

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN HARGA DIRI DENGAN
PERILAKU DIET PADA WANITA DEWASA AWAL**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri
Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

Disusun oleh:

Putri Pramudita Artwani

17107010119

Dosen Pembimbing:

Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi

NIP. 19830501 201503 2 006

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2021**

PERNYATAAN KEASLIAN

ii

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya:

Nama : Putri Pramudita Artwani
NIM : 17107010119
Jenjang : Strata Satu (S1)
Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi saya yang berjudul "Hubungan antara Citra tubuh dan Harga Diri dengan Perilaku Diet pada Wanita Dewasa Awal" tidak ada karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar strata satu (S1) di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya tidak ada karya atau pendapat yang sudah pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Apabila dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya dan terdapat bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Yogyakarta, 08 April 2021

Yang Menyatakan,




Putri Pramudita Artwani

17107010119

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

Hal : Persetujuan Skripsi/Tugas Akhir
Lamp : -
Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudari:

Nama : Putri Pramudita Artwani

NIM : 17107010119

Prodi : Psikologi

Judul : Hubungan Antara Citra Tubuh dan Harga Diri Dengan Perilaku Diet
Pada Wanita Dewasa Awal

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam program studi Psikologi.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum Wr.Wb

Yogyakarta, 08 April 2020

Pembimbing,



Rita Setyani Hadi Sukirno, S.Psi., M.Psi

NIP. 19830501 201503 2 006

MOTTO

“Jangan biarkan kesulitan membuat dirimu gelisah, karena bagaimanapun juga hanya di malam yang paling gelap bintang-bintang tampak bersinar lebih terang”

Ali Bin Abi Thalib



HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirohim, puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan nikmat-Nya, sehingga karya ini dapat terselesaikan. Karya ini saya persembahkan kepada :

ALMAMATER

Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga

KELUARGA

Kepada orang tua yang saya hormati dan saya cintai

Bapak HM. Gunarto dan Ibu HJ. Murwani

Kepada kakak dan adik yang saya sayangi Lia Ulfatun Nafiesah Artwani dan Ra'id

Qaletaqa Artwani



HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-378/Un.02/DSH/PP.00.9/05/2021

Tugas Akhir dengan judul : HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN HARGA DIRI DENGAN PERILAKU DIET PADA WANITA DEWASA AWAL

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : PUTRI PRAMUDITA ARTWANI
Nomor Induk Mahasiswa : 17107010119
Telah diujikan pada : Senin, 10 Mei 2021
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

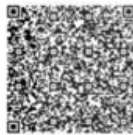
TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.
SIGNED

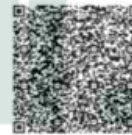
Valid ID: 60a338f411479



Penguji I

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi
SIGNED

Valid ID: 60a337823fc86

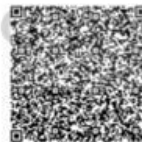


Penguji II

Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Psi.
SIGNED

Valid ID: 609bf2e51712

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Yogyakarta, 10 Mei 2021
UIN Sunan Kalijaga

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 60a4c2bd43310

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, atas limpahan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Antara Citra Tubuh dan Harga Diri Dengan Perilaku Diet Pada Wanita Dewasa Awal”. Skripsi ini adalah salah satu syarat untuk menyelesaikan studi serta dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, dan banyak kekurangan baik dalam metode penulisan maupun dalam pembahasan materi. Hal tersebut dikarenakan keterbatasan kemampuan penulis. Sehingga penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun. Semoga dikemudian hari dapat memperbaiki segala kekurangannya.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis selalu mendapatkan bimbingan, dorongan dan semangat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

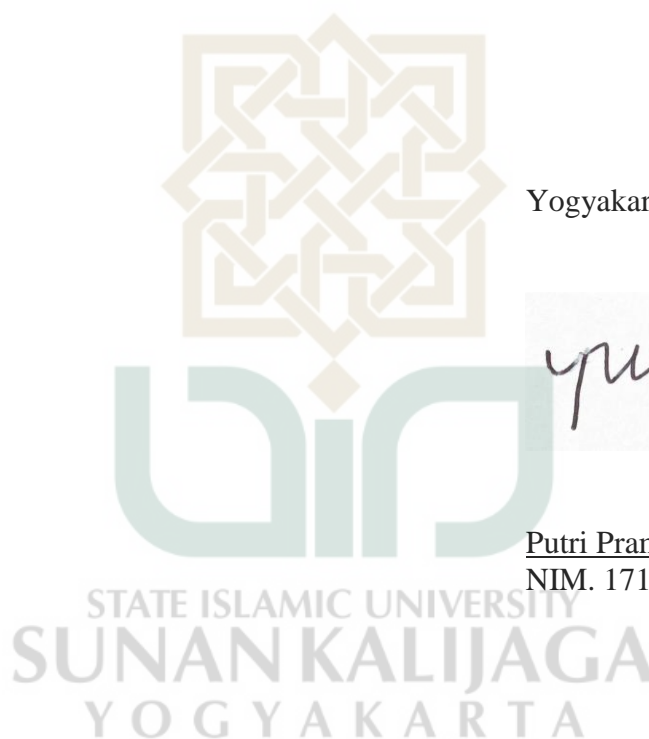
1. Bapak Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Lisnawati, M.Psi., Psikologi selaku Ketua Program Studi Psikologi
3. Ibu Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang senantiasa sabar dalam memberikan masukan selama proses penelitian ini berlangsung.
4. Ibu Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi selaku Dosen Penguji 1.
5. Ibu Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Psi selaku Dosen Penguji 2.
6. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan pengalaman, serta seluruh staf bidang Tata Usaha yang telah membantu dalam proses penelitian ini.
7. Kepada responden penelitian yang sudah berkenan meluangkan waktunya untuk membantu mengisi kuesioner penelitian.
8. Kepada kedua orang tua saya tercinta, Bapak HM. Gunarto dan Ibu HJ. Murwani. Terimakasih untuk segala pengorbanan, cinta, kasih, dorongan, doa yang telah diberikan selama ini.

9. Kakakku tercinta Lia Ulfatun Nafiesah Artwani yang sudah membantu dan mendukung dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Adekku tercinta Ra'id Qaletaqa Artwani yang sudah membantu memberikan hiburan kepada saya.
11. *Support system* saya Weda Ajitama yang sudah membantu, memberikan dorongan, semangat, selalu ada saat sedih maupun senang dan selalu setia menemani saya dalam kondisi apapun.
12. Seluruh rekan angkatan 2017 yang telah membantu dalam menyebarkan kuesioner penelitian saya.

Yogyakarta, 08 April 2021



Putri Pramudita Artwani
NIM. 17107010119



DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
INTISARI	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian.....	6
C. Manfaat Penelitian.....	7
1. Manfaat Teoritis:.....	7
2. Manfaat Praktis	7
a. Bagi Orang Tua.....	7
b. Bagi Wanita	7
c. Bagi Peneliti.....	7
D. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II	15
TINJAUAN PUSTAKA	15
A. Perilaku Diet.....	15
1. Definisi Perilaku Diet	15
2. Aspek-Aspek Perilaku Diet.....	16
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Diet	17
B. Citra tubuh (<i>Body Image</i>).....	20
1. Definisi Citra tubuh.....	20
2. Aspek-Aspek Citra Tubuh	21

C.	Harga diri (<i>Self Esteem</i>)	23
1.	Definisi Harga diri	23
2.	Aspek-Aspek Harga Diri.....	24
D.	Indeks Massa Tubuh (IMT).....	25
1.	Definisi Indeks Massa Tubuh (IMT)	25
E.	Dewasa Awal.....	26
F.	Dinamika Antara Citra Tubuh, Harga Diri dengan Perilaku Diet.....	28
G.	Hipotesis.....	33
BAB III		34
METODOLOGI PENELITIAN		34
A.	Desain dan Jenis Penelitian	34
B.	Identifikasi Variabel	34
1.	Variabel Tergantung	34
2.	Variabel Bebas	34
C.	Definisi Operasional.....	35
1.	Perilaku Diet	35
2.	Citra Tubuh	35
3.	Harga Diri	35
D.	Populasi dan Sampel	36
E.	Metode dan Alat Pengumpulan Data	37
F.	Validitas, Reliabilitas Alat Ukur dan Seleksi Aitem.....	44
1.	Validitas Alat Ukur	44
2.	Reliabilitas Alat Ukur	44
3.	Seleksi Aitem	44
G.	Metode Analisis Data	45
1.	Uji Asumsi	45
2.	Uji Hipotesis	47
BAB IV		48
PELAKSANAAN, HASIL DAN PEMBAHASAN		48
A.	Orientasi Kancan	48
B.	Persiapan Penelitian	48
1.	Penyusunan Alat Ukur	48
2.	Pelaksanaan <i>Try Out</i>	49
3.	Hasil <i>Try Out</i>	49

C.	Hasil Analisis dan Seleksi Aitem	49
1.	Skala Perilaku Diet	49
2.	Skala Citra Tubuh	50
3.	Skala Harga Diri	52
4.	Hasil Analisis Uji Reliabilitas.....	53
D.	Pelaksanaan Penelitian	57
1.	Perizinan	57
2.	Pengumpulan Data	57
3.	Pelaksanaan Skoring	57
E.	Hasil Penelitian	58
1.	Kategorisasi Subjek	58
2.	Distribusi Usia Subjek	61
3.	Distribusi Skor Tinggi Badan dan Berat Badan Wanita Dewasa Awal.....	62
4.	Distribusi IMT Wanita Dewasa Awal.....	62
5.	Uji Asumsi	63
6.	Uji Hipotesis	67
F.	Pembahasan.....	68
BAB V	72
KESIMPULAN DAN SARAN	72
A.	Kesimpulan.....	72
B.	Saran.....	74
DAFTAR PUSTAKA	76
LAMPIRAN	82

DAFTAR TABEL

Table 1. Klasifikasi berat badan berdasarkan pada Indeks Massa Tubuh di Asia	26
Table 2. Blueprint Skala Perilaku Diet	38
Table 3. Sebaran Skala Perilaku Diet	38
Table 4. Blue print Skala Citra tubuh	39
Table 5. Sebaran Skala Citra tubuh.....	40
Table 6. Blue print skala Harga diri.....	42
Table 7. Sebaran Skala Harga diri	43
Table 8. Sebaran Skala Perilaku Diet setelah uji coba.....	50
Table 9. Sebaran Skala Citra tubuh setelah uji coba.....	51
Table 10. Sebaran Skala Harga Diri setelah uji coba.....	52
Table 11. Reliability Statistic.....	53
Table 12. Distribusi Aitem Lolos dan Gugur Skala Perilaku Diet	54
Table 13. Distribusi Aitem Lolos dan Gugur Skala Citra Tubuh	54
Table 14. Distribusi Aitem Lolos dan Gugur Skala Harga Diri	56
Table 15. Data Skor Subjek	58
Table 16. Penggolongan Kriteria Variabel	59
Table 17. Kategori Skor Perilaku Diet.....	59
Table 18. Kategori Skor Citra Tubuh	60
Table 19. Kategori Skor Harga Diri.....	61
Table 20. Distribusi Usia Subjek	61
Table 21. Distribusi Skor Tinggi Badan dan Berat Badan Wanita Dewasa Awal.....	62
Table 22. Distribusi IMT Wanita Dewasa Awal	62
Table 23. Hasil Uji Normalitas	63
Table 24. Hasil Uji Linieritas.....	63
Table 25. Hasil Uji Autokorelasi	64
Table 26. Hasil Uji Heteroskedastisitas	66
Table 27. Hasil Uji Multikolinieritas.....	66
Table 28. Uji Hipotesis Mayor.....	67
Table 29. Uji Hipotesis Minor 1.....	67
Table 30. Uji Hipotesis Minor 2.....	68

DAFTAR BAGAN

Bagan 1 Dinamika Variabel Penelitian.....32



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pengantar Penelitian Dari Fakultas.....	83
Lampiran 2. Surat Pengantar Penelitian Dari Kelurahan.....	84
Lampiran 3. Skala Citra tubuh.....	85
Lampiran 4. Skala Harga Diri.....	88
Lampiran 5. Skala Perilaku Diet.....	89
Lampiran 6. Tabulasi Skor Uji Coba (Citra tubuh).....	91
Lampiran 7. Tabulasi Skor Uji Coba (Harga Diri).....	92
Lampiran 8. Tabulasi Skor Uji Coba (Perilaku Diet).....	93
Lampiran 9. Uji Reliabilitas dan Seleksi Aitem.....	94
Lampiran 10. Tabulasi Skor Intrumen Penelitian (Citra tubuh).....	101
Lampiran 11. Tabulasi Skor Intrumen Penelitian (Harga Diri).....	103
Lampiran 12. Tabulasi Skor Intrumen Penelitian (Perilaku Diet).....	105
Lampiran 13. Statistik Deskriptif.....	107
Lampiran 14. Uji Asumsi.....	107
Lampiran 15. Uji Hipotesis.....	110

HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN HARGA DIRI DENGAN PERILAKU DIET PADA WANITA DEWASA AWAL

Putri Pramudita Artwani

NIM. 17107010119

INTISARI

Banyaknya wanita yang ingin memiliki tubuh ideal dan proporsional membuat para wanita melakukan diet untuk membuat tubuh mereka ideal dan proporsional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara body image wanita dewasa awal dengan perilaku makan. Penelitian ini dilakukan pada wanita dewasa yang sedang menjalani program diet. Sampel penelitian ini berjumlah 100 responden dan diambil sampelnya menggunakan teknik quota sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala perilaku diet, koefisien alpha dari skala perilaku diet adalah 0,873, koefisien alpha dari skala citra tubuh adalah 0,972, dan koefisien alpha dari skala harga diri adalah 0,940. Teknik analisis data yang digunakan adalah berbagai teknik analisis regresi. Hasil analisis data menunjukkan bahwa perilaku diet berkorelasi negatif dengan citra tubuh dan harga diri secara bersamaan, dengan nilai signifikan 0,000 ($p < 0,05$). Kontribusi efektif citra tubuh dan harga diri 47,5%. Ada korelasi negatif antara citra tubuh dan perilaku diet. Sumbangan efektif citra tubuh terhadap perilaku diet adalah 24,8%. Ada korelasi negatif antara harga diri dan perilaku diet. Sumbangan efektif variabel bebas terhadap perilaku diet adalah 22,6%.

Kata Kunci: Citra Tubuh, Harga Diri, Perilaku Diet

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

The Relationship Between Body Image And Self Esteem Of Dietary Behavior In Early Adult Women

Putri Pramudita Artwani
NIM. 17107010119

ABSTRACT

The number of women who want to have an ideal and proportional body makes women do diet to make their bodies ideal and proportionate. This study aims to determine whether there is a relationship between body image of early adult women and eating behavior. This study was conducted on adult women who were undergoing a diet programs. The sample of this study amounted to 100 respondents and the samples were taken using a quota sampling technique. The data were collected using a diet behavior scale, the alpha coefficient of the diet behavior scale was 0.873, the alpha coefficient of the body image scale was 0.972, and the alpha coefficient of the self-esteem scale was 0.940. The data analysis technique used is a variety of regression analysis techniques. The results of data analysis showed that dietary behavior had a negative correlation with body image and self-esteem simultaneously, with a significant value of 0.000 ($p < 0.05$). The effective contribution of body image and self-esteem was 47.5%. There is a negative correlation between body image and diet behavior. The effective contribution of body image to diet behavior was 24.8%. There is a negative correlation between self-esteem and dietary behavior. The effective contribution of independent variables to diet behavior was 22.6%.

Keywords: Body Image, Self-Esteem, Diet Behavior

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Munculnya beberapa penilaian dikalangan wanita dewasa awal, standar kecantikan dan tolak ukur kecantikan saat ini lebih memperhatikan penampilan fisik yaitu, memiliki tubuh ideal, sempurna dan proporsional. Ketidakseimbangan antara konsep tubuh ideal individu dan kondisi fisik dapat menimbulkan ketidakpuasan terhadap tubuh (Husna, 2013) dan membuat para wanita berusaha untuk menurunkan berat badan yang dimilikinya agar terlihat lebih ideal. Usaha yang dilakukan untuk memperoleh tubuh langsing dan ideal yaitu, dengan diet.

Hill, Oliver & Rogers (dalam Putri dkk, 2019) menjelaskan bahwa diet adalah usaha untuk mengurangi nutrisi atau makanan yang diterima oleh tubuh dan dapat membuat seseorang untuk menurunkan bagian tubuh yang tidak diinginkan oleh individu tersebut. Hal ini membuat tubuh akan terlihat lebih ramping sesuai dengan apa yang diinginkan oleh individu tersebut. Diet dipercaya dapat memperbaiki penampilan, yaitu dengan cara mengurangi makan (Putri dkk, 2019). Mengurangi makan dalam batas waktu tertentu saat mengonsumsi makanan dirasa bisa mengurangi lemak yang ada di tubuh, akhirnya berat badan berkurang.

Firi (2018) menjelaskan bahwa diet yang seharusnya adalah dengan mengkombinasikan antara minuman dan makanan yang dikonsumsi setiap hari, yakni, sekitar 60 hingga 70% karbohidrat, 10% hingga 15% protein dan 20% hingga 25% lemak. Diet sehat yaitu, diet yang diimbangi dengan memperbanyak olahraga, mengonsumsi buah-buahan dan sayuran serta meminimalisir makanan berlemak daripada mengonsumsi makanan-makanan yang mengandung pengawet buatan, mengandung kadar gula yang tinggi dan makanan cepat saji (*junk food*). Hal ini sejalan dengan pemikiran Beck (dalam Abdurrahman, 2014) memaparkan bahwa diet sehat adalah dengan menekankan pada perubahan jenis makanan, jumlah makanan dan frekuensi konsumsi serta harus dilengkapi dengan olahraga atau olahraga secara teratur.

Sebenarnya di Indonesia belum ada angka yang pasti mengenai perilaku diet pada remaja putri. Namun, berdasarkan survey online menurut situs berita depokpos.com pada 31 Desember 2019 menunjukkan bahwa prevalensi remaja di Indonesia diprediksi sebesar 42,6% remaja melakukan diet.

Berdasarkan pada Koran Okezone tanggal 19 Oktober 2018 menjelaskan banyak remaja akhir khususnya perempuan terobsesi memiliki bentuk tubuh yang ideal. Idola dijadikan kiblat mereka dalam membentuk tubuh. Dijelaskan oleh Dokter Spesialis Kedokteran Olahraga, bahwa pasien yang ditangani mengalami osteoporosis. Hal ini sangat berbahaya dan dapat terjadi karena menjalani diet ekstrem yang sembarangan demi mendapatkan bentuk tubuh yang ideal. Kemudian, pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Dephinto (2017) terdapat 55% remaja putri yang melakukan perilaku diet dengan cara tidak sehat. Kemudian, sebanyak 51,2% subjek yang mempunyai citra tubuh negatif. Sehingga hasil penelitian menunjukkan terdapat korelasi antara citra tubuh dengan perilaku diet pada wanita.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Meiliana, Valentina, dkk (2018) sebanyak 67% mahasiswi melakukan perilaku diet tidak sehat. Hal ini disebabkan karena mahasiswi merasa bahwa citra tubuh yang mereka miliki kurang menarik dan merasa kurang puas dengan penampilan yang dimiliki. Selanjutnya, berdasarkan pada koran suara.com tanggal 03 September 2019 menjelaskan terdapat seorang wanita yang menjalani diet ekstrem. Diet ekstrem yang dilakukan ini dengan membatasi asupan dan tidak banyak berinteraksi dengan lingkungan sosial. Akibatnya dari diet ekstrem tersebut, individu tersebut tidak mengalami masa menstruasi selama 5 bulan dikarenakan kadar ekstrogen yang ada di dalam tubuhnya menurun.

Perilaku diet yang dilakukan dengan cara tidak sehat akan berdampak negatif pada kesehatan baik fisik maupun psikis. Keinginan wanita dewasa awal dalam memperoleh tubuh yang kurus dengan berdiet, tidak akan tercapai tetapi menyebabkan masalah yang serius dan terjadinya gangguan fisik serta gangguan makan (Safitri & Irawan, 2014). Selain itu, berita yang dilansir oleh parenting orami tanggal 3 Juli 2019 menyebutkan bahwa perilaku diet ekstrem akan

berdampak pada badan yang tidak memiliki tenaga, diare, sembelit, depresi, masalah pada kulit hingga serangan jantung. Ada banyak faktor yang menyebabkan perilaku diet ini dapat terjadi, diantaranya jenis kelamin, harga diri, citra tubuh, pengaruh dari keluarga dan teman-teman sebaya serta usia (Brown, 2005)

Indahwati (2011) bahwa perilaku diet yang tinggi dapat dipengaruhi oleh citra tubuh seseorang. Seseorang melakukan diet tidak hanya karena ingin memiliki tubuh yang ideal. Seorang individu yang tampak sehat namun kondisi fisik yang tidak ideal atau proporsional dapat menyebabkan masalah kesehatan, yakni obesitas. Apabila perilaku diet tidak terkontrol maka akan menimbulkan perilaku diet tidak sehat, yaitu perilaku diet yang berbahaya bagi kesehatan. Perilaku diet yang tidak sehat inilah seperti melewati waktu makan, menahan lapar dan berpuasa diluar niat beribadah.

Pada masa remaja dan dewasa awal, wanita biasanya sudah bisa memahami lawan jenis dan memiliki perasaan senang terhadap lawan jenis. Akhirnya, membuat mereka ingin menunjukkan keadaan terbaiknya, salah satunya adalah bentuk tubuh (Putri & Indryawati, 2019). Selain karena masa pubertas, perubahan fisik ini terjadi karena telah meningkatnya kesadaran terhadap identitas diri. Pada masa remaja dan wanita dewasa awal akan mengalami berbagai perubahan fisik secara cepat. Dengan adanya perubahan bentuk tubuh ini, para wanita ingin merubah penampilan dirinya. Padahal saat masa remaja dan dewasa awal adalah masa sedang dalam pertumbuhan. Pada masa ini, makanan sehat dan bergizi wajib dikonsumsi agar proses pertumbuhan dapat berjalan secara optimal (Prima & Sari, 2013).

Santrock (2011) menjelaskan dewasa awal adalah usia 18 sampai 25 tahun yang telah memiliki beberapa tugas perkembangan diantaranya yaitu, mencapai puncak karir. Pada periode puncak karir ini merupakan masa di mana banyak dengan masalah dan ketegangan emosi, periode pengasingan sosial, waktu untuk memulai berkomitmen dan periode bergantung terhadap perubahan norma, kreatif serta adaptasi diri dengan pola hidup baru. Individu yang sudah termasuk dewasa, maka peran serta tanggung jawab tentunya akan semakin bertambah banyak dan

besar. Di mana sudah memulai untuk membebaskan diri dari ketergantungan pada orang lain, yang paling utama orang tua. Situasi ini berupa ekonomi, sosiologis ataupun psikologis. Pada masa dewasa awal akan berusaha untuk menjadi seorang individu yang lebih mandiri dan segala upaya akan dilakukan agar tidak bergantung pada orang lain.

Secara fisik pada masa dewasa awal mulai menunjukkan penampilan yang sempurna. Penampilan yang sempurna ini berarti pertumbuhan serta perkembangan pada beberapa aspek fisiologis sudah mencapai puncaknya. Individu ini akan memiliki imun dan taraf kesehatan yang lebih prima dibandingkan dengan sebelumnya. Sehingga, dalam situasi ini periode dewasa awal melakukan berbagai macam kegiatan terlihat lebih inisiatif, kreatif, penuh energi, cepat, dan proaktif. Pada usia dewasa awal, individu akan berupaya untuk menjaga bagaimana bentuk dan ukuran tubuh agar tetap memiliki tubuh ramping dan ideal. Hal inilah yang akan membuat para wanita ingin selalu tampil cantik dan mempesona di depan umum. Pada sebagian wanita dewasa awal masih banyak memperhatikan penampilannya.

Perubahan fisik akan menimbulkan respon tersendiri bagi seorang wanita dewasa awal. Perubahan tersebut berupa perilaku yang berfokus pada perubahan bentuk tubuh dan pembentukan citra tubuh atau *body image*. Stuart (Lintang dkk, 2015) citra tubuh adalah gabungan berbagai macam sudut pandang individu secara sadar maupun tidak. Terdapat dua ragam citra tubuh atau *body image*, yaitu citra tubuh positif dan citra tubuh negatif. Seorang individu dengan citra tubuh yang positif maka akan merasa puas, tenang dan percaya diri sehingga ia tidak akan sibuk untuk memikirkan cara membatasi jumlah makanan untuk menjaga berat badan dan memiliki tubuh yang ideal.

Sebaliknya, apabila seseorang dengan citra tubuh yang negatif maka ia akan menganggap tubuh yang dimilikinya tidak mempesona, merasa malu, dan tidak percaya diri dengan tubuh yang dimiliki (Prihaningtyas dalam Lintang dkk, 2015). Jika tidak dapat mengendalikan, maka dapat menimbulkan konsekuensi negatif. Konsekuensi ini tidak hanya akan mempengaruhi dirinya sendiri tetapi, akan mempengaruhi orang-orang di sekitar. Misalnya, memikirkan bahwa tubuh

terlalu gemuk, padahal apabila ditimbang sebenarnya sudah mencapai berat ideal. Selain rasa puas atau tidak puas yang dimiliki oleh diri sendiri termasuk pula dalam aspek citra tubuh (Al-Qodariah, 2019).

Citra tubuh terdiri dari lima aspek yang dipaparkan oleh Cash & Pruzinsky (2002), diantaranya yaitu *appearance evaluation* (evaluasi terhadap penampilan), *appearance orientation* (orientasi terhadap penampilan), *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh), *overweight preoccupation* (kecemasan badan menjadi gemuk) dan *self-classified weight* (pengkategorian mengenai ukuran tubuh). Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Dephinto (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet. Remaja putri dengan citra tubuh negatif akan cenderung melakukan diet dengan cara yang tidak sehat.

Perilaku diet juga dapat dipengaruhi oleh harga diri atau *self esteem*. Seorang individu yang memiliki harga diri tinggi maka ia akan terus melakukan pengembangan evaluasi positif terhadap dirinya. Begitu pula sebaliknya, seseorang dengan harga diri rendah akan memiliki gambaran diri yang rendah serta tidak bisa mengembangkan evaluasi-evaluasi terhadap dirinya (Cash & Pruzinsky, 2002).

Harga diri yang tinggi atau positif membuat individu merasa lebih puas dengan diri yang dimilikinya dan akan menghargai dirinya dengan apa adanya. Hal inilah yang nantinya akan membuat individu tersebut tidak mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar dan media massa (Paxton dalam Yager, 2008). Harga diri atau *self esteem* yaitu, penilaian dari individu dan merasa berharga yang kemudian akan di ekspresikan melalui sikap-sikap yang dipegang oleh dirinya dan menunjukkan bahwa individu tersebut yakin dengan dirinya sendiri, merasa penting serta mampu (Coopersmith, 1967). Harga diri dibagi menjadi empat aspek menurut Coopersmith (1967), antara lain *power* (kekuasaan), *significance* (keberartian), *virtue* (kebajikan), *competence* (kemampuan).

Berdasarkan pada penelitian Widyatningsih (2011) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara harga diri dengan perilaku diet. Bahwa seorang

individu yang memiliki harga diri rendah, maka akan mudah terpengaruh dengan lingkungan dan mengikuti apa yang diinginkan oleh lingkungannya. Hal inilah yang menyebabkan remaja putri melakukan berbagai upaya agar dirinya diterima oleh lingkungan sekitar dengan mengubah dirinya. Sehingga, remaja putri akan melakukan perilaku diet tidak sehat.

Selain itu, wanita memiliki ketakutan apabila badan menjadi gemuk. Hal ini terjadi tidak hanya bagi mereka yang memiliki IMT yang berlebih tetapi, juga bagi mereka yang memiliki IMT dalam kategori normal atau bahkan kurang. Perilaku diet yang dilakukan oleh mereka yang memiliki IMT yang sudah normal bahkan kurang, dikhawatirkan akan menyebabkan terjadinya kekurangan asupan gizi dan dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari (Yoshepin, 2012).

Berdasarkan paparan di atas, perilaku diet dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dikemukakan oleh Brown (2005). Peneliti hanya mengambil dua faktor yang dirasa mampu mewakili perilaku diet, yakni citra tubuh dan harga diri. Hal ini peneliti lakukan karena adanya rekomendasi dari penelitian sebelumnya. Selain itu, penelitian ini penting untuk diteliti karena masih banyak wanita yang menjalani program diet dengan cara yang tidak sehat. Oleh sebab itu, peneliti ingin mengetahui hubungan antara ketiganya. Adakah hubungan antara citra tubuh, harga diri dengan perilaku diet. Dalam hal ini, rumusan masalah pada latar belakang, yaitu “Apakah terdapat hubungan antara citra tubuh, harga diri dengan perilaku diet pada wanita dewasa awal”

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini, yaitu:

1. Untuk memahami bagaimana korelasi antara citra tubuh dengan perilaku diet pada wanita dewasa awal pelaku program diet.
2. Untuk memahami bagaimana korelasi antara harga diri dengan perilaku diet pada wanita dewasa awal pelaku program diet.
3. Untuk memahami bagaimana korelasi citra tubuh dan harga diri secara bersama-sama dengan perilaku diet pada wanita dewasa awal pelaku program diet.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis:

Pembahasan yang telah dijelaskan di atas diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi psikologi klinis terhadap citra tubuh, harga diri wanita dewasa awal khususnya yang berkaitan dengan perilaku diet pada wanita dewasa awal program diet.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini dapat menjadi langkah preventif untuk menghindari perilaku diet yang tidak sehat pada wanita dewasa awal pelaku program diet. Sehingga dapat memberikan pemahaman untuk lebih meningkatkan citra tubuh dan harga dirinya sehingga perilaku diet tidak sehat yang dilakukan akan berkurang.

b. Bagi Wanita

Diharapkan penelitian ini dapat memotivasi wanita untuk lebih banyak mencintai diri sendiri. Dengan mencintai diri sendiri maka akan membantu untuk membentuk citra tubuh yang positif dan harga diri yang positif. Sehingga, para wanita akan lebih bisa memahami dirinya dan diet yang dilakukan tidak sembarang.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan menambah referensi untuk penelitian selanjutnya. Apabila peneliti selanjutnya tertarik untuk meneliti dengan tema yang sama.

D. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini perlu dijadikan petunjuk, sehingga tidak terjadi plagiasi pada penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dikaji.

1. Penelitian oleh Putri, dkk (2019) yang berjudul “Hubungan Body Dissatisfaction dan Perilaku Diet pada Mahasiswi” bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan tersebut pada mahasiswi. Teori perilaku diet ini mengacu pada Hill, Oliver & Rogers 1992). Penelitian

ini berjenis penelitian kuantitatif dengan teknik purposive sampling. Hasil dari penelitian menyimpulkan terdapat korelasi positif antara ketidakpuasan terhadap tubuh (*body dissatisfaction*) dengan perilaku diet pada mahasiswi. Analisis data memperoleh koefisien korelasi adalah 0,410 dengan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) yang artinya bahwa semakin tinggi tingkat *body dissatisfaction* yang dimiliki oleh mahasiswi maka akan semakin tinggi pula keinginan untuk melakukan diet. Sebaliknya, apabila semakin rendah ketidakpuasan terhadap tubuh (*body dissatisfaction*) semakin rendah pula keinginan untuk melakukan diet.

2. Penelitian oleh Meiliana & Valentina, dkk (2018) yang berjudul “Body Dissatisfaction dan Perilaku Diet pada Mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang”. Penelitian ini bertujuan untuk melihat korelasi antara *body dissatisfaction* dengan perilaku diet pada mahasiswa. Teori perilaku diet mengacu pada Furman, 2012; Sholeha, 2014). Jurnal penelitian ini berjenis penelitian kuantitatif dengan teknik sample convenience non-probability sampling. Responden dalam penelitian ini sebanyak 379. Terdapat 58% responden berstatus gizi dalam kategori normal, 67% responden memiliki perilaku diet dengan kategori tidak sehat dan 81% merasa tidak puas dengan bentuk tubuh mereka. Kemudian sebanyak 66% subjek berdiet untuk memperoleh badan yang lebih menarik. Selanjutnya, sebanyak 52% responden mengurangi frekuensi makan menjadi metode diet. Kesimpulannya yaitu, terdapat korelasi positif dan searah ($r = 0,095$) yang berarti *body dissatisfaction* akan disertai dengan perilaku diet dengan cara tidak sehat.
3. Pada penelitian yang dilakukan oleh Safitri & Novrianto, dkk (2019) yang memiliki judul “Body Dissatisfaction dan Perilaku Diet pada Remaja Perempuan” tujuannya untuk mengetahui bagaimana korelasi antara *body dissatisfaction* dengan perilaku diet pada remaja perempuan. Teori perilaku diet pada penelitian ini mengacu pada

Hawks, Hala, Terisue & Natalie (2008). Responden dari penelitian ini sebanyak 204 remaja perempuan dengan usia sekitar 15 – 19 tahun. Penelitian ini berjenis penelitian kuantitatif dan menggunakan teknik *purposive sampling*. Kesimpulan dari penelitian ini diperoleh tingginya body dissatisfaction pada remaja tidak akan selalu diikuti dengan tingginya perilaku diet yang dilakukan. Hasil temuan lain menunjukkan bahwa aspek perubahan yang sangat drastis terhadap pandangan mengenai tubuh adalah aspek yang ternyata mempunyai nilai korelasi tinggi terhadap perilaku diet dengan nilai $r = -0,224$ ($p < 0,01$). Oleh karena itu, diharapkan remaja putri memahami Citra tubuh yang ideal, sehat dan bersikaplah lebih positif terhadap tubuh Anda.

4. Pada penelitian yang dilakukan oleh Mariyati & Makdalena (2018) yang berjudul “Hubungan Citra tubuh dengan Perilaku Diet pada Remaja Putri Kelas X Di SMA N 1 Jepara” tujuannya untuk melihat korelasi antara citra tubuh dengan perilaku diet pada remaja putri di SMA N 1 Jepara. Teori perilaku diet yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada Kim & Lennon (2006). Penelitian ini berjenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Kesimpulan dari penelitian ini diperoleh data dari 69 subjek memiliki citra tubuh negatif sebanyak 17 subjek (24,6%), kemudian citra tubuh positif sebanyak 46 subjek (75,4%). Terdapat 46 subjek (66,7%) dengan kategori perilaku diet tinggi, perilaku diet dengan kategori sedang sebanyak 19 subjek (27,5%) dan perilaku diet rendah sebanyak 4 orang (5,8%). Hasil analisis menunjukkan nilai χ^2 sebesar 33,752 dengan $p < 0,05$. Sehingga penelitian tersebut ada korelasi antara citra tubuh dengan perilaku diet yang dilakukan oleh remaja putri.
5. Penelitian yang dilakukan oleh Dephinto (2017) yang berjudul “Hubungan Body Image dengan Perilaku Diet pada Remaja Putri Tahun 2016 Kelas X dan XI SMKN 2 Padang”. Jurnal ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana korelasi antara citra tubuh dengan

perilaku diet. Teori citra tubuh yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada Cash & Pruzinsky (2002). Responden yang digunakan berjumlah 80 remaja putri. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional study. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala atau kuesioner. Hasil dari penelitian terdapat 73,2% responden melakukan diet dengan cara tidak sehat karena citra tubuh negatif.

6. Penelitian yang dilakukan oleh Lintang, Ismanto, dkk (2015) yang berjudul “Hubungan Citra tubuh dengan Perilaku Diet pada Remaja Putri di SMA N 9 Manado” memiliki tujuan untuk melihat bagaimana korelasi antara Citra tubuh dengan perilaku diet pada remaja putri. Teori citra tubuh yang digunakan dalam penelitian ini mengacu milik Stuart (2012). Responden dari penelitian ini adalah 50 remaja putri dengan teknik total sampling. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan cross sectional. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala. Hasil penelitian diketahui bahwa uji statistik dengan nilai sebesar $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ sehingga ada korelasi atau hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet.
7. Pada penelitian yang dilakukan oleh Nugroho & Fauziah (2018) yang berjudul “Hubungan Antara Harga Diri dengan Perilaku Konsumtif Produk Fashion Bermerek pada Siswa SMA N 3 Semarang” bertujuan untuk mengetahui bagaimana korelasi antara harga diri atau Harga diri dengan perilaku konsumtif produk fashion pada siswa SMA N 3 Semarang. Teori harga diri mengacu pada Coopersmith (1967). Responden pada penelitian ini sebanyak 188 orang. Penelitian ini berjenis penelitian kuantitatif dan menggunakan teknik pengambilan sampel cluster sampling. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu berupa skala. Hasil penelitian ini menunjukkan $r = -0,58$ dan $p = 0,430$, yang berarti ada hubungan negatif dan tidak signifikan antara harga diri dengan perilaku konsumtif produk fashion bermerek.

8. Pada penelitian yang dilakukan oleh Rachmayadi & Susilarini (2020) yang berjudul “Hubungan Antara Citra tubuh dan Harga Diri dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Remaja Kelas X dan XI di SMA Muhammadiyah 5 Jakarta” bertujuan untuk mengetahui korelasi antara Citra tubuh dan harga diri dengan kecenderungan body dysmorphic disorder pada remaja kelas X dan XI di SMA Muhammadiyah 5 Jakarta. Teori harga diri yang digunakan dalam penelitian ini mengacu milik Coopersmith (1967). Responden pada penelitian ini sebanyak 148 orang . Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan teknik purposive sampling. Alat pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala. Hasil penelitian ini menggunakan korelasi bivariate pada variabel Citra tubuh dengan kecenderungan body dysmorphic disorder sebesar $r = -0,268$, $p = 0,001$ artinya ada hubungan negatif antara variabel Citra tubuh dengan kecenderungan body dysmorphic disorder. Kemudian hasil analisis pada variabel harga diri dengan kecenderungan body dysmorphic disorder memperoleh nilai koefisien sebesar $r = -0,254$ dan $p = 0,002$ artinya terdapat hubungan negatif antara harga diri dengan kecenderungan body dysmorphic disorder. Uji regresi diperoleh nilai R Square adalah 0,074, berdasar pada regresi korelasi multivariate diperoleh nilai $R = 0,272$ dan $p = 0,004$, artinya terdapat korelasi antara Citra tubuh dan harga diri dengan kecenderungan body dysmorphic disorder.
9. Penelitian yang dilakukan oleh Khasanah & Saputra, dkk (2020) yang berjudul “Hubungan Harga Diri dengan Aktualisasi Diri pada Remaja yang Mengalami Overweight” memiliki tujuan bagaimana korelasi antara harga diri dengan aktualisasi diri pada remaja yang mengalami overweight di SMA N 3 Bandung. Teori harga diri mengacu pada Coopersmith (1967). Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dan menggunakan teknik sampling total sampling. Responden pada penelitian ini berjumlah 55 orang. Pengumpulan data pada

menggunakan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 32 orang (58,2%) memiliki harga diri tinggi dan 23 orang (41,8%) memiliki harga diri rendah. Kemudian sebanyak 31 orang (56,4%) memiliki aktualisasi diri rendah dan 24 orang (43,6%) memiliki aktualisasi diri tinggi. Hasil uji korelasi dengan spearman rank diperoleh $r = 0,588$ $p < 0,01$. Artinya, menunjukkan terdapat korelasi positif dan signifikan antara harga diri dengan aktualisasi diri pada remaja yang mengalami berat badan berlebih.

10. Pada penelitian Siregar (2017) dengan judul “Hubungan Antara Harga Diri dengan Perilaku Konsumtif Terhadap Smartphone pada Mahasiswa” bertujuan untuk mengetahui bagaimana korelasi antara harga diri dengan perilaku konsumtif terhadap smartphone pada mahasiswa. Teori harga diri mengacu pada Brandon. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Responden berjumlah 100 orang. Alat pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala. Hasil penelitian menggunakan product moment dari Karl Pearson menunjukkan bahwa ada hubungan antara harga diri dengan perilaku konsumtif sebesar 0,075 dengan taraf signifikansi sebesar 0,229 ($p > 0,05$). Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara harga diri dengan perilaku konsumtif terhadap smartphone pada mahasiswa.

Berdasarkan pada uraian dari beberapa penelitian tersebut, banyak penelitian yang sudah meneliti variabel citra tubuh, harga diri dan perilaku diet. Namun, dari beberapa perbedaan pada penelitian yang telah dikaji terlebih dahulu yang membedakan dengan penelitian yang akan dikaji adalah:

1. Keaslian topik

Topik dalam penelitian ini sama dengan penelitian Putri, dkk (2019), Meiliana & Valentina, dkk (2019), Safitri & Novrianto (2019), Mariyati & Makdalena (2018), memiliki kesamaan terkait tema perilaku diet dengan menjadikan variabel tergantung. Perbedaannya terletak pada variabel bebas. Kemudian, topik citra tubuh memiliki

kesamaan tema dengan penelitian Wati & Sumarmi (2017), Dephinto (2017), Lintang & Ismanto (2015), dan Yulianti & Indriati (2015) memiliki kesamaan terkait variabel bebas, namun memiliki perbedaan yang terletak pada variabel tergantung. Selanjutnya, topik harga diri memiliki kesamaan tema dengan penelitian Nugroho & Fauziah (2018), Rachmayadi & Susilarani (2020), Khasanah & Saputra (2020), dan Siregar (2017) memiliki kesamaan pada variabel bebasnya tetapi memiliki perbedaan pada variabel tergantung. Sehingga dapat disimpulkan penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya karena menggunakan citra tubuh dan harga diri sebagai variabel bebas kemudian perilaku diet sebagai variabel tergantung dimana penelitian ini belum pernah dilakukan sebelumnya.

2. Keaslian Teori

Teori perilaku diet ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang tidak mengacu pada teori milik Polivy & Herman (1987). Teori citra tubuh pada penelitian sebelumnya mengacu milik Cash & Pruzinsky (2002) dan teori yang akan digunakan dalam penelitian ini juga mengacu pada Cash & Pruzinsky (2002). Kemudian teori harga diri pada sebelumnya mengacu milik Coopersmith (1967) dan pada penelitian ini teori harga diri juga mengacu milik Coopersmith (1967).

3. Keaslian Subjek Penelitian

Pemilihan subjek pada penelitian ini akan berbeda dengan penelitian-penelitian yang sudah dikaji terlebih dahulu. Subjek dari penelitian yang akan dikaji yaitu, wanita dewasa awal yang sedang menerapkan perilaku diet. Subjek yang digunakan sebelumnya belum pernah digunakan dalam tema yang serupa.

4. Keaslian Alat Ukur

Alat ukur penelitian sebelumnya belum pernah digunakan. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur citra tubuh, harga diri dan perilaku diet menggunakan alat ukur yang telah dibuat sendiri oleh peneliti.

Jadi, berdasarkan pada uraian di atas belum pernah dilakukan penelitian mengenai ketiga variabel tersebut sebelumnya. Sehingga penelitian ini dapat dikatakan berbeda.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Firi (2018) menjelaskan bahwa diet yang seharusnya adalah dengan mengkombinasikan antara minuman dan makanan yang dikonsumsi setiap hari, yakni, sekitar 60 hingga 70% karbohidrat, 10% hingga 15% protein dan 20% hingga 25% lemak. Diet sehat yaitu, diet yang diimbangi dengan memperbanyak olahraga, mengkonsumsi buah-buahan dan sayuran serta meminimalisir makanan berlemak daripada mengkonsumsi makanan-makanan yang mengandung pengawet buatan, mengandung kadar gula yang tinggi dan makanan cepat saji (*junk food*).

Sebenarnya di Indonesia belum ada angka yang pasti mengenai perilaku diet pada remaja putri. Namun, berdasarkan survey online menurut situs berita depokpos.com pada 31 Desember 2019 menunjukkan bahwa prevalensi remaja di Indonesia diprediksi sebesar 42,6% remaja melakukan diet.

Berdasarkan pada Koran Okezone tanggal 19 Oktober 2018 menjelaskan banyak remaja akhir khususnya perempuan terobsesi memiliki bentuk tubuh yang ideal. Idola dijadikan kiblat mereka dalam membentuk tubuh. Dijelaskan oleh Dokter Spesialis Kedokteran Olahraga, bahwa pasien yang ditangani mengalami osteoporosis. Hal ini sangat berbahaya dan dapat terjadi karena menjalani diet ekstrem yang sembarangan demi mendapatkan bentuk tubuh yang ideal. Kemudian, pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Dephinto (2017) terdapat 55% remaja putri yang melakukan perilaku diet dengan cara tidak sehat.

Harapannya para wanita melakukan diet dengan cara yang tepat, tidak hanya membatasi asupan makan, namun juga diimbangi dengan olahraga. Sehingga, diet yang dilakukan tidak mengakibatkan penyakit di dalam tubuh. Namun, pada kenyataannya para wanita masih ada yang menjalani program diet dengan cara yang tidak sehat, mereka hanya membatasi asupan makan dan tidak diimbangi dengan olahraga. Bahkan, ada yang menjalani program diet juga dengan membatasi interaksi lingkungan sosial karena individu ini takut apabila diet yang dijalani tidak berhasil.

Hipotesis penelitian ini terdiri dari 2 hipotesis, yaitu hipotesis mayor dan hipotesis minor. Hipotesis mayor pada penelitian ini berbunyi ada hubungan negatif antara citra tubuh, harga diri dan perilaku diet pada wanita dewasa awal pelaku program diet. Hipotesis minor pada penelitian ini yang pertama berbunyi ada hubungan negatif antara citra tubuh dengan perilaku diet pada wanita dewasa awal pelaku program diet. Kedua, ada hubungan negatif antara harga diri dengan perilaku diet pada wanita dewasa awal pelaku program diet. Subjek pada penelitian ini adalah wanita, berusia 18-25 tahun, menjalani program diet, dan berdomisili di DIY.

Hasil dari uji normalitas menunjukkan bahwa uji Kolmogorov smirnof menunjukkan 0,707 ($p > 0,05$) artinya, data penelitian berdistribusi normal. Kemudian, uji linieritas antar variabel menunjukkan 0,000 ($p < 0,05$) artinya, data penelitian membentuk garis linier. Selanjutnya, uji autokorelasi menunjukkan angka Durbin Watson sebesar 1,690 artinya angka DW berada diantara -2 sampai 2, maka data penelitian ini tidak terjadi autokorelasi. Uji heteroskedastisitas pada variabel citra tubuh menunjukkan nilai sig 0,825 ($p > 0,05$), pada variabel harga diri menunjukkan sig 0,951 ($p > 0,05$) artinya kedua variabel tidak terjadi heteroskedastisitas. Uji multikolinieritas menunjukkan nilai VIF sebesar 2,515 yang artinya nilai VIF $< 10,00$ sehingga data penelitian ini dikatakan tidak ada multikolinieritas.

Hasil uji hipotesis mayor menunjukkan bahwa nilai koefisien regresi prediktor (R) pada variabel perilaku diet adalah 0,689 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Artinya, hipotesis mayor diterima. Kemudian nilai R Square (R^2) adalah 0,475. Kontribusi efektif citra tubuh dan harga diri secara simultan terhadap perilaku diet adalah 47,5% sedangkan sisanya sebesar 52,5% dipengaruhi oleh faktor lain.

Hasil uji hipotesis minor 1 pada variabel citra tubuh sebesar 0,308 dengan nilai 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai R Square Change sebesar 0,248. Artinya, hipotesis minor 1 diterima dan kontribusi efektif citra tubuh sebesar 24,8%. Kemudian, hasil uji hipotesis minor 2 pada variabel harga diri sebesar 0,381 dengan nilai

0,001 ($p < 0,05$) dan nilai R Square Change sebesar 0,226. Artinya, hipotesis minor 2 diterima dan kontribusi efektif harga diri sebesar 22,6%.

Dari hasil penelitian di atas dan juga pembahasan yang telah dijelaskan sebelumnya, sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis mayor diterima, yaitu ada hubungan negatif antara citra tubuh, harga diri dan perilaku diet pada wanita dewasa awal pelaku program diet. Artinya, apabila citra tubuh dan harga diri tinggi maka perilaku diet yang dilakukan akan semakin rendah. Sebaliknya, apabila citra tubuh dan harga diri rendah maka perilaku diet yang dilakukan akan semakin tinggi. Kemudian hipotesis minor pertama diterima, yaitu terdapat hubungan negatif antara citra tubuh dengan perilaku diet pada wanita dewasa awal. Artinya, semakin tinggi citra tubuh seseorang maka akan semakin rendah perilaku diet yang dilakukan. Sebaliknya, apabila semakin rendah citra tubuh seseorang maka akan semakin tinggi pula perilaku diet yang dilakukan. Hipotesis minor kedua diterima, yaitu terdapat hubungan negatif antara harga diri dengan perilaku diet pada wanita dewasa awal. Artinya, semakin tinggi harga diri seseorang maka akan semakin rendah perilaku diet yang dilakukan. Sebaliknya, apabila semakin rendah harga diri maka akan semakin tinggi perilaku diet yang dilakukan.

B. Saran

Dari hasil penelitian ini, maka terdapat beberapa saran yang ingin disampaikan peneliti, diantaranya adalah:

1. Bagi Orang Tua

Peneliti berharap agar orang tua yang memiliki anak perempuan untuk dapat memberikan dorongan untuk meningkatkan citra tubuh dan harga diri sehingga para wanita merasa bahwa diri yang mereka miliki sudah menarik dan mendorong mereka untuk menerima dirinya sendiri apa adanya dan mengembangkan evaluasi positif di dalam dirinya sehingga dapat menurunkan perilaku diet yang dilakukan.

2. Bagi Wanita

Peneliti berharap agar para wanita mampu memotivasi diri sendiri agar lebih banyak mencintai diri sendiri dan menerima dirinya apa adanya.

Dengan begitu, para wanita yang memiliki citra tubuh positif dan harga diri positif akan membuat perilaku diet yang dilakukan berkurang.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan penelitian yang serupa diharapkan agar dapat memperluas cakupan sampel sehingga data yang diperoleh dapat mewakili keseluruhan populasi di Indonesia dengan lebih baik. Peneliti juga menyarankan agar dapat memberikan variasi pada variabel bebas yang lainnya untuk dapat diteliti. Selain itu, untuk peneliti yang ingin melakukan penelitian dengan tema perilaku diet untuk lebih memperhatikan atau menambahkan pengkajian sumber referensi.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, F. (2014). Faktor-faktor pendorong perilaku diet tidak sehat pada wanita usia dewasa awal studi kasus pada mahasiswi Universitas Mulawarman. *EJournal Psikologi*, 2(2), 163–170. Retrieved from <https://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/?p=763>.
- Agustin, S. A., Karini, S. M., & Anggarani, F. K. (2018). Hubungan Antara Cinta Diri Dan Penerimaan Diri Dengan Perilaku Diet Pada Model Wanita Dewasa Awal Di Surakarta. *Jurnal Sains Psikologi*, 8(1), 177–181. <https://doi.org/10.17977/um023v8i12019p177>.
- Andiyati, A. D. W. (2016). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Siswa. *Bimbingan Dan Konseling*, 4, 80–88.
- Attie, I., & Brooks-Gunn, J. (1989). Development of eating problems in adolescent girls: A longitudinal study. *Developmental Psychology*, 25(1), 70–79. <https://doi.org/10.1037//0012-1649.25.1.70>.
- Ayuningtyas, P. (2012). Hubungan Faktor Individu dan Lingkungan dengan Perilaku Diet pada Mahasiswi Prodi Gizi dan Ilmu Komunikasi UI Angkatan 2009 Tahun 2012. *Jurnal Gizi*.
- Azwar, S (2013). *Reliabilitas dan validitas edisi 4*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Azwar. (2012). *Metode Penelitian*: Yogyakarta. Pustaka pelajar.
- Bestiana, D. (2012). Citra tubuh dan Konsep Tubuh Ideal Mahasiswi FISIP Universitas Airlangga Surabaya. *Jurnal Psikologi*. Surabaya.
- Cash, T.F., Smolak, L. (2011). *Citra Tubuh: A Handbook of Science, Practice, and Prevention 2nd*. New York: The Guilford Press.
- Cash & Pruzinsky. (2002). *Citra Tubuh: A handbook of theory, research, and Clinical Practice*. New York : Guilford Press.
- Chaplin, J.P. (2004). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Creswell, J. W. (2010). *Research design: pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed*. Yogyakarta: PT Pustaka Pelajar.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco : Freeman and Company.

- Denich, A. U., & Ifdil, I. (2015). Konsep Citra Tubuh Remaja Putri. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 3(2), 55. <https://doi.org/10.29210/116500>.
- Ghozali, HI. (2016). *Aplikasi Analisis Multivarianate dengan Program IBM SPSS 21*, Universitas Diponegoro Semarang.
- Grogan, S. (2006). Citra Tubuh and health: Contemporary perspectives. *Journal of Health Psychology*, 11(4), 523–530. <https://doi.org/10.1177/1359105306065013>.
- Hamdi, A. S., & Bahrudin, E. (2015). *Metode penelitian kuantitatif aplikasi dalam pendidikan*. Deepublish.
- Hasmalawati, N. (2017). Pengaruh Citra tubuh Dan Perilaku Makan Terhadap Penerimaan Diri Pada Wanita. *Jurnal Psikoislamedia*, 2(2), 107–115.
- Hawks, S. R., Madanat, H., Smith, T. S., & De La Cruz, N. (2008). Classroom approach for managing dietary restraint, negative eating styles, and Citra Tubuh concerns among college women. *Journal of American College Health*, 56(4), 359–366. <https://doi.org/10.3200/JACH.56.44.359-368>.
- Hurlock, Elizabeth B. (2011). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Irawan, S., & Safitri. (2014). Hubungan Antara Citra Tubuh Dan Perilaku Diet Mahasiswi. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 18–25.
- Jaworowska, A & Bazylak, G. (2007). *Dietary Intake and Body Composition of Female Students in Relation with dieting Practice and Residential Status*. Advance in Medical Science: Vol: 52.
- Khasanah, U., Saputra, A., & Iklima, N. (2020). Hubungan Harga Diri Dengan Aktualisasi Diri Pada Remaja Yang Mengalami Overweight. *Jurnal Keperawatan BSI*, 8(1), 154-162.
- Kurniawan, M. Y., Briawan, D., & Caraka, R. E. (2015). Persepsi tubuh dan gangguan makan pada remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 11(3), 105. <https://doi.org/10.22146/ijcn.19287>.
- Levy, P.S., Lemeshow, S. (1997). *Sampling of Populations: Methods and Applications*, 3 rd ed. New York: Wiley-Interscience.
- Lintang, A., Ismanto, A., & Onibala, F. (2015). Hubungan Citra tubuh Dengan Perilaku Diet Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 9 Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 3(2), 113779.
- Mariyati, & Makdalena, M. (2009). Hubungan Citra Tubuh Dengan Perilaku Diet Pada Remaja Putri Kelas X Di Sma N 1 Jeparo. 35–42.

- Meiliana, M., Valentina, V., & Retnaningsih, C. (2018). Hubungan Body Dissatisfaction dan Perilaku Diet pada Mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. *Praxis*, 1(1), 49. <https://doi.org/10.24167/praxis.v1i1.1628>.
- Muehlenkamp, Jennifer, J. (2014). *Non Suicidal self Injury in eating disorders London* : Springer.
- Muga, W., & Kale, I. (2019). Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, 6(1), 186–195.
- Muhammad Dimas Bimantara, Merryana Adriani, & Dewi Retno Suminar. (2019). Hubungan Citra tubuh dengan Status Gizi pada Siswi di SMA Negeri 9 Surabaya . *Amerta Nutrition*, 3(2), 85–88. <https://doi.org/10.2473/amnt.v3i2.2019.85-88>.
- Mukhlis, A. (2013). Berpikir Positif pada Ketidakpuasan Terhadap Citra tubuh. *Jurnal Psikoislamika*, 10(1998), 5-14.
- Mulyono, E. (2019). Hubungan Perilaku Diet Dengan Status Berat Badan Pada Wanita Pasca Menikah. *Jurnal Medika : Karya Ilmiah Kesehatan*, 4(1), 31–39. <https://doi.org/10.35728/jmkik.v4i1.71>.
- Normate, E. S., Nur, M. L., & Toy, S. M. (2017). Hubungan Teman Sebaya, Citra tubuh Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Remaja Putri. *Unnes Journal of Public Health*, 6(3), 141. <https://doi.org/10.15294/ujph.v6i3.17016>.
- Nugroho, A. I., & Fauziah, N. (2018). Hubungan Antara Harga Diri Dengan Perilaku Konsumtif Produk Fashion Bermerek Pada Siswa Sman 3 Semarang. *Empati*, 7(2), 425–428.
- Ogden, J. (2000). *Health Psychology : Second Edition*. Buckingham : Open University press.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development: Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika. Jakarta.
- Paramitha, N. M. K., & Suarya, L. M. K. S. (2018). Hubungan Antara Citra Tubuh Dan Perilaku Makan Intuitif Pada Remaja Putri Di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 360–369.
- Polivy, J., & Herman, C. P. (1987). Diagnosis and treatment of normal eating. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 55(5), 635–644. <https://doi.org/10.1037//0022-006x.55.5.635>.
- Prima, E., & Sari, E. P. (2015). Hubungan Antara Body Dissatisfaction Dengan Kecenderungan Perilaku Diet. *Jurnal Psikologi Integratif*, 1(1), 17–30.

- Puspitasari, A. I., & Ambarini, T. K. (2017). Hubungan Social Comparison dan Body Dissatisfaction pada Remaja Perempuan. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 6, 59–66.
- Putra, S.R. (2013). *Pengantar Ilmu Gizi dan Diet*. D-Medika (Anggota IKAPI). Yogyakarta.
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>.
- Putri, D. A., & Indryawati, R. (2019). Body Dissatisfaction Dan Perilaku Diet Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 88–97. <https://doi.org/10.35760/psi.2019.v12i1.1919>.
- Rahmadiyah, A., Munthe, R. A., & Aiyuda, N. (2020). Social Comparison Dengan Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Pada Remaja Perempuan. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(1), 11. <https://doi.org/10.24014/pib.v1i1.8317>.
- Rachmayadi, R & Susilarini, T. (2020). Hubungan antara Citra tubuh dan Harga Diri dengan Kecenderungan Body Dyshmorphic Disorder. *Jurnal IKRA – ITH Humaniora*, 4 (3), 11-20.
- Rosen, J. C., Reiter, J., & Orosan, P. (1995). Cognitive-behavioral Citra Tubuh therapy for body dysmorphic disorder. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 63(2), 263–269.
- Ruderman, A. J. (1986). *Dietary Restraint: A Theoretical and Empirical Review*. *Psychological Bulletin*, Vol 99.
- Safitri, A. O., Novrianto, R., & Maretih, A. K. E. (2020). Body Dissatisfaction Dan Perilaku Diet Pada Remaja Perempuan. *Psibernetika*, 12(2), 100–105. <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v12i2.1673>.
- Santrock, J. W. (2011). Life-span development, 7th ed. In Life-span development, 7th ed. McGraw-Hill Higher Education.
- Sazani, A. (2016). Efektivitas Media Nutrisi Diet Untuk Meningkatkan Pengetahuan Tentang Diet yang Sehat Pada Remaja Putri SMK Jurusan Kecantikan Di Kota Tegal. *JHE (Journal of Health Education)*, 1(2).
- Siregar, M. (2018). Hubungan Antara Harga Diri Dengan Perilaku Konsumtif Terhadap Smartphone Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 10(2).
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar metodologi penelitian*. Literasi Media Publishing.

- Soekadji, Soetarlinah. 1983. *Modifikasi Perilaku: Penerapan Sehari-hari dan Penerapan Profesional*. Yogyakarta: Penerbit Liberty.
- Sujarweni, WV. (2014). *SPSS untuk Penelitian*, Pustaka Baru Press. Yogyakarta.
- Sumanty, D., Sudirman, D., & Puspasari, D. (2018). Hubungan Religiusitas dengan Citra tubuh pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 1(1), 9–28. <https://doi.org/10.15575/jpib.v1i1.2076>.
- Srisayekti, W., & Setiady, D. A. (2015). Harga-diri (Self-esteem) Terancam dan Perilaku Menghindar. *Jurnal Psikologi*, 42(2), 141. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7169>.
- Uma Sekaran, 2006, *Research Methods For Business*, Edisi 4, Buku 1, Jakarta: Salemba Empat.
- Verstraeten, R., Leroy, J. L., Pieniak, Z., Ochoa-Avilès, A., Holdsworth, M., Verbeke, W., ... Kolsteren, P. (2016). Individual and environmental factors influencing adolescents' dietary behavior in low- and middle-income settings. *PLoS ONE*, 11(7), 1–15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0157744>.
- Wati, D. K., & Sumarmi, S. (2017). Citra tubuh Pada Remaja Perempuan Gemuk Dan Tidak Gemuk: Studi Cross Sectional. *Amerta Nutrition*, 1(4), 398. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i4.7130>.
- Widyatingsih, O. 2011. Hubungan Antara Harga Diri dan Perilaku Diet Tidak Sehat pada Remaja Putri. *Skripsi*. Psikologi Universitas Sanata Dharma. Yogyakarta .
- Wulandari, T., & Nurhadianti, R. D. D. (2019). Hubungan Harga Diri dan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kematangan Karir Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 58 Jakarta. *Ikra-ITH Humaniora: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 3(2), 65-70.
- Yager, Karen Margaret. (2008). Citra Tubuh, body dissatisfaction, dieting and disordered eating and exercise behaviours of trainee physical education teachers: Investigation and intervention. *Thesis Sydney: The University of Sydney*.
- Yonaniko, D. (2017). Hubungan CITRA TUBUH Dengan Perilaku Diet Pada Remaja Putri Tahun 2016 Kelas X Dan Xi Smkn 2 Padang. *Menara Ilmu*, XI(75), 177–181.
- Yunita, F. A., Eka, A., Yuneta, N., & Sutisna, E. (2020). Hubungan Pola Diet Remaja Dengan Status Gizi The Correlation between Adolescence's Dietary Pattern with Nutritional Status. 8(2), 27–32.
- <https://www.pikiran-rakyat.com/belia/pr-01326189/pentingnya-body-image-bagi-diri-sendiri?page=2>
- <https://www.idntimes.com/hype/fun-fact/mela/oh-ternyata-seperti-ini-bentuk-tubuh-ideal-cewek-dari-masa-ke-masa/full>

<https://health.kompas.com/read/2015/03/25/071500123/Takut.Gemuk.Banyak.Remaja.Di.et.Tidak.Sehat>

<https://parenting.orami.co.id/magazine/hati-hati-ini-6-bahaya-diet-terlalu-ekstrem/>
<http://p2ptm.kemkes.go.id/artikel-sehat/peneliti-pola-makan-burukmenu-tidak-sehat-penyebab-satu-dari-lima-kematian>



LAMPIRAN

1. Surat Pengantar Penelitian dari Fakultas
2. Surat Pengantar Penelitian dari Kelurahan
3. Skala I (Citra Tubuh)
4. Skala II (Harga Diri)
5. Skala III (Perilaku Diet)
6. Tabulasi Skor Uji Coba
7. Uji Reliabilitas dan Seleksi Aitem

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
 Jl. Marsda Adisucipto Yogyakarta 55281
 Telepon (0274) 589621, Faksimili (0274) 586117
 Website : <http://fishum.uin-suka.ac.id>

Nomor : B-241.30/Un.02/TSH/PP.05.3/03/2021
 Sifat : Penting
 Lamp. : -
 Hal : Permohonan Izin Penelitian Tugas Akhir

Kepada:
 Yth. Kepala Kelurahan Maguwoharjo Kelurahan Maguwoharjo
 di Jl. Ring Road Timur, Kembang, Maguwoharjo, Depok, Sleman, Yogyakarta.

Assalamualaikum Wr. Wb.

Dengan hormat, dalam rangka penyusunan naskah Tugas Akhir yang berjudul "*Hubungan antara Body Image dan Self Esteem dengan Perilaku Diet pada Wanita Dewasa Awal*", kami berharap Bapak/Ibu berkenan memberi izin kepada mahasiswa berikut :

Nama : PUTRI PRAMUDITA ARTWANI
 NIM : 17107010119
 Semester : 8
 Program Studi : Psikologi
 Jenjang : Sarjana
 Alamat : TAJEM RT 01 RW 30 MAGUWOHARJO
 DEPOK SLEMAN YOGYAKARTA RT. 01
 MAGUWOHARJO
 Kontak : 085842360727

untuk melakukan **penelitian** di instansi yang Bapak/Ibu pimpin dengan metode penelitian **Kuesioner** yang dijadwalkan pada tanggal **25 Maret 2021** s.d. **31 Maret 2021**.

Sebagai bahan pertimbangan bersama ini kami lampirkan :

1. Proposal Tugas Akhir
2. Fotocopy Kartu Tanda Mahasiswa (KTM)
3. Fotocopy Kartu Rencana Studi (KRS)

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum Wr. Wb.



Sleman
 24 Maret 2021
 a.n/ Dekan
 Kepala Bagian Tata Usaha
 Endah Susilandari, S.H., M.Si.
 SIGNED

Valid ID:605a870cc5433p





PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
KAPANEWON DEPOK
PEMERINTAH KALURAHAN MAGUWO HARJO
ꦧꦶꦱꦶꦏꦺꦁꦸꦏꦸꦁꦠꦺꦤ꧀ꦱꦭꦺꦩꦤ꧀

Jalan Padjajaran Kembang, Maguwoharjo, Depok, Sleman, Yogyakarta 55282
Telepon (0274) 489535, Laman : maguwoharjo.slemankab.go.id,
Surel : desamaguwoharjo@slemankab.go.id

SURAT KETERANGAN

Nomor: 218 / Sos / III / 2021

Yang bertanda tangan dibawah ini Lurah Maguwoharjo, menerangkan bahwa :

Nama Lengkap : PUTRI PRAMUDITA ARTWANI
No. Mhs/NIM/NIP/NIK : 17107010119 / 3404074710980002
Instansi / Perguruan Tinggi : UNIVERSITAS ISLAM NEGRI SUNAN KALIJAGA (UIN)
YOGYAKARTA
Tempat / Tanggal Lahir : Sleman, 07-10-1998
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Tajem Rt.001 Rw.030 , Maguwoharjo, Depok, Sleman, Yogyakarta
No. Tlpn : 085842360727
Keperluan : Mengadakan Penelitian
Lokasi : Di wilayah Maguwoharjo, Depok, Sleman, Yogyakarta

Mengijinkan orang tersebut diatas melakukan Penelitian.

Berlaku sampai dengan tanggal : Secukupnya

Demikian surat ini kami buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Maguwoharjo, 25 Maret 2021

a.n. Lurah Maguwoharjo



PETUNJUK PENGISIAN

I. Identitas

Nama (boleh inisial) :
 Usia :
 Berat Badan :
 Tinggi Badan :

II. Petunjuk Pengisian

1. Isilah identitas anda dengan lengkap.
2. Bacalah setiap pernyataan dengan cermat. Pilihlah salah satu jawaban dari pernyataan dibawah ini sesuai dengan keadaan anda yang sebenarnya dengan cara memberikan tanda ceklist (√) pada salah satu jawaban yang tersedia. Adapun jawaban yang tersedia adalah:

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

N : Netral

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

3. Tidak ada jawaban yang salah. Semua jawaban adalah benar apabila sesuai dengan keadaan diri anda.
4. Jawaban anda akan dijamin kerahasiannya, oleh sebab itu anda tidak perlu merasa taut dan ragu-ragu dalam memberikan gambaran jawaban.
5. Teliti kembali jawaban anda dan jangan sampai ada yang terlewatkan.

SKALA I

Citra Tubuh

Lampiran 1. Skala Citra Tubuh

No	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya ingin merubah bagian tertentu dari tubuh saya yang kurang menarik					
2	Saya merasa bahwa tubuh orang lain lebih sempurna dibandingkan dengan tubuh yang saya miliki					

3	Saya tetap menyukai penampilan saya meskipun orang lain tidak menyukainya					
4	Tanpa menggunakan make up saya sudah terlihat cantik					
5	Saya tidak akan diet untuk mendapatkan tubuh yang menarik					
6	Saya bahagia dengan penampilan saya sekarang					
7	Saya merasa nyaman dengan berat badan saya					
8	Saya bebas makan apa saja yang saya inginkan					
9	Penampilan saya sesuai dengan gaya saat ini					
10	Saya tidak ingin merubah bentuk tubuh yang saya miliki					
11	Penampilan saya kurang menarik					
12	Saya malu dan tidak suka dengan berat badan saya					
13	Saya merasa penampilan saya menarik					
14	Bentuk tubuh saya tidak kalah menarik dengan teman-teman saya					
15	Saya merasa tidak puas dengan penampilan saya					
16	Saya merasa cantik meskipun saya tidak merubah bentuk tubuh yang saya miliki					
17	Penampilan saya tidak sesuai dengan gaya saat ini					
18	Saya rela melakukan segala macam cara agar penampilan saya terlihat menarik					
19	Cara apapun akan saya lakukan demi mendapatkan tubuh yang seksi dan menarik					
20	Tidak ada yang perlu dirubah dari penampilan saya					
21	Saya merasa tidak nyaman apabila orang lain mengomentari penampilan saya					
22	Saya tidak suka dengan bagian tertentu dari tubuh saya					
23	Semua bagian tubuh saya sangat memuaskan					
24	Saya tidak perlu merubah bentuk tubuh seperti orang lain					
25	Saya menyukai semua bagian tubuh saya apapun kondisinya					
26	Saya rela melakukan diet agar terlihat lebih menarik dan seksi					

27	Saya merasa tidak puas dengan bentuk tubuh yang saya miliki					
28	Bentuk tubuh saya tidak memuaskan					
29	Saya ingin merubah berat badan saya					
30	Saya berusaha untuk memiliki bentuk tubuh indah dan menarik dengan bentuk tubuh orang yang saya kagumi					
31	Saya mengeluh dengan berat badan yang saya miliki					
32	Saya tidak suka membandingkan tubuh saya dengan orang lain					
33	Saya merasa bangga dengan berat badan yang saya miliki					
34	Saya merasa tidak percaya diri dengan berat badan saya yang terlalu gemuk					
35	Saya merasa berat badan sudah ideal					
36	Saya merasa tubuh saya tidak ideal					
37	Saya merasa tinggi badan saya sudah pas dengan berat badan saya					
38	Saya merasa berat badan saya tidak menarik					
39	Saya tetap merasa nyaman meskipun orang lain menilai penampilan saya tidak menarik					
40	Saya tidak makan di malam hari demi menjaga berat badan saya agar tetap langsing					
41	Saya melakukan senam bukan untuk kesehatan namun, untuk mendapatkan tubuh yang seksi					
42	Saya minder dengan tubuh teman saya yang lebih langsing					
43	Saya merasa senang dengan kondisi tubuh saya saat ini					
44	Saya selalu menggunakan skincare agar kulit saya tetap kenyal dan kencang					
45	Saya selalu percaya diri dengan berat badan yang saya miliki					
46	Saya merasa bangga dengan ukuran tubuh yang saya miliki					
47	Saya merasa ukuran tubuh yang saya miliki sudah menarik					
48	Saya merasa jelek apabila bagian tubuh saya membesar (contoh: paha besar, pinggang melebar)					
49	Saya merasa tidak percaya diri dengan ukuran					

	tubuh yang saya miliki					
50	Saya percaya diri dengan ukuran tubuh yang saya miliki					
51	Saya merasa ukuran tubuh yang saya miliki tidak ideal					

SKALA II

Harga Diri

Lampiran 2. Skala Harga Diri

No	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya tidak di hormati oleh orang lain					
2	Saya mudah disukai oleh orang lain					
3	Saya tidak dianggap di kelompok					
4	Saya tidak mampu menyelesaikan tugas tepat waktu					
5	Saya merasa di hormati oleh orang lain					
6	Saya dapat menyelesaikan masalah tanpa bantuan orang lain					
7	Saya tidak diterima di lingkungan sekitar					
8	Saya membutuhkan waktu untuk beradaptasi					
9	Pendapat saya dianggap penting oleh kelompok					
10	Saya kesulitan dalam mencapai target					
11	Pendapat saya tidak penting di dalam kelompok					
12	Saya tidak bisa menyelesaikan masalah sendirian					
13	Saya diterima di lingkungan sekitar					
14	Saya sering dilibatkan dalam kelompok					
15	Saya tidak banyak dikenal oleh masyarakat sekitar					
16	Saya selalu mentaati norma yang ada di lingkungan					
17	Saya selalu melanggar peraturan di msyarakat					
18	Saya selalu dilibatkan dalam musyawarah kelompok					
19	Saya menghindari minuman keras					
20	Saya mampu menyelesaikan tugas tepat waktu					
21	Saya mampu mencapai target dengan baik					
22	Saya tidak di hormati oleh orang yang lebih muda dari saya					
23	Saya tidak bisa meyelesaikan tugas dengan					

	baik					
24	Saya merupakan orang yang cekatan					
25	Saya tidak pernah bersosialisasi di lingkungan					
26	Saya mudah mengambil keputusan tanpa kesulitan					
27	Saya merasa banyak dikenal oleh masyarakat sekitar					
28	Saya tidak dapat mengambil keputusan tanpa bantuan orang lain					
29	Semua orang peduli terhadap saya					
30	Saya mampu mendamaikan perselisihan					
31	Saya tidak pernah diajak berdiskusi dengan orang lain					
32	Saya tidak bisa mendamaikan perselisihan					
33	Saya adalah orang yang menyenangkan					
34	Saya pernah meninggalkan kewajiban saya					
35	Saya tidak pernah menghargai orang yang sedang beribadah					
36	Saya dianggap biasa saja ketika berada di dalam suatu kelompok					
37	Saya merasa mendominasi di kelompok saya					
38	Saya dianggap terkenal oleh lingkungan saya					
39	Saya tidak pernah meninggalkan kewajiban saya					
40	Saya tidak pernah dimarahi					
41	Saya mudah menyerah					
42	Saya tidak pernah dilibatkan dalam kelompok					

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNANKALIJAGA
YOGYAKARTA

SKALA III
Perilaku Diet

Lampiran 3. Skala Perilaku Diet

No	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya akan menolak ajakan teman untuk makan malam					
2	Ketika saya sedang stress berat, maka nafsu makan saya akan menurun					
3	Saya rajin berolahraga untuk mengurangi berat badan saya					
4	Ketika teman membawa camilan, saya akan memakan meskipun tidak lapar					
5	Saya mampu menahan nafsu meskipun mencium aroma makanan yang lezat					
6	Saya akan tetap menolak ajakan makan					

	meskipun saya terasa lapar					
7	Saya akan makan ketika mencium bau masakan yang begitu lezat					
8	Saya makan lebih banyak ketika stress					
9	Saya mengurangi kebiasaan makan malam saya untuk menurunkan berat badan saya					
10	Saya akan makan lebih banyak ketika makanan tersebut terasa enak					
11	Saya akan makan lebih banyak ketika sedang kecewa					
12	Saya akan menolak makanan yang diberikan kepada saya, meskipun makanan tersebut terlihat lezat					
13	Saya akan makan lebih banyak ketika sedang ada acara di rumah					
14	Saya sulit makan ketika sedang kecewa					
15	Saya tidak akan makan meskipun rasa makanan tersebut adalah kesukaan saya					
16	Saya akan makan setiap kali saya ingin					
17	Saya mudah tergoda untuk membeli makanan favourite saya					
18	Saya selalu mengonsumsi cupcake					
19	Ketika saya sedang ada masalah maka saya akan makan lebih banyak dari biasanya					
20	Saya akan menahan nafsu makan saya, saat melihat orang lain makan					
21	Saya makan lebih banyak ketika sedang cemas					
22	Saya lebih memilih makan daripada berolahraga					
23	Saya tidak akan menolak makanan yang diberikan, meskipun berat badan saya akan naik					
24	Saya tidak akan makan meskipun aroma makanan tersebut begitu lezat					
25	Saya suka ngemil ketika sedang tidak ada kegiatan					
26	Ketika saya sedang sedih, saya lebih banyak makan coklat dibandingkan mencari kegiatan lain					
27	Ketika sedang stress, saya lebih banyak ngemil dibandingkan dengan beraktivitas yang lain					
28	Ketika saya sedang kecewa, saya lebih memilih pergi bersama teman, daripada ngemil					

TABULASI SKOR UJI COBA (HARGA DIRI)

Lampiran 5. Tabulasi Skor Try Out (Harga diri)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	TOTAL		
1 (JN)	3	2	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	2	1	3	2	3	3	1	3	1	3	1	3	1	3	1	3	3	140
2 (DWK)	2	2	2	3	2	3	3	1	1	2	2	2	3	2	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	1	4	1	3	3	3	3	3	4	2	1	4	1	4	4	2	3	4	2	2	3	2	4	2	151	
3 (AD)	4	4	4	3	2	2	2	2	1	3	0	3	1	2	3	3	4	3	2	3	4	0	4	4	2	1	3	3	3	1	3	1	2	2	2	3	3	2	4	3	1	4	2	3	3	2	3	4	2	2	4	2	4	2	139		
4 (RS)	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	4	4	4	4	3	2	3	3	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	4	2	2	4	1	4	4	0	2	2	2	1	2	0	2	3	121		
5 (Grey)	3	2	2	0	3	3	3	3	0	1	1	1	4	3	2	1	3	2	3	1	4	0	2	4	1	1	3	2	1	3	1	3	2	3	2	1	2	1	2	1	0	2	1	3	3	1	3	4	2	1	0	0	0	2	102		
G (DM)	3	2	3	3	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	1	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	3	125			
7 (Rusma)	4	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	2	3	3	2	4	2	3	4	4	3	4	4	2	3	2	2	2	1	2	4	2	3	2	2	3	2	2	1	4	2	4	2	1	3	1	2	2	1	0	2	2	128			
8 (NA)	1	1	3	3	2	3	3	2	2	3	1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	146				
9 (Tia)	3	4	4	4	4	4	3	3	0	2	3	4	4	4	3	2	4	4	3	3	4	4	4	0	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	4	3	4	2	2	4	4	2	3	3	3	3	3	171			
10 (Intan)	3	2	3	2	2	2	3	3	1	2	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	4	4	4	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	4	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	1	3	1	3	3	132		
11 (Nisa)	1	1	0	3	1	3	1	3	0	1	1	0	2	1	1	0	4	3	4	0	4	4	4	4	3	3	4	2	3	4	3	3	1	0	1	2	1	2	4	2	1	3	0	3	3	0	4	2	4	1	2	0	1	0	108		
12 (M)	4	2	4	3	2	1	3	1	0	2	2	3	1	2	3	2	3	3	2	3	4	4	4	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	3	2	4	3	2	4	2	3	4	0	3	2	3	1	2	1	3	3	131		
13 (Sifa)	2	2	2	2	2	2	3	1	1	2	1	2	2	3	2	3	3	3	2	2	4	3	4	3	2	1	2	2	1	2	3	1	3	1	2	2	2	2	3	3	1	4	2	3	2	2	2	3	3	2	1	1	2	2	118		
14 (UNI)	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	3	3	3	2	4	3	0	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	4	2	1	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	112		
15 (LS)	1	0	2	4	1	1	3	3	0	2	1	1	3	2	1	0	3	4	1	3	4	4	4	4	3	2	2	2	2	1	3	1	1	2	0	2	3	2	4	1	1	4	0	1	3	0	4	3	0	0	1	0	2	3	105		
16 (AO)	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3	2	1	2	3	2	2	1	3	4	160		
17 (IS)	4	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	2	4	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	2	4	3	3	4	4	3	4	2	4	4	2	4	2	4	3	173			
18 (Nana)	3	2	3	3	2	2	4	2	1	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	4	3	4	2	2	2	2	2	2	1	4	2	2	2	2	2	3	2	4	2	1	4	2	4	3	2	3	3	2	2	1	2	2	3	131		
19 (NH)	4	2	4	2	3	3	4	3	0	3	2	3	2	4	4	4	2	2	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	1	4	3	3	2	3	2	1	3	4	2	2	3	4	161		
20 (BP)	4	3	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	2	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	3	3	2	3	3	4	4	4	4	1	4	4	2	3	2	4	4	1	2	2	2	3	2	167		
21 (Emilia)	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	1	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	0	4	4	181		
22 (Ana)	4	4	3	3	3	3	4	3	1	3	2	3	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	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	2	2	143		
23 (FA)	0	0	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	4	4	4	4	2	2	1	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	1	2	2	0	2	2	2	121		
24 (Aisyah)	3	3	1	4	3	3	4	2	1	2	2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	2	3	4	3	2	4	2	4	3	4	2	4	2	4	4	1	4	3	4	4	2	4	4	2	2	2	2	3	3	166		
25 (Mif)	3	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	3	4	4	4	4	3	2	4	2	4	4	2	4	2	2	4	2	2	3	143	
26 (Tutut)	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	1	4	3	4	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	3	2	4	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	126	
27 (Apip)	3	3	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	4	4	4	4	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	4	3	1	4	2	4	2	2	3	4	4	3	2	2	2	140		
28 (Noorw)	2	2	3	1	2	2	3	2	1	2	1	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	4	3	4	1	2	2	2	3	1	2	3	2	2	2	1	3	2	4	3	1	4	1	3	3	2	3	4	2	2	1	1	1	2	122		
29 (SS)	4	3	4	3	3	2	4	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	4	4	4	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	4	2	4	3	2	4	2	2	4	1	3	3	2	2	2	4	3	153			
30 (F)	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	1	4	3	3	4	3	4	2	2	3	2	1	4	3	163	

Lampiran 7. Uji Reliabilitas dan Seleksi Aitem

UJI RELIABILITAS DAN SELEKSI AITEM INSTRUMEN CITRA TUBUH**1. Uji Reliabilitas Instrumen Citra Tubuh sebelum Seleksi Aitem**

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.972	60

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem 1	131.27	1696.685	.221	.972
Aitem 2	131.67	1661.540	.491	.972
Aitem 3	131.37	1653.275	.605	.972
Aitem 4	130.20	1686.786	.633	.972
Aitem 5	130.37	1734.723	-.274	.973
Aitem 6	130.70	1684.631	.401	.972
Aitem 7	131.67	1659.747	.588	.972
Aitem 8	131.77	1696.185	.277	.972
Aitem 9	130.53	1662.257	.652	.972
Aitem 10	131.67	1637.540	.811	.971
Aitem 11	131.13	1653.154	.585	.972
Aitem 12	131.33	1689.885	.290	.972
Aitem 13	131.13	1659.913	.668	.972
Aitem 14	130.27	1694.409	.271	.972
Aitem 15	131.53	1648.740	.623	.972
Aitem 16	131.20	1723.959	-.100	.973
Aitem 17	131.23	1656.806	.631	.972
Aitem 18	130.97	1641.964	.764	.971
Aitem 19	131.27	1661.030	.696	.971
Aitem 20	131.37	1655.757	.707	.971
Aitem 21	131.40	1638.800	.819	.971
Aitem 22	131.00	1643.655	.788	.971
Aitem 23	131.10	1651.817	.641	.972
Aitem 24	131.03	1678.102	.341	.972
Aitem 25	130.70	1677.390	.444	.972
Aitem 26	131.60	1639.283	.810	.971
Aitem 27	132.20	1683.131	.347	.972
Aitem 28	131.73	1655.926	.619	.972
Aitem 29	131.70	1634.562	.909	.971
Aitem 30	131.23	1637.082	.787	.971

Aitem 31	131.33	1689.333	.286	.972
Aitem 32	131.07	1648.202	.736	.971
Aitem 33	131.13	1662.740	.611	.972
Aitem 34	131.20	1654.097	.640	.972
Aitem 35	131.23	1639.013	.767	.971
Aitem 36	132.57	1639.151	.725	.971
Aitem 37	130.40	1712.248	.027	.973
Aitem 38	131.33	1653.540	.703	.971
Aitem 39	131.77	1645.426	.792	.971
Aitem 40	130.77	1677.082	.360	.972
Aitem 41	131.57	1624.047	.917	.971
Aitem 42	131.90	1644.507	.722	.971
Aitem 43	131.90	1635.610	.729	.971
Aitem 44	131.93	1657.582	.598	.972
Aitem 45	131.80	1628.166	.777	.971
Aitem 46	131.47	1644.809	.711	.971
Aitem 47	131.17	1662.213	.600	.972
Aitem 48	131.03	1668.861	.440	.972
Aitem 49	131.80	1696.786	.197	.973
Aitem 50	130.60	1669.697	.522	.972
Aitem 51	131.00	1645.103	.711	.971
Aitem 52	131.07	1647.168	.853	.971
Aitem 53	131.17	1665.109	.449	.972
Aitem 54	131.43	1635.357	.867	.971
Aitem 55	131.43	1645.495	.855	.971
Aitem 56	131.57	1636.254	.854	.971
Aitem 57	131.97	1648.102	.717	.971
Aitem 58	131.40	1637.145	.838	.971
Aitem 59	131.47	1635.637	.850	.971
Aitem 60	131.67	1627.333	.877	.971

2. Uji Reliabilitas Instrumen Citra Tubuh setelah Seleksi Aitem

Reliability Statistics setelah aitem gugur dihilangkan

Cronbach's Alpha	N of Items
.978	51

UJI RELIABILITAS DAN SELEKSI AITEM INSTRUMEN HARGA DIRI

1. Uji Reliabilitas Instrumen Harga Diri sebelum Seleksi Aitem

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.940	54

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem 1	136.57	447.082	.464	.939
Aitem 2	137.03	444.309	.602	.938
Aitem 3	136.53	446.671	.528	.939
Aitem 4	136.43	447.289	.555	.939
Aitem 5	137.00	450.207	.653	.938
Aitem 6	136.93	453.030	.543	.939
Aitem 7	136.30	451.872	.561	.939
Aitem 8	136.93	461.857	.273	.940
Aitem 9	138.17	449.109	.557	.939
Aitem 10	137.03	450.585	.705	.938
Aitem 11	137.30	446.769	.614	.938
Aitem 12	136.87	440.326	.807	.937
Aitem 13	136.87	458.257	.321	.940
Aitem 14	136.43	450.116	.590	.939
Aitem 15	136.63	446.240	.729	.938
Aitem 16	136.90	439.610	.655	.938
Aitem 17	136.17	456.489	.421	.940
Aitem 18	136.03	459.689	.366	.940
Aitem 19	136.63	461.620	.285	.940
Aitem 20	136.77	449.978	.594	.939
Aitem 21	135.43	471.633	-.107	.941
Aitem 22	135.83	457.178	.267	.941
Aitem 23	135.60	455.076	.382	.940
Aitem 24	136.23	488.254	-.415	.946
Aitem 25	136.57	445.082	.664	.938
Aitem 26	136.90	448.990	.594	.938
Aitem 27	136.53	458.533	.384	.940
Aitem 28	136.67	452.161	.673	.938
Aitem 29	136.83	450.144	.503	.939
Aitem 30	137.07	462.133	.239	.940
Aitem 31	136.37	457.757	.331	.940
Aitem 32	137.10	458.783	.355	.940
Aitem 33	136.90	444.300	.697	.938

Aitem 34	137.17	456.764	.412	.940
Aitem 35	137.00	444.828	.698	.938
Aitem 36	136.97	455.482	.552	.939
Aitem 37	136.53	445.844	.685	.938
Aitem 38	136.93	453.789	.559	.939
Aitem 39	135.53	462.464	.271	.940
Aitem 40	136.70	442.907	.776	.937
Aitem 41	137.80	457.614	.413	.940
Aitem 42	135.63	461.826	.305	.940
Aitem 43	137.23	437.840	.795	.937
Aitem 44	136.20	460.648	.242	.941
Aitem 45	136.23	462.047	.222	.941
Aitem 46	137.60	449.766	.555	.939
Aitem 47	136.33	462.920	.189	.941
Aitem 48	136.50	462.810	.142	.942
Aitem 49	137.03	465.344	.108	.942
Aitem 50	137.37	449.275	.609	.938
Aitem 51	137.17	448.971	.511	.939
Aitem 52	138.00	452.069	.464	.939
Aitem 53	136.70	438.148	.738	.937
Aitem 54	136.70	451.459	.521	.939

2. Uji Reliabilitas Instrumen Harga Diri setelah Seleksi Aitem

Reliability Statistics
setelah aitem gugur
dihilangkan

Cronbach's Alpha	N of Items
.954	42

UJI RELIABILITAS DAN SELEKSI AITEM INSTRUMEN PERILAKU DIET

1. Uji Reliabilitas Instrumen Perilaku Diet sebelum Seleksi Aitem

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.873	36

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem 1	70.97	265.068	.427	.869
Aitem 2	70.97	283.964	-.159	.882
Aitem 3	70.83	254.764	.529	.866
Aitem 4	70.37	263.551	.454	.868
Aitem 5	71.17	269.730	.244	.872
Aitem 6	71.03	265.344	.385	.869
Aitem 7	70.57	275.013	.058	.877
Aitem 8	70.73	253.513	.651	.863
Aitem 9	71.57	269.426	.329	.871
Aitem 10	70.90	252.852	.650	.863
Aitem 11	70.93	247.651	.746	.860
Aitem 12	70.53	254.051	.531	.866
Aitem 13	71.40	252.593	.605	.864
Aitem 14	70.23	269.357	.262	.872
Aitem 15	70.90	253.128	.609	.864
Aitem 16	71.37	263.551	.436	.868
Aitem 17	71.33	268.506	.309	.871
Aitem 18	70.73	300.202	-.567	.889
Aitem 19	70.77	255.633	.656	.864
Aitem 20	71.40	264.524	.484	.868
Aitem 21	71.40	255.972	.631	.864
Aitem 22	71.73	261.099	.541	.867
Aitem 23	70.07	264.064	.419	.869
Aitem 24	70.90	250.507	.715	.862
Aitem 25	70.80	250.924	.786	.861
Aitem 26	70.80	249.890	.748	.861
Aitem 27	70.67	258.023	.606	.865
Aitem 28	70.63	306.033	-.727	.892
Aitem 29	70.87	303.085	-.676	.890

Aitem 30	71.07	260.478	.554	.866
Aitem 31	71.03	264.861	.458	.868
Aitem 32	71.67	264.161	.371	.870
Aitem 33	70.77	271.082	.219	.872
Aitem 34	70.33	264.023	.423	.869
Aitem 35	70.80	252.717	.687	.863
Aitem 36	70.43	262.875	.475	.868

2. Uji Reliabilitas Instrumen Perilaku Diet setelah Seleksi Aitem

Reliability Statistics setelah aitem gugur dihilangkan

Cronbach's Alpha	N of Items
.934	28

LAMPIRAN

1. **Tabulasi Skor Instrumen Penelitian**
2. **Statistic Deskriptif**
3. **Uji Asumsi**
4. **Uji Hipotesis**

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Lampiran 8. Tabulasi Skor Instrumen Penelitian (Citra Tubuh)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	TOTAL			
1 (S1)	0	1	1	3	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	4	1	1	1	1	0	1	1	1	0	3	1	1	3	1	1	1	0	0	1	0	49		
2 (S2)	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	3	0	1	1	0	0	1	0	0	0	3	3	1	0	4	0	0	0	1	1	1	1	41		
3 (S3)	0	1	1	1	0	1	0	3	0	0	0	0	1	1	0	2	1	2	2	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	3	0	1	0	0	0	0	0	0	0	3	0	1	1	1	3	1	0	0	0	0	0	34			
4 (S4)	1	1	3	1	1	3	1	1	3	1	1	3	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	0	3	1	3	1	1	0	1	0	1	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	0	69			
5 (S5)	0	1	0	2	0	1	1	2	2	0	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	0	1	1	2	2	1	1	1	0	2	0	1	1	0	1	1	2	4	0	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	63			
6 (S6)	4	2	3	1	0	1	1	2	2	4	1	2	1	2	2	1	2	1	0	3	0	4	1	4	3	0	4	4	0	0	0	4	0	0	0	4	0	0	4	0	0	2	2	0	1	3	3	0	0	0	0	1	0	75	
7 (S7)	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	65			
8 (S8)	3	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	77				
9 (S9)	1	1	3	2	2	3	1	3	2	3	1	3	2	2	1	1	1	3	3	2	1	3	2	2	3	2	1	2	1	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	2	3	1	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	97		
10 (S10)	0	3	3	2	1	1	0	3	1	0	2	1	2	1	3	1	1	3	1	1	0	0	1	2	3	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	3	3	1	3	2	3	1	1	0	1	3	0	65		
11 (S11)	1	1	4	2	1	3	2	4	3	1	2	1	3	1	1	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	82			
12 (S12)	1	2	3	2	2	3	1	2	2	3	3	3	2	2	3	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	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	110		
13 (S13)	0	1	3	2	1	2	3	2	2	1	2	1	2	3	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	3	3	1	1	2	2	2	1	2	1	1	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	0	1	2	1	91			
14 (S14)	3	1	4	4	1	1	1	2	2	2	2	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	4	2	4	3	0	1	0	4	3	1	1	0	1	0	4	2	4	3	2	0	2	2	2	1	1	1	1	103		
15 (S15)	3	2	3	2	2	4	3	3	3	0	2	3	1	2	3	4	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	118			
16 (S16)	0	0	3	1	0	1	1	0	3	0	1	1	2	1	1	1	3	1	0	2	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	2	1	1	1	1	1	2	3	3	2	1	4	2	1	3	0	2	1	1	59		
17 (S17)	1	1	1	1	1	3	1	1	1	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	1	1	1	1	3	1	1	3	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	89		
18 (S18)	1	2	2	2	1	2	0	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	0	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	3	1	1	2	2	1	1	2	2	1	72		
19 (S19)	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	2	3	3	1	0	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	0	1	1	3	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	78			
20 (S20)	3	3	3	3	3	4	3	3	2	1	2	3	1	3	2	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	2	3	2	3	3	1	2	3	4	3	4	3	2	3	3	3	2	3	4	4	3	4	2	3	3	140	
21 (S21)	3	3	3	3	2	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	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	152			
22 (S22)	3	2	1	3	1	1	1	3	2	1	1	1	2	1	1	2	4	4	1	0	1	1	1	2	3	1	1	1	0	0	0	2	1	1	0	0	0	0	0	1	3	2	2	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	66	
23 (S23)	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	1	3	3	2	4	3	3	2	2	3	3	3	4	3	0	2	2	3	3	2	3	139		
24 (S24)	2	2	4	2	2	4	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	122		
25 (S25)	1	1	3	1	1	2	1	1	3	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	64		
26 (S26)	1	0	2	4	2	1	0	2	3	2	4	0	2	1	2	4	2	0	3	1	0	0	0	1	2	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2	2	3	0	1	4	1	0	0	0	2	0	2	56	
27 (S27)	4	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	0	1	1	2	2	1	3	1	3	1	0	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	2	3	1	1	0	3	3	2	3	2	0	3	1	3	103		
28 (S28)	0	1	1	1	0	2	1	1	1	0	1	1	2	2	2	1	0	1	1	0	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	0	0	1	4	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	2	4	2	2	1	0	2	2	1	57
29 (S29)	2	3	3	2	2	2	0	1	1	1	1	2	2	0	2	1	0	1	1	1	0	1	1	3	0	2	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	60	
30 (S30)	1	2	4	3	2	3	1	0	2	1	2	1	2	2	3	2	2	1	1	1	1	2	3	4	1	2	2	1	3	1	4	2	1	1	1	1	2	2	3	1	2	2	3	1	2	2	3	2	2	1	2	2	3	99	
31 (S31)	3	3	3	4	1	3	0	3	3	1	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	1	3	3	3	4	2	3	2	0	2	3	3	1	1	2	2	3	2	3	4	2	0	2	4	2	3	3	0	3	3	1	120			
32 (S32)	0	2	4	3	0	2	3	4	1	0	3	3	3	3	2	2	2	1	1	3	0	1	3	1	3	1	0	1	1	0	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	1	3	3	3	4	3	3	0	3	3	3	117			
33 (S33)	1	1	2	4	3	4	1	0	4	0	4	3	3	1	1	3	2	1	1	2	4	2	3	3	3	1	1	3	1	4	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	4	2	3	4	3	3	4	0	3	2	1	121		
34 (S34)	2	2	2	4	0	2	1	3	1	1	3	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	4	2	2	0	1	0	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	90		
35 (S35)	0	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	0	1	1	2	1	1	0	0	0	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	0	66		
36 (S36)	1	3	1	3	3	1	1	0	3	1	1	1	2	3	2	3	3	4	3	2	3	2	3	4	3	2	3	2	1																										

51 (S51)	3 4 4 3 3 3 1 1 3 0 3 1 3 3 3 3 3 3 1 3 0 1 3 3 3 1 3 1 1 3 2 3 3 1 1 1 1 1 3 3 3 3 3 4 3 3 3 0 3 3 3	120
52 (S52)	0 0 1 1 4 1 2 2 1 1 1 2 1 1 0 1 1 1 1 1 0 0 1 1 2 0 1 1 0 0 2 1 2 2 2 1 2 1 0 2 2 2 1 4 2 0 1 0 0 0 2	58
53 (S53)	0 1 1 2 1 0 0 2 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 2 2 1 0 0 1 1 1 1 0 0 1 1 1 0 1 1 1 2 2 1 2 1 2 2 1 2 1 1 1 1 2 1	55
54 (S54)	3 1 3 3 3 2 3 2 3 3 2 1 3 3 3 3 2 3 3 3 3 3 3 3 4 2 2 3 3 4 3 2 3 3 3 2 3 3 3 4 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3	145
55 (S55)	3 3 4 3 3 3 3 4 4 3 3 3 3 4 3 1 3 3 4 3 3 3 3 3 3 3 2 3 4 2 3 4 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3	156
56 (S56)	0 0 3 4 0 2 0 2 1 0 0 2 2 2 0 2 3 1 2 0 0 0 2 1 0 1 1 1 0 0 0 2 2 0 0 0 0 2 4 2 0 2 2 1 1 1 0 0 1 0	52
57 (S57)	3 0 2 3 0 2 0 2 2 1 0 0 2 1 2 0 1 0 1 1 2 2 0 1 2 0 1 2 0 1 0 0 4 0 4 4 4 2 4 2 2 0 4 0 0 0 0 4 4 3 4 0	76
58 (S58)	3 2 3 2 1 3 2 1 3 2 2 2 2 2 2 3 3 3 1 1 2 1 2 2 2 2 3 1 3 2 1 1 2 3 2 1 1 1 2 2 3 3 3 3 3 3 3 3 2 2 2 1 2 2 2	106
59 (S59)	1 1 2 2 1 1 1 1 1 1 1 1 1 2 1 1 1 1 3 1 2 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 2 2 1 1 1 1 1 1 2 3 1 2 1 3 1 1 1 1 0 4 1	67
60 (S60)	1 1 2 2 1 1 1 1 1 2 1 2 2 2 1 2 1 2 1 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0 1 1 2 2 1 2 1 1 1 2 0 1 1 1 3 1 1 1 1 1 1	61
61 (S61)	1 1 4 2 2 2 2 3 3 3 1 3 3 3 3 1 0 0 3 3 3 4 3 3 2 3 3 3 2 1 3 3 2 2 3 3 2 2 3 3 2 2 3 3 3 1 1 1 1 1 2	121
62 (S62)	0 1 1 1 2 1 0 1 2 0 0 1 0 1 1 0 2 0 0 0 4 1 1 1 0 0 1 1 0 0 1 1 3 0 4 1 3 0 1 0 1 1 0 0 3 0 1 1 0 0 0 1	45
63 (S63)	3 2 3 3 1 2 3 1 2 1 1 2 2 3 2 2 3 3 2 1 1 1 1 1 2 1 2 2 0 1 2 3 3 1 3 3 2 2 2 3 3 2 2 3 2 2 2 1 2 2 2	101
64 (S64)	3 1 2 1 0 2 1 2 1 3 2 3 2 2 2 3 1 3 3 1 1 1 3 3 3 0 2 2 2 0 1 1 1 2 3 2 1 1 1 3 1 3 0 2 4 2 2 1 1 1 1	89
65 (S65)	3 2 4 4 2 3 3 4 4 3 2 4 4 4 2 4 4 2 3 2 0 0 2 2 2 3 3 3 2 2 3 1 2 3 2 3 0 3 2 4 1 3 3 3 3 3 1 3 3 3	134
66 (S66)	0 1 2 3 1 2 1 1 3 0 1 1 2 4 0 2 3 3 2 1 1 1 1 3 2 2 0 0 0 1 1 2 1 0 2 1 2 0 1 1 0 1 2 1 1 1 1 1 1 1 1	66
67 (S67)	1 3 4 3 3 3 1 1 2 2 2 4 2 2 3 3 2 4 4 2 0 2 2 4 3 2 4 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 2 1 1 1 2 2 2 2 2 1 1 1 1 1	98
68 (S68)	1 1 3 3 1 2 0 1 1 0 1 0 1 1 1 1 3 2 2 1 0 1 2 2 2 1 1 1 1 1 1 1 0 0 0 0 0 1 2 2 1 2 2 1 1 1 1 1 1 0	56
69 (S69)	4 0 2 2 4 3 1 3 3 1 2 2 3 3 1 2 2 3 2 1 0 0 1 2 2 1 1 1 1 0 2 0 4 2 0 1 2 0 0 2 4 2 0 2 2 2 2 0 0 2 0	83
70 (S70)	1 1 2 2 2 1 1 1 1 2 1 1 1 1 0 2 2 3 4 1 0 2 1 1 1 2 1 1 0 1 2 0 1 1 1 1 1 1 0 1 3 2 2 4 1 1 1 1 1 1	67
71 (S71)	4 1 1 3 0 2 1 1 1 2 1 1 1 3 1 1 2 2 0 2 1 1 1 2 1 3 1 1 3 1 1 1 1 1 0 0 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 0	62
72 (S72)	4 1 3 1 2 2 1 2 1 2 2 2 3 3 3 2 2 3 3 2 1 2 3 2 3 3 3 2 1 2 3 1 1 1 3 3 3 2 2 2 2 3 3 3 3 3 3 3 3 3	120
73 (S73)	1 2 3 4 1 1 1 1 1 3 1 2 3 3 3 1 1 1 1 1 1 3 3 3 1 1 1 1 1 1 3 1 3 1 1 1 1 3 1 2 3 1 3 1 1 3 3 1 3 1	89
74 (S74)	4 2 2 1 2 2 1 2 2 2 2 2 2 4 4 1 2 3 1 3 2 4 3 3 1 3 2 2 1 3 1 1 1 2 2 2 4 4 2 1 1 2 1 2 1 3 3 2 3	111
75 (S75)	3 2 4 3 2 2 3 2 3 3 2 3 4 2 4 4 2 0 3 4 2 3 2 3 1 3 1 3 2 2 2 1 1 1 1 3 2 2 3 2 3 3 3 3 3 4 3	127
76 (S76)	1 2 4 3 2 4 2 1 3 2 3 3 3 3 2 2 2 3 2 2 2 2 2 2 2 1 3 3 1 2 1 2 2 2 1 1 0 1 2 2 1 1 1 0 1 3 2 2 2 0	99
77 (S77)	1 2 3 4 1 2 1 1 3 4 2 3 3 2 3 3 3 1 2 1 0 0 1 2 3 0 1 1 0 0 3 3 2 1 2 2 2 2 3 3 2 1 2 3 2 2 2 1 2 2 2	97
78 (S78)	3 3 4 2 4 4 2 3 2 4 2 3 2 2 2 2 1 3 2 1 2 2 3 2 3 2 2 0 2 1 1 2 3 2 2 1 2 3 3 3 3 4 2 2 2 3 2 2 2	119
79 (S79)	3 0 3 2 2 2 3 2 1 2 2 2 2 2 2 2 2 3 1 2	111
80 (S80)	3 2 3 1 1 2 2 2 1 2 2 3 2 2 3 2 2 2 2 2 1 1 2 2 2 3 2 2 1 2 1 2 1 2 2 1 2 2 2 3 3 2 2 2 2 2 2 2 2	100
81 (S81)	3 0 3 1 4 2 1 4 2 1 1 2 1 1 2 2 2 3 3 2 3 1 1 2 2 1 1 1 1 3 1 2 1 1 1 1 2 2 3 1 2 1 2 1 1 2 2 3 1 1	88
82 (S82)	3 2 4 3 1 3 1 1 2 4 2 1 2 3 2 3 2 2 1 1 1 3 2 3 4 0 3 3 1 0 0 4 1 0 3 2 3 2 2 1 1 0 2 1 1 3 2 3 2 2	100
83 (S83)	3 1 3 3 1 4 1 4 3 1 2 3 2 2 3 2 3 4 3 1 1 1 1 2 3 1 2 1 1 1 1 3 2 2 1 1 1 3 2 3 4 3 3 3 3 3 2 3 3 1	113
84 (S84)	1 1 1 4 0 0 1 1 1 0 1 1 1 3 1 0 1 0 1 0 1 1 1 0 3 1 1 1 1 0 0 3 1 1 1 1 3 1 1 1 1 1 0 0 4 3 3 0 1 1 0	55
85 (S85)	0 0 3 3 1 3 1 1 3 2 1 1 1 2 1 0 1 3 3 1 0 1 1 0 2 1 1 3 1 3 1 4 1 1 1 1 1 1 3 1 4 4 2 1 1 1 1 1 1	78
86 (S86)	3 3 4 2 3 1 1 3 1 2 2 2 1 2 3 3 1 2 1 1 1 2 2 1 2 2 1 1 1 3 2 1 3 3 3 1 3 3 2 1 2 4 1 1 1 1 1 1 3 3	98
87 (S87)	3 2 3 3 4 2 2 4 3 3 2 3 2 3 3 3 3 2 2 1 1 1 2 2 3 2 2 1 2 2 3 4 2 1 2 2 2 4 3 3 2 3 2 2 2 1 1 2 2	118
88 (S88)	3 3 4 3 3 4 4 4 4 4 3 3 3 3 3 3 1 3	149
89 (S89)	0 0 1 2 0 3 0 1 3 0 1 0 1 3 1 1 0 0 0 0 1 1 0 0 3 1 1 1 0 0 3 4 0 0 1 1 0 0 0 0 4 3 3 0 0 0 1 0 0	46
90 (S90)	1 1 1 1 0 1 0 3 3 0 1 0 1 1 1 1 0 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 2 3 1 1 2 2 1 1 1 1 1 1 3 2 2 1 1 1 2 1	59
91 (S91)	0 0 0 1 1 0 0 1 0 0 0 0 0 0 0 0 1 1 2 2 0 0 0 0 1	38
92 (S92)	1 1 1 3 1 3 1 3 3 1 1 1 1 3 1 1 1 0 1 2 3 1 1 3 4 1 1 1 1 4 1 4 1 3 1 3 3 1 3 1 4 1 1 4 3 3 0 0 1 1	89
93 (S93)	1 3 3 2 1 2 0 0 1 2 1 1 2 2 1 2 1 1 1 1 1 1 1 2 2 0 0 0 0 1 1 3 1 1 1 1 1 1 1 1 2 1 2 3 1 1 1 1 1 1	63
94 (S94)	1 1 3 2 1 2 1 2 2 1 1 1 2 2 1 3 3 2 2 1 0 1 2 2 2 1 2 1 0 2 0 2 1 0 1 1 1 1 2 3 3 2 2 2 3 1 1 3 0 3 1	80
95 (S95)	0 0 2 0 0 1 0 1 0 1 2 0 0 0 1 1 1 2 3 0 1 0 0 1 1 1 1 1 0 1 1 2 1 0 0 0 0 1 1 2 1 1 0 1 1 0 1 0 1 0	39
96 (S96)	3 3 3 3 1 3 2 1 3 2 3 1 3 3 2 3 3 1 1 0 1 2 3 3 1 1 2 0 1 1 3 2 1 2 2 3 1 3 0 1 2 2 4 3 3 3 1 2 3 2	103
97 (S97)	1 1 2 1 1 1 1 1 3 1 1 1 1 0 1 1 1 2 2 1 1 1 2 2 2 1 1 1 1 1 1 3 3 1 1 1 1 1 3 1 1 1 3 3 1 1 1 1 3 2	71
98 (S98)	3 2 3 3 3 3 1 2 2 3 2 3 3 3 3 3 4 4 3 4 3	154
99 (S99)	0 0 3 3 0 1 2 2 3 2 3 2 2 0 0 0 0 0 0 0 1 1 1 1 2 3 2 1 1 1 1 3 3 1 1 1 1 1 3 1 2 1 3 2 1 1 1 1 1 1	68
100 (S100)	3 3 3 3 3 3 1 3 2 3 3 4 3 4 3 4 4 4 4 3 2 3 3 3 3 4 3 4 3 4 3 2 2 2 2 2 3	152

Lampiran 9. Tabulasi Skor Instrumen Penelitian (Harga Diri)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	TOTAL		
1 (S1)	1	1	1	1	3	3	1	0	0	1	2	3	1	1	1	1	1	3	4	1	1	3	3	3	1	1	1	1	1	0	3	3	2	1	1	4	1	1	1	1	1	2	1	2	67
2 (S2)	3	3	3	3	3	1	3	1	1	1	3	1	3	3	1	3	4	1	4	3	2	3	4	1	4	0	3	1	1	1	3	2	3	1	4	1	1	1	1	1	0	3	3	91	
3 (S3)	2	2	2	0	2	3	2	1	2	0	2	1	2	2	3	3	2	2	3	1	1	2	1	3	3	1	1	1	2	2	2	2	2	0	4	2	2	1	0	0	0	2	71		
4 (S4)	2	2	2	3	2	2	2	0	2	2	2	2	2	2	3	4	2	2	4	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	1	2	1	2	1	2	2	87		
5 (S5)	2	2	3	4	2	2	4	1	2	0	2	2	3	3	4	2	4	2	4	4	2	2	3	3	2	2	1	2	2	2	3	3	3	1	3	3	3	1	1	1	2	3	100		
6 (S6)	3	3	1	3	3	0	2	1	1	1	1	3	3	3	4	4	4	2	4	4	4	1	4	2	4	1	2	0	3	3	2	4	3	1	4	1	2	2	2	0	1	3	99		
7 (S7)	2	1	2	2	2	2	2	1	2	0	2	2	2	2	0	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	1	3	2	2	1	1	1	1	1	3	0	1	3	1	1	2	2	76		
8 (S8)	3	2	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3	4	3	2	3	3	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	2	1	3	2	1	1	1	2	3	97		
9 (S9)	3	2	3	2	3	1	4	2	3	2	3	1	3	1	2	4	3	3	4	2	2	3	2	1	3	1	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	1	2	3	97		
10 (S10)	3	2	2	3	2	1	3	0	3	3	1	2	3	3	1	2	3	3	4	4	3	1	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	1	0	3	3	99		
11 (S11)	3	2	1	3	3	2	0	2	3	2	1	2	3	3	1	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	1	3	1	2	3	2	2	2	1	3	1	2	1	1	0	1	2	94		
12 (S12)	3	2	3	3	3	1	3	1	2	2	2	2	3	3	1	4	4	3	4	2	2	3	3	2	4	1	2	1	4	2	3	3	2	3	4	2	2	2	3	1	3	2	105		
13 (S13)	2	3	1	1	2	3	2	1	2	1	2	1	2	3	3	2	2	2	4	1	2	2	2	1	2	2	3	1	2	2	3	2	2	1	4	2	2	3	3	2	2	2	87		
14 (S14)	4	2	4	1	3	2	3	0	2	1	2	2	3	3	2	2	3	3	4	2	2	3	1	2	2	3	1	2	3	1	2	3	2	2	1	4	1	3	3	1	1	2	3	95	
15 (S15)	3	2	4	4	4	3	4	2	2	3	3	3	4	3	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	4	3	2	2	4	3	2	2	2	3	3	119			
16 (S16)	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	1	0	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	3	4	2	2	1	2	3	2	4	70		
17 (S17)	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	0	2	2	2	3	1	3	2	1	1	1	2	2	2	2	92		
18 (S18)	1	2	1	0	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	3	1	1	3	1	2	3	1	2	1	0	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	70		
19 (S19)	2	2	3	1	2	1	2	1	2	1	2	1	3	3	1	2	2	1	2	2	4	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	3	1	3	2	1	1	1	1	1	2	72		
20 (S20)	3	3	3	1	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	2	2	3	2	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	1	3	3	3	2	4	3	3	2	2	2	2	3	109		
21 (S21)	3	3	3	3	3	3	3	1	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	1	3	3	3	3	1	1	3	3	117		
22 (S22)	2	2	2	3	2	1	1	1	2	1	2	1	2	3	1	3	2	2	4	1	1	2	1	3	2	1	2	2	2	3	1	1	2	1	4	1	2	2	1	1	1	1	75		
23 (S23)	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	1	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	2	2	2	2	3	4	123		
24 (S24)	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	4	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	101	
25 (S25)	2	2	3	1	2	1	2	1	2	3	2	1	2	2	1	3	3	2	3	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	76		
26 (S26)	2	1	2	1	3	1	3	1	2	0	2	4	3	2	1	4	2	1	4	3	1	1	2	2	1	2	2	2	1	3	2	2	3	1	4	1	2	2	2	1	2	1	2	83	
27 (S27)	3	3	3	1	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	3	3	3	0	3	3	4	3	3	2	3	3	2	1	4	1	1	1	0	0	1	1	98		
28 (S28)	2	1	1	1	2	3	1	1	1	1	1	2	3	2	1	3	2	2	4	2	1	2	2	3	2	1	2	2	2	2	1	2	3	1	4	1	2	2	3	1	2	1	78		
29 (S29)	2	2	2	3	3	1	2	0	2	1	3	0	2	2	1	2	4	2	4	2	2	2	1	1	2	1	2	0	4	2	1	1	2	1	3	1	1	2	1	2	1	4	2	77	
30 (S30)	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2	3	1	3	3	4	1	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	4	2	2	2	2	2	3	3	97		
31 (S31)	4	4	4	4	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	4	4	2	4	4	4	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	4	0	4	1	0	0	1	1	4	4	108			
32 (S32)	3	2	3	4	2	3	4	0	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	4	4	3	4	3	2	1	2	3	3	2	4	4	2	1	4	1	2	2	1	0	3	3	113		
33 (S33)	4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	2	2	4	4	4	4	1	4	2	3	2	2	3	0	2	4	4	2	1	4	4	3	3	3	3	4	4	132		
34 (S34)	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	3	2	3	2	2	3	4	1	1	0	2	2	1	1	2	2	3	2	1	1	2	2	4	2	2	1	1	1	3	2	76		
35 (S35)	2	3	2	1	3	2	2	0	1	1	1	1	4	2	1	4	3	1	2	3	1	1	3	3	2	1	0	3	1	2	2	4	0	4	2	2	1	0	0	1	2	75			
36 (S36)	3	3	2	1	3	3	3	4	3	3	2	3	4	1	3	3	3	3	3	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	121	
37 (S37)	3	1	2	1	2	2	1	1	2	3	2	1	3	2	1	4	3	2	3	3	1	1	1	3	1	1	1	1	2	2	1	2	3	1	3	1	1	1	1	2	1	3	2	77	
38 (S38)	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	85		
39 (S39)	3	2	3	3	3	1	4	3	1	3	4	2	2	1	2	2	3	1	4	1	1	3	3	0	4	2	2	3	1	1	3	1	2	3	3	2	1	0	2	1	3	1	90		
40 (S40)	3	2	2	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	60		
41 (S41)	3	2	3	3	3	1	4	3	1	3	4	2	2	1	2	3	1	4	1	1	3	3	0	4	2	2	3	1	1	3	3	2	3	3	2	3	3	2	1	0	2	1	3	1	92
42 (S42)	2	1	2	1	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	4	1	3	3	1	3	1	3	1	2	2	2	2	2	2	3	0	3	3	2	1	1	1	3	0	2	0	4	3	86	
43 (S43)	4	2	4	4	4	4	1	3	2	2	2	2	3	3	3	4	4	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	2	4	4	2	4	4	2	2	2	2	2	4	2	4	4	124		
44 (S44)	1	3	3	1	2	1	1	1	3																																				

51 (S51)	4	3	4	4	4	0	4	1	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	126					
52 (S52)	2	2	2	1	2	2	1	0	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	0	1	1	48				
53 (S53)	2	1	0	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	3	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	49				
54 (S54)	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	1	3	3	3	3	1	2	4	3	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	3	4	3	109						
55 (S55)	3	3	3	3	2	2	3	1	1	1	3	3	3	2	1	4	4	2	4	3	3	3	3	2	2	2	1	2	2	1	3	1	4	1	2	1	2	1	3	3	97						
56 (S56)	0	2	2	0	2	2	1	0	3	2	3	3	3	0	0	0	1	0	2	0	2	0	1	2	1	3	0	3	1	4	1	2	0	0	2	1	1	0	1	0	1	1	53				
57 (S57)	2	2	2	1	1	4	2	3	1	0	1	0	2	2	1	2	2	2	3	2	0	1	1	2	1	0	0	1	2	2	2	1	1	1	4	0	2	1	1	0	0	2	60				
58 (S58)	3	2	3	3	2	2	3	1	2	2	3	3	3	2	3	4	2	4	2	4	3	2	1	3	3	3	2	2	1	2	2	3	2	2	1	3	1	1	2	1	1	3	2	96			
59 (S59)	1	2	4	1	2	2	4	1	1	1	2	1	4	1	1	4	4	1	4	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	4	2	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	75			
60 (S60)	3	2	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	3	4	1	3	3	2	3	2	2	1	1	3	1	1	2	1	2	3	1	1	3	1	4	1	1	2	2	1	1	1	76				
61 (S61)	3	3	3	3	4	2	4	1	2	2	3	3	4	3	3	4	4	2	4	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	4	2	2	2	4	2	3	2	112			
62 (S62)	2	3	3	3	3	4	2	0	2	1	1	1	3	2	1	4	2	2	0	3	1	1	1	2	1	1	3	1	2	2	2	1	1	0	3	2	2	2	0	2	1	1	74				
63 (S63)	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	1	1	2	3	103		
64 (S64)	3	4	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	1	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	1	4	1	2	4	1	0	4	3	112			
65 (S65)	4	3	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	1	3	3	2	2	2	1	4	2	2	2	1	1	3	3	130
66 (S66)	3	1	2	3	2	3	2	0	2	1	3	2	2	2	1	3	3	2	4	3	2	3	3	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	3	2	1	2	1	1	1	1	2	83			
67 (S67)	3	2	4	4	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	1	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	1	1	1	2	2	95			
68 (S68)	2	2	2	3	3	2	3	1	2	3	3	1	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	1	1	1	1	2	2	2	1	1	3	1	3	1	2	2	1	1	3	2	86				
69 (S69)	2	2	2	2	3	3	0	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	0	2	2	2	3	2	2	3	3	2	1	3	3	3	2	2	2	2	1	1	3	0	88				
70 (S70)	2	2	3	3	2	2	2	0	2	1	3	2	3	2	2	4	4	2	4	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	4	2	1	0	1	1	2	1	78				
71 (S71)	4	3	2	2	2	2	1	4	1	2	1	2	2	2	3	0	3	4	3	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	1	4	2	0	2	1	1	1	2	83				
72 (S72)	3	2	3	3	3	2	2	1	2	3	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	1	1	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	102				
73 (S73)	3	4	4	3	3	4	2	3	4	3	2	2	3	2	2	4	4	2	1	2	3	3	3	3	2	0	3	1	2	3	2	2	3	1	3	2	1	3	4	1	2	2	106				
74 (S74)	3	1	3	3	2	1	3	1	1	3	2	1	3	2	3	3	3	4	2	2	2	3	1	3	1	1	2	1	1	3	2	1	0	4	2	1	1	1	1	2	3	85					
75 (S75)	2	2	4	4	2	1	4	1	2	2	3	2	3	2	2	3	2	4	4	3	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	3	4	3	1	4	2	2	2	2	2	1	3	3	107			
76 (S76)	4	4	4	4	2	2	0	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	1	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	1	1	2	2	92					
77 (S77)	3	3	4	4	3	3	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	4	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	1	3	2	3	3	1	1	3	3	104		
78 (S78)	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	103			
79 (S79)	1	2	2	3	2	2	3	1	2	3	2	3	1	3	0	2	2	2	4	4	3	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	1	4	2	2	2	4	2	2	94			
80 (S80)	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	3	96				
81 (S81)	2	1	2	2	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	3	2	3	2	4	2	1	2	2	1	2	3	1	1	1	2	3	1	2	1	3	0	0	2	1	2	2	3	74				
82 (S82)	3	1	3	3	3	3	2	0	3	2	1	2	2	1	3	3	2	4	3	2	2	3	3	0	3	1	2	3	1	2	2	3	3	2	2	3	1	2	2	3	1	1	2	91			
83 (S83)	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	4	3	4	3	3	4	3	2	3	2	1	3	3	2	3	3	2	1	4	1	2	2	1	1	2	3	108				
84 (S84)	3	3	2	3	3	3	2	1	2	3	2	1	2	2	2	3	3	2	1	3	2	3	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	3	1	3	1	1	1	1	1	1	2	82				
85 (S85)	1	1	1	4	1	3	1	1	1	3	1	4	1	1	1	3	4	3	4	3	3	1	2	2	1	1	1	0	1	1	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	72				
86 (S86)	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	1	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	1	3	3	110				
87 (S87)	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	1	4	2	2	2	2	2	3	3	106			
88 (S88)	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	2	3	3	3	3	3	1	4	1	1	1	1	1	3	3	107			
89 (S89)	1	1	1	2	2	2	0	1	2	1	1	2	2	1	4	4	2	1	3	2	3	1	3	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	4	2	1	1	3	2	1	1	73				
90 (S90)	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	2	3	3	1	1	4	3	2	2	3	1	1	1	1	3	3	3	1	3	3	3	2	1	1	2	3	3	3	83					
91 (S91)	2	3	2	3	2	2	2	0	2	1	2	2	2	3	3	4	4	2	4	3	1	2	3	0	4	1	3	1	2	2	3	2	2	1	4	1	0	0	1	0	0	3	84				
92 (S92)	2	1	1	2	2	2	0	3	2	3	1	2	2	1	4	4	2	1	3	2	3	1	3	1	3	1	1	2	2	2	1	1	2	3	4	1	1	1	3	2	1	1	79				
93 (S93)	3	3	3	1	3	3	2	1	2	2	3	3	2	1	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	1	2	2	1	1	2	1	3	1	1	2	2	1	3	3	91				
94 (S94)	3	3	3	2	3	2	3	1	2	3	3	1	3	2	1	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	1	2	1	2	3	2	2	3	1	3	2	2	1	1	1	2	3	92				
95 (S95)	2	3	2	0	1	1	3	1	0	1	1	3	1	1	3	4	2	4																													

Lampiran 10. Tabulasi Skor Instrumen Penelitian (Perilaku Diet)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	TOTA	
1 (S1)	3	1	4	3	4	3	3	1	4	1	1	3	1	1	3	3	3	4	1	3	1	3	3	3	1	3	1	3	68	
2 (S2)	1	4	1	3	3	0	3	4	3	3	4	0	1	3	0	3	4	4	4	3	4	1	3	1	4	4	4	2	74	
3 (S3)	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	86	
4 (S4)	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	99	
5 (S5)	2	3	2	2	1	2	2	4	3	1	4	1	1	4	0	0	0	4	3	2	3	2	2	1	1	4	1	2	57	
6 (S6)	0	0	2	1	3	0	1	0	4	0	0	0	0	1	0	0	0	4	0	0	0	1	0	3	4	4	3	4	35	
7 (S7)	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	97	
8 (S8)	2	3	3	1	1	1	1	3	1	1	3	1	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	2	1	2	3	1	58	
9 (S9)	1	3	2	1	3	2	2	3	3	0	3	3	1	3	3	1	0	3	3	3	3	3	0	3	3	1	0	2	3	58
10 (S10)	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	106	
11 (S11)	1	3	2	1	3	1	1	2	1	0	3	1	1	3	1	1	1	3	2	3	1	1	1	1	3	3	3	3	52	
12 (S12)	3	1	2	2	3	1	3	3	2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	66
13 (S13)	2	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	2	3	3	3	1	1	2	1	1	1	1	3	1	2	45	
14 (S14)	2	1	1	1	1	3	1	0	3	0	1	3	0	1	3	1	1	4	0	3	0	1	1	2	0	3	0	2	39	
15 (S15)	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	1	2	3	3	2	2	3	3	1	61	
16 (S16)	3	1	4	3	3	3	2	4	2	3	1	2	2	3	4	3	3	4	2	2	3	4	3	2	3	4	3	3	79	
17 (S17)	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	98	
18 (S18)	4	1	4	4	3	3	3	1	4	2	2	3	2	2	2	4	2	3	2	2	3	3	2	4	2	3	2	3	75	
19 (S19)	3	3	3	4	3	3	4	1	4	4	3	2	4	1	3	2	3	4	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	83	
20 (S20)	1	1	1	1	3	1	2	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	2	0	1	2	1	2	2	3	2	2	35	
21 (S21)	1	3	1	3	2	1	3	3	1	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	2	66	
22 (S22)	3	4	0	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	77	
23 (S23)	0	3	2	0	2	3	1	2	0	1	1	1	1	2	1	0	0	2	1	1	1	3	0	1	0	2	2	3	36	
24 (S24)	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	1	3	3	1	2	4	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	67	
25 (S25)	4	4	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	1	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	80	
26 (S26)	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	87	
27 (S27)	1	3	3	1	3	1	1	0	4	0	3	3	4	1	3	3	0	3	3	3	1	2	1	1	3	3	3	1	58	
28 (S28)	4	3	3	1	4	4	3	3	4	2	3	1	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	82	
29 (S29)	3	3	3	3	3	2	3	0	4	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	79	
30 (S30)	4	4	4	3	3	3	3	3	4	2	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	103	
31 (S31)	1	2	4	2	1	1	1	3	4	0	1	2	4	1	1	1	0	4	4	2	4	1	1	2	1	2	2	4	56	
32 (S32)	3	0	3	1	0	3	3	0	3	1	1	1	3	1	1	1	2	3	0	2	3	3	1	1	1	1	1	1	44	
33 (S33)	1	0	4	4	4	0	3	1	4	1	2	2	1	0	1	1	2	4	1	1	2	2	2	1	1	1	4	2	52	
34 (S34)	4	1	3	3	1	1	3	1	2	0	2	1	1	2	1	1	1	3	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	47	
35 (S35)	4	2	4	4	2	3	4	3	3	4	2	3	3	2	1	1	3	4	2	3	2	3	3	3	3	4	2	3	80	
36 (S36)	1	0	3	1	1	1	3	1	4	2	3	1	1	4	1	1	2	1	1	2	1	2	3	2	1	1	1	2	47	
37 (S37)	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	91	
38 (S38)	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	98	
39 (S39)	0	4	3	3	1	1	4	3	0	1	2	1	0	1	1	4	2	2	2	1	1	2	2	1	0	3	0	4	49	
40 (S40)	4	4	4	4	1	1	4	3	4	1	2	4	4	4	4	4	3	2	3	1	3	2	2	3	3	3	3	4	84	
41 (S41)	0	4	3	3	1	1	4	1	0	3	2	0	4	1	3	4	2	2	2	2	1	2	2	1	1	3	1	4	57	
42 (S42)	2	3	3	3	1	1	0	2	2	3	4	0	2	1	3	0	2	2	0	0	3	2	2	2	2	2	2	2	51	
43 (S43)	0	4	4	0	0	0	4	4	0	4	2	2	2	2	0	0	2	1	1	2	1	0	0	0	0	1	0	0	34	
44 (S44)	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	92		
45 (S45)	0	4	1	0	4	0	1	0	1	0	3	1	1	3	0	1	2	3	3	3	2	1	1	1	0	3	1	1	41	
46 (S46)	1	4	2	1	1	1	3	4	3	1	3	1	1	0	2	1	1	4	4	3	1	1	1	1	1	1	1	1	49	
47 (S47)	2	2	3	1	2	0	2	2	4	1	3	0	1	3	0	3	3	3	3	2	3	2	1	1	3	3	4	2	59	
48 (S48)	4	3	1	1	4	1	1	3	4	0	1	1	2	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	70	
49 (S49)	2	1	3	3	3	3	2	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	85	
50 (S50)	1	1	1	0	2	3	1	1	1	2	3	1	2	1	1	1	2	0	0	1	1	1	2	3	3	2	1	1	39	

1. Statistik Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Body Image	100	34	156	91.35	31.139
Self Esteem	100	48	137	92.76	19.045
Perilaku Diet	100	34	107	69.43	21.844
Valid N (listwise)	100				

Lampiran 11. Uji Asumsi

UJI ASUMSI

1. UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0E-7
	Std. Deviation	16.21588827
	Absolute	.070
Most Extreme Differences	Positive	.070
	Negative	-.047
Kolmogorov-Smirnov Z		.702
Asymp. Sig. (2-tailed)		.707

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

2. UJI LINIERITAS

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Y * X1	(Combined)	40533.177	66	614.139	3.022	.000
	Between Groups	20869.108	1	20869.108	102.706	.000
	Linearity	19664.069	65	302.524	1.489	.106
	Deviation from Linearity	6705.333	33	203.192		
Within Groups		6705.333	33	203.192		
Total		47238.510	99			

X1 : Citra Tubuh

Y : Perilaku Diet

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Y * X2	(Combined)	30480.177	56	544.289	1.397	.128
	Between Groups	15299.775	1	15299.775	39.258	.000
	Linearity	15180.401	55	276.007	.708	.887
	Deviation from Linearity	16758.333	43	389.729		
Within Groups		16758.333	43	389.729		
Total		47238.510	99			

X2 : Harga Diri

Y : Perilaku Diet

3. UJI AUTOKORELASI

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.670 ^a	.449	.438	16.382	1.690

a. Predictors: (Constant), X2, X1

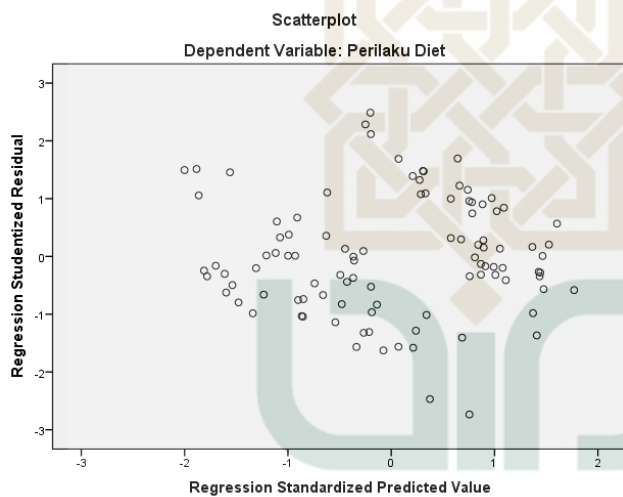
b. Dependent Variable: Y

4. UJI HETEROKEDASTISITAS

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	12.136	5.224		2.323	.022
1 Body Image	.011	.052	.036	.222	.825
Self Esteem	-.005	.084	-.010	-.061	.951

a. Dependent Variable: Abs_Res



5. UJI MULTIKOLINIERITAS

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
(Constant)	119.610	8.478		14.109	.000		
1 X1	-.393	.084	-.561	-4.691	.000	.398	2.515
X2	-.154	.137	-.134	-1.120	.265	.398	2.515

a. Dependent Variable: Y

Lampiran 12. Uji Hipotesis

UJI HIPOTESIS**1. UJI HIPOTESIS MAYOR****Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.689 ^a	.475	.468	18.283

a. Predictors: (Constant), X2, X1

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	44404.639	2	22202.319	66.420	.000 ^b
	Residual	49137.955	147	334.272		
	Total	93542.593	100			

a. Dependent Variable: Y

b. Predictors: (Constant), X2, X1

2. UJI HIPOTESIS MINOR I DAN II**Coefficients^a**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations			Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part	Tolerance	VIF
(Constant)	132.830	5.751		23.098	.000					
X1	-.308	.086	-.376	-3.589	.000	-.660	-.284	-.215	.325	3.075
X2	-.381	.116	-.346	-3.298	.001	-.655	-.262	-.197	.325	3.075

a. Dependent Variable: Y

CURICULUM VITAE



1. DATA PRIBADI

Nama : Putri Pramudita Artwani
 Tempat, Tanggal Lahir : Sleman, 07 Oktober 1998
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Status : Belum Menikah
 Agama : Islam
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Alamat : Tajem RT 01 RW 30 Maguwoharjo Depok Sleman
 Yogyakarta
 No. Hp : 085842360727
 E-mail : putripramudita_artwani@yahoo.co.id

2. RIWAYAT PENDIDIKAN

- a. TK An-Nur II (2004-2005)
- b. SD N 1 Depok (2005-2011)
- c. SMP N 3 Depok (2011-2014)
- d. SMA N 1 Playen (2014-2017)
- e. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta (2017-sekarang)

3. RIWAYAT ORGANISASI

- a. Anggota Himpunan Mahasiswa Program Studi Psikologi (2018-2019)
- b. Anggota Pergerakan Mahasiswa Islam Indonesia (2017-sekarang)
- c. Anggota Pemuda-Pemudi Karang Taruna Dusun Tajem Maguwoharjo