untuk menyusun aitem- aitem instrumen yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan yang dirumuskan secara *favorable* dan *unfavorable* mengenai variabel yang akan diteliti (Azwar, 2012).

Skor Aitem Skala Body dissatisfaction dan Perilaku Diet

Tabel 3. 2
Skor Aitem Favourable dan Unfavourable

Kategori	Favourable	Unfavourable
SS (Sangat Sesuai)	4	1
S (Sesuai)	3	2
TS (Tidak Sesuai)	2	3
STS (Sangat Tidak Sesuai)	1	4

a. Skala Body dissatisfaction

Pada skala *body dissatisfaction* peneliti mengambil aspek *body dissatisfaction* dari Cash dan Pruzinsky (2002) Adapun *blueprint* aspek *body dissatisfaction* dan indikator skala *body dissatisfaction* yang telah dibuat oleh peneliti dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 3
Blue Print Aspek dan Indikator Skala Body Dissatisfaction

NO	Aspek	Indikator	No. Aitem		Jumlah
			F	UF	
1.	Kognitif	Pemikiran sendiri terhadap bentuk tubuh	1,9,16	22,30	14
		Pemikiran sendiri tentang penampilan sendiri	2,10,17	23,31	
		Persepsi individu mengenai sudut pandang orang lain terhadap dirinya	3,11	24,32	
2.	Afektif	Perasaan mengenai bentuk tubuh	4,12,18	25,33,37	14
		Individu	5,13,19	26,34,38	

	memperhatikan mengenai penampilannya			
	Individu tidak percaya diri dengan tubuhnya	6	27	
	<i>Self body checking</i>	7,14,20	28,35,39	12
3.	Perilaku			
	Keinginan untuk mendapatkan bentuk tubuh sesuai kepuasan dirinya	8,15,21	29,36,40	
	Jumlah	21	19	40

b. Skala Perilaku diet

Pada skala Perilaku diet peneliti mengambil aspek perilaku diet dari Ruderman (1986), yaitu Kognitif, Afektif, Perilaku. Adapun *blueprint* aspek perilaku diet dan indikator perilaku diet yang telah dibuat oleh peneliti dapat dilihat pada tabel berikut ini:

*Tabel 3. 4
Blueprint Skala Perilaku diet*

NO	Aspek	Indikator	No. Aitem		Jumlah
			<i>F</i>	<i>UF</i>	
1.	Eksternal	Situasi yang berkaitan dengan aroma dan rasa	1,8,14	18,25,31	12
		Berkaitan dengan penampilan makanan	2,9,15	19,26,32	
2.	Emosional	Emosi negatif yang berperan dalam perilaku makan	3,10,16	20,27,33	16
		Stress dengan aktivitas tertentu	4,11	21,28	

	Desakan terhadap keinginan pada makan	5,12	22,29	12
3.	<i>Restraint</i> Desakan terhadap usaha untuk melawan keinginan tersebut	6,13,17	23,30,34	
	Pengendalian diri	7	24	
Jumlah		17	17	34

2. Uji Validitas

Validitas adalah sejauh mana ketetapan suatu alat ukur mengukur sesuai dengan tujuan ukurnya. Suatu alat ukur dapat dikatakan valid apabila digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur secara tepat (Azwar, 2016). Pada penelitian ini uji validitas yang dilakukan berupa uji validitas isi (*content validity*). Validitas isi adalah validitas yang diestimasi dan dikuantifikasi lewat pengujian isi skala melalui *expert judgement* (para ahli) dengan tujuan melihat apakah aitem-aitem mencerminkan ciri perilaku yang hendak diukur (Azwar, 2016).

Komputasi validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah komputasi CVR (*Content Validity Ratio*), yang diperoleh dari hasil penilaian *expert judgement* (para ahli) yang disebut SME (*Subject Matter Expert*). SME menilai dan menyatakan apakah isi suatu aitem dikatakan esensial untuk mendukung tujuan apa yang hendak diukur. Suatu aitem dapat dikatakan esensial apabila aitem tersebut dapat mempresentasikan dengan baik tujuan pengukuran (Azwar, 2016). Angka CVR bergerak antara -1.00 sampai dengan +1.00 dengan CVR = 0,00 berarti 50% dari SME dalam panel menyatakan aitem adalah esensial dan valid (Azwar, 2016). Adapun statistik CVR dirumuskan sebagai berikut:

$$CRV = \frac{2ne}{n} - 1 \frac{2ne}{n} - 1$$

Keterangan:

ne = Banyaknya SME yang menilai suatu aitem “*esensial*”

n = Banyaknya SME yang melakukan penilaian

a. Komputasi Skala *Body dissatisfaction*

Hasil Komputasi skala *body dissatisfaction* berdasarkan penilaian tiga experts review dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 3. 5
Komputasi skala *body dissatisfaction*

No	Koefisien CVR	No	Koefisien CVR
1	1	21	1
2	1	22	1
3	1	23	1
4	1	24	1
5	1	25	1
6	1	26	1
7	1	27	1
8	1	28	1
9	1	29	1
10	1	30	1
11	1	31	1
12	1	32	1
13	1	33	1
14	1	34	1
15	1	35	1
16	1	36	1
17	1	37	1
18	1	38	1
19	1	39	1
20	1	40	1

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari skala *body dissatisfaction* di atas memperlihatkan bahwa semua koefisien CVR di atas nol (0) sehingga semua aitem dinyatakan valid.

- b. Hasil Komputasi skala Perilaku Diet berdasarkan penilaian tiga *experts review* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3. 6
Komputasi Skala Perilaku diet

NO	Koefisien CVR	No	Koefisien CVR
1	1	18	1
2	1	19	1
3	1	20	1
4	1	21	1
5	1	22	1
6	1	23	1
7	1	24	1
8	1	25	1
9	1	26	1
10	1	27	1
11	1	28	1
12	1	29	1
13	1	30	1
14	1	31	1
15	1	32	1
16	1	33	1
17	1	34	1

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari skala Perilaku Diet di atas memperlihatkan bahwa semua koefisien CVR di atas nol (0) sehingga semua aitem dinyatakan valid.

3. Uji Daya Beda Aitem

Pengujian daya beda aitem dilakukan untuk mengetahui sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan yang tidak memiliki atribut yang diukur (Azwar, 2016). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan dengan cara menghitung koefisien korelasi antara distribusi skor aitem dengan distribusi skor aitem dengan distribusi skor

skala. Komputasi ini akan menghasilkan koefisien korelasi aitem total (rx). Kriteria dalam pemilihan aitem yang peneliti gunakan berdasarkan aitem total yaitu batasan $r_{ix} \geq 0,25$. Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi atau daya beda aitem minimal 0,25 daya bedanya dianggap memuaskan, sedangkan aitem yang memiliki harga rix kurang dari 0,25 dapat diinterpretasikan sebagai aitem yang memiliki daya beda rendah (Azwar, 2016).

Pada penelitian ini uji daya beda aitem dilakukan dengan menggunakan *Statistical Package for Social Science (SPSS) version 25.0 for windows*. Untuk mengetahui daya beda aitem juga dapat dicari dengan rumus korelasi product moment dari pearson, rumusnya adalah sebagai berikut:

$$r_{iX} = \frac{\sum iX - (\sum i)(\sum X)/n}{\sqrt{[\sum i^2 - (\sum i)^2/n][\sum X^2 - (\sum X)^2/n]}}$$

Keterangan:

i = Skor Aitem

x = Skor Skala

n = Banyaknya Responden

a. Uji Daya Beda Aitem *Body dissatisfaction*

Berikut tabel hasil analisis uji daya beda aitem *Body dissatisfaction*.

Tabel 3. 7
Analisis uji daya beda aitem *body dissatisfaction*

No	Rix	No	Rix	No	Rix
1	.535	15	.630	29	.688
2	.407	16	.713	30	.561
3	.317	17	.313	31	.689
4	.274	18	.640	32	.383
5	.462	19	.473	33	.266
6	.558	20	.375	34	.499
7	.387	21	.375	35	.380
8	.457	22	.483	36	.387
9	.450	23	.491	37	.409
10	.565	24	.491	38	.495
11	.516	25	.667	39	.275
12	.504	26	.675	40	-.044
13	.604	27	.291		
14	.211	28	.275		

Berdasarkan koefisien korelasi uji daya beda aitem *body dissatisfaction* diatas menunjukkan bahwa tidak semua aitem mencapai koefisien korelasi atau uji daya beda aitem $>0,25$ terdapat 2 aitem yang dinyatakan gugur karena koefisien korelasi atau uji daya beda aitemnya $<0,25$ yaitu nomor 14 dan 40, oleh karena itu aitem yang terpilih berjumlah 38 aitem yang ditunjukkan pada *blueprint* akhir *body dissatisfaction*.

Tabel 3. 8

Blueprint akhir skala body dissatisfaction

No	Aspek	Indikator	No Aitem		Jumlah
			F	UF	
1.	Kognitif	Pemikiran sendiri terhadap bentuk tubuh	1,9,16	22,30	14
		Pemikiran sendiri tentang penampilan sendiri	2,10,17	23,31	
		Persepsi individu mengenai sudut pandang orang lain terhadap dirinya	3,11	24,32	
		Perasaan individu mengenai bentuk tubuh	4,12,18	25,33,37	
2.	Afektif	Individu memperhatikan mengenai penampilannya	5,13,19	26,34,38	14
		Individu tidak percaya diri dengan tubuhnya	6	27	
		Self - R A body Y checking	7,20	28,35,39	
3.	Perilaku	Keinginan untuk mendapatkan bentuk tubuh sesuai kepuasan dirinya.	8,15,21	29,36	10
Total			20	18	38

Berdasarkan koefisien korelasi uji daya beda aitem *Body dissatisfaction* diatas menunjukkan tidak semua aitem memperoleh koefisien korelasi atau uji daya beda aitem $>0,25$ yaitu aitem nomor 14, dan 40 Sehingga aitem yang terpilih berjumlah 38 aitem sebagaimana

ditunjukkan oleh *blueprint* akhir skala *Body dissatisfaction*.

b. Uji Daya Beda Aitem Skala Perilaku Diet

Berikut tabel hasil analisis uji daya beda aitem Perilaku Diet.

Tabel 3. 9

Koefisien Daya Beda Aitem Skala Perilaku Diet

No	Rix	No	Rix	No	Rix
1	.026	13	.533	25	.628
2	.343	14	.236	26	.490
3	.128	15	.390	27	.256
4	.119	16	.171	28	.322
5	.317	17	.432	29	.663
6	.142	18	.388	30	.675
7	.589	19	.053	31	.512
8	.459	20	.110	32	.373
9	.375	21	.109	33	.092
10	.504	22	.222	34	.404
11	.313	23	.120		
12	.508	24	.523		

Berdasarkan koefisien korelasi uji daya beda aitem Perilaku Diet diatas menunjukkan tidak semua aitem memperoleh koefisien korelasi atau uji daya beda aitem $>0,25$ Karena memiliki uji daya beda aitem rendah maka terdapat 12 aitem yang dinyatakan gugur yaitu nomor 1,3,4,6,14,16,19,20,21,22,23, dan 33 Sehingga aitem yang terpilih berjumlah 22 aitem sebagaimana ditunjukkan oleh *blue print* akhir skala Perilaku Diet.

Tabel 3. 10
Blue Print Akhir Skala Perilaku Diet

No	Aspek	Indikator	No. Aitem		Jumlah
			Favourable	Unfavourable	
1.	Eksternal	Situasi yang berkaitan dengan aroma dan rasa	8	18,25,31	9
		Berkaitan dengan penampilan makanan	2,9,15	26,32	
2.	Emosional	Emosi negatif yang berperan dalam perilaku makan	10	27	4
		Stress dengan aktivitas tertentu	11	28	
3.	Restraint	Desakan terhadap keinginan pada makan	5,12	29	9
		Desakan terhadap usaha untuk melawan keinginan tersebut	13,17	30,34	
		Pengendalian diri	7	24	
Jumlah			11	11	22

4. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah serangkaian alat ukur yang mempunyai konsistensi apabila melakukan pengukuran dengan alat ukur secara berulang (Sugiyono, 2017). Pengukuran dikatakan tidak cermat apabila eror pengukurannya terjadi

secara *random*, antara skor individu yang satu dengan yang lain terjadi eror yang tidak konsisten dan bervariasi sehingga perbedaan skor yang diperoleh lebih banyak ditentukan oleh eror, bukan oleh perbedaan yang sebenarnya. Implikasinya, pengukuran yang tidak cermat berarti juga tidak konsisten dari waktu ke waktu (Azwar, 2016). Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach*. Proses pengolahan data dibantu dengan program perangkat lunak *Statistical Package for Social Science (SPSS) version 22.0 for Windows*.

Rumus yang digunakan sebagai berikut :

$$\alpha = 2 [1 - (Sy1^2 + Sy2^2)/Sx^2]$$

Keterangan :

$Sy1^2$ dan $Sy2^2$ = Varian skor Y1 dan varian skor Y2

Sx^2 = Varian skor X

Menurut Guilford (dalam Sugiyono, 2017) kriteria koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* dapat dikategorikan seperti tabel berikut:

Tabel 3. 11
Klarifikasi Reabilitas Alfa Cronbach

Kriteria	Koefisien
Sangat Reliabel	>0.900 (Sangat Tinggi)
Reliabel	0.700-0.900 (Tinggi)
Cukup Reliabel	0.400-0.700 (Sedang)
Kurang Reliabel	0.200-0.400 (Rendah)
Tidak Reliabel	<0.200 (Sangat Rendah)

a. Uji Reliabilitas Skala *Body dissatisfaction*

Diperoleh = 0.918 pada hasil uji reliabilitas pada skala *body dissatisfaction* sehingga skala ini reliabel dengan koefisien yang sangat tinggi. Terdapat aitem yang gugur sehingga dibutuhkan kembali uji reliabilitas untuk menentukan hasil Alpha Cronbach's maka dilakukan dua tahapan uji reliabilitas pada skala *body dissatisfaction*. Pada tahap kedua hasil analisis reliabilitas diperoleh= 0.923 sehingga skala dalam penelitian ini sangat reliabel. Data tersebut dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. 12
Nilai Alpha Cronbach Skala *Body dissatisfaction*

Variabel	Reliabilitas sebelum aitem gugur	Reliabilitas setelah aitem gugur
<i>Body dissatisfaction</i>	0.918	0.923

b. Uji Reliabilitas Skala Perilaku Diet

Diperoleh = 0.844 pada hasil uji reliabilitas pada skala perilaku diet sehingga skala ini reliabel dengan koefisien yang sangat tinggi. Terdapat aitem yang tidak valid (daya beda rendah) sebanyak 12 aitem sehingga dibutuhkan kembali uji reliabilitas untuk menentukan hasil Alpha Cronbach's maka dilakukan dua tahapan uji reliabilitas pada skala perilaku diet. Pada tahap kedua hasil analisis reliabilitas diperoleh=0.877 sehingga skala dalam penelitian ini sangat reliabel. Data tersebut dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3. 13
 Nilai Alpha Cronbach Skala Perilaku Diet

Variabel	Reliabilitas sebelum aitem gugur	Reliabilitas setelah aitem gugur
Perilaku Diet	0.844	0.877

F. Teknik Analisis Data

1. Pengolahan Data

Fatihuddin (2020) menyatakan pengolahan data merupakan proses akumulasi data menggunakan rumus atau teknik tertentu.

a. Editing

Editing adalah proses dalam memeriksa kejelasan dan kelengkapan instrumen akumulasi data. Hal ini seperti dilakukan pada kuesioner yang telah diisi responden untuk mencari ketidaksesuaian atau kesalahan dalam pengisian. Peneliti melakukan editing pada *Microsoft Excel* untuk melakukan pengeditan pada jawaban sampel guna mempermudah untuk mengetahui data demografi, seperti kesalahan pengisian pada bagian berat badan dan juga pada pemilihan kelas.

b. Coding

Coding adalah identifikasi dan klasifikasi seluruh pertanyaan pada alat akumulasi data sesuai variabel yang dipilih. Tahap coding ini dilakukan setelah editing yang mencakup memberikan code atau angka pada kolom kuesioner dan variabel yang disebutkan pada kuesioner. Untuk melakukan proses *coding* peneliti menggunakan *Microsoft Excel* dimana melakukan

pengkodean pada jawaban sampel sesuai ketentuan pada jawaban *favorable* dan *unfavorable*. Kemudian pada data demografi penulis memberikan kode coding kepada jenis kelamin untuk mengklasifikasikan antara laki-laki dengan wanita

c. Kalkulasi

Kalkulasi adalah proses menghitung data yang telah dikumpulkan dengan metode seperti menambah, mengurangi, mengkalikan, atau membagi. Pemilihan metode tersebut telah disesuaikan dengan tujuan penelitian dan model analisis dalam penelitian ini. Untuk melakukan proses kalkulasi, peneliti menggunakan *Microsoft Excel* dimana melakukan penjumlahan total jawaban sampel keseluruhan setelah menyelisih atau membuang aitem yang gugur. Untuk memperoleh nilai total menggunakan rumus sum.

d. Tabulasi

Tabulasi adalah mencatat atau menginput data dalam induk penelitian. Penelitian ini menggunakan *Microsoft Word*, *Microsoft Excel*, dan *SPSS versi 25.0* pada sistem operasi *Windows*. Kuesioner yang telah diisi diinput pada tools tersebut. Peneliti melakukan tahap tabulasi dengan memindahkan hasil data pada penelitian yang telah dilakukan pengkodean *favorable* dan *unfavorable* di *Microsoft Excel* kemudian dipindahkan ke *SPSS* versi 25.0 pada sistem operasi *Windows* untuk mencari nilai reliabilitas dan uji daya beda aitem.

Teknik analisis data adalah cara untuk menguji hipotesis. Ada beberapa

teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu:

2. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan uji yang digunakan untuk melihat data berdistribusi normal atau tidak. Menurut Sugiyono (2017) jika data yang dihasilkan tidak berdistribusi normal maka analisis data secara parametrik tidak dapat digunakan. Pada uji normalitas, analisis data yang dilakukan adalah secara non parametrik dengan menggunakan teknik statistik dari program perangkat lunak *Statistical Package for Social Science (SPSS) version 25.0 for windows*. Aturan yang digunakan adalah jika $p > 0,05$ maka data berdistribusi secara normal. Sebaliknya jika $p < 0,05$ maka data dinyatakan tidak berdistribusi secara normal.

b. Uji Linieritas

Setelah melakukan uji normalitas, selanjutnya peneliti melakukan uji linearitas hubungan. Uji linearitas merupakan uji prasyarat analisis untuk mengetahui pola data, apakah data berpola linier atau tidak. Uji ini berkaitan dengan penggunaan regresi linear. Analisis regresi variabel yang mempengaruhi disebut dependent variabel (variabel terikat) (Noor, 2012). Untuk uji linieritas pada program *Statistical Package for Social Science (SPSS) version 25.0 for windows* digunakan *test for linearity* dengan taraf signifikansi 0,05. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan linear bila nilai signifikan pada *linearity* $< 0,05$

(Purnomo, 2017).

c. Uji Hipotesis

Setelah uji prasyarat terpenuhi, maka langkah selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis penelitian. Uji hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara *Body dissatisfaction* dengan Perilaku Diet pada Remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh, dilakukan menggunakan analisis statistik korelasi *product moment* dari *pearson*. Menurut Periantalo (2016) koefisien korelasi dikatakan signifikan apabila $p < 0,05$. Analisis data yang digunakan melalui bantuan computer dengan menggunakan program *Statistical Package for Social Science (SPSS) version 25.0 for windows*.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

1. Administrasi Penelitian

Pada saat melaksanakan penelitian, peneliti mengajukan surat izin penelitian di bagian Akademik Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry pada tanggal 16 maret 2024. Kemudian peneliti mengajukan surat permohonan izin penelitian pada tanggal 1 April 2024 kepada Cabang Dinas Pendidikan Wilayah Kota Banda Aceh untuk mendapatkan surat rekomendasi pada SMK Negeri 3 Banda Aceh. Selanjutnya, peneliti mengajukan surat izin penelitian dan surat rekomendasi pada tanggal 16 April 2024 kepada SMK Negeri 3 Banda Aceh agar mendapatkan izin melaksanakan penelitian dan akses data siswa aktif.

2. Pelaksanaan Uji Coba dan Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan uji coba dan penelitian ini menggunakan *Try Out* terpakai. *Try Out* terpakai adalah hasil uji coba aitem yang langsung digunakan untuk menguji hipotesis (Azwar, 2006). Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 18-24 April 2024 selama 9 hari dimana penelitian dilakukan dengan mengirimkan link *google form* kepada siswa kelas X dan XII SMK Negeri 3 Banda Aceh sebanyak 60 orang. *Link google form* disebar melalui grup kelas siswa, peneliti juga menyebarkan link *google form* secara personal kepada siswa melalui platform *whatsapp*. Setelah skala penelitian terkumpulkan sesuai jumlah sampel.

Selanjutnya, peneliti dapat melakukan analisis data dengan program SPSS *versi* 25.0 pada sistem operasi windows.

B. Deskripsi Sampel Penelitian

1. Data Demografi

Penelitian ini dilakukan pada siswa SMK Negeri 3 Banda Aceh kelas X dan XII tahun 2024 dengan jumlah populasi 550 siswa. Penelitian dilakukan dengan penyebaran skala dalam bentuk *google form* yang diakses oleh siswa SMK Negeri 3 Banda Aceh yang disebarakan melalui bagian pengajaran dan kurikulum melalui platform *whatsapp*. Berikut merupakan data demografi yang diperoleh pada penelitian ini.

a. Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan sampel laki-laki berjumlah 13 remaja dan sampel perempuan berjumlah 200 remaja. Maka dapat disimpulkan bahwa sampel yang mendominasi dalam penelitian ini adalah sampel berjenis kelamin perempuan. Data demografi jenis kelamin dapat dilihat pada tabel di bawah ini

Tabel 4. 1

Data Demografi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	13	6%
Perempuan	200	94%
Total	213	100%

b. Sampel Berdasarkan Usia

Berdasarkan kategori usia pada penelitian ini, sampel terdiri dari remaja berusia 15-20 tahun. Pada penelitian ini sampel didominasi oleh remaja berusia 17 tahun dengan jumlah 76 remaja (36%). Berikut tabel demografi usia.

Tabel 4. 2
Data Demografi Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase
15	26	12%
16	47	22%
17	76	36%
18	60	28%
19	4	2%
Total	213	100 %

c. Sampel Berdasarkan Berat badan

Sampel pada penelitian ini terdiri didominasi oleh siswa yang memiliki berat badan 35- 45 kg (39%) sedangkan berat badan terendah berada pada 35 kg dan tertinggi berada pada 95 kg sebagaimana yang ditunjukkan pada hasil penelitian. Berikut merupakan tabel kategorisasi tinggi badan.

Tabel 4. 3
Data Demografi Berdasarkan Berat Badan

Berat Badan	Frekuensi	Persentase
35-45	84	39%
46-55	66	31%
56-55	39	18%
66-75	15	7%
76-85	6	3%
86-95	3	1%
Total	213	100%

d. Sampel Berdasarkan tinggi badan

Sampel pada penelitian ini di dominasi oleh siswa yang memiliki tinggi badan 155 cm (13 %) sebagaimana yang ditunjukkan pada hasil penelitian. Berikut merupakan tabel kategorisasi tinggi badan

Tabel 4. 4

Data Demografi Berdasarkan Tinggi Badan

Tinggi badan	Frekuensi	Persentase
140-150	47	22%
151-160	119	56%
161-170	42	20%
Total	213	100%

e. Sampel Berdasarkan Kelas

Jumlah sampel dari kelas XII 140 (66%) mendominasi berdasarkan hasil yang ditunjukkan pada hasil penelitian. Berikut merupakan tabel kategorisasi sampel perkelas dibawah ini.

Tabel 4. 5

Data Demografi Berdasarkan Kelas

Kelas	Frekuensi	Persentase
X	73	34 %
XII	140	66 %
Total	213	100 %

f. Sampel Berdasarkan jurusan

Jumlah sampel dari jurusan busana mendominasi berdasarkan hasil yang ditunjukkan pada hasil penelitian. Berikut merupakan tabel kategorisasi sampel perjurusan dibawah ini :

Tabel 4. 6

Data Demografi Berdasarkan Jurusan

Jurusan	Frekuensi	Persentase
Busana	124	58%
Boga	59	28%
Kecantikan	6	3%
Perhotelan	24	11%
Total	213	100 %

C. Hasil Penelitian

1. Kategorisasi Hasil Penelitian

Pembagian pada kategorisasi sampel yang digunakan peneliti merupakan berdasarkan model distribusi normal dengan kategorisasi jenjang atau ordinal. Menurut azwar (2012) kategorisasi yang menempatkan individu ke dalam kelompok dimana posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Kategorisasi ini akan diperoleh dengan membuat kategorisasi skor sampel berdasarkan satuan deviasi standar populasi. Karena kategorisasi bersifat relatif, maka luasnya interval yang mencakup setiap kategori yang diinginkan dapat ditetapkan secara sampel selama penetapan itu berada dalam pengkategorisasian sampel penelitian yang terdiri dari tiga kategori, yaitu rendah, sedang, tinggi.

a. Skala *Body dissatisfaction*

Hasil analisis data deskriptif yang digunakan untuk melihat deskriptif data hipotetik (yang mungkin terjadi) dan data empirik (berdasarkan kenyataan dilapangan) dari variabel *body dissatisfaction* dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 4. 7

Deskripsi Data Penelitian Skala Body dissatisfaction

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	Xmax	Xmin	M	SD	Xmax	Xmin	Mean	SD
<i>Body dissatisfaction</i>	152	38	95	19	145	59	101.50	15.838

Keterangan Rumus Skor Hipotetik :

Xmin (Skor minimal)	= Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban
Xmax (Skor maksimal)	= Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban
Mean	= Dengan rumus μ (Skor maks + Skor min) : 2
SD (Standar Deviasi)	= Dengan rumus s = (Skor maks – skor min) : 2

Berdasarkan hasil uji statistik data penelitian pada tabel di atas maka analisis deskriptif secara hipotetik menunjukkan bahwa poin minimal adalah 38 dan maksimal sebesar 152, nilai rata-rata sebesar 95 dan standar deviasi sebesar 19. Adapun data empirik menunjukkan nilai minimum sebesar 59, nilai maksimum sebesar 145, nilai rata-rata sebesar 101.50, dan standar deviasi sebesar 15.838. Berdasarkan nilai empirik, maka akan dijadikan sebagai batasan pengkategorian sampel penelitian yang terdiri dari kategori rendah, sedang dan tinggi. Berikut rumusan dalam menentukan kategori:

Rendah = $X < M - 1SD$
 Sedang = $M - 1SD \leq X < M + 1SD$
 Tinggi = $M + 1SD \leq X$

Keterangan

X = Rentang Butir Pernyataan
 M = Mean (Rata-rata)
 SD = Standar Deviasi

Berdasarkan batasan tersebut, maka hasil kategorisasi sampel dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4. 8

Kategorisasi Skala Body dissatisfaction

Kategorisasi	Interval	Jumlah	Persentase
Rendah	$X < 85,662$	27	12.7 %
Sedang	$85,662 \leq X < 117,338$	157	73.7%
Tinggi	$117,338 \leq X$	29	13.6%
Total		213	100 %

Berdasarkan hasil kategorisasi *body dissatisfaction* di atas Remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh menunjukkan memiliki kategori rendah sebanyak 27 (12.7%) orang, kategori sedang sebanyak 157 (73.7%) orang, dan kategori tinggi sebanyak 29 orang (13.6 %). Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas kategorisasi remaja termasuk kedalam kategori sedang ke tinggi.

b. Skala perilaku diet

Hasil analisis data deskriptif yang digunakan untuk melihat deskriptisi data hipotetik (yang mungkin terjadi) dan data empirik (berdasarkan kenyataan di lapangan) dari variabel perilaku diet dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 4. 9

Deskripsi Data Penelitian Skala Perilaku Diet

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	Xmax	Xmin	M	SD	Xmax	Xmin	M	SD
<i>Body dissatisfaction</i>	88	22	55	33	79	30	55.73	8.393

Keterangan Rumus Skor Hipotetik :

Xmin (Skor minimal) = Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban

Xmax (Skor Maksimal) = Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban

Mean Dengan rumus μ (Skor maks + Skor min) : 2
=

SD (Standar Deviasi) Dengan rumus $s = (\text{Skor maks} - \text{skor min}) : 2$
=

Berdasarkan hasil uji statistik data penelitian pada tabel di atas maka analisis deskriptif secara hipotetik menunjukkan bahwa poin minimal adalah 22 dan maksimal sebesar 88, nilai rata-rata sebesar 55 dan standar deviasi sebesar 33. Adapun data empirik menunjukkan nilai minimum sebesar 30, nilai maksimum sebesar 79, nilai rata-rata sebesar 55.73, dan standar deviasi sebesar 8.393. Berdasarkan nilai empirik, maka akan dijadikan sebagai batasan pengkategorian sampel penelitian yang terdiri dari kategori rendah, sedang dan tinggi. Berikut rumusan dalam menentukan kategori:

Rendah = $X < M - 1SD$

Sedang = $M - 1SD \leq X < M + 1SD$

Tinggi = $M + 1SD \leq X$

Keterangan :

X = Rentang Butir Pernyataan

M = Mean (Rata-rata)

SD = Standar Deviasi

Tabel 4. 10

Kategorisasi Skala Perilaku Diet

Kategorisasi	Interval	Jumlah	Persentase
Rendah	$X < 47,337$	37	17.4 %
Sedang	$47,337 \leq X < 64,123$	144	67.6 %
Tinggi	$64,123 \leq X$	32	15 %
Total		213	100 %

Berdasarkan hasil kategorisasi perilaku diet di atas Remaja SMKN 3

Banda Aceh menunjukkan memiliki kategori rendah sebanyak 37 (17.4%)

orang, kategori sedang sebanyak 144 (67.6 %) orang, dan kategori tinggi sebanyak 32 orang (15%). Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas kategorisasi remaja termasuk kedalam kategori sedang ke rendah.

2. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan uji yang digunakan untuk melihat data berdistribusi normal atau tidak. Menurut Sugiyono (2017) jika data yang dihasilkan tidak berdistribusi normal maka analisis data secara parametrik tidak dapat digunakan. Untuk menguji normalitas, analisis data yang dilakukan adalah secara non parametrik dengan menggunakan teknik statistik dari program perangkat lunak *Statistical Package for Social Science (SPSS) version 25.0 for windows*. Aturan yang digunakan adalah jika $p > 0,05$ maka data berdistribusi secara normal. Sebaliknya jika $p < 0,05$ maka data dinyatakan tidak berdistribusi secara normal.

Tabel 4. 11
Uji Normalitas Data Penelitian

Variabel	Koefisien	P
<i>Body dissatisfaction</i>	0.058	0.076
Perilaku diet	0.055	0.200

Berdasarkan hasil analisis data pada tabel diatas, diperoleh nilai koefisien sebesar 0.058 pada variabel *body dissatisfaction* dengan nilai signifikasi sebesar 0.076, selanjutnya diperoleh nilai *koefisien* 0.055 pada variabel perilaku diet dengan nilai signifikasi sebesar 0.200 Kedua variabel berdistribusi normal, sehingga penelitian ini dapat diartikan

normal dan dapat digeneralisasikan pada populasi remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh.

b. Uji Linieritas

Setelah melakukan uji normalitas, selanjutnya peneliti melakukan uji linearitas hubungan. Uji linearitas merupakan uji prasyarat analisis untuk mengetahui pola data, apakah data berpola linier atau tidak. Uji ini berkaitan dengan penggunaan regresi linear. Dalam analisis regresi variabel yang mempengaruhi disebut dependent variabel (variabel terikat) (Noor, 2012). Untuk uji linieritas pada program *Statistical Package for Social Science (SPSS) version 25.0 for windows* digunakan test for *linearity* dengan taraf signifikansi 0,05. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan linear bila nilai signifikan pada *linearity* <0,05 (Purnomo, 2017).

Tabel 4. 12
Uji Linearitas Hubungan Data Penelitian

Variabel Penelitian	F Linearity	P
Body dissatisfaction Perilaku Diet	58.215	0.000

Berdasarkan tabel diatas, hasil uji linearitas hubungan antara variabel body dissatisfaction dengan perilaku diet diperoleh linearity bernilai F= 58.215 dengan nilai p < yaitu 0.000 Hal tersebut mengartikan bahwa kedua variabel memiliki sifat yang linear, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel *body dissatisfaction* dengan perilaku diet.

c. Uji Hipotesis

Setelah uji prasyarat terpenuhi, maka langkah selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis penelitian. Untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini bahwa terdapat hubungan positif antara *Body dissatisfaction* dengan Perilaku Diet pada Remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh, dilakukan menggunakan analisis *statistic* korelasi *product moment* dari *pearson*. Menurut Periantalo (2016) koefisien korelasi dikatakan signifikan apabila $p < 0,05$. Analisis data yang digunakan melalui bantuan komputer dengan menggunakan program *Statistical Package for Social Science (SPSS) version 25.0 for windows*.

Tabel 4. 13
Uji Hipotesis Data Penelitian

Variabel Penelitian	Person Correlation	P
<i>Body dissatisfaction</i> / X Perilaku Diet	0.449	0,000

Berdasarkan tabel diatas, hasil uji hipotesis menunjukkan nilai koefisien korelasi $r = 0.449$ Hasil analisis pada penelitian ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi 0,000 atau $p < 0,05$ artinya hipotesis penelitian ini diterima. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat korelasi antara *body dissatisfaction* dengan perilaku diet. Nilai *Pearson Correlation* (r) menunjukkan arah hubungan yang positif yang artinya semakin tinggi *body dissatisfaction* maka akan semakin tinggi perilaku diet.

Besaran kontribusi masing-masing variabel bebas atau prediktor terhadap prediksi dihitung menggunakan sumbangan relatif (Hadi,2004).

Sumbangan hasil penelitian kedua variabel dapat dilihat pada tabel 4.15

berikut:

Tabel 4. 14
Analisis Measure Of Association

Variabel Penelitian	r²
<i>Body dissatisfaction</i>	0.201
Perilaku Diet	

Berdasarkan tabel di atas, hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa penelitian ini memperoleh nilai R square (r^2) = 0.201 Artinya, terdapat 20.1 % pengaruh *body dissatisfaction* terhadap perilaku diet. Sementara 79.9 % sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti *Self Esteem*, *Low Esteem*, *lingkungan sosial*, dll.



D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *body dissatisfaction* dengan perilaku diet pada remaja SMKN 3 Banda Aceh. Berdasarkan hasil analisis korelasi *pearson* maka diperoleh koefisien korelasi (r) 0.449 Hasil analisis pada penelitian ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi 0,000 atau $p < 0,05$ artinya hipotesis penelitian ini diterima. Dengan kata lain bahwa semakin tinggi *body dissatisfaction* maka semakin tinggi pula perilaku diet pada remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh. Begitu pula sebaliknya semakin rendah *body dissatisfaction* maka semakin rendah pula perilaku diet pada remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat korelasi antara *body dissatisfaction* dengan perilaku diet.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada siswa SMK Negeri 3 Banda Aceh, dapat disimpulkan bahwa pengaruh *body dissatisfaction* terhadap perilaku diet pada remaja sangat kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor. Ketidakpuasan terhadap tubuh (*Body Dissatisfaction*) dapat memicu usaha-usaha untuk mengubah bentuk tubuh, baik melalui diet yang sehat maupun tidak sehat. Oleh karena itu, penting untuk memahami aspek-aspek yang mempengaruhi perilaku diet dan untuk mengembangkan strategi yang efektif dalam meningkatkan kesehatan dan kepuasan terhadap tubuh, namun *faktor body dissatisfaction* bukan semata-mata penyebab mereka melakukan diet hal tersebut dapat dilihat dari nilai r square yang didapati sebanyak 20.1% dan 79.9% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti *self esteem*, faktor keluarga, Jenis kelamin, lingkungan sosial, dll.

Rentang usia dalam penelitian ini adalah 15-19 tahun. Jahja (2011) mengemukakan bahwa usia 15-19 tahun termasuk dalam kategori remaja madya. Pada usia ini, remaja berada dalam tahap pencarian jati diri, mencari sesuatu yang dianggap bernilai, serta memiliki kebutuhan akan teman yang dapat merasakan suka dan duka bersama mereka. Hasil tersebut sejalan dengan pendapat Mappiere (1993) yang mengatakan dalam usia remaja kebanyakan mereka menyadari akan kegemukannya, sehingga banyak yang ingin terbebas dari kondisi tersebut yaitu dengan cara melakukan diet dan olahraga untuk mengurangi berat badannya.

Perasaan *body dissatisfaction* mendorong remaja berusaha merubah penampilan fisiknya. Salah satu upaya yang mudah dilakukan agar tubuh menjadi langsing adalah dengan melakukan diet. Perilaku diet remaja dipengaruhi oleh *body dissatisfaction* (Findlay, 2004) Hal ini senada dengan pendapat Safitri, Novrianto, dan Marettih (2019) yang mengatakan bahwa perilaku diet dipengaruhi secara langsung oleh *body dissatisfaction* yang artinya apabila seseorang melakukan diet, pasti memiliki perasaan tidak puas terhadap tubuh mereka (*body dissatisfaction*).

Hasil penelitian sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri dan Indryawati (2019) menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara *body dissatisfaction* dan perilaku diet pada mahasiswi dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$) dengan nilai korelasi sebesar 0.410 yang berarti terdapat hubungan positif antara *body dissatisfaction* dan perilaku diet pada mahasiswi dalam penelitian ini. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Asmed (2021) menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara

body dissatisfaction dengan perilaku diet pada mahasiswa universitas islam riau dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan nilai korelasi yang diperoleh yaitu sebesar (R) 0,353, yang berarti terdapat hubungan positif antara *body dissatisfaction* dengan perilaku diet pada mahasiswa universitas islam riau.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa perilaku diet seseorang dipengaruhi oleh *body dissatisfaction*, sehingga *body dissatisfaction* memiliki kontribusi dalam meningkatkan perilaku diet seseorang. Peneliti berasumsi bahwa penampilan merupakan faktor penting bagi setiap remaja baik laki-laki dan perempuan termasuk remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh. Sampai generasi sekarang, pada umumnya masyarakat masih menganggap bahwa laki-laki dan wanita langsing adalah mereka yang menarik.

Selama proses pelaksanaann penelitian ini, peneliti menyadari terdapat beberapa keterbatasan dan kekurangan yaitu, proses administrasi yang memakan waktu lama, pada pelaksanaan pengambilan data beberapa siswa tidak membawa *handphone* ke sekolah, sehingga membuat peneliti membutuhkan waktu sedikit lebih lama untuk mengumpulkan data penelitian ketika penyebaran skala, serta jadwal belajar yang padat dan lambatnya jaringan internet dilingkungan sekolah sehingga peneliti sedikit kesulitan saat mengumpulkan data responden dan membuat peneliti harus menemukan waktu yang tepat untuk membagikan *link google form* kuesioner. Beberapa pertimbangan ini dapat dijadikan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian ini diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0.449 dengan nilai signifikan 0,000 ($p < 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *body dissatisfaction* dengan perilaku diet pada remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh. Hal ini berarti semakin tinggi *body dissatisfaction* maka semakin tinggi perilaku diet pada remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh. Sebaliknya semakin rendah *body dissatisfaction* maka semakin rendah pula perilaku diet pada remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh. Pada analisis *measure of association* diperoleh nilai r^2 0.201 Hal ini berarti terdapat 20.1% pengaruh *body dissatisfaction* dengan perilaku diet pada remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh, sedangkan sisanya 79,9% dipengaruhi oleh faktor lain, yaitu *self esteem*, faktor keluarga, Jenis kelamin, lingkungan sosial, dll.

B. Saran

Beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan guna kepentingan praktis dan teoritis bagi masyarakat maupun peneliti selanjutnya sebagai berikut :

1. Bagi siswa

Peneliti berharap siswa yang menjadi subjek penelitian ini dapat lebih memahami pentingnya menjaga berat badan agar tubuh menjadi lebih sehat , bagi siswa yang ingin melakukan diet sebaiknya tidak didasari oleh keinginan

mempercantik diri, tetapi alasan kesehatan. Sehingga ketika mendapatkan badan yang ideal itu adalah bonus, serta menghindari makan yang berlebihan dan untuk tetap melakukan diet dengan cara yang sehat.

2. Bagi Pihak Sekolah

Pihak sekolah dapat memberikan psikoedukasi tentang pentingnya menjaga pola makan agar tubuh menjadi lebih sehat sehingga dapat mengembangkan keterampilan-keterampilan yang seimbang, termasuk memberikan pengetahuan tentang pentingnya menjaga tubuh tetap ideal melalui asupan gizi yang seimbang dan beragam.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Peneliti menyarankan agar peneliti selanjutnya meneliti penelitian selanjutnya dapat menambahkan variabel tambahan seperti faktor psikologis, sosial, dan budaya yang mempengaruhi hubungan antara *body dissatisfaction* dengan perilaku diet. Contohnya, penelitian dapat meneliti bagaimana faktor psikologis seperti kecemasan dan depresi mempengaruhi perilaku diet pada individu yang mengalami *body dissatisfaction*. Serta peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan *Try Out* terpisah agar data menjadi lebih akurat.

Daftar Pustaka

- Adriani, M. (2014). *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Prenamedia.
- Arikunto, & Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Asmed, F. K. (2021). Hubungan Antara Body Dissatisfaction dengan Perilaku pada Mahasiswa Universitas Islam Riau. *Skrispi*.
- Attie I., & B.-g. (1998). Development Of Eating Problems In Adolescent Girls. *Development Psychology*, 1-11. Retrieved from <https://dosen.ung.ac.id/>.
- Attie, J. B.-G. (1996). Development Of Eating Problems In Adolescent Girls: Alongitudinal Study. *Development Psychology*, 4-8.
- Atwater Eastwood & Duffy, K. (1999). *Psychology for Living: Adjustment, Growth and Behavior today (5th edition)*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bearman, S. K., Martinez, E., & Stice, E. (2006). Skinny On Body Dissatisfaction Longitudinal Girls and Boys. *Journal of Youth Adolescence*, 217-229.
- Bearman, S. K., Presnell, K., Martinez, E., & Stice, E. (2006). The Skinny on Body Dissatisfaction: A Longitudinal Study of Adolescent Girls and Boys. *Journal of Youth and Adolescence*, 229-241. doi:DOI: 10.1007/s10964-005-9010-9
- Cooper, P. J., Taylor, M. J., & Fairbum, C. G. (1987). The Development and Validation of The Body Shape questionnaire. *International Journal of Eating Disorder*, 485-494.
- Coopersmith. (1967). *The Antecedent of Self-Esteem*. San francisco: W.H Freeman and Company.
- Coqueiro, R. D., Petroski, E. L., Pelegriani, A., & Barbosa, A. R. (2008). Body image dissatisfaction: comparative evaluation of the association with nutritional status in university students. 31-38. doi:10.1590/S0101-81082008000100009

- Devegga, M. (2017). Hubungan Antara Body Image dan Perilaku Diet Pada Remaja Putri. *Skripsi*.
- Findlay, S. (2004). Dieting in adolescence. *Paediatric & Child Health*, 487-491. doi:<https://doi.org/10.1093/pch/9.7.487>
- Grogan, S. (2016). *Body Image : Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children* (Third Edition ed.). London: Routledge. doi:<https://doi.org/10.4324/9781315681528>
- Hawk. (2008). Classroom Approach For Managing Dietary Restraint, Negative Eating Styles, and Body Image Concernes Among College Women. *Journal of Amarican Collage Health*, 56(10), 359-366.
- Hendarko, A. C. (2016). *Hubungan antara body image dan psychological well-being pada mahasiswi psikologi Universitas Gajah Mada angkatan Tahun 2014*. Yogyakarta: Skripsi (tidak diterbitkan).
- Hill, A. J., Oliver, S., & Rogers, P. J. (1992). Eating in the adult world: The rise of dieting in childhood and adolescence. *British Journal of Clinicak Psychology*, 95-105.
- Husna, N. L. (2013). Hubungan antara Body Image dengan Perilaku Diet Pada Wanita Dewasa Awal. *journal Developmental and clicnical psychology*.
- Iswari, D., & Hartini, N. (2005). Pengaruh pelatihan dan evaluasi self-talk terhadap penurunan tingkat body-dissatisfaction. *Journal Unair Surabaya*, 8.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi perkembangan / Yudrik Jahja*. Jakarta: Kencana.
- Mappiare, A. (1993). *Psikologi Orang Dewasa*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Margono. (2004). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Marshall, C., & Lengyel, C. (2012). Body Dissatisfaction Among Middle-aged and Older Women. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, 241-247.
- Martono, & Nanang. (2016). *Metode penelitian kuantitatif : Analisis isi dan analisis data sekunder*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

- Mayang, A. (2017). *Diet Keto: Berani Mencoba Tantangan Diet Rendah Karbohidrat*. Yogyakarta: Healthy.
- Meiliana, Valentina, V., & Retnaningsih, C. (2018). Hubungan Body Dissatisfaction dan Perilaku Diet pada Mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. *Jurnal PRAXIS*, 49-60.
- Misnadiarly. (2007). *Obesitas Sebagai Faktor Risiko Beberapa Penyakit*. Jakarta: Pustaka Obor Populer.
- Noor, J. (2012). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Kencana.
- Pelegri, A., Coqueiro, R. D., Beck, c. C., Ghedin, K. D., Lopes, A. D., & Petroski, E. L. (2014). Dissatisfaction with body image among adolescent students: association with socio-demographic factors and nutritional status.
- Pietro, M. D., & Silveira, D. X. (2008). Internal validity, dimensionality and performance of the Body Shape Questionnaire in a group of Brazilian college students. *Brazillian Journal of Psychiatry*.
- Polivy, J., & Herman, C. P. (1987). Diagnosis and Treatment of Normal Eating. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 635-644.
- Prima, E., & Sari, E. P. (2013). Hubungan Antara Body Dissatisfaction dengan Kecenderungan Perilaku Diet pada Remaja Putri. *Jurnal Psikologi Integratif*, 17-30.
- Putri, D. A., & Indryawati, R. (2019). Body Dissatisfaction dan Perilaku Diet Pada Mahasiswi. *Jurnal Psikologi*, 88-95.
- Putri, D. A., & Indryawati, R. (2019). Body Dissatisfaction dan Perilaku Diet Pada Mahasiswi. *Jurnal Psikologi*, 88-95.
- Rosen, J. C., & Reiter, J. (1996). Development of the Body Dysmorphic Disorder. *Behavior Research Theory*, 755-766. doi:10.1016/0005-7967(96)00024-1
- Ruderman, A. J. (1986). Dietary Restraint: A Theoretical and Empirical Review. *Psychological Bulletin*.
- Safarina, R., & Rahayu, M. S. (2014-2015). Hubungan antara Body Dissatisfaction dengan Perilaku Diet Tidak Sehat Remaja Putri yang Menjadi Member Herbalife di Bandung. *Jurnal Psikologi*.

- Safitri, A. O., Novrianto, R., & Maretih, A. K. (2019). Body Dissatisfaction dan Perilaku Diet Pada Remaja Perempuan. *Jurnal Psibernetika*, 12 (2).
- Santrock, & W, J. (2003). *Adolescence : Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Sivert, S. S., & Sinanovic, O. (2008). Body Dissatisfaction - Is Age a Factor? *Philosophy, Sociology, Psychology and History*, 55-61. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/279749767_BODY_DISSATISFACTION_-_IS_AGE_A_FACTOR
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta .
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D / Sugiyono*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumali, Elly, Sukanto, Mulya, M. E., & Wijaya, T. (2008). Efektivitas Hipnoterapi terhadap Penurunan Body Dissatisfaction pada Remaja Akhir. *Indonesian Psychological Journal*, 47-57.
- Syarifah, N. A. (2021). Hubungan Antara Body Image dengan Kecenderungan Perilaku Diet pada Mahasiswa. *Skripsi*.
- Syhriyanti, E., & Siregar, M. H. (2009). *Diet efektif berdasarkan golongan darah*. Yogyakarta: Buku Biru.
- Wardle, J., Bellisle, F., Reschke, K., Steptoe, A., Davou, B., & Lappalainen, R. (1997). Healthy Dietary Practices Among European Student. *Healthy Psychology*, Vol. 16, No. 5. 443-450.
- Zainab, & Naily. (2013). *Peranan Self-Esteem dan Body Dissatisfaction dalam Memprediksi Kecenderungan Eating Disorder Pada Penari Balet. Thesis*. Jakarta: Fakultas Psikologi. Universitas Bina Nusantara.



SURAT KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI UIN AR-RANIRY

Nomor : B-1108/Un.08/FPsi/Kp.00.4/10/2023

TENTANG

PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA SEMESTER GANJIL TAHUN AKADEMIK 2023/2024
PADA FAKULTAS PSIKOLOGI UIN AR-RANIRY

DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI

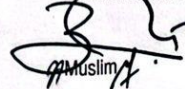
- Menimbang : a. Bahwa untuk kelancaran bimbingan Skripsi Mahasiswa Semester Ganjil Tahun Akademik 2023/2024 pada Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry, dipandang perlu menetapkan pembimbing skripsi;
b. Bahwa nama yang tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang mampu dan cakap diberi tugas sebagai Pembimbing Skripsi.
- Mengingat : 1. Undang-Undang No.20 tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional;
2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen;
3. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, tentang Pendidikan Tinggi;
4. Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005, tentang Standar Pendidikan Nasional;
5. Peraturan Pemerintah Nomor 37 Tahun 2009, tentang Dosen;
6. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014, tentang Penyelenggara Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;
7. Peraturan Pemerintah Nomor 53 Tahun 2010, tentang Disiplin Pegawai Negeri Sipil;
8. Peraturan Presiden RI Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan IAIN Ar-Raniry Banda Aceh menjadi UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
9. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 12 Tahun 2014, tentang organisasi dan tata kerja UIN Ar-Raniry;
10. Keputusan Menteri Agama No.89 Tahun 1963, tentang Penetapan Pendirian IAIN Ar-Raniry;
11. Keputusan Menteri Agama No. 40 Tahun 2008 tentang Statuta IAIN Ar-Raniry;
12. Surat Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry Nomor: 01 Tahun 2015, tentang Pendelegasian Wewenang Kepada Dekan dan Direktur PPs di lingkungan UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
13. Hasil Penetapan Ketua Prodi Psikologi tanggal 17 Oktober 2023.

MEMUTUSKAN

- Menetapkan : Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi tentang Pembimbing Skripsi.
- Pertama : Menunjuk Saudara 1. Dr. Safriyiah, S.Ag., M.Si Sebagai Pembimbing Pertama
2. Iyulen Pebry Zuanny, S.Psi., M.Psi., Psikolog Sebagai Pembimbing Kedua
- Untuk membimbing Skripsi:
- Nama : Mardhatillah Akbar N I R Y
NIM/Prodi : 190901019 / Psikologi
Judul : Hubungan antara Body Dissatisfaction dengan Perilaku Diet pada Remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh
- Kedua : Kepada Pembimbing yang tercantum namanya di atas diberikan honorarium sesuai dengan peraturan yang berlaku;
- Ketiga : Pembiayaan akibat keputusan ini dibebankan pada dana DIPA UIN Ar-Raniry Tahun 2023.
- Keempat : Surat Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan, sesuai dengan ketentuan bahwa segala sesuatu akan diubah dan diperbaiki kembali sebagaimana mestinya, apabila kemudian ternyata terdapat kekeliruan dalam penetapan Surat Keputusan ini.
- Kelima : Surat Keputusan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Banda Aceh
Pada Tanggal : 23 Oktober 2023

Dekan Fakultas Psikologi,


M. Muslim

- Tembusan :
1. Rektor UIN Ar-Raniry;
 2. Bagian Keuangan dan Akuntansi UIN Ar-Raniry;
 3. Pembimbing Skripsi;
 4. Yang bersangkutan.





**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
FAKULTAS PSIKOLOGI**

Jl. Syekh Abdur Rauf Kopelma Darussalam Banda Aceh

Telepon: 0651- 7557321, Email : uin@ar-raniry.ac.id

Nomor : 354/Un.08/F.Psi.I/PP.00.9/04/2024

Lamp : -

Hal : *Penelitian Ilmiah Mahasiswa*

Kepada Yth,

Kepala Sekolah SMK Negeri 3 Banda Aceh

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Pimpinan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry dengan ini menerangkan bahwa:

Nama/NIM : **MARDHATILLAH AKBAR / 190901019**

Semester/Jurusan : X / Psikologi

Alamat sekarang : Peurada Kec. Syiah Kuala

Saudara yang tersebut namanya diatas benar mahasiswa Fakultas Psikologi bermaksud melakukan penelitian ilmiah di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin dalam rangka penulisan Skripsi dengan judul ***Hubungan Body Dissatisfaction dengan Perilaku Diet Pada Remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh***

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami mengucapkan terimakasih.

Banda Aceh, 02 April 2024

an. Dekan

Wakil Dekan Bidang Akademik dan

Kelembagaan,



Berlaku sampai : 03 Mei 2024

Dr. Safrilsyah, S.Ag., M.Si.



PEMERINTAH ACEH
DINAS PENDIDIKAN
CABANG DINAS WILAYAH KOTA BANDA ACEH
DAN KABUPATEN ACEH BESAR
Jl. Geuchik H. Abd. Jalil No. 1, Gp. Lamlagang, Kec. Banda Raya, Kota Banda Aceh 23239
Telepon (0651) 7559512, Pos- el : cabang_disidik1@gmail.com

REKOMENDASI

Nomor: 421.3/G.1/1099/2024

Kepala Cabang Dinas Pendidikan Wilayah Kota Banda Aceh dan Kabupaten Aceh Besar dengan ini memberikan Rekomendasi kepada :

Nama : Mardhatillah Akbar
NIM : 190901019
Semester/Jurusan : X/Psikologi
Judul : *Hubungan Body Dissatisfaction dengan Perilaku Diet pada Remaja SMK Negeri 3 Banda Aceh.*

Untuk penelitian dan pengumpulan data dalam rangka penulisan skripsi pada SMK 3 Banda Aceh, sesuai dengan surat dari Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry nomor 354/Un.03/F.Psi.I/PP.00.9/2024, tanggal 2 April 2024.

Demikianlah Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

جامعة الرانيري

AR - RANIRY

Banda Aceh, 16 April 2024

Kepala Cabang Dinas Pendidikan
Wilayah Kota Banda Aceh dan
Kabupaten Aceh Besar,

Syarwan Joni, S.Pd., M.Pd.
Pembina Tingkat I
NIP 197305051998031008



PEMERINTAH ACEH
DINAS PENDIDIKAN
SMK NEGERI 3 BANDA ACEH



JALAN SULTAN MALIKUL SALEH LHONG RAYA, BANDA ACEH Kode Pos : 23238
TELP. (0651) 7559559 -7559560 Email: smkn3bandaaceh57@gmail.com website: www.smkn3bandaaceh.sch.id

SURAT KETERANGAN TELAH SELESAI PENELITIAN
Nomor : 802/ 219 / 2024

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Sufriani, S.Pd.
NIP : 19701017 200504 2 001
Pangkat/golongan : Pembina Tk.I - IV/b
Jabatan : Kepala Sekolah

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Mardhatillah Akbar
NIM : 190901019
Semester/Jurusan : X / Psikologi
Fakultas : Universitas Islam Negeri Ar-Raniry
Unit Kerja Penelitian : SMK Negeri 3 Banda Aceh

Benar yang namanya tersebut diatas telah melakukan Penelitian/Pengumpulan Data dalam rangka menyusun Skripsi dengan judul " **Hubungan Body Dissatisfaction dengan Perilaku Diet pada Remaja SMKN 3 Banda Aceh**" pada tanggal, 18 s/d 24 April 2024.

Demikian surat keterangan telah selesai Penelitian ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banda Aceh, 29 April 2024

Kepala

Sufriani, S.Pd

Pembina

NIP. 19701017 200504 2 001



Di unduh dengan



CamScanner



smkn3bandaaceh57@gmail.com



Official SMK NEGERI 3 BANDA ACEH



smkn3bandaaceh.sch.id

SKALA PENELITIAN

Assalamualaikum wr. wb

Saya Mardhatillah Akbar Mahasiswa Program Studi Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh, saat ini saya sedang melakukan penelitian guna menyelesaikan tugas akhir Pendidikan Sarjana (S1). Untuk itu saya memohon bantuan kepada saudara (i) untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan mengisi kuesioner dengan syarat yaitu Siswa/i SMK Negeri 3 Banda Aceh.

Tidak ada jawaban benar atau salah dalam kuesioner ini, sehingga saudara (i) diharapkan mengisi jawaban yang sesuai dengan yang dirasakan saat ini/pernah dialami dengan sejujur-jujurnya. Data dan informasi yang telah diberikan akan digunakan untuk kepentingan penelitian dan dijamin kerahasiaannya. Bagi 5 orang yang beruntung akan mendapatkan **Voucher Kuota**.

Atas kesedian dan partisipasinya saya ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Hormat Peneliti,
Mardhatillah Akbar

Berdasarkan pertimbangan diatas, maka dengan ini saya bersedia untuk berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian ini

- Ya
- Tidak

Mohon isi dan lengkapi data diri saudara (i) terlebih dahulu. Diharapkan mengisi identitas yang sesuai dengan data diri saudara (i)

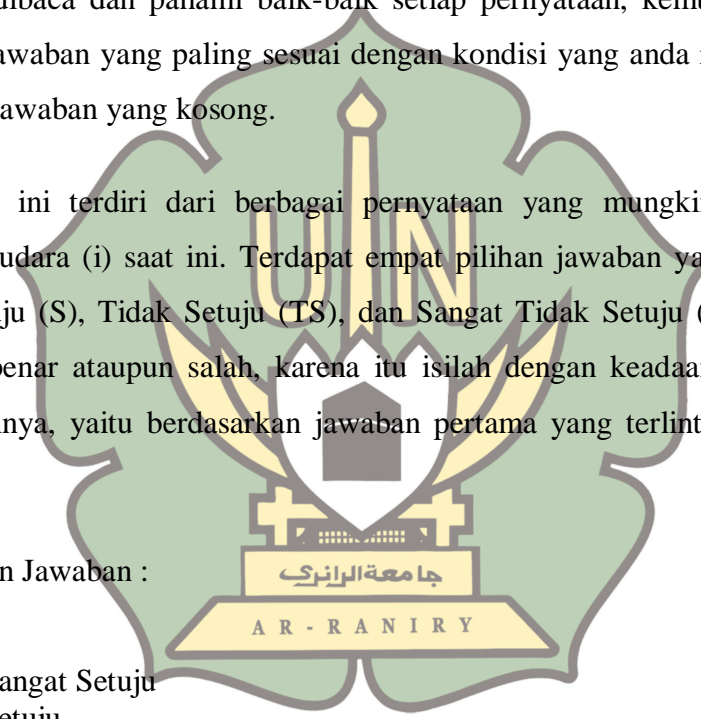
Nama :
Jenis Kelamin :
Usia :
Berat Badan :
Tinggi Badan :
Kelas :
Jurusan :
No HP :

Silahkan dibaca dan pahami baik-baik setiap pernyataan, kemudian anda dapat memilih jawaban yang paling sesuai dengan kondisi yang anda rasakan. Pastikan tidak ada jawaban yang kosong.

Kuesioner ini terdiri dari berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan kondisi saudara (i) saat ini. Terdapat empat pilihan jawaban yaitu Sangat setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Tidak ada jawaban benar ataupun salah, karena itu isilah dengan keadaan diri anda yang sesungguhnya, yaitu berdasarkan jawaban pertama yang terlintas dalam pikiran anda.

Keterangan Jawaban :

SS : Sangat Setuju
S : Setuju
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju.



Skala Body Dissatisfaction

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya merasa bentuk tubuh saya kurang menarik				
2	Saya biasanya memilih posisi foto di sebelah kiri agar tidak terlihat gemuk				
3	Terkadang saya merasa cemas atau khawatir dengan pemikiran orang lain tentang penampilan saya				
4	Saya harus memiliki kulit yang putih				
5	Saya cenderung mengkritik penampilan fisik saya				
6	Ketika saya pergi keluar, saya merasa <i>insecure</i> memiliki badan yang gemuk				
7	Saya sering berlama-lama di depan cermin untuk melihat penampilan saya				
8	Saya sering merasa perlu untuk melakukan diet atau olahraga berlebihan untuk mencapai bentuk tubuh yang diinginkan				
9	Ada bagian-bagian tubuh saya yang kurang saya sukai seperti paha dan perut yang terasa besar				
10	Saya merasa tidak percaya diri ketika melihat diri saya di cermin				
11	Saya merasa orang lain akan memperhatikan kekurangan penampilan saya				
12	Saya merasa kurang bahagia karena bentuk tubuh saya				
13	Saya sering menyembunyikan bagian tubuh saya yang dianggap tidak sesuai dengan standar kecantikan				
14	Saya membawa cermin kemanapun saya pergi agar bisa merapikan penampilan setiap saat				
15	Saya ingin meraih kepuasan diri melalui usaha-usaha				

	untuk mencapai bentuk tubuh yang sehat dan ideal				
16	Saya merasa bentuk tubuh saya tidak sesuai dengan standar kecantikan atau ketampanan yang diterima umum				
17	Saya merasa tidak percaya diri ketika memakai pakaian yang terlalu besar				
18	Saya merasa malu saat dibandingkan dengan standar kecantikan yang ada dalam media				
19	Saya ingin memiliki tubuh yang atletis (bugar, gym, dll)				
20	Saya meminta pendapat teman/orang lain untuk memastikan bahwa penampilan saya menarik				
21	Saya sering berpartisipasi dalam kegiatan aerobik (berlari dan bersepeda) untuk membakar kalori				
22	Saya merasa bentuk tubuh saya cukup menarik				
23	Saya merasa percaya diri ketika melihat diri saya didepan cermin				
24	Saya tidak khawatir bagaimana penilaian/pemikiran orang terhadap diri saya				
25	Saya tidak malu dengan bentuk tubuh saya				
26	Saya percaya diri dengan penampilan fisik saya				
27	Bagi saya memiliki badan yang gemuk adalah wajar				
28	Saya hanya berdandan seperlunya saja				
29	Saya merasa puas dengan bentuk tubuh saya sehingga tidak perlu melakukan upaya untuk mencapai bentuk tubuh yang proporsional				
30	Saya cukup yakin bahwa semua bagian tubuh saya cukup ideal				
31	Saya merasa puas dengan penampilan fisik saya				

32	Saya merasa orang lain tidak akan memperhatikan kekurangan penampilan saya				
33	Saya tidak terobsesi dengan warna kulit yang putih				
34	Saya tidak terobsesi dengan tubuh atletis (gym,bugar				
35	Saya tidak retouch make up ketika saya sudah berada diluar				
36	Saya rasa saya tidak perlu berpartisipasi dalam kegiatan aerobik				
37	Saya tidak peduli dengan standar kecantikan yang ada dalam media				
38	Saya rasa tubuh saya sudah sesuai dengan standar kecantikan				
39	Saya tidak sering melakukan pengecekan berat badan untuk mengontrol berat badan saya				
40	Saya tidak melakukan aktivitas fisik untuk menurunkan berat badan				



Skala Perilaku Diet

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya biasanya memilih makanan yang <i>low fat</i> dan bergizi				
2	Saya menghindari makanan yang berminyak seperti gorengan				
3	Perasaan cemas dapat membuat saya kehilangan nafsu makan				
4	Saya cenderung melampiaskan aktivitas saya terhadap olahraga ketika merasa badan saya terlihat gemuk				
5	Ketika melihat makanan yang lezat, saya langsung mengalihkan pandangan saya untuk tidak mencicipinya				
6	Saya memiliki aturan tertentu tentang jenis makanan yang boleh atau tidak boleh saya konsumsi				
7	Saya akan makan lebih sedikit pada hari-hari berikutnya, ketika saya sudah makan banyak hari ini				
8	Saya menghindari makanan yang manis-manis				
9	Saya tidak tertarik untuk membeli makanan walaupun makanan di restoran yang saya lewati memiliki tampilan yang menarik				
10	Saya cenderung merasa bersalah setelah mengonsumsi makanan yang tidak sehat ketika sedang dalam suasana hati yang buruk				
11	Saya akan makan sedikit ketika banyak tugas yang menumpuk				
12	Saat saya lapar, saya tidak memberikan respons untuk makan yang banyak				
13	Saya akan mengurangi porsi makan ketika berat badan saya bertambah				
14	Saya tetap menjaga jumlah asupan makan yang masuk kedalam tubuh saya walaupun makanan yang				

	dihidangkan berbau lezat dan terlihat enak				
15	Saat makan saya lebih memilih makanan yang rendah lemak				
16	Saya tidak memiliki nafsu makan saat merasa stress				
17	Meskipun lapar saya tetap mengurangi makanan yang banyak mengandung karbohidrat agar berat badan saya turun				
18	Saya biasanya memilih makanan yang lezat dan banyak				
19	Saya merasa lebih puas ketika makanan yang saya konsumsi memiliki tampilan yang menarik dan seimbang				
20	Kecemasan seringkali memicu keinginan saya untuk mengonsumsi makanan yang berlebihan tidak sehat				
21	Ketika tugas menumpuk saya akan makan yang banyak				
22	Saya merasa kesulitan untuk menghindari makanan tertentu meskipun saya tahu hal itu tidak sehat				
23	Ketika lapar saya memakan banyak makanan yang mengandung karbohidrat				
24	Ketika ada yang menawarkan makanan atau minuman saya akan menerima tanpa khawatir dengan berat badan saya				
25	Saya tetap mengonsumsi makanan yang tinggi kalori walaupun dapat membuat berat badan naik				
26	Saya akan makan ketika melihat makanan yang lezat walaupun saya tidak lapar				
27	Saat merasa marah, saya merasa cenderung mencari kenyamanan dalam makanan				
28	Ketika badan saya terlihat gemuk di kaca saya tidak merasa terganggu				
29	Saya makan kapanpun saya mau				
30	Saya tidak peduli mengenai porsi makan walaupun berat badan saya bertambah				

31	Saya suka mengonsumsi makanan yang manis seperti permen				
32	Ketika melihat makanan yang lumer membuat nafsu makan saya meningkat				
33	Ketika stress nafsu makan saya meningkat				
34	Saya tidak mengatur pola makan saya ketika berat badan bertambah				



Uji Reliabilitas dan Uji Daya Beda Aitem *Try Out Body Dissatisfaction* sebelum digugurkan

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	60	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	60	100.0

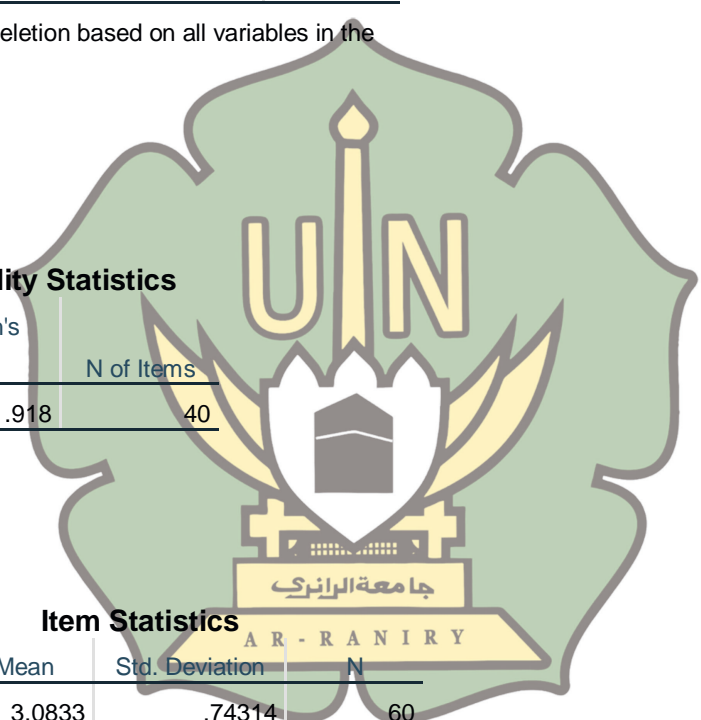
a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.918	40

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
X1	3.0833	.74314	60
X2	2.7000	.88872	60
X3	3.1500	.84020	60
X4	2.9500	.76856	60
X5	2.9833	.74769	60
X6	2.7333	.89947	60
X7	3.1500	.70890	60
X8	3.0667	.79972	60
X9	2.9000	.96901	60
X10	2.8667	.94719	60
X11	3.1333	.74712	60
X12	2.7667	.90884	60
X13	2.9167	.84956	60



X14	2.5667	.98060	60
X15	3.3333	.68064	60
X16	3.0167	.72467	60
X17	2.8000	.95314	60
X18	3.1833	.79173	60
X19	3.2833	.71525	60
X20	3.1000	.75240	60
X21	2.5333	.72408	60
X22	2.4833	.72467	60
X23	2.2333	.76727	60
X24	2.3000	.84973	60
X25	2.2167	.73857	60
X26	2.2000	.75465	60
X27	2.3667	.86292	60
X28	1.8833	.58488	60
X29	2.6333	.84305	60
X30	2.6167	.84556	60
X31	2.4833	.81286	60
X32	2.8833	.66617	60
X33	2.5833	.82937	60
X34	2.6333	.78041	60
X35	2.4500	.89110	60
X36	2.6167	.80447	60
X37	2.5833	.82937	60
X38	2.8000	.73184	60
X39	2.3833	.71525	60
X40	2.4833	.81286	60

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	105.9667	233.185	.535	.915
X2	106.3500	234.028	.407	.916
X3	105.9000	236.973	.317	.917

X4	106.1000	238.769	.274	.918
X5	106.0667	234.741	.462	.916
X6	106.3167	229.847	.558	.914
X7	105.9000	236.939	.387	.916
X8	105.9833	234.051	.457	.916
X9	106.1500	231.655	.450	.916
X10	106.1833	228.796	.565	.914
X11	105.9167	233.535	.516	.915
X12	106.2833	231.122	.504	.915
X13	106.1333	229.609	.604	.914
X14	106.4833	238.525	.211	.919
X15	105.7167	232.342	.630	.914
X16	106.0333	229.694	.713	.913
X17	106.2500	235.818	.313	.918
X18	105.8667	229.880	.640	.914
X19	105.7667	234.995	.473	.916
X20	105.9500	236.625	.375	.917
X21	106.5167	238.017	.328	.917
X22	106.5667	234.623	.483	.915
X23	106.8167	233.779	.491	.915
X24	106.7500	232.428	.491	.915
X25	106.8333	230.379	.667	.913
X26	106.8500	229.858	.675	.913
X27	106.6833	237.406	.291	.918
X28	107.1667	240.548	.275	.917
X29	106.4167	227.671	.688	.913
X30	106.4333	230.758	.561	.914
X31	106.5667	228.284	.689	.913
X32	106.1667	237.565	.383	.916
X33	106.4667	238.389	.266	.918
X34	106.4167	233.366	.499	.915
X35	106.6000	234.719	.380	.917
X36	106.4333	235.673	.387	.916
X37	106.4667	234.795	.409	.916
X38	106.2500	234.258	.495	.915
X39	106.6667	239.277	.275	.918
X40	106.5667	246.351	-.044	.921

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
109.0500	245.879	15.68052	40



Uji Reliabilitas dan Uji Daya Beda Aitem Try out skala perilaku diet sebelum digugurkan

Reliability

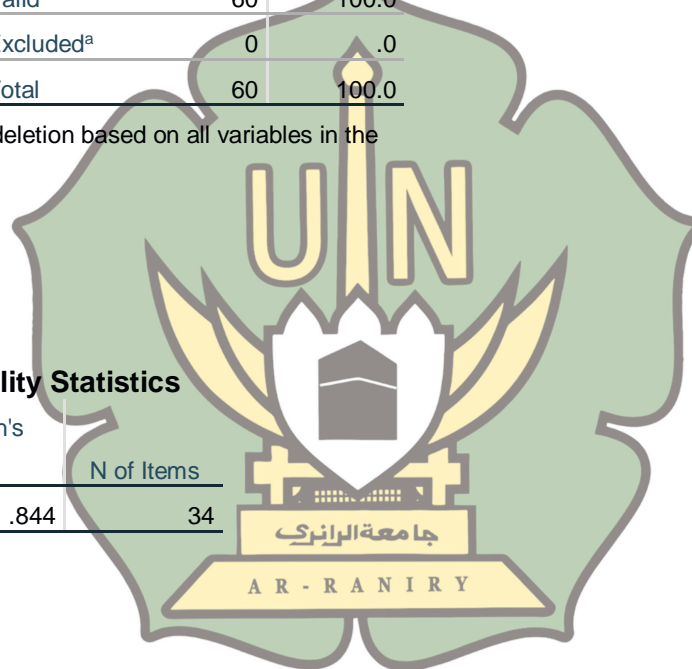
Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	60	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	60	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.844	34



Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Y1	3.0500	.59447	60
Y2	2.5167	.79173	60
Y3	3.0667	.86095	60
Y4	2.7167	.82527	60
Y5	2.2333	.76727	60
Y6	2.8000	.73184	60
Y7	2.6833	.96536	60
Y8	2.5333	.79119	60
Y9	2.6333	.73569	60
Y10	2.9500	.79030	60

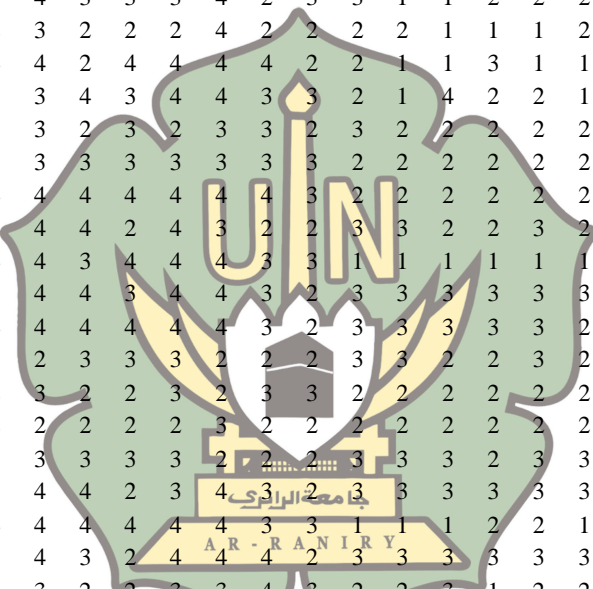
Y11	2.9167	.71997	60
Y12	2.4167	.71997	60
Y13	3.1000	.77460	60
Y14	2.7833	.73857	60
Y15	2.7833	.73857	60
Y16	2.7667	.94540	60
Y17	2.5667	.76727	60
Y18	2.2500	.67961	60
Y19	1.8667	.67565	60
Y20	2.3833	.71525	60
Y21	2.7000	.67145	60
Y22	2.0667	.70990	60
Y23	2.2667	.68561	60
Y24	2.2333	.81025	60
Y25	2.3833	.69115	60
Y26	2.3000	.76579	60
Y27	2.3667	.84305	60
Y28	2.8500	.93564	60
Y29	2.1833	.89237	60
Y30	2.6833	.79173	60
Y31	2.3333	.81650	60
Y32	2.0667	.79972	60
Y33	2.6667	.89569	60
Y34	2.6833	.83345	60

Item-Total Statistics

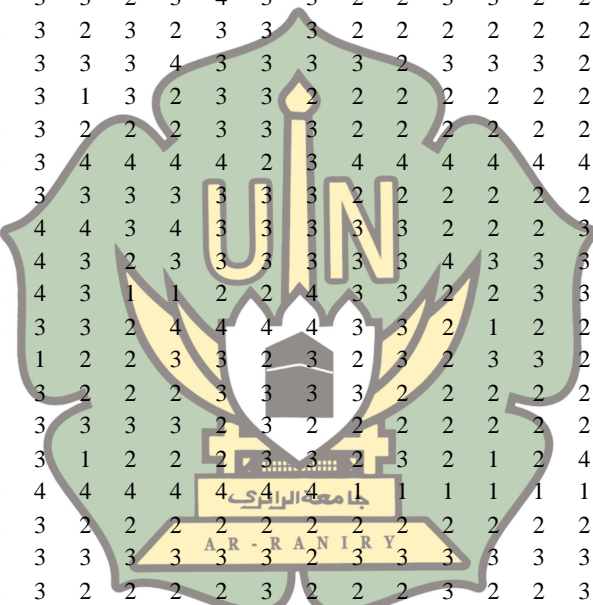
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	83.7500	114.496	.026	.847
Y2	84.2833	108.884	.343	.840
Y3	83.7333	112.097	.128	.846
Y4	84.0833	112.417	.119	.846
Y5	84.5667	109.504	.317	.840
Y6	84.0000	112.441	.142	.845

Y7	84.1167	102.715	.589	.831
Y8	84.2667	107.046	.459	.836
Y9	84.1667	108.887	.375	.839
Y10	83.8500	106.333	.504	.835
Y11	83.8833	109.935	.313	.841
Y12	84.3833	107.088	.508	.835
Y13	83.7000	106.078	.533	.834
Y14	84.0167	110.966	.236	.843
Y15	84.0167	108.627	.390	.839
Y16	84.0333	110.880	.171	.846
Y17	84.2333	107.707	.432	.837
Y18	84.5500	109.201	.388	.839
Y19	84.9333	113.962	.053	.847
Y20	84.4167	112.993	.110	.846
Y21	84.1000	113.176	.109	.845
Y22	84.7333	111.351	.222	.843
Y23	84.5333	112.965	.120	.845
Y24	84.5667	105.809	.523	.834
Y25	84.4167	105.773	.628	.833
Y26	84.5000	106.831	.490	.836
Y27	84.4333	109.945	.256	.842
Y28	83.9500	108.048	.322	.841
Y29	84.6167	102.410	.663	.829
Y30	84.1167	103.664	.675	.830
Y31	84.4667	105.914	.512	.835
Y32	84.7333	108.334	.373	.839
Y33	84.1333	112.626	.092	.848
Y34	84.1167	107.495	.404	.838

N	4	2	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	2	1	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	2	2	1	3	3	2	109		
A	3	4	3	2	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	4	4	4	3	3	3	114	
S	4	4	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	1	1	2	2	2	3	100		
S	2	1	4	1	1	1	4	4	3	1	4	1	1	4	2	1	1	3	4	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	2	1	2	1	1	2	69		
D	4	4	3	4	4	2	3	4	4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	1	1	2	2	2	1	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	105		
A	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	3	2	3	2	3	1	4	4	4	2	89	
A	1	4	4	2	4	2	4	2	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	2	4	1	93
N	2	2	4	3	3	4	4	4	4	1	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	2	1	4	2	2	1	2	3	2	1	3	3	3	1	3	4	3	1	105	
V	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	94
N	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	97
N	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	112
M	4	2	4	2	3	3	4	2	4	3	3	3	4	4	4	2	4	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	4	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	110	
N	4	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	3	1	1	2	1	96	
M	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	115	
C	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	126
C	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	93
A	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	94
N	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	85	
Z	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	100	
R	4	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	116
K	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	2	2	1	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	116
R	3	2	3	4	4	2	4	2	2	4	4	2	3	4	3	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	118
B	3	2	4	3	2	2	4	3	2	1	3	1	1	3	2	2	3	3	4	3	2	2	3	1	2	2	1	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	95	
N	3	1	4	4	4	1	3	3	1	2	3	1	2	3	2	1	3	3	3	2	3	2	4	1	3	1	1	2	3	2	3	4	2	3	2	3	3	3	94	
Z	3	3	1	3	3	1	4	4	1	3	4	4	2	4	3	4	3	4	4	2	2	1	1	2	2	1	3	3	2	4	2	2	2	4	3	3	2	101		
R	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	106	
Z	3	2	3	4	3	2	3	2	2	2	4	3	3	3	4	4	4	4	4	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	103	
N	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	2	4	4	2	3	2	2	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	1	4	2	123
F	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	104	
Z	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	100	
K	4	3	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	1	1	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	1	4	4	3	121	
M	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	95	

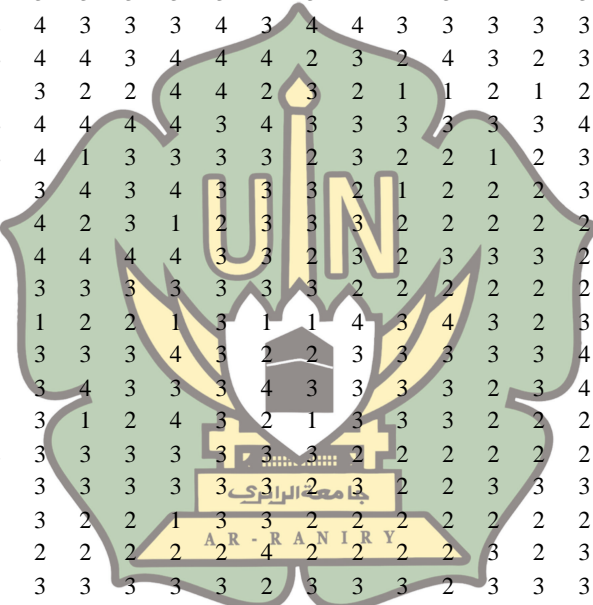


N	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	92			
C	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	90			
M	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	4	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	98			
A	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	112				
A	2	2	3	3	3	1	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	4	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	108		
N	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	88		
A	3	2	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	113		
S	2	2	3	2	2	1	3	1	1	1	1	2	1	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	78	
S	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	90		
F	3	3	4	3	3	4	2	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	2	4	2	2	3	4	3	128	
F	2	3	2	3	2	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	99		
I	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	4	3	2	2	4	3	3	121		
P	2	2	4	4	4	3	4	3	2	4	4	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	4	3	1	3	4	3	2	114	
T	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	4	3	1	1	2	2	4	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	93		
M	4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	2	4	4	4	4	3	3	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	1	2	1	3	3	112	
M	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	100		
G	3	2	3	3	2	1	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	91	
S	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	3	2	2	3	2	96	
N	1	1	2	4	3	1	4	3	2	3	2	1	2	3	1	2	2	2	3	3	2	3	2	1	2	4	1	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	86		
M	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	1	106
A	2	1	3	4	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	85
N	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	110
N	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	93	
H	4	2	4	3	4	4	2	3	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	2	108	
M	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	123	
M	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	1	1	3	3	2	3	1	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	117	
R	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	2	3	3	1	3	3	3	2	3	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	129		
Z	3	2	3	2	4	3	4	4	4	2	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	99	
A	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	107	
R	2	2	4	2	4	1	4	1	1	4	3	2	2	3	2	2	3	2	4	2	3	1	3	2	3	2	1	1	3	2	3	2	1	2	2	2	2	1	86		
A	2	3	3	4	3	1	3	3	4	1	3	2	3	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	94	
I	3	2	1	3	2	2	4	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	92	



R	3	3	4	2	2	3	2	4	3	2	3	3	2	3	2	2	1	4	1	3	3	2	1	3	2	2	4	2	3	3	3	2	4	4	4	1	2	2	99			
F	2	1	2	2	2	2	3	2	1	4	4	1	3	4	3	2	1	2	3	3	1	1	1	1	1	3	2	2	1	1	2	2	2	1	3	2	1	2	76			
L	3	3	1	4	2	1	4	4	4	4	4	4	2	4	3	1	1	1	1	1	4	4	2	1	2	4	2	4	4	4	4	4	3	2	3	3	2	1	105			
A	3	3	4	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	4	1	104				
A	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	112			
S	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	115			
S	3	2	3	2	3	2	2	2	4	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	1	2	3	3	3	2	99			
S	3	2	3	2	3	2	2	2	4	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	1	2	3	3	3	2	99				
A	3	2	3	3	2	2	3	3	3	1	3	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	1	2	2	2	2	79		
Z	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	84		
I	3	2	3	3	3	3	3	4	4	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	101		
A	3	2	3	4	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	4	2	4	3	4	3	2	108				
H	2	1	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	1	4	4	3	4	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	4	3	3	2	4	2	109			
D	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	93		
Y	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	115			
M	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	95			
A	3	2	4	4	3	3	4	4	4	3	3	2	4	4	4	2	4	4	4	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	4	3	3	3	3	115			
Z	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	106	
N	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	1	4	4	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	117		
F	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	87	
N	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	102		
D	2	3	4	2	3	2	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	110		
M	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	97		
A	4	1	2	4	3	4	4	4	4	2	3	2	1	4	3	2	4	4	4	4	4	2	1	3	3	2	4	2	3	3	3	3	4	4	4	4	1	2	2	113		
Z	3	2	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	2	3	3	4	4	2	4	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	129		
N	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	1	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	124		
B	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	131		
I	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	1	2	2	2	3	100
A	4	2	4	4	4	2	3	4	3	3	4	3	2	4	4	1	4	4	2	4	3	3	1	2	3	3	1	1	3	3	3	4	4	2	3	3	4	4	115			
A	4	2	4	3	3	2	4	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	1	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	1	2	3	97			
C	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	131	
T	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	2	4	2	3	3	2	107		

N	3	2	3	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	4	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	93	
A	3	2	3	2	2	1	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	4	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	94
S	1	1	1	4	4	1	4	3	2	3	3	1	2	2	2	4	3	3	3	4	1	1	2	1	2	3	1	2	2	3	2	4	2	3	2	3	2	2	89		
R	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	108		
A	2	4	4	4	3	2	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	1	4	1	2	3	2	2	101			
F	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	1	3	3	3	1	3	2	110			
M	4	3	4	4	4	1	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	3	2	4	3	2	3	3	4	3	4	3	2	4	1	3	4	3	2	124		
I	2	2	2	2	3	2	3	4	3	2	1	2	3	3	2	2	4	4	2	3	2	1	1	2	1	2	2	3	2	2	1	1	3	1	3	2	2	2	84		
A	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	4	4	3	4	4	2	4	3	3	2	134	
U	2	2	2	4	2	1	3	1	2	1	2	2	4	4	1	3	3	3	3	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	89	
S	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	2	1	2	2	2	3	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	3	94		
S	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	2	4	2	3	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	96	
M	3	3	4	4	4	3	4	2	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	2	3	3	3	2	1	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	114		
T	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	96	
N	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	3	1	1	4	3	4	3	2	3	2	4	2	2	4	3	3	3	4	4	4	3	93		
D	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	120		
A	4	3	4	3	4	4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	115		
A	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	1	2	4	3	2	1	3	3	3	2	2	2	1	2	3	2	2	3	2	4	2	2	3	2	95		
A	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	93	
A	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	103	
A	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	3	80	
A	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	3	2	3	1	2	3	1	3	3	2	3	3	2	2	2	96		
U	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	106		
M	3	2	2	2	2	2	4	2	3	1	1	1	1	4	2	2	2	4	3	3	2	1	2	2	1	1	1	3	2	2	2	2	4	1	3	2	2	3	82		
A	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	4	4	4	3	3	3	3	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	3	3	4	2	1	2	2	95		
R	2	2	2	2	3	1	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	86

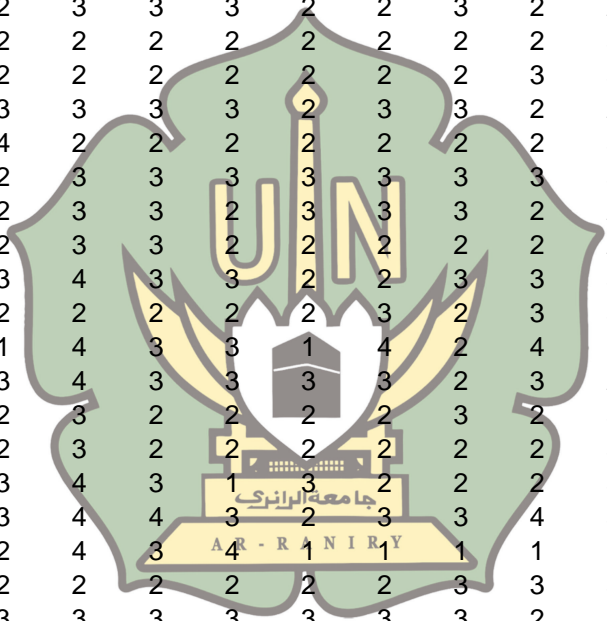


Tabulasi Perilaku Diet

Identitas	Y2	Y5	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y15	Y17	Y18	Y24	Y25	Y26	Y27	Y28	Y29	Y30	Y31	Y32	Y34	total
M	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	58
P	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	55
N	1	3	3	2	4	4	3	3	4	2	2	3	3	2	3	4	4	4	4	4	3	3	68
Z	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	55
K	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	1	1	3	3	3	1	3	66
G	4	3	4	4	1	4	3	2	4	3	2	2	2	2	2	2	4	2	3	2	2	3	60
S	3	2	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	2	2	4	68
A	3	2	2	2	3	3	4	2	3	4	2	2	4	3	2	3	3	2	3	2	2	3	59
C	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	41
M	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	45
M	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	47
F	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	79
S	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	60
D	3	2	4	4	2	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	69
A	3	2	2	3	3	3	4	3	4	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	57
S	1	1	4	2	2	3	3	2	3	2	2	1	1	2	1	2	3	1	2	1	2	2	43
P	4	2	2	3	2	3	3	2	4	4	2	2	3	2	3	3	3	1	3	2	1	3	57
A	2	2	2	4	3	4	4	2	4	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	61
B	3	3	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	42
O	4	1	4	3	4	4	4	3	3	2	2	3	2	3	4	4	4	4	4	4	2	4	72
H	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	4	4	4	3	3	2	3	57
A	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	56
C	2	2	4	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	66
N	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	4	56
N	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	4	57
S	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	46
J	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	58

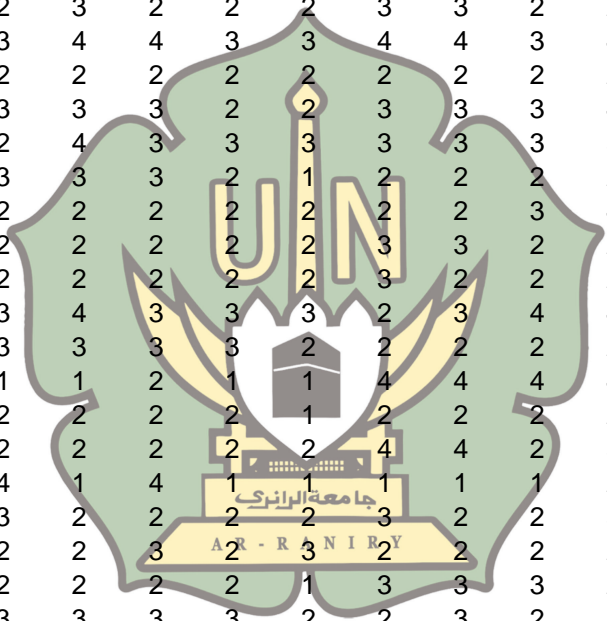
N	2	4	2	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	57
A	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	64
S	2	3	3	2	3	2	2	2	4	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	2	3	60
S	2	1	1	1	2	1	4	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	30
D	3	2	3	3	2	4	2	1	3	4	3	1	1	2	2	1	4	2	3	2	1	1	50
A	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	40
A	2	2	1	4	2	2	4	2	4	2	1	1	1	1	1	1	4	1	3	4	3	4	50
N	3	2	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	2	1	4	3	4	3	2	4	70
V	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	52
N	3	2	3	2	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	59
N	3	2	2	2	3	2	2	2	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	51
M	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	61
N	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	3	1	3	1	1	3	1	3	1	1	2	60
M	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	62
C	2	2	3	2	3	4	3	2	4	2	3	2	2	2	2	2	4	2	3	2	2	2	55
C	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	52
A	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	46
N	2	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	47
Z	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	57	
R	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	2	3	4	3	3	3	2	64
K	2	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	1	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	52
R	2	2	2	3	4	3	3	3	4	3	3	1	2	2	2	3	3	1	3	1	1	3	54
B	3	1	1	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	4	2	3	3	2	3	53
N	1	1	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	1	2	1	1	2	43
Z	1	2	1	1	2	3	4	2	3	3	1	1	1	2	2	2	4	1	2	1	1	3	43
R	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	56
Z	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	52
N	2	2	4	2	2	3	2	2	4	2	4	1	1	2	1	1	4	1	2	3	1	1	47
F	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	55
Z	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	2	4	4	62
K	3	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	3	4	4	1	4	76

M	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	53
N	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	49
C	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	47
M	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	1	3	3	1	3	2	2	3	57
A	2	2	2	3	1	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	52
A	2	1	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	2	2	2	2	2	45
N	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	47
A	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	57
S	4	2	2	3	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	3	3	2	57
S	4	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	60	
F	3	2	2	2	2	3	1	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	52
F	3	2	2	2	2	4	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	49
I	2	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	4	1	3	2	3	3	3	62
P	1	1	2	1	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	48
T	4	1	2	3	4	2	1	1	4	3	3	1	4	2	4	1	3	1	3	4	4	4	59
M	3	3	4	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	1	3	66
M	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	52
G	2	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	46
S	3	2	2	2	3	3	2	3	4	3	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	52
N	3	2	3	3	2	3	4	3	4	4	3	2	3	3	4	3	4	1	4	3	3	4	68
M	3	2	2	2	2	4	4	2	4	3	4	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	45
A	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	54
N	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	61
N	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	53
H	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	4	3	2	61
M	3	2	4	2	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	61
M	2	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	2	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	68
R	4	2	3	4	3	4	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	4	2	3	3	2	3	61
Z	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	69
A	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	50
R	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	54



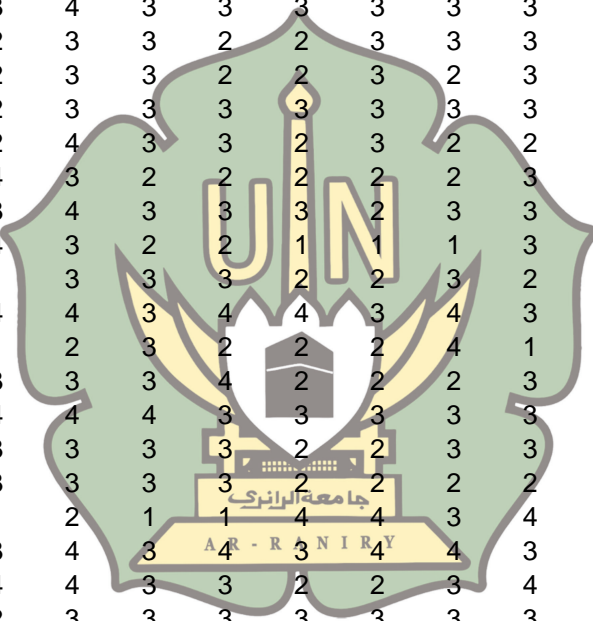
A	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	54
I	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	45
R	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	49
A	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	49
N	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	48
S	4	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	70
P	2	1	3	2	3	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	3	4	2	3	2	2	3	55
R	3	3	3	2	3	4	3	3	4	4	4	3	3	2	2	2	4	2	3	3	1	4	65
S	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	52
A	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	3	3	1	2	2	3	3	2	46
A	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	53
N	3	2	3	2	3	4	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	57
N	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	52
D	3	1	2	2	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	58
I	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	62
A	4	3	4	3	3	2	3	3	4	2	4	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	68
R	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	56
N	3	3	4	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	68
R	3	2	3	2	2	3	4	3	4	3	2	3	2	3	4	4	3	2	3	2	2	3	62
S	3	1	1	3	1	3	3	2	2	2	1	1	1	1	2	3	2	1	1	3	1	2	40
R	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	57
M	2	2	3	2	2	3	3	4	4	2	2	1	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	55
M	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	4	3	2	4	4	2	4	2	3	4	49
U	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	4	1	3	3	2	2	1	1	1	1	1	2	46
R	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	4	3	2	4	4	1	4	1	3	4	58
A	2	3	4	2	3	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	4	3	3	2	2	3	58
R	3	2	3	2	2	2	2	1	3	2	2	1	1	1	2	4	2	1	1	1	1	1	40
A	3	2	3	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	4	1	1	1	1	1	1	41
F	2	2	2	2	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	74
I	2	1	2	2	3	2	4	3	2	2	2	2	2	2	1	3	2	1	1	2	1	1	43

T	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	57	
G	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	4	2	3	4	2	4	60	
N	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	53	
A	4	2	2	3	3	4	2	2	3	2	3	1	1	2	3	2	3	1	3	2	1	2	51	
M	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	4	2	3	2	2	3	53	
F	3	3	4	3	2	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	75	
T	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	45	
N	2	1	4	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	4	4	2	3	2	3	3	63	
A	2	3	4	2	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	67	
M	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	44	
A	2	2	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	4	2	3	2	2	53	
R	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	50	
S	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	46	
N	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	2	2	4	4	2	4	2	4	73	
L	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	54	
L	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	4	4	4	4	2	1	3	1	3	4	47
N	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	47
M	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	3	3	1	3	2	2	51	
I	1	1	1	1	1	4	4	4	1	4	1	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	4	40	
B	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	53	
F	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	1	2	48
Z	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	3	1	3	2	2	51	
W	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	60	
A	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	46	
R	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	2	3	2	51	
R	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	2	3	2	51	
M	3	2	3	2	3	4	2	3	2	3	3	2	2	1	2	3	3	1	2	1	2	1	50	
N	4	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	55	
A	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	46	
A	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	50	
R	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	1	2	3	2	3	3	1	3	2	2	3	58	



S	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	48		
C	4	3	2	4	4	4	1	2	4	3	3	3	3	2	4	2	4	1	3	2	3	3	64	
B	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	53	
S	2	1	3	2	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	3	1	3	1	3	2	2	2	50	
R	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	62	
F	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	2	1	63	
L	4	2	3	2	3	3	2	2	4	3	3	2	4	3	2	2	4	2	3	2	3	3	61	
A	2	2	4	2	3	4	1	1	3	3	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	51	
A	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	57	
S	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	63	
S	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	1	3	2	4	1	1	3	50	
S	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	1	3	2	4	1	1	3	50
A	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	3	51	
Z	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	54	
I	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	68	
A	2	2	2	2	1	2	3	3	2	2	1	2	3	2	2	3	3	1	2	3	3	2	48	
H	3	2	2	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	2	3	2	1	4	62	
D	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	60	
Y	2	2	3	2	1	4	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	60	
M	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	49	
A	2	3	3	3	2	4	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	2	3	67	
Z	3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	59	
N	2	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	3	2	54	
F	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	50	
N	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	57	
D	3	2	3	3	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	71	
M	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	60	
A	2	2	4	1	2	2	3	4	4	3	4	3	2	3	3	2	3	1	4	1	1	4	58	
Z	1	2	3	1	3	1	4	2	3	2	2	3	2	3	1	4	4	3	3	1	4	3	55	
N	3	2	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	2	4	4	4	2	3	4	71	
B	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	1	1	2	3	3	3	72	

I	2	2	3	2	4	4	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	59
A	3	1	1	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	1	1	2	1	1	1	43
A	3	2	3	4	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	1	4	2	3	3	2	3	57
C	2	2	2	3	2	2	2	2	2	4	2	3	3	3	3	4	3	4	3	1	3	3	60
T	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	67
N	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	1	3	1	1	3	53
A	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	1	2	2	1	3	51
S	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	1	3	60
R	3	2	3	3	3	4	3	2	4	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	62
A	2	1	3	2	3	4	4	4	4	3	2	2	2	2	3	1	4	1	2	4	3	2	56
F	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	67
M	1	1	2	2	2	2	4	4	3	2	2	1	1	1	3	2	4	1	2	2	1	1	44
I	2	2	4	1	3	2	2	1	3	3	3	3	2	2	3	2	1	2	1	2	2	1	47
A	4	2	2	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	76
U	3	4	2	2	2	2	1	1	2	3	2	2	2	4	1	3	2	1	2	2	3	2	48
S	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	3	3	1	3	2	3	3	60
S	3	2	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	2	3	66
M	2	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	1	3	1	3	2	2	3	56
T	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	55
N	4	1	2	1	2	1	3	1	2	1	1	4	4	3	4	3	4	2	3	2	4	4	56
D	3	4	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	2	2	3	2	4	3	4	4	4	4	76
A	2	3	2	2	3	4	4	4	4	3	3	2	2	3	4	4	2	1	3	1	2	2	60
A	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	1	3	57
A	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	3	3	62
A	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	60
A	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	57
A	2	2	3	3	2	2	4	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	1	3	3	1	3	51
U	2	2	3	2	1	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	47
M	2	2	2	2	1	2	1	1	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	4	3	3	3	49
A	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3	68
R	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	52



Uji Reliabilitas dan Uji Daya Beda Aitem *Body Dissatisfaction* Sesudah Digugurkan

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	60	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	60	100.0

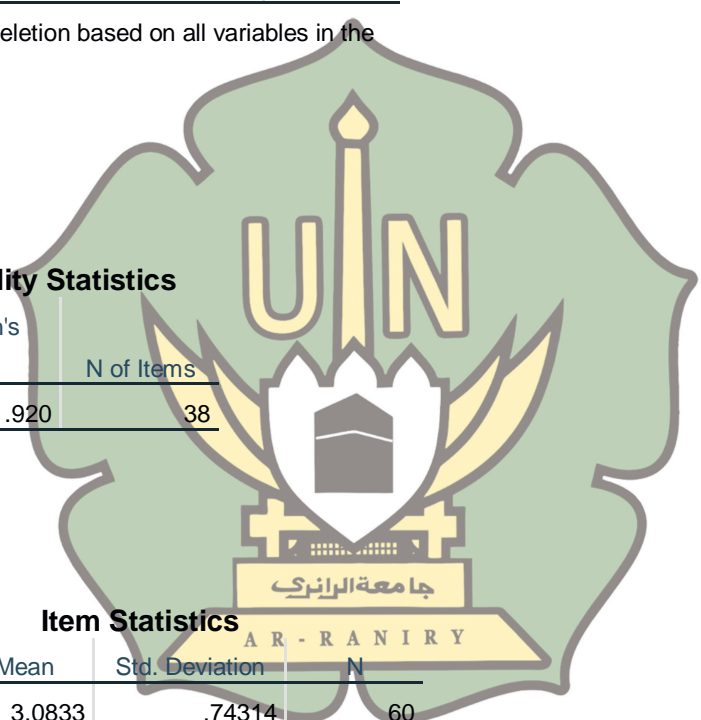
a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.920	38

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
X1	3.0833	.74314	60
X2	2.7000	.88872	60
X3	3.1500	.84020	60
X4	2.9500	.76856	60
X5	2.9833	.74769	60
X6	2.7333	.89947	60
X7	3.1500	.70890	60
X8	3.0667	.79972	60
X9	2.9000	.96901	60
X10	2.8667	.94719	60
X11	3.1333	.74712	60
X12	2.7667	.90884	60
X13	2.9167	.84956	60



X14	3.3333	.68064	60
X15	3.0167	.72467	60
X16	2.8000	.95314	60
X17	3.1833	.79173	60
X18	3.2833	.71525	60
X19	3.1000	.75240	60
X20	2.5333	.72408	60
X21	2.0000	.00000	60
X22	2.2333	.76727	60
X23	2.3000	.84973	60
X24	2.2167	.73857	60
X25	2.2000	.75465	60
X26	2.3667	.86292	60
X27	1.8833	.58488	60
X28	2.6333	.84305	60
X29	2.6167	.84556	60
X30	2.4833	.81286	60
X31	2.8833	.66617	60
X32	2.5833	.82937	60
X33	2.6333	.78041	60
X34	2.4500	.89110	60
X35	2.6167	.80447	60
X36	2.5833	.82937	60
X37	2.8000	.73184	60
X38	2.3833	.71525	60

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	100.4333	215.436	.539	.917
X2	100.8167	215.949	.421	.919
X3	100.3667	219.050	.321	.920
X4	100.5667	221.063	.267	.920
X5	100.5333	217.067	.459	.918

X6	100.7833	211.834	.577	.917
X7	100.3667	218.880	.399	.919
X8	100.4500	215.947	.475	.918
X9	100.6167	213.461	.471	.918
X10	100.6500	210.875	.581	.916
X11	100.3833	215.461	.535	.917
X12	100.7500	212.733	.535	.917
X13	100.6000	211.837	.614	.916
X14	100.1833	214.661	.633	.916
X15	100.5000	211.949	.724	.915
X16	100.7167	217.393	.336	.920
X17	100.3333	211.955	.658	.916
X18	100.2333	217.233	.474	.918
X19	100.4167	218.586	.386	.919
X20	100.9833	220.017	.335	.919
X21	101.5167	227.745	.000	.921
X22	101.2833	216.681	.464	.918
X23	101.2167	214.918	.486	.918
X24	101.3000	212.722	.672	.916
X25	101.3167	212.457	.669	.916
X26	101.1500	219.892	.278	.920
X27	101.6333	222.914	.257	.920
X28	100.8833	210.410	.680	.915
X29	100.9000	213.922	.530	.917
X30	101.0333	211.287	.669	.916
X31	100.6333	219.456	.397	.919
X32	100.9333	220.877	.251	.921
X33	100.8833	216.206	.476	.918
X34	101.0667	217.928	.343	.920
X35	100.9000	218.159	.376	.919
X36	100.9333	217.080	.408	.919
X37	100.7167	216.512	.497	.918
X38	101.1333	222.016	.245	.920

Uji Reliabilitas dan uji beda daya aitem perilaku diet sesudah digururkan

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	60	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	60	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.877	22

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Y1	2.5167	.79173	60
Y2	2.2333	.76727	60
Y3	2.6833	.96536	60
Y4	2.5333	.79119	60
Y5	2.6333	.73569	60
Y6	2.9500	.79030	60
Y7	2.9167	.71997	60
Y8	2.4167	.71997	60
Y9	3.1000	.77460	60
Y10	2.7833	.73857	60
Y11	2.5667	.76727	60
Y12	2.2500	.67961	60
Y13	2.2333	.81025	60
Y14	2.3833	.69115	60
Y15	2.3000	.76579	60

Y16	2.3667	.84305	60
Y17	2.8500	.93564	60
Y18	2.1833	.89237	60
Y19	2.6833	.79173	60
Y20	2.3333	.81650	60
Y21	2.0667	.79972	60
Y22	2.6833	.83345	60

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	53.1500	79.791	.351	.875
Y2	53.4333	79.979	.351	.875
Y3	52.9833	74.796	.578	.868
Y4	53.1333	77.541	.518	.870
Y5	53.0333	80.101	.360	.875
Y6	52.7167	78.342	.458	.872
Y7	52.7500	81.004	.298	.877
Y8	53.2500	78.157	.527	.870
Y9	52.5667	77.063	.567	.869
Y10	52.8833	79.664	.392	.874
Y11	53.1000	79.075	.419	.873
Y12	53.4167	80.179	.389	.874
Y13	53.4333	76.860	.553	.869
Y14	53.2833	77.088	.644	.867
Y15	53.3667	77.863	.513	.870
Y16	53.3000	81.027	.240	.879
Y17	52.8167	78.932	.335	.877
Y18	53.4833	74.152	.679	.864
Y19	52.9833	74.729	.732	.863
Y20	53.3333	77.073	.533	.870
Y21	53.6000	80.007	.331	.876
Y22	52.9833	78.051	.450	.872

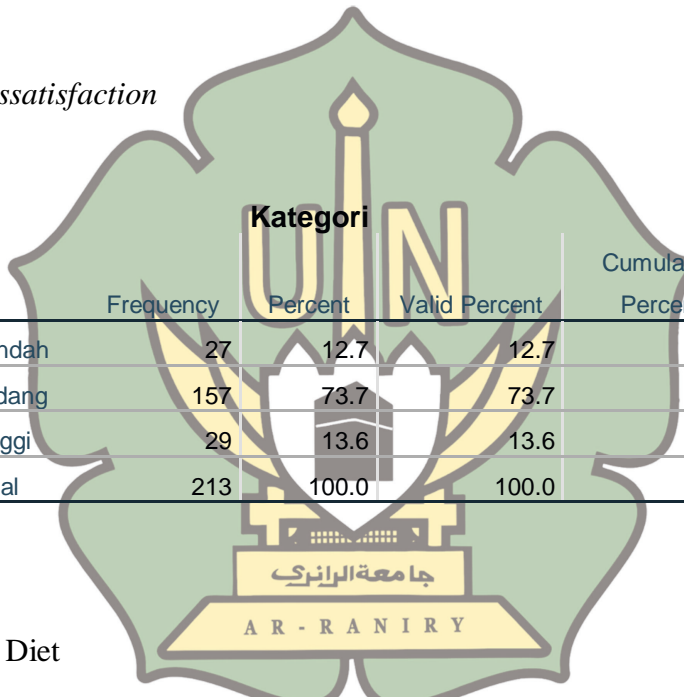
Kategorisasi Data Penelitian

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
X	213	101.4977	15.83840	59.00	145.00
Y	213	55.7324	8.39299	30.00	79.00

Kategori SWB

1. Body Dissatisfaction



		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	27	12.7	12.7	12.7
	Sedang	157	73.7	73.7	86.4
	Tinggi	29	13.6	13.6	100.0
Total		213	100.0	100.0	

2. Perilaku Diet

Kategorisasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	37	17.4	17.4	17.4
	Sedang	144	67.6	67.6	85.0
	Tinggi	32	15.0	15.0	100.0
Total		213	100.0	100.0	

Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

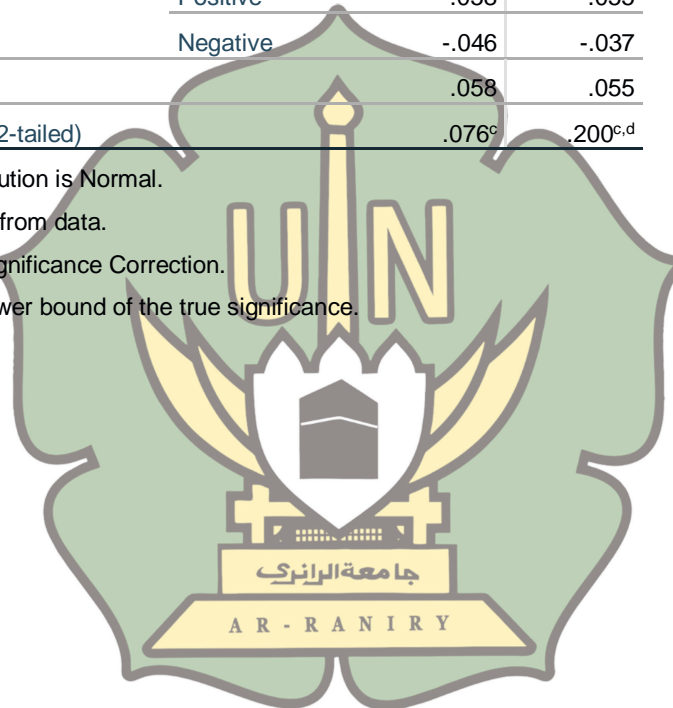
	X	Y
N	213	213
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	101.4977
	Std. Deviation	15.83840
Most Extreme Differences	Absolute	.058
	Positive	.058
	Negative	-.037
Test Statistic	.058	.055
Asymp. Sig. (2-tailed)	.076 ^c	.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.



Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Y * X	Between Groups	(Combined)	7390.479	66	111.977	2.167	.000
		Linearity	3007.749	1	3007.749	58.215	.000
		Deviation from Linearity	4382.730	65	67.427	1.305	.096
	Within Groups		7543.267	146	51.666		
	Total		14933.746	212			

Measures of Association

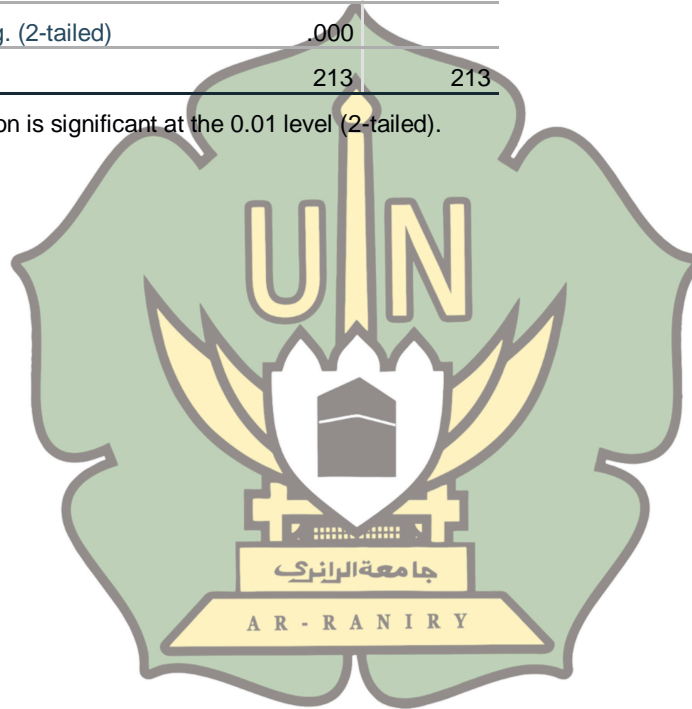
	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Y * X	.449	.201	.703	.495

Uji Korelasi

Correlations

		X	Y
X	Pearson Correlation	1	.449**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	213	213
Y	Pearson Correlation	.449**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	213	213

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



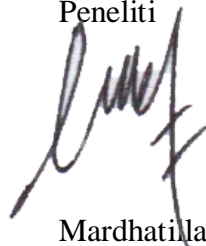
DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Mardhatillah Akbar
2. Tempat Tanggal Lahir : Geulumpang 18 Mei 2002
3. Jenis Kelamin : Laki-laki
4. Agama : Islam
5. NIM : 190901019
6. Kebangsaan : Indonesia
7. Alamat
 - a. Kecamatan : Kota Sigli
 - b. Kabupaten : Pidie
 - c. Provinsi : Aceh
8. No Hp : 082267357530
9. Email : mardhatillahakbar26@gmail.com
10. Riwayat Pendidikan
 - a. SD : MIN Iboih
 - b. SMP : SMP IQRO' Sigli
 - c. SMA : MAN 1 PIDIE
11. Orang Tua
 - a. Nama Ayah : Armia S.Ag., MH
 - b. Nama Ibu : Sufiati Dewi Mundriani S.Ag
12. Pekerjaan Orang Tua
 - a. Ayah : PNS
 - b. Ibu : PNS
13. Alamat Orang Tua : Gampong Asan, Kec. Kota Sigli, Kab. Pidie

Banda Aceh 26 Juli 2024

Peneliti



Mardhatillah Akbar