



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KETIDAKPUASAN BENTUK TUBUH DAN PERILAKU DIET PADA WANITA DEWASA AWAL

SKRIPSI

Disusun guna memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan
gelar Sarjana Psikologi



UIN SUSKA RIAU

OLEH:

HEIDISA ALAUDDINA

12160120016

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

2025

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR PENGESAHAN

KETIDAKPUASAN BENTUK TUBUH DAN PERILAKU DIET PADA WANITA DEWASA AWAL

Disusun oleh:

HEIDISA ALAUDDINA

NIM. 12160120016

SKRIPSI

Telah diterima dan disetujui sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Psikologi (S.Psi) di Fakultas Psikologi Universitas Islam
Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Pekanbaru, 25 Februari 2025

Pembimbing

Anggia Kargentti Evanurul Maretih, M.Si
NIP. 19810312 200801 2 013



PENGESAHAN PENGUJI

Nama Mahasiswa : Heidisa Alauddina
NIM : 12160120016
Judul Skripsi : Ketidakpuasan Bentuk Tubuh dan Perilaku Diet pada Wanita Dewasa Awal

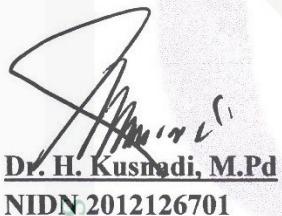
Diterima dan disetujui oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada:

Hari : Tanggal : Rabu / 19 Maret 2025
Berterusan dengan : Rabu / 19 Ramadhan 1446 H

TIM PENGUJI

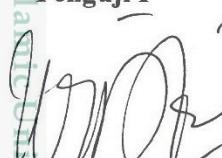
Ketua


Dr. H. Kusnadi, M.Pd
NIDN 2012126701

Sekretaris


Anggia Kargenti E.M., M.Si
NIDN 2012038101

Penguji I


Yuli Widiningsih, M.Psi., Psikolog
NIDN 2019077601

Penguji II


Dr. Lisya Chairani, M.A., Psikolog
NIDN 2007127901

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau





SURAT PERNYATAAN

© Hak Cipta

Nama : Heidisa Alauddina
Tempat/Tgl. Lahir : Pekanbaru / 05 - 09 - 2004

Fakultas : Pascasarjana
Pendidikan : Psikologi
Pascasarjana : Psikologi

Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya*:

Ketidakpuasan Bentuk Tubuh dan Penilaian Diet pada Wanita Dewasa Awal

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/(Karya Ilmiah lainnya)* saya tersebut, maka saya besedia menerima sanksi sesua peraturan perundang-undangan.

Demikianlah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.



*pilih salah satu sesuai jenis karya tulis

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil 'alamiin

Dengan penuh ketulusan dan kerendahan hati, hamba panjatkan syukur yang tak terhingga kepada Allah SWT., Penguasa seluruh alam, atas rahmat dan ridho-Nya yang senantiasa menyertai setiap langkah hingga skripsi ini dapat terselesaikan tepat waktu.

Karya sederhana ini, dengan segenap cinta dan hormat, ananda persembahkan kepada kedua orang tua tercinta:

Papa H. Harun Tiasa, SE dan Mama dr. Hj. Eni Dianti, Sp.KKLP

Terima kasih atas doa yang tak pernah terputus, dukungan yang selalu menguatkan, serta segala pengorbanan dan kasih sayang yang tiada tara. Semoga Allah SWT. membalas segala kebaikan dan perjuangan Papa dan Mama dengan kebahagiaan dan keberkahan yang melimpah, baik di dunia maupun di kehidupan abadi.

Dari lubuk hati terdalam,

Terima kasih, Papa dan Mama.



UIN SUSKA RIAU

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

MOTTO

“Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai dari suatu urusan, tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain)”

QS. Al-Insyirah: 6-7

“Allah tidak akan membebani seorang hamba melainkan sesuai dengan kemampuannya”

QS. Al-Baqarah: 286

“Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya”

QS. At-Tin: 4

“Ketika impianmu tak berhasil membuatmu takut, mungkin karena impianmu tak cukup tinggi”

(Muhammad Ali)

“Hatiku tenang karena mengetahui bahwa apa yang melewatkanku tidak akan pernah menjadi takdirku dan apa yang ditakdirkan untukku tidak akan pernah melewatkanku”

(Umar bin Khattab)

UIN SUSKA RIAU

KATA PENGANTAR

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur peneliti ucapkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan penulis Rahmat dan Karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "**Ketidakpuasan Bentuk Tubuh dan Perilaku Diet pada Wanita Dewasa Awal**". Tanpa pertolongan-Nya tentu peneliti tidak dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Tidak lupa shalawat serta salam tercurahkan bagi baginda Rasulullah SAW yang telah membawa umat muslim dari masa kegelapan menuju masa yang terang benderang serta membimbing umatnya menuju jalan yang lurus.

Dalam menyelesaikan skripsi ini peneliti mendapatkan bantuan, doa, serta restu dari berbagai pihak, terutama kedua orang tua peneliti, papa dan mama, adik, serta seluruh keluarga besar peneliti yang selalu mendukung, mendoakan, menasehati peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini. Dengan segala kerendahan hati peneliti juga mengucapkan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Hairunnas M, Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Peneliti ingin menyampaikan penghargaan yang mendalam atas dukungan dan kebijakan yang telah diberikan selama masa studi.
2. Bapak Dr. Kusnadi, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Peneliti ingin menyampaikan penghargaan yang tulus atas dukungan dan kebijaksanaan yang telah diberikan kepada semua mahasiswa Fakultas Psikologi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Hak Cipta milik UIN Suska Riau

3. Bapak Dr. Zuriatul Khairi, M.Ag, selaku Wakil Dekan I, Ibu Dr. Vivik Shofiah, M.Si, selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Dr. Yuslenita Muda selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam atas dukungan dan tunjuk ajar yang telah diberikan.
4. Ibu Anggia Kargenti E.M, S.Psi, M.Si., selaku Dosen Penasehat Akademik sekaligus Dosen Pembimbing yang selalu bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran, serta memberikan bimbingan, pengarahan, dukungan, semangat, dan perhatian kepada peneliti sejak awal perkuliahan, proses penyelesaian penelitian, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Yuli Widiningsih, M.Psi., Psikolog selaku penguji I dan ibu Dr. Lisya Chairani, MA., Psikolog selaku penguji II yang telah banyak memberikan arahan dan masukan kepada peneliti sehingga penelitian ini menjadi lebih baik.
6. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah banyak memberikan bantuan, bimbingan, arahan, dan pengajaran yang sangat bermanfaat bagi peneliti selama masa perkuliahan dan masa yang akan datang.
7. Seluruh staf Akademik, Umum, Tata Usaha, Perpustakaan, Kebersihan, dan Keamanan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah melayani segala keperluan peneliti selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

8. Kepada seluruh responden penelitian yang telah bersedia dan memberi izin kepada peneliti untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini, tanpa kesediaan dari saudari semua tentunya penelitian ini tidak dapat terselesaikan dengan baik.
9. Cinta pertama peneliti papa H. Harun Tiasa, SE., yang selalu memberikan semangat, do'a, ridho serta dukungan yang luar biasa kepada peneliti secara emosional dan material. Terima kasih selalu bekerja keras, bertanggung jawab, menjadi *role model* dan motivasi serta alasan peneliti menyelesaikan penelitian ini. Tanpa dukungan dari papa mungkin skripsi ini tidak berjalan dengan lancar.
10. Surgaku mama dr. Hj. Eni Dianti, Sp.KKLP., yang selalu memberikan semangat, do'a, serta dukungan yang luar biasa kepada peneliti tanpa kekurangan suatu apapun. Terima kasih selalu berusaha memberikan yang terbaik dan selalu berusaha menjadi mama yang seutuhnya untuk kedua anaknya, terima kasih selalu mendoakan dan memberikan ridho kepada peneliti.
11. Satu-satunya adik kandung tercinta Harsa Dwi Aqeela yang selalu memberikan semangat, perhatian, do'a, serta dukungan kepada peneliti. Terima kasih telah selalu menjadi adik yang membanggakan bagi peneliti dan menjadi motivasi peneliti untuk dapat membahagiakan adik di masa yang akan datang.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

12. Sahabat seperjuangan tersayang, Annisa Maharani, Alfisyahnur, dan Tiara Zhafirah Harahap yang telah memberikan semangat, dukungan, dan waktu untuk peneliti sejak awal masa perkuliahan hingga masa penulisan skripsi. Terima kasih atas kebaikan, masukan, dan saran yang telah diberikan untuk peneliti. Kehadiran kalian bukan hanya menjadi penopang dalam perjalanan akademik, tetapi juga bagian berarti dalam kisah hidup peneliti.

13. Sahabat tersayang, Ashha Nabilla Sari, Tengku Fadila Natasya, Fatur Kus Aditya, Muhammad Alif Fajar, Fateh Akhel Elanda, dan Muhammad Amir. Kehadiran, perhatian, dan kebersamaan kalian menjadi sumber kekuatan yang tak ternilai bagi peneliti dalam menjalani proses akademik.

14. Sahabat sejak bangku SMA, Nabilah Huwaida A.Md., Ak, Divalya Alwina, Dara Dwi Oktaviyanti A.Md., Kes (Rad), Feby Epi Phanies, Hana Febiana, dan Dahliani Permata Putri Siregar A.Md., Keb yang selalu memberikan dukungan tak lekang oleh waktu dan jarak.

15. Teman seperjuangan, Radhisa Oktadevani. Terima kasih telah mengajarkan banyak hal baik kepada peneliti semasa penulisan skripsi. Terima kasih atas segala dukungan dan semangat yang diberikan.

16. Seluruh teman-teman kelas A angkatan 2021 yang dari awal telah berjuang bersama-sama, baik suka maupun duka, saling mendukung hingga mendapatkan gelar sarjana.

17. Teman-teman KKN Mekar Sari 2024, Rifa Syauqi, Frandi Bullah, Andre Wirandi, Inaerisa, Jumiati Asrha, Nur Hidayah, Tri Indah Epril Lilawati, Wirda Yulia Utami, dan Aditya Nugraha Perdana yang telah memberikan semangat dan dukungan kepada peneliti sejak masa KKN. Terima kasih telah

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

banyak mengajarkan hal-hal baik kepada peneliti, senang mengenal teman-teman.

18. Teman-teman PPL Rutan Kelas I Pekanbaru 2024, Lola Mutiara, Annisa Intan Salsabila, Dina Maulina Br Siregar, dan Aisha Salsabila yang telah memberikan dukungan, waktu, dan tenaga untuk peneliti, serta tak bosan mendengar keluh kesah peneliti.
19. Terakhir, untuk Heidisa Alauddina, diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya karena telah bertanggung jawab menyelesaikan yang telah dimulai. Terima kasih telah bertahan, senantiasa menikmati proses yang tidak mudah, mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan dan tidak menyerah sesulit apapun proses penelitian dan perkuliahan.

Peneliti cukup menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu peneliti mengharapkan saran dan masukan yang bersifat membangun demi perbaikan skripsi ini. Peneliti berharap semoga skripsi ini dapat menambah pengetahuan.

Wassalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Pekanbaru, 22 April 2025

Peneliti

Heidisa Alauddina



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR ISI

PERSEMBAHAN	i
MOTTO	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Keaslian Penelitian.....	7
E. Manfaat Penelitian.....	12
1. Manfaat Teoritis	12
2. Manfaat Praktis	13
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	14
A. Perilaku Diet.....	14
1. Pengertian Perilaku Diet	14
2. Aspek-aspek Perilaku Diet.....	14
3. Jenis Perilaku Diet.....	16
4. Faktor-faktor yang Memengaruhi Perilaku Diet	17
B. Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	19
1. Pengertian Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	19
2. Aspek-aspek Ketidakpuasan Bentuk Tubuh.....	20
C. Perkembangan Dewasa Awal	22
1. Pengertian Dewasa Awal	22
2. Karakteristik Dewasa Awal	23
3. Tugas Perkembangan Dewasa Awal.....	24
D. Kerangka Berpikir	25
E. Hipotesis.....	30
BAB III METODE PENELITIAN	31
A. Desain Penelitian.....	31
B. Identifikasi Variabel Penelitian	31
C. Definisi Operasional.....	31
1. Perilaku Diet pada Wanita Dewasa Awal	31
2. Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	32
D. Subjek Penelitian.....	33
1. Populasi Penelitian	33
2. Sampel Penelitian.....	33
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	34
E. Metode Pengumpulan Data	35
1. Perilaku Diet.....	36

**BAB IV****BAB V****DAFTAR PUSTAKA****Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	36
F. Uji Etik Penelitian	37
G. Validitas dan Reliabilitas	38
1. Validitas Alat Ukur	38
2. Indeks daya diskriminasi aitem	38
3. Reliabilitas.....	41
H. Analisis Data	41
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Pelaksanaan Penelitian	43
B. Hasil Penelitian	44
C. Kategorisasi Data Penelitian	51
D. Analisis Tambahan	65
E. Pembahasan.....	66
PENUTUP	79
A. Kesimpulan.....	79
B. Saran.....	79
DAFTAR PUSTAKA.....	81

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR TABEL

Tabl 3. 1	Blueprint Perilaku Diet (Sebelum Uji Coba).....	36
Tabl 3. 2	Blueprint Ketidakpuasan Bentuk Tubuh (Sebelum Uji Coba).....	37
Tabl 3. 3	Blueprint Uji Indeks Daya Beda Skala Perilaku Diet (Setelah Uji Coba)	39
Tabl 3. 4	Blueprint Skala Perilaku Diet (untuk Penelitian)	40
Tabl 3. 5	Blueprint Indeks Daya Beda Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh (Setelah Uji Coba) dan untuk Penelitian	40
Tabl 4. 1	Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Indeks Masa Tubuh (IMT)	45
Tabl 4. 2	Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Usia	45
Tabl 4. 3	Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Bentuk Perilaku Diet	46
Tabl 4. 4	Hasil Uji Normalitas	47
Tabl 4. 5	Hasil Uji Korelasi Pearson Product Moment.....	48
Tabl 4. 6	Hasil Uji Hipotesis.....	49
Tabl 4. 7	Uji Daya Beda Indeks Masa Tubuh (IMT) Variabel Perilaku Diet.....	50
Tabl 4. 8	Uji Daya Beda Indeks Masa Tubuh (IMT) Variabel Ketidakpuasan Bentuk Tubuh.....	50
Tabl 4. 9	Gambaran Hipotetik dan Empirik Variabel Perilaku Diet	52
Tabl 4. 10	Kategorisasi Variabel Perilaku Diet	52
Tabl 4. 11	Gambaran Hipotetik dan Empirik Aspek Pengekangan	53
Tabl 4. 12	Kategorisasi Aspek Pengekangan	54
Tabl 4. 13	Gambaran Hipotetik dan Empirik Aspek Pengekangan	55
Tabl 4. 14	Kategorisasi Aspek Emosional	55
Tabl 4. 15	Gambaran Hipotetik dan Empirik Aspek Eksternal.....	56
Tabl 4. 16	Kategorisasi Aspek Eksternal	57
Tabl 4. 17	Gambaran Hipotetik dan Empirik Variabel Ketidakpuasan Bentuk Tubuh.....	58
Tabl 4. 18	Kategorisasi Variabel Ketidakpuasan Bentuk Tubuh.....	58
Tabl 4. 19	Gambaran Hipotetik dan Empirik Aspek Persepsi Diri Sendiri terhadap Bentuk Tubuh	59
Tabl 4. 20	Kategorisasi Aspek Persepsi Diri Sendiri terhadap Bentuk Tubuh	60
Tabl 4. 21	Gambaran Hipotetik dan Empirik Aspek Membandingkan Persepsi Mengenai Citra Tubuh dengan Orang Lain	61
Tabl 4. 22	Kategorisasi Aspek Membandingkan Persepsi Mengenai Citra Tubuh dengan Orang Lain	61
Tabl 4. 23	Gambaran Hipotetik dan Empirik Aspek Sikap yang Fokus terhadap Citra Tubuh	62
Tabl 4. 24	Kategorisasi Aspek Sikap yang Fokus terhadap Citra Tubuh	63
Tabl 4. 25	Gambaran Hipotetik dan Empirik Aspek Perubahan yang Drastis terhadap Persepsi Mengenai Tubuh.....	64
Tabl 4. 26	Kategorisasi Aspek Perubahan yang Dratis terhadap Persepsi Mengenai Tubuh	65
Tabl 4. 27	Hasil Sumbangsih Efektivitas Ketidakpuasan Bentuk Tubuh dan Perilaku Diet	66



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A	LEMBAR VALIDASI SKALA PERILAKU DIET	86
LAMPIRAN B	LEMBAR VALIDASI SKALA KETIDAKPUASAN BENTUK TUBUH	99
LAMPIRAN C	SKALA TRY OUT	112
LAMPIRAN D	TABULASI DATA TRY OUT	120
LAMPIRAN E	HASIL UJI RELIABILITAS DAN INDEKS DAYA BEDA	136
LAMPIRAN F	SKALA PENELITIAN	141
LAMPIRAN G	DATA DEMOGRAFI SUBJEK PENELITIAN	149
LAMPIRAN H	TABULASI DATA PENELITIAN	155
LAMPIRAN I	UJI ASUMSI.....	166
LAMPIRAN J	UJI HIPOTESIS.....	170
LAMPIRAN K	UJI DAYA BEDA	172
LAMPIRAN L	ANALISIS TAMBAHAN	175
LAMPIRAN M	CATATAN LAPANGAN	177



UIN SUSKA RIAU

KETIDAKPUASAN BENTUK TUBUH DAN PERILAKU DIET PADA WANITA DEWASA AWAL

Heidisa Alauddina

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

heidisaald@gmail.com

ABSTRAK

Ketidakpuasan bentuk tubuh merupakan fenomena yang banyak dialami oleh wanita dewasa awal dan sering dikaitkan dengan perilaku diet yang tidak sehat. Tujuan penelitian ini untuk membuktikan secara empirik hubungan antara ketidakpuasan bentuk tubuh dengan perilaku diet pada wanita dewasa awal. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan metode *purposive sampling*, dengan subjek penelitian sebanyak 204 wanita dewasa awal di Pekanbaru. Perilaku Diet diukur menggunakan *Dutch Eating Behaviour Questionnaire* (DEBQ), sedangkan Ketidakpuasan Bentuk Tubuh diukur dengan *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34). Hasil analisis regresi sederhana menemukan nilai $F = 0,412$ dengan signifikansi sebesar $0,522$ ($p > 0,05$), artinya tidak terdapat hubungan antara ketidakpuasan bentuk tubuh dan perilaku diet pada wanita dewasa awal, dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini ditolak. Artinya perilaku diet tidak hanya dipengaruhi oleh ketidakpuasan bentuk tubuh, ada banyak faktor lain yang memengaruhi perilaku diet. Penelitian ini juga menemukan ada perbedaan yang signifikan pada perilaku diet dan ketidakpuasan bentuk tubuh wanita dewasa awal ditinjau indeks massa tubuh (IMT). Wanita dengan IMT obesitas memiliki perilaku diet dan ketidakpuasan bentuk tubuh yang lebih tinggi dibandingkan wanita dengan IMT normal.

Kata Kunci: ketidakpuasan bentuk tubuh, perilaku diet, wanita dewasa awal, IMT

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik



UIN SUSKA RIAU

BODY DISSASTISFACTION AND DIETING BEHAVIOR IN EARLY ADULT WOMEN

Heidisa Alauddina

Faculty of Psychology, Sultan Syarif Kasim State Islamic University, Riau

heidisaald@gmail.com

ABSTRACT

Body dissatisfaction is a phenomenon commonly experienced by early adult women and is often associated with unhealthy dieting behavior. This study aims to empirically examine the relationship between body shape dissatisfaction and dieting behavior in early adult women. The sampling technique used was purposive sampling, with a total of 204 early adult women in Pekanbaru as research subjects. Dieting behavior was measured using the Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ), while body shape dissatisfaction was measured using the Body Shape Questionnaire (BSQ-34). A simple regression analysis found an F value of 0.412 with a significance of 0.522 ($p > 0.05$), indicating no relationship between body shape dissatisfaction and dieting behavior in early adult women. Thus, the study's hypothesis was rejected. This suggests that dieting behavior is not solely influenced by body shape dissatisfaction, as many other factors also contribute to it. Additionally, the study found a significant difference in dieting behavior and body shape dissatisfaction based on Body Mass Index (BMI). Women with obesity had higher levels of dieting behavior and body shape dissatisfaction compared to women with a normal BMI.

Keywords: body dissatisfaction, dieting behavior, early adult women, BMI

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Memiliki tubuh yang menarik, ideal, dan sesuai dengan standar kecantikan adalah dambaan bagi setiap individu, terutama bagi wanita dewasa awal. Selain alasan kesehatan, bentuk tubuh dan berat badan sering kali memengaruhi penampilan individu. Penampilan merupakan aspek yang sering mendapat perhatian khusus, dan setiap individu berusaha agar penampilannya terlihat sempurna di lingkungan sosialnya. Hal ini sangat wajar, mengingat salah satu dari lima kebutuhan dasar manusia menurut Maslow adalah kebutuhan akan harga diri. Jika kebutuhan akan harga diri dan penghargaan dari orang lain tidak terpenuhi, individu tersebut akan merasa tidak berdaya dan rendah diri atau inferior (Alwisol, 2009).

Wanita dewasa awal yang memiliki citra tubuh buruk atau mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh dapat mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan baik dengan lingkungan sosialnya. Individu akan menarik diri dari interaksi sosial, menjadi lebih tertutup, dan fokus pada pengendalian berat badan. Jika terlalu banyak waktu dan energi dicurahkan untuk mengendalikan berat badan, individu bisa kehilangan banyak kesempatan penting, termasuk menjalin hubungan sosial atau berteman. Hal ini dapat berdampak negatif pada tugas perkembangan dewasa awal, seperti mencari pasangan dan membangun keluarga (Notoatmodjo, 2005).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Wanita beranggapan bahwa dengan memiliki tubuh yang sehat secara fisik, ideal, dan menarik, wanita akan lebih mudah dalam menjalin relasi intimasi dengan lawan jenis, karena peran daya tarik fisik dalam relasi intimasi telah menjadi hal yang cukup penting dan utama (Melliana, 2006). Individu dewasa awal (rentang usia 18-25 tahun) memiliki tugas perkembangan tersendiri, diantaranya terpisah dari orang tua, berkarir, mengejar prestasi akademis, membuat keputusan mandiri, memiliki kematangan sosial, dan mencari pasangan hidup atau bahkan mulai menikah (Miller, 2011). Sehingga individu mulai memperhatikan bentuk tubuhnya agar terlihat lebih ideal karena bentuk tubuh yang ideal diyakini memengaruhi dalam tugas perkembangan seperti berkarir dan mencari pasangan hidup.

Salah satu permasalahan utama yang dialami oleh wanita masa dewasa awal adalah permasalahan berat badan yang akan memberi perubahan pada bentuk tubuh sehingga menimbulkan respon berupa tingkah laku untuk memperhatikan perubahan bentuk tubuh agar terlihat ideal (Safitri dkk, 2019). Diakhir usia 20 tahun jaringan lemak tubuh terus bertambah dan akan mengalami penurunan kesehatan dan kekuatan otot di usia 30 tahun (Santrock, 2003). Pada masa ini, bagian tubuh justru menjadi sumber kebanggaan. Aset utama wanita adalah penampilan dan kecantikannya. Mencari dan menemukan calon pasangan hidup, membina kehidupan rumah tangga, dan meniti karier dipengaruhi oleh daya tarik fisik seseorang yang kemudian menyebabkan mulai munculnya kebutuhan untuk tampil cantik di hadapan orang lain, sehingga wanita mulai bersibuk diri pada penampilan fisiknya dan mulai berusaha mengubah

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

penampilannya dengan lebih memperhatikan wajah, kulit, terutama bentuk tubuhnya agar terlihat lebih ideal (Suseno & Dewi, 2013).

Menurut sebuah survei, lebih dari 70% calon pengantin mengatakan ingin menurunkan berat badannya (Kompas.com, 2016). Salah satu upaya untuk menurunkan berat badan adalah dengan melakukan diet. Perilaku diet adalah usaha sadar seseorang dalam membatasi dan mengontrol makanan yang akan dimakan dengan tujuan untuk mengurangi dan mempertahankan berat badan (Hawks, 2008). Perilaku diet didefinisikan secara medis sebagai pengaturan asupan makanan dengan berbagai tujuan, termasuk penurunan berat badan. Diet biasanya diikuti dengan tujuan menjaga penampilan fisik daripada kesehatan. Fakta bahwa diet pada dasarnya memberlakukan batasan adalah alasan utama mengapa kebanyakan orang merasa sulit untuk mengikuti berbagai rejimen diet. Pada akhirnya, istilah diet hanya mengacu pada rutinitas makan untuk menurunkan berat badan. Diet mencakup pola perilaku yang bervariasi, dari pemilihan makanan yang baik untuk kesehatan sampai pembatasan yang sangat ketat akan konsumsi kalori (Kim & Lennon, 2006).

Diet yang sehat dapat dilakukan dengan cara mengkombinasikan makanan dan minuman yang kita konsumsi setiap hari, yaitu kombinasi antara 60-70% karbohidrat, 10- 15% protein, 20-25% lemak (Andea, 2010). Namun banyak individu yang melakukan diet tanpa mempertimbangkan kesehatan sehingga melakukan diet tidak sehat. Perilaku tidak sehat terkait diet seperti tidak makan dengan sengaja, minum pil diet, penekan nafsu makan, atau obat pencahar, dan sengaja memuntahkan makanan (Safarina & Makmuroh, 2015). Menurut

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Neumark-Sztainer dkk (2008), individu yang menerapkan pola diet yang tidak sehat, seperti menahan lapar, menggantikan makanan dengan minuman diet, serta mengonsumsi banyak buah namun mengurangi asupan gula, pada akhirnya akan mengalami peningkatan berat badan dalam jangka lima tahun, meskipun pada awalnya mungkin memiliki berat badan yang dianggap ideal. Diet yang sangat ketat yang dilakukan oleh individu dapat menyebabkan hilangnya sensasi lapar, yang pada akhirnya dapat menyebabkan munculnya gangguan makan seperti bulimia dan anoreksia (Setiawan dalam Safitri dkk, 2019). Gangguan makan bulimia dan anoreksia, yang dipicu oleh diet yang ketat, dapat memiliki konsekuensi yang berbahaya, seperti rendahnya harga diri, gangguan persepsi terhadap tubuh, dan risiko mengalami depresi. Hasil penelitian mengenai perilaku diet tidak sehat tersebut dapat menjadi bukti bahwa diet tidak sehat berdampak negatif bagi kondisi fisik dan psikologis individu seperti kekurangan nutrisi, gangguan metabolisme, gangguan makan, tekanan psikologis, hingga dapat berdampak pada kematian.

Penelitian Findlay (2004) menemukan bahwa faktor tertinggi wanita masa dewasa awal melakukan diet adalah ketidakpuasan pada bentuk tubuh dan motivasi menjadi lebih kurus. Perubahan fisik yang terjadi pada wanita masa dewasa awal berupa peningkatan lemak tubuh menyebabkan ketidakpuasan wanita masa dewasa awal pada tubuhnya, sehingga berusaha menurunkan berat badannya dengan melakukan diet (Abdurrahman, 2014). Namun, penelitian Safitri dkk (2019) menemukan korelasi negatif antara ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dan perilaku diet pada remaja perempuan. Dari kedua hasil penelitian

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diatas, peneliti berasumsi bahwa tidak selalu ada peningkatan perilaku diet ketika remaja perempuan mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh. Sebaliknya, remaja perempuan yang merasa puas dengan bentuk tubuhnya cenderung berusaha menjaga bentuk tubuhnya yang ideal melalui perilaku diet. Dengan kata lain, perilaku diet pada individu dapat terjadi karena adanya ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh.

Grogan (2007) mendefinisikan ketidakpuasan bentuk tubuh sebagai pikiran dan perasaan negatif individu terhadap tubuhnya. Cooper dkk (1987) menyatakan salah satu aspek ketidakpuasan bentuk tubuh adalah persepsi negatif individu terhadap bentuk tubuhnya. Ketidakpuasan bentuk tubuh ini memiliki arti bahwa seseorang merasa memiliki bentuk tubuh yang kurang atau tidak sesuai dengan apa yang diinginkannya sehingga muncul perasaan ingin merubah bentuk tubuhnya seperti melakukan diet agar tubuh lebih ideal (Prima dan Sari, 2013). Seseorang yang mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya sendiri ini akan memeriksa atau melihat kondisi tubuhnya secara berkala, baik itu dengan menimbang berat badan atau mengecek penampilan tubuhnya didepan cermin (Putri & Indryawati, 2019).

Ketidakpuasan bentuk tubuh mempunyai tiga komponen yaitu, komponen afektif, komponen kognitif, dan komponen perilaku (Prima & Sari, 2013). Pada komponen afektif, individu yang mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh akan memiliki perasaan negatif terhadap tubuhnya. Pada komponen kognitif, pengetahuan dan informasi yang berkaitan dengan citra tubuh disimpan dan diproses. Informasi-informasi tersebut berupa pengetahuan mengenai bentuk dan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ukuran tubuhnya sendiri yang dianggap positif dan negatif oleh lingkungan sosial.

Kemudian pada komponen perilaku, perilaku yang dapat muncul berkaitan dengan citra tubuh dan ketidakpuasan bentuk tubuh meliputi upaya untuk menurunkan berat badan, menimbang berat badan setiap hari, menghindari situasi sosial yang melibatkan banyak orang, meminum obat pencahar, dan menolak berbagai makanan.

Individu dengan ketidakpuasan bentuk tubuh seringkali memiliki pola pikir negatif yang dapat memengaruhi persepsi negatif terhadap gambaran bentuk tubuhnya, seperti meyakini bahwa bentuk tubuhnya tidak ideal. Hal ini dapat mendorong individu untuk mengontrol keinginan makan dan secara kognitif berusaha keras untuk membatasi konsumsi makanan guna menghindari kegemukan atau peningkatan berat badan. Hal ini merupakan bagian dari aspek pengekangan dalam perilaku diet (Van Strein dkk, 1986). Ketidakpuasan bentuk tubuh merupakan salah satu faktor pemicu perilaku diet. Dapat diasumsikan bahwa semakin tinggi ketidakpuasan individu terhadap bentuk tubuhnya, maka semakin tinggi pula kecenderungan individu untuk melakukan perilaku diet, baik perilaku diet sehat maupun perilaku diet tidak sehat.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah disertai hasil penelitian terdahulu, penelitian ketidakpuasan bentuk tubuh dan perilaku diet pada wanita masa dewasa awal penting untuk dilakukan. Hal ini dikarenakan ketidakpuasan bentuk tubuh memiliki potensi sebagai pemicu diet tidak sehat, yang dapat menyebabkan gangguan fisik dan psikologis pada individu.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan antara ketidakpuasan bentuk tubuh dengan perilaku diet pada wanita masa dewasa awal?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin diraih dalam penelitian ini yaitu untuk membuktikan secara empirik hubungan antara ketidakpuasan bentuk tubuh dengan perilaku diet pada wanita masa dewasa awal.

D. Keaslian Penelitian

Berdasarkan tinjauan literatur yang telah dilakukan, peneliti menemukan berbagai penelitian yang relevan dengan topik yang akan diteliti, penelitian tersebut antara lain:

1. *“Body Dissatisfaction dan Perilaku Diet Pada Mahasiswi”* (Putri dan Indryawati, 2019). Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis yang dalam penelitian ini diterima, terdapat korelasi positif yang signifikan antara ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dengan perilaku diet pada mahasiswi. Hasil ini mengindikasikan bahwa semakin seseorang merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya, semakin tinggi motivasinya untuk menjalani program diet. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh ini dapat dipengaruhi oleh standar kecantikan yang diterapkan oleh masyarakat, yang membuat mahasiswi yang merasa tidak sesuai dengan standar tersebut merasa kurang percaya diri dengan bentuk tubuhnya, mendorong individu untuk melakukan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diet. Persamaan yang terdapat pada penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang ketidakpuasan bentuk tubuh dan perilaku diet. Ada perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti yaitu pada subjek penelitian dan teori yang digunakan. Subjek penelitian sebelumnya melibatkan mahasiswi, sedangkan subjek penelitian yang dilakukan peneliti adalah wanita masa dewasa awal dengan rentang usia 20-24 tahun. Teori yang digunakan oleh penelitian sebelumnya untuk perilaku diet menggunakan teori dari Ruderman (1986) dan untuk *body dissatisfaction* menggunakan teori dari Brehm (1999). Sementara itu, penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti merujuk pada teori Cooper dkk (1987) dalam mengukur ketidakpuasan bentuk tubuh dan merujuk pada teori Van Strien dkk (1986) dalam mengukur perilaku diet.

2. *“Hubungan antara Body Dissatisfaction dengan Kecenderungan Perilaku Diet Pada Remaja Putri”* (Prima & Sari, 2013). Hasil penelitian menegaskan bahwa hipotesis penelitian dapat diterima, menunjukkan adanya hubungan positif antara ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dengan kecenderungan perilaku diet pada remaja putri. Semakin tinggi tingkat ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh seseorang, semakin cenderung individu untuk mengadopsi perilaku diet. Sebaliknya, semakin rendah tingkat ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh seseorang, semakin rendah pula kecenderungan perilaku diet yang individu tunjukkan. Persamaan yang terdapat pada penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang ketidakpuasan bentuk tubuh dan perilaku diet. Ada perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dilakukan peneliti yaitu pada subjek penelitian dan teori yang digunakan. Remaja putri dengan rentang usia 12-15 tahun merupakan subjek penelitian sebelumnya, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti memiliki kriteria subjek wanita masa dewasa awal dengan rentang usia 20-24 tahun. Penelitian sebelumnya menggunakan teori Polivy dkk (1978) untuk perilaku diet dan teori dari Thompson untuk *body dissatisfaction*, sedangkan peneliti menggunakan teori Cooper dkk (1987) untuk mengukur ketidakpuasan bentuk tubuh dan teori dari Van Strien dkk (1986) untuk mengukur perilaku diet.

3. *“Hubungan Antara Body Dissatisfaction dan Interaksi Sosial Dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri”* (Izza & Mahardayani, 2011). Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara ketidakpuasan tubuh dan interaksi sosial dengan kepercayaan diri remaja putri. Kepercayaan diri remaja putri dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti keadaan fisik, konsep diri, harga diri, dan interaksi sosial. *Body dissatisfaction* dan interaksi sosial memiliki peran penting dalam membentuk kepercayaan diri remaja putri. Persamaan yang terdapat pada penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang ketidakpuasan bentuk tubuh pada variabel bebasnya, namun penelitian sebelumnya menambahkan satu variabel bebas yaitu interaksi sosial. Perbedaannya terletak pada variabel terikat, pada penelitian sebelumnya variabel terikatnya adalah kepercayaan diri pada remaja putri, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti variabel terikatnya adalah perilaku diet.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. “*Fenomena Body Dissatisfaction Pada Perempuan Anggota Fitness Centre*” (Yuanita & Sukamto, 2013). Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan dalam ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh pada wanita yang menjadi anggota *fitness centre*, dilihat dari tahapan perkembangan dan tingkat kegemukan. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh paling tinggi terjadi pada subjek penelitian yang merupakan remaja serta subjek penelitian dengan tingkat kegemukan obesitas I dan *overweight*. Subjek penelitian melaporkan manfaat yang signifikan dari berpartisipasi dalam kegiatan olahraga di *fitness centre*, seperti penurunan berat badan. Selain itu, manfaat lainnya, seperti peningkatan kepercayaan diri, penambahan teman, dan pengurangan ketegangan psikis, juga banyak dirasakan oleh subjek penelitian. Selain berpartisipasi dalam olahraga di *fitness centre*, sebagian besar subjek penelitian juga melakukan upaya lain terkait ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh, seperti mengatur pola makan (berdiet), berolahraga lainnya seperti bersepeda, berenang, bermain basket, bulu tangkis, dan mengonsumsi obat pelangsing. Persamaan yang terdapat pada penelitian ini adalah teori yang digunakan untuk mengukur variabel ketidakpuasan bentuk tubuh yaitu menggunakan teori Cooper dkk (1987). Terdapat perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, yaitu adanya perbedaan pada variabel penelitian, variabel bebas dalam penelitian sebelumnya adalah tahapan perkembangan dan tingkat kegemukan, sedangkan variabel terikatnya adalah *body dissatisfaction*, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan peneliti, variabel bebas adalah ketidakpuasan bentuk tubuh dan variabel terikat adalah perilaku diet.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

© **Hak Cipta milik UIN Suska Riau**

5. “*Body Dissatisfaction Pada Wanita Masa Dewasa awal: Bagaimana Peranan Social Comparison dan Perfektisme*” (Ananta dan Suhadianto, 2022). Hasil penelitian menjelaskan bahwa dengan melihatnya secara parsial, dapat diamati bahwa terdapat korelasi negatif yang sangat signifikan antara perbandingan sosial dengan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh, yang berarti semakin tinggi perbandingan sosial, semakin rendah tingkat ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh. Secara parsial, juga terlihat adanya korelasi positif yang sangat signifikan antara perfektisme dan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh, yang berarti semakin tinggi tingkat perfektisme, semakin tinggi tingkat ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh. Persamaan pada penelitian ini adalah subjek penelitian yaitu wanita masa dewasa awal dengan rentang usia 20-24 tahun. Terdapat perbedaan penelitian Ananta dan Suhadianto dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, yaitu adanya perbedaan pada variabel penelitian, variabel bebas dalam penelitian sebelumnya adalah perfektisme dan *social comparison*, sedangkan variabel terikatnya adalah *body dissatisfaction*, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan peneliti, variabel bebas adalah ketidakpuasan bentuk tubuh dan variabel terikat adalah perilaku diet.

6. “*Body Dissatisfaction dan Perilaku Diet Pada Remaja Perempuan*” (Safitri, 2019). Hasil penelitian menemukan terdapat korelasi negatif antara ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dan perilaku diet pada remaja perempuan. Artinya, tidak selalu ada peningkatan perilaku diet ketika remaja perempuan mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh. Sebaliknya,

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

remaja perempuan yang merasa puas dengan bentuk tubuhnya cenderung berusaha menjaga bentuk tubuhnya yang ideal melalui perilaku diet. Persamaan pada penelitian ini yaitu pada variabel dan teori yang digunakan. Variabel terikat adalah perilaku diet dan variabel bebas adalah *body dissatisfaction*. Teori yang digunakan merujuk pada teori Cooper dkk (1987) dalam mengukur *body dissatisfaction* dan merujuk pada teori Van Strien dkk (1986) dalam mengukur perilaku diet. Terdapat perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, yaitu adanya perbedaan pada subjek penelitian. Penelitian sebelumnya melibatkan remaja perempuan usia 15-19 tahun, sedangkan penelitian yang akan dilakukan peneliti melibatkan subjek wanita masa awal usia 20-24 tahun.

Berdasarkan gambaran penelitian yang telah diuraikan sebelumnya, penelitian ini menunjukkan kesamaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya, terutama dalam variabel ketidakpuasan bentuk tubuh dan perilaku diet. Meskipun demikian, terdapat perbedaan signifikan, baik dalam pemilihan teori maupun kriteria subjek, yang membedakan penelitian ini dari penelitian-penelitian sebelumnya. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti ini memiliki keunikan dan orisinalitasnya sendiri.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat diterapkan dalam pengembangan ilmu pengetahuan Psikologi, terutama dalam bidang Psikologi Klinis, Psikologi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kesehatan, Psikologi Perkembangan, serta dapat menjadi acuan bagi penelitian-penelitian mendatang.

2. Manfaat Praktis

a. Wanita

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan *insight* kepada wanita masa dewasa awal yang mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya maupun yang tidak, sehingga wanita masa dewasa awal dapat belajar menerima kondisi fisik, merawat tubuh dengan baik, dan memanfaatkan tubuhnya secara efektif. Wanita masa dewasa awal juga diharapkan dapat memilih pola diet secara bijak.

b. Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat memberikan kontribusi baru untuk penelitian lebih lanjut mengenai perilaku diet pada wanita masa dewasa awal.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II**TINJAUAN PUSTAKA****A. Perilaku Diet****1. Pengertian Perilaku Diet**

Pengertian diet menurut Hawks dkk (2008) adalah upaya untuk mengurangi atau mengendalikan jumlah makanan yang dikonsumsi dengan tujuan mengontrol, mengurangi, atau mempertahankan berat badan sesuai dengan keinginan individu. Menurut Polivy & Herman (1987), perilaku diet adalah upaya individu untuk menurunkan berat badan yang dapat dilakukan dengan berbagai metode, namun tetap berfokus pada pengaturan pola makan. Van Strien dkk (1986) melalui teori *restraint* mendefinisikan diet adalah membatasi asupan makanan untuk menjaga penampilan tubuh, mengurangi berat badan, dan mencegah penambahan berat badan. Selain itu, Siregar (dalam Prima & Sari, 2013) mengungkapkan bahwa perilaku diet adalah tindakan mengatur konsumsi makanan dan minuman secara teratur dengan tujuan menjaga kesehatan.

Berdasarkan pengertian perilaku diet dari beberapa tokoh tersebut, dapat disimpulkan bahwa perilaku diet adalah upaya individu untuk mengurangi, mengontrol, mempertahankan berat badan, dan menjaga kesehatan melalui pengaturan pola makan dan mengurangi asupan makanan.

2. Aspek-aspek Perilaku Diet

Menurut Polivy dkk (dalam Prima & Sari, 2013), aspek-aspek perilaku diet mencakup berbagai aspek, yaitu:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a. *Aspek eksternal.* Aspek eksternal melibatkan situasi yang terkait dengan karakteristik fisik makanan itu sendiri, seperti rasa, aroma, dan penampilannya.
- b. *Aspek emosional.* Pada kondisi emosional tertentu seperti kemarahan atau kesedihan, pediet cenderung meningkatkan konsumsi makanan atau merasa lapar lebih sering.
- c. *Aspek pengekangan.* Pola makan seseorang dipengaruhi oleh keseimbangan antara dorongan fisiologis terhadap makanan dan usaha untuk menahan dorongan tersebut.

Ruderman (1986) mengungkapkan aspek-aspek diet terdiri dari:

- a. *Aspek eksternal.* Aspek eksternal mencakup kondisi yang terkait dengan cara makan dan karakteristik fisik makanan itu sendiri, termasuk rasa, aroma, dan penampilannya.
- b. *Aspek emosional.* Aspek emosional menyoroti peran emosi dalam perilaku makan, terutama emosi negatif seperti kekecewaan, kecemasan, depresi, dan sebagainya.
- c. *Aspek pengekangan.* Pola makan seseorang dipengaruhi oleh keseimbangan antara dorongan fisiologis untuk makanan dan upaya kognitif untuk menahan keinginan tersebut. Upaya kognitif untuk menahan keinginan ini dikenal sebagai *restraint*.

Van Strein dkk (1986) mengungkapkan bahwa perilaku diet memiliki tiga aspek, yaitu:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a. *Aspek pengekangan (Restraint).* Aspek *restraint* didefinisikan oleh Herman & Polivy (1978), mengacu pada upaya individu untuk mengontrol asupan makanan agar tidak gemuk, dengan menyeimbangkan dorongan fisiologis untuk makanan dan usaha kognitif untuk menahan diri.
- b. *Aspek eksternal.* Aspek eksternal mencakup faktor situasional dan sifat makanan itu sendiri, termasuk rasanya, baunya, dan penampilannya. Bagi individu yang sedang diet, pentingnya aspek eksternal meningkat ketika makanan yang tersedia memiliki cita rasa yang menarik.
- c. *Aspek emosional.* Aspek emosional menyoroti peran emosi negatif, seperti kecemasan, ketakutan, dan kekhawatiran, dalam pengaturan perilaku makan seseorang.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku diet terbentuk dari interaksi tiga aspek antara lain, aspek *restraint* terkait usaha kognitif dalam menghadapi dorongan makan, aspek eksternal terkait reaksi terhadap makanan, dan aspek emosional terkait pengaruh emosi negatif dalam pola makan individu. Peneliti akan menggunakan aspek dari Van Strein (1986) untuk mengukur perilaku diet.

3. Jenis Perilaku Diet

Kim & Lennon (2006) mengungkapkan ada dua jenis perilaku diet, yaitu:

- a. Diet sehat

Diet dapat dikaitkan dengan perubahan perilaku menuju gaya hidup yang lebih sehat, seperti berkonsultasi dengan dokter, mengubah pola makan dengan memilih makanan rendah kalori atau rendah lemak,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dan meningkatkan aktivitas fisik secara moderat.

- b. Diet tidak sehat

Diet yang tidak sehat sering kali terkait dengan perilaku yang berisiko bagi kesehatan. Individu yang menjalani diet semata-mata untuk tujuan penampilan cenderung menggunakan metode yang tidak sehat untuk menurunkan berat badan (Kim & Lennon, 2006).

4. Faktor-faktor yang Memengaruhi Perilaku Diet

Menurut Attie dan Brooks-Gunn (dalam Prima & Sari, 2013), perilaku diet dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain :

- a. Faktor internal, yang terdiri dari: kemasakan (fisik dan usia), berat badan, nilai kesehatan (*health belief*), kepribadian.
- b. Faktor eksternal, yang terdiri dari: hubungan keluarga, nilai sosial masyarakat terhadap daya tarik dan kerampingan tubuh. Ketidakpuasan bentuk tubuh termasuk ke dalam salah satu faktor eksternal perilaku diet, yaitu nilai sosial masyarakat terhadap daya tarik dan kerampingan tubuh. Penelitian Prima & Sari (2013) menemukan bahwa remaja perempuan sering kali melakukan perilaku diet dengan harapan dapat meningkatkan kepercayaan diri individu saat berinteraksi dengan orang di sekitarnya. Hal ini sejalan dengan penelitian Sarafina dan Makmuroh (tanpa tahun) bahwa remaja perempuan yang mengikuti pola makan tidak sehat adalah individu yang memiliki persepsi negatif terhadap bentuk tubuh, baik secara keseluruhan maupun bagian-bagiannya, cenderung merasa malu di lingkungan sosial, sering memeriksa kondisi fisik, berupaya menyembunyikan bentuk tubuh, dan menghindari interaksi sosial dan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kontak fisik dengan orang lain. Diet yang dilakukan sebagai respons terhadap ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh adalah fenomena umum yang sering terjadi pada remaja perempuan (Dunkley dkk, 2001).

- c. Status sosial ekonomi keluarga. Keluarga dengan status ekonomi yang tinggi atau mapan cenderung sangat memperhatikan penampilan fisik untuk mencapai kesempurnaan.

Menurut penelitian Abdurrahman (2014), beberapa faktor yang mendorong perilaku diet tidak sehat meliputi:

- a. Persepsi ketidakpuasan terhadap penampilan. Faktor ini timbul dari konsep ideal tubuh yang tidak realistik, di mana meskipun memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) yang normal, seseorang bisa mengalami kecemasan berlebih terhadap tubuh yang gemuk, memicu persepsi negatif terhadap bentuk tubuh seperti ketidakpuasan bentuk tubuh, yang memotivasi untuk melakukan diet tidak sehat.
- b. Pengaruh dari lingkungan sosial. Lingkungan sosial juga memainkan peran dalam membentuk persepsi seseorang tentang makanan. Budaya di sekitar seseorang, termasuk norma dan nilai-nilai budaya terkait makanan, dapat mempengaruhi preferensi makanan dan kebiasaan makan seseorang.
- c. Status sosial ekonomi keluarga. Kurangnya pengetahuan tentang pola diet yang sehat dan dorongan untuk menurunkan berat badan secara cepat tanpa memperhatikan efek samping yang mungkin timbul menjadi salah satu faktor diet tidak sehat.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

B. Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

1. Pengertian Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

Menurut Thompson (dalam Sivert & Sinanovic, 2008), ketidakpuasan bentuk tubuh adalah penilaian subjektif terhadap perbedaan antara citra tubuh yang diinginkan dan citra tubuh yang dimiliki pada saat ini. hal ini mencerminkan persepsi individu terhadap ukuran tubuh idealnya dan ukuran tubuh aktualnya. Definisi ini sejalan dengan pandangan Niide dkk (2011), yang mendefinisikan ketidakpuasan terhadap tubuh timbul akibat perbedaan antara bentuk dan ukuran tubuh yang diharapkan dengan yang sebenarnya. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh adalah kecemasan individu mengenai bentuk dan ukuran tubuh yang berlebihan (Cooper dkk, 1987). Hall (2009) juga menggambarkan ketidakpuasan bentuk tubuh adalah evaluasi negatif terhadap bagian tubuh seseorang.

Secara konseptual, wanita yang merasapi standar bentuk tubuh ideal yang dipengaruhi oleh masyarakat lebih cenderung mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh ketika bentuk tubuh yang dianggap ideal tidak tercapai (Bearman dkk, 2006). Ketidakpuasan terhadap tubuh terbentuk melalui pengalaman individu serta interaksi dengan lingkungan sekitar (Sumali dkk, 2008).

Dari berbagai uraian tentang pengertian menurut beberapa ahli dapat disimpulkan bahwa ketidakpuasan bentuk tubuh merupakan hasil dari penilaian subjektif individu terhadap perbedaan antara citra tubuh yang diinginkan dan citra tubuh yang dimiliki pada saat ini, yang menunjukkan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

bahwa faktor internalisasi standar bentuk tubuh ideal yang dipengaruhi oleh masyarakat serta pengalaman individu dan interaksi dengan lingkungan turut berperan dalam pembentukan ketidakpuasan terhadap tubuh.

2. Aspek-aspek Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

Menurut Rosen dan Reiter (dalam Putri & Indryawati, 2019), aspek-aspek ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh meliputi beberapa hal:

- a. Penilaian negatif terhadap bentuk tubuh, di mana individu yang mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh akan menilai tubuh mereka secara negatif, baik secara keseluruhan maupun bagian tertentu. Mereka cenderung merasa tidak nyaman dengan tubuh mereka dan merasa lebih baik jika dibandingkan dengan orang lain yang dianggap memiliki tubuh kurang ideal.
- b. Perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial. Biasanya, individu yang mengalami ketidakpuasan akan merasa malu dengan penampilan fisik mereka saat berinteraksi dengan orang lain karena merasa diperhatikan.
- c. *Body Checking*, di mana individu tersebut seringkali memeriksa kondisi fisiknya, seperti menimbang berat badan dan memeriksa tampilan fisik mereka di cermin.
- d. Kamuflase tubuh, yaitu kegiatan menyamarkan bentuk tubuh dari keadaan sebenarnya, dilakukan untuk menenangkan diri.
- e. Penghindaran aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain, di mana individu yang merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya seringkali

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

enggan untuk berpartisipasi dalam aktivitas sosial yang melibatkan interaksi dengan orang lain.

Menurut Cooper dkk (1987), ketidakpuasan bentuk tubuh memiliki empat aspek, yakni:

- a. *Self perception of body shape*, yang merujuk pada persepsi individu terhadap bentuk tubuh mereka sendiri. Ini meliputi pikiran dan keyakinan tentang bentuk tubuh, pemikiran negatif tentang bagian tertentu atau keseluruhan tubuh, serta upaya untuk menyamarkan bentuk tubuh yang sebenarnya. Individu juga bisa merasa malu, sedih, atau kecewa ketika berada di lingkungan sosial.
- b. *Comparative perception of body image*, yang mengukur seberapa sering individu membandingkan citra tubuh mereka dengan orang lain.
- c. *Attitude concerning body image alteration*, yang mencakup sikap individu terhadap perubahan citra tubuh, seperti perilaku yang dilakukan untuk mendapatkan bentuk tubuh yang diinginkan.
- d. *Severe alteration in body perception*, yang merujuk pada perubahan drastis dalam persepsi tubuh. Misalnya, individu menghindari aktivitas tertentu karena takut bagian tubuh mereka terlihat oleh orang lain.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ketidakpuasan bentuk tubuh memiliki empat aspek, yaitu *self perception of body shape*, *comparative perception of body image*, *attitude concerning body image alteration*, dan *severe alteration in body perception*. Peneliti akan menggunakan aspek dari Cooper dkk (1987) untuk mengukur ketidakpuasan bentuk tubuh.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

C. Perkembangan Dewasa Awal

1. Pengertian Dewasa Awal

Menurut Hurlock (2000), masa dewasa adalah tahap awal dalam perjalanan individu ketika mereka menyesuaikan diri dengan pola kehidupan dan harapan sosial yang baru. Masa dewasa dimulai pada usia 18 hingga 40 tahun. Selama periode ini, individu diharapkan mampu mengambil peran baru seperti menjadi suami, istri, orang tua, atau pencari nafkah. Selain itu, mereka diharapkan juga mampu mengembangkan sikap, keinginan, dan nilai-nilai baru yang sesuai dengan tugas-tugas yang dihadapi dalam tahap perkembangan ini. Perkembangan sosial pada masa dewasa awal dianggap sebagai puncak dari perkembangan sosial selama masa dewasa.

Masa dewasa awal adalah periode di mana seseorang berada dalam kondisi fisik yang prima dan penuh dengan optimisme, tetapi juga menghadapi tekanan tinggi dan risiko besar terhadap kerentanan sosial serta perkembangan (Kuwabara, dkk., 2007). Individu dewasa awal dituntut untuk memenuhi tugas perkembangan sebagai individu dewasa awal. Masa ini merupakan fase perkembangan yang rumit, yang melibatkan asumsi-asumsi tentang tugas perkembangan sebagai individu dewasa beserta proses psikologis yang mendasarinya (Shulman, dkk., 2005). Seiring bertambahnya usia, kematangan emosional juga diharapkan meningkat. Namun, seseorang yang telah dewasa secara usia dan fisik belum tentu secara otomatis memiliki kematangan emosional atau kematangan psikologis (Young, dalam Khairani & Putri, 2011). Kondisi fisik dan psikologis dapat memengaruhi wanita

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

dewasa awal dalam melakukan perilaku diet sehat atau diet tidak sehat dalam rangka memenuhi tugas perkembangannya.

2. Karakteristik Dewasa Awal

Hurlock (2000) merinci sepuluh karakteristik utama yang menonjol pada masa dewasa awal sebagai berikut:

- a. Masa Pengaturan: Pada fase ini, individu mencoba-coba untuk menentukan pola hidup yang memberikan kepuasan yang langgeng. Ketika menemukan pola hidup yang sesuai, individu akan mengembangkan perilaku, sikap, dan nilai-nilai yang menjadi ciri khasnya.
- b. Masa Usia Produktif: Rentang usia ini merupakan waktu yang tepat untuk menemukan pasangan hidup, menikah, dan memulai keluarga, dengan organ reproduksi mencapai tingkat reproduktif yang optimal.
- c. Masa Bermasalah: Individu harus mampu menyesuaikan diri dengan peran baru dalam perkawinan dan pekerjaan. Kesulitan menyesuaikan diri dapat menyebabkan masalah dalam kehidupan, yang disebabkan oleh kurangnya persiapan dan kurangnya dukungan.
- d. Masa Ketegangan Emosi: Emosi individu cenderung tidak stabil dan rentan terhadap kecemasan, ketidakstabilan, dan tegangan pada usia 18-39 tahun, namun cenderung stabil setelah usia 40 tahun.
- e. Masa Keterasingan Sosial: Berakhirnya pendidikan formal dan masuknya individu dalam pola kehidupan dewasa dapat menyebabkan renggangnya hubungan dengan teman sebaya dan pembatasan kegiatan sosial.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- f. Masa Komitmen: Pada fase ini, individu mulai menyadari pentingnya komitmen dan mengalami perubahan dari ketergantungan pada orang tua menjadi mandiri.
- g. Masa Ketergantungan: Individu masih cenderung bergantung pada orang tua atau organisasi pada masa dewasa awal.
- h. Masa Perubahan Nilai: Nilai-nilai individu dapat berubah karena pengalaman dan interaksi sosial yang luas, dengan tujuan untuk diterima dalam kelompoknya.
- i. Masa Penyesuaian Diri Terhadap Cara Hidup Baru: Memasuki masa dewasa berarti bertanggung jawab atas peran ganda sebagai orang tua dan pekerja.
- j. Masa Kreatif: Kreativitas individu tergantung pada kemampuan, minat, potensi, dan kesempatan setelah memasuki dewasa.

3. Tugas Perkembangan Dewasa Awal

Hurlock (2000) membagi tugas perkembangan dewasa awal, antara lain :

- a. Mulai Bekerja: Memulai karier atau pekerjaan adalah langkah penting dalam perkembangan dewasa. Melalui bekerja, seseorang belajar mengenai tanggung jawab, kemandirian finansial, dan berinteraksi dengan lingkungan kerja.
- b. Memilih Pasangan: Proses memilih pasangan hidup adalah tahap penting dalam perkembangan dewasa. Hal ini melibatkan pemahaman diri, komunikasi yang efektif, dan kemampuan untuk membangun hubungan yang sehat dan berkelanjutan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- c. Memulai Membina Keluarga: Membina keluarga melibatkan komitmen jangka panjang untuk membangun hubungan yang stabil dan bahagia dengan pasangan serta merencanakan masa depan bersama, termasuk memiliki anak jika diinginkan.
- d. Mengasuh Anak: Menjadi orang tua melibatkan tanggung jawab besar dalam merawat, mendidik, dan membimbing anak-anak untuk tumbuh dan berkembang dengan baik secara fisik, emosional, dan sosial.
- e. Mengelola Rumah Tangga: Mengelola rumah tangga mencakup berbagai tugas domestik seperti mengatur keuangan, memasak, membersihkan rumah, dan merawat anggota keluarga. Hal ini memerlukan keterampilan manajemen waktu dan organisasi.
- f. Mengambil Tanggung Jawab sebagai Warga Negara: Sebagai warga negara, seseorang memiliki tanggung jawab untuk mematuhi hukum, berpartisipasi dalam proses demokrasi, dan berkontribusi pada masyarakat dengan cara yang positif.
- g. Mencari Kelompok Sosial yang Menyenangkan: Penting bagi individu untuk memiliki jaringan sosial yang mendukung dan menyenangkan. Kelompok sosial ini dapat memberikan dukungan emosional, kesempatan untuk bersosialisasi, dan rasa keterhubungan yang kuat.

D. Kerangka Berpikir

Teori yang digunakan untuk mengkaji permasalahan dalam penelitian ini adalah teori ketidakpuasan bentuk tubuh dari Cooper dkk (1987) dan teori perilaku diet dari Van Strien, dkk (1986).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Diet merupakan salah satu hal yang dilakukan individu untuk memperbaiki penampilan. Van Strien dkk (1986) melalui teori *restraint* mendefinisikan diet adalah serangkaian aktivitas yang mencerminkan perilaku makan seperti membatasi asupan makanan untuk menjaga penampilan tubuh, mengurangi berat badan, dan mencegah penambahan berat badan. Faktor yang menyebabkan seseorang yang melakukan diet adalah kelebihan berat badan atau obesitas, ketidakpuasan bentuk tubuh, harga diri yang rendah, pengaruh keluarga dan teman sebaya, dan gejala psikiatri seperti depresi dan kecemasan (Findlay, 2004). Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, peneliti menemukan bahwa ketidakpuasan bentuk tubuh dapat menjadi salah satu faktor penyebab individu melakukan diet sehat maupun diet tidak sehat.

Ada cara berperilaku sehat dan tidak sehat dalam diet. Diet yang tidak sehat sering kali terkait dengan perilaku yang berisiko bagi kesehatan. Perilaku tidak sehat terkait diet seperti tidak makan dengan sengaja, minum pil diet, penekan nafsu makan, atau obat pencahar, dan sengaja memuntahkan makanan (Safarina & Makmuroh, 2015). Individu yang menjalani diet semata-mata untuk tujuan penampilan cenderung menggunakan metode yang tidak sehat untuk menurunkan berat badan mereka (Kim & Lennon, 2006). Berdasarkan hasil penelitian diatas, peneliti menemukan bahwa motif estetika atau penampilan sering menjadi pendorong di balik perilaku diet yang tidak sehat, yang pada akhirnya dapat membahayakan kesehatan fisik dan psikologis individu.

Penelitian Neumark-Sztainer dkk (2008) menemukan bahwa individu yang menerapkan pola diet yang tidak sehat, seperti menahan lapar, mengantikan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

makanan dengan minuman diet, serta mengonsumsi banyak buah namun mengurangi asupan gula, pada akhirnya akan mengalami peningkatan berat badan dalam jangka lima tahun, meskipun pada awalnya mungkin memiliki berat badan yang dianggap ideal. Diet yang sangat ketat yang dilakukan oleh individu dapat menyebabkan hilangnya sensasi lapar, yang pada akhirnya dapat menyebabkan munculnya gangguan makan seperti bulimia dan anoreksia (Setiawan dalam Safitri dkk, 2019). Gangguan makan bulimia dan anoreksia, yang dipicu oleh diet yang ketat, dapat memiliki konsekuensi yang berbahaya, seperti rendahnya harga diri, gangguan persepsi terhadap tubuh, dan risiko mengalami depresi. Hasil penelitian mengenai perilaku diet tidak sehat tersebut dapat menjadi bukti bahwa diet tidak sehat berdampak negatif bagi kondisi fisik dan psikologis individu seperti kekurangan nutrisi, gangguan metabolisme, gangguan makan, tekanan psikologis, hingga dapat berdampak pada kematian.

Wanita dewasa awal lebih terfokus pada penampilan dan berat badan, yang dianggap sebagai aspek penting dari rasa percaya diri dan harga diri. Wanita cenderung menampilkan tubuh mereka dengan sebaik mungkin. Grogan (2007) juga menemukan bahwa pada dewasa awal, masih ada individu yang merasa tidak puas dengan penampilan tubuhnya dan melihatnya secara negatif. Menurut Najam & Ashfaq (2012), ketidakpuasan bentuk tubuh lebih umum terjadi pada wanita dibandingkan dengan laki-laki. Grogan (2007) menjelaskan bahwa wanita cenderung melakukan perubahan pada tubuhnya agar sesuai dengan standar sosial yang ada. Maka, peneliti menduga bahwa ketidakpuasan bentuk tubuh dapat menjadi salah satu penyebab bagi wanita melakukan perilaku diet agar sesuai

©

Hak Cipta milik **UIN SUSKA RIAU** **State Islamic University of Sultan Sharif Kasim Riau****Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dengan standar sosial yang ada, sehingga mereka dapat dinilai positif dan diterima oleh lingkungan sosial.

Individu dengan ketidakpuasan bentuk tubuh yang tinggi cenderung akan memiliki persepsi negatif terhadap tubuhnya, membandingkan citra tubuhnya dengan orang lain, sikap negatif terhadap perubahan cara individu memandang tubuhnya, dan merasa bahwa dirinya buruk di mata orang lain meski Indeks Massa Tubuh (IMT) tergolong normal, sehingga menimbulkan persepsi negatif terhadap bentuk tubuhnya (Pietro dan Silvia, 2008). Hal ini yang kemudian menjadi penyebab individu melakukan diet perilaku diet tidak sehat menunjukkan bahwa salah satu aspek yang memicu individu menjalankan diet tidak sehat yaitu ketidakpuasan bentuk tubuh yang tinggi yang berasal dari teori konsep tubuh sempurna yang tidak realistik terhadap diri individu, walau mempunyai Indeks Massa Tubuh (IMT) yang normal namun mempunyai kekhawatiran berlebihan tentang badan gemuk, maka menciptakan asumsi buruk serta memicu individu untuk menjalankan diet tidak sehat (Abdurrahman, 2014). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa individu dengan IMT yang normal namun memiliki ketidakpuasan bentuk tubuh yang tinggi cenderung memiliki persepsi negatif terhadap bentuk tubuhnya, hal ini dapat menjadi penyebab individu melakukan diet.

Alasan dibalik perilaku diet ini adalah takut akan kenaikan berat badan dan ketidakpuasan bentuk tubuh. Wanita dewasa awal yang merasa tidak puas dengan tubuhnya cenderung mengontrol, mengurangi, bahkan menahan makan agar tidak bertambah berat badan. Wanita dewasa awal sering memeriksa berat

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

badan dan tampilan fisik, yang menyebabkan perilaku diet yang tidak sehat dan mungkin menyebabkan berbagai masalah kesehatan dan gangguan makan. Hal ini sejalan dengan temuan dari Setiawan (dalam Safitri dkk, 2019) yaitu diet yang sangat ketat yang dilakukan oleh individu dapat menyebabkan hilangnya sensasi lapar, yang pada akhirnya dapat menyebabkan gangguan makan seperti bulimia dan anoreksia.

Ketidakpuasan bentuk tubuh adalah evaluasi yang dilakukan individu terhadap bentuk tubuhnya dengan membandingkannya dengan tubuh orang lain, baik secara keseluruhan maupun sebagian tertentu, yang menyebabkan mereka merasa rendah diri terhadap penampilan fisik individu. Hal ini dapat mengakibatkan individu menghindari interaksi sosial dan kontak fisik dengan orang lain (Sumali dkk, 2008). Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh adalah kecemasan individu mengenai bentuk dan ukuran tubuh yang berlebihan (Cooper dkk, 1987). Pandangan lain menggambarkan ketidakpuasan bentuk tubuh sebagai fokus pikiran negatif individu terhadap penampilan fisik, yang kemudian menghasilkan rasa rendah diri terhadap kondisi fisik individu, terutama ketika berada di lingkungan sosial (Izza & Mahardayani, 2011). Maka, ketidakpuasan bentuk tubuh adalah kondisi psikologis yang melibatkan evaluasi negatif terhadap penampilan fisik seseorang, yang seringkali disebabkan oleh perbandingan dengan standar kecantikan yang tidak realistik atau oleh tekanan sosial. Dampak dari ketidakpuasan bentuk tubuh tidak hanya memengaruhi persepsi diri seseorang, tetapi juga dapat berdampak pada interaksi sosial dan kesejahteraan psikologis individu.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Penelitian oleh Prima & Endah (2013) menunjukkan bahwa individu dengan ketidakpuasan bentuk tubuh yang tinggi cenderung melakukan diet, sementara individu dengan ketidakpuasan bentuk tubuh yang rendah tidak memiliki kecenderungan melakukan diet. Dengan demikian, ketidakpuasan bentuk tubuh dapat memengaruhi perilaku diet wanita dewasa awal, berpotensi menyebabkan masalah kesehatan fisik dan psikologis. Maka, peneliti menemukan bahwa ketidakpuasan bentuk tubuh dapat menjadi faktor yang signifikan dalam memengaruhi perilaku diet, khususnya pada wanita dewasa awal. Dengan demikian hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa individu yang merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya cenderung melakukan diet sebagai upaya untuk mengubah penampilan fisiknya.

E. Hipotesis

Hipotesis penelitian ini yaitu ada korelasi positif antara ketidakpuasan bentuk tubuh dengan perilaku diet pada wanita dewasa awal. Semakin tinggi ketidakpuasan bentuk tubuh, maka perilaku diet akan meningkat, sedangkan semakin rendah tingkat ketidakpuasan bentuk tubuh, maka perilaku diet akan menurun.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III**METODE PENELITIAN****A. Desain Penelitian**

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kuantitatif dengan menggunakan teknik korelasi untuk mengeksplorasi hubungan antara dua variabel. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui korelasi antara ketidakpuasan bentuk tubuh (X) dengan perilaku diet (Y) pada wanita dewasa awal.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian ini adalah suatu karakteristik, nilai, atau sifat yang bervariasi dari individu, objek, atau aktivitas yang telah ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2014). Variabel dalam penelitian ini adalah:

- a. Variabel Independen/ Bebas : Ketidakpuasan Bentuk Tubuh
- b. Variabel Dependen/ Tergantung : Perilaku Diet

C. Definisi Operasional**1. Perilaku Diet pada Wanita Dewasa Awal**

Perilaku diet adalah serangkaian aktivitas yang mencerminkan perilaku makan atau upaya yang dilakukan oleh wanita dewasa awal untuk mengendalikan dan mengurangi asupan makanan dengan tujuan mempertahankan atau mengubah berat badan agar sesuai dengan gambaran tubuh ideal yang diinginkan. Perilaku diet terdiri dari tiga aspek perilaku makan individu, termasuk aspek eksternal yang terkait dengan situasi dan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

faktor makanan, aspek emosional yang melibatkan perasaan negatif terhadap penampilan dan bentuk tubuh, serta aspek restrain yang merupakan usaha kognitif untuk menahan keinginan makan.

Perilaku diet diukur dengan menggunakan skala *Dutch Eating Behaviour Questionnaire* (DEBQ), yang merupakan versi terjemahan dari instrumen yang dikembangkan oleh Van Strien dkk (1986). Skala ini mengukur tiga aspek, yaitu konsumsi makanan berdasarkan emosi, konsumsi makanan yang dipengaruhi oleh faktor eksternal, dan upaya pengekangan dalam mengatur pola makan. Aspek yang diukur dalam DEBQ sejalan dengan yang dikenal oleh Polivy dkk (1978), yaitu aspek eksternal, emosional, dan pengekangan. Skor yang tinggi atau rendah yang diperoleh dari DEBQ mengindikasikan tingkat perilaku diet yang tinggi atau rendah pada wanita dewasa awal. Semakin tinggi skornya, semakin baik perilaku dietnya, sedangkan semakin rendah skornya, semakin buruk perilaku diet wanita dewasa awal tersebut.

2. Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

Ketidakpuasan bentuk tubuh pada wanita dewasa awal adalah evaluasi negatif terhadap penampilan fisik yang berhubungan dengan rasa tidak puas dan tidak nyaman terhadap bentuk tubuh dan berat badan yang dimiliki, disebabkan oleh kesenjangan antara harapan dan realitas mengenai bentuk tubuh yang diinginkan. Ketidakpuasan bentuk tubuh diukur menggunakan skala *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34) yang dikembangkan oleh Cooper dkk (1987). Skala ini mengukur empat aspek ketidakpuasan bentuk tubuh,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

1. Populasi Penelitian

Sugiyono (2014) menjelaskan bahwa populasi merujuk pada kumpulan objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk menjadi fokus studi dan diambil kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah 45.999 wanita dewasa awal yang berdomisili di Pekanbaru. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik Kota Pekanbaru tahun 2023, jumlah wanita dewasa awal berusia 20-24 tahun di Pekanbaru adalah 45.999 orang. Peneliti menggunakan wanita dewasa awal karena menurut Grogan (2007) menemukan bahwa pada dewasa awal, masih ada individu yang merasa tidak puas dengan penampilan tubuh mereka dan melihatnya secara negatif dan berdasarkan penelitian Grogan (2007) menjelaskan bahwa wanita cenderung melakukan perubahan pada tubuhnya agar sesuai dengan standar sosial yang ada.

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sekelompok individu yang dipilih dari populasi yang lebih besar dan dirancang untuk mencerminkan atau mewakili berbagai karakteristik serta jumlah keseluruhan dari populasi tersebut (Sugiyono,

yaitu persepsi individu terhadap bentuk tubuh mereka sendiri, perbandingan citra tubuh dengan orang lain, sikap terhadap citra tubuh, dan perubahan drastis dalam persepsi tubuh. Skor tinggi atau rendah dari BSQ-34 mengindikasikan tingkat ketidakpuasan bentuk tubuh yang tinggi atau rendah pada wanita dewasa awal.

D. Subjek Penelitian

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2014). Untuk menentukan sampel dari populasi, dapat digunakan rumus Slovin (dalam Sevilla dkk, 1993), yaitu:

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

Keterangan:

n = Ukuran sampel

N = Jumlah populasi

e = Peresentase kesalahan yang ditolerir dalam pengambilan sampel 7%

$$n = \frac{45.999}{1+45.999(0.07)^2}$$

$$n = 203.18$$

Menurut Azwar (2012) 7% kesalahan yang dapat diterima dalam pengambilan sampel disebabkan oleh pertimbangan efisiensi sumber daya saat populasi besar. Oleh karena itu, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 204 wanita dewasa awal. Jumlah tersebut sesuai dengan rekomendasi Roscoe (dalam Sugiyono, 2015) bahwa ukuran sampel yang layak berkisar antara 30 hingga 500 orang, menunjukkan bahwa 204 subjek sudah cukup representatif untuk mewakili populasi.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Metode yang digunakan untuk mengambil sampel dalam penelitian ini adalah metode *purposive sampling*. Sugiyono (2014) menjelaskan bahwa *purposive sampling* adalah proses seleksi sampel berdasarkan pertimbangan khusus untuk memastikan bahwa sampel tersebut memenuhi kriteria yang diinginkan oleh peneliti. Tujuan utamanya adalah untuk memastikan bahwa data yang diperoleh mencerminkan populasi secara lebih representatif.

Sampel yang dipilih untuk penelitian ini harus memenuhi serangkaian kriteria sebagai berikut:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. Berdomisili di Pekanbaru

Responden yang akan menjadi sampel dalam penelitian ini harus tinggal di kota Pekanbaru. Ini penting untuk memastikan bahwa mereka dapat diakses dan mudah untuk dilibatkan dalam penelitian.

b. Melakukan perilaku diet baik menggunakan supervisi ahli maupun tidak

Responden harus aktif melakukan perilaku diet. Perilaku diet dapat dilakukan baik dengan supervisi ahli (misalnya, dietitian atau ahli gizi) maupun tanpa supervisi ahli. Hal ini menunjukkan bahwa individu secara aktif terlibat dalam upaya untuk mengatur pola makan.

c. Tidak memiliki penyakit tertentu yang mewajibkan untuk melakukan perilaku diet

Responden tidak boleh menderita penyakit yang mewajibkan mereka untuk melakukan diet tertentu yang diawasi oleh tenaga medis atau ahli gizi. Ini penting untuk memastikan bahwa pengaruh dari penyakit spesifik terhadap perilaku diet tidak memengaruhi hasil penelitian.

E. Metode Pengumpulan Data

Data penelitian ini diperoleh melalui penggunaan metode skala, yang memiliki ciri khas yang membedakannya dari alat pengumpulan data lain seperti angket atau daftar isian, yang berfokus pada alat ukur aspek atau atribut efektif (Azwar, 2012). Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah *Dutch Eating Behaviour Questionnaire* (DEBQ) untuk perilaku diet dan *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34) untuk ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Perilaku Diet

Perilaku Diet diukur menggunakan *Dutch Eating Behaviour Questionnaire* (DEBQ) dari Van Strein dkk (1986) yang telah diadaptasi oleh Safitri dkk (2019). Skala perilaku makan ini digunakan oleh beberapa peneliti terdahulu untuk mengukur perilaku diet. *Dutch Eating Behaviour Questionnaire* (DEBQ) dari Van Strein dkk (1986) yang telah diadaptasi oleh Safitri dkk (2019) terdiri dari 33 pernyataan dengan 5 alternatif jawaban.

Aitem dalam skala perilaku diet memiliki penilaian *favorable* dan *unfavorable*. Aitem bersifat *favorable* dimana bentuk jawaban Tidak Pernah (TP) dinilai 1, Pernah (P) dinilai 2, Kadang-kadang (K) dinilai 3, Sering (S) dinilai 4, dan Selalu (SL) dinilai 5. Sebaliknya aitem bersifat *unfavorable*, jawaban Tidak Pernah (TP) dinilai 5, Pernah (P) dinilai 4, Kadang-kadang (K) dinilai 3, Sering (S) dinilai 2, dan Selalu (SL) dinilai 1. Rancangan aitem skala perilaku diet dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 1
Blueprint Perilaku Diet (Sebelum Uji Coba)

Aspek	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Pengekangan	1, 8, 15, 16, 19, 21, 30, 33	7, 25	10
Emotional	20, 26	3, 5, 6, 10, 11, 13, 18, 23, 28, 29, 32	13
Eksternal	14, 17, 24	2, 4, 9, 12, 22, 27, 31	10
Jumlah			33

2. Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

Ketidakpuasan Bentuk Tubuh diukur dengan *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34) dari Cooper dkk (1987) yang telah diadaptasi oleh Safitri dkk (2019). *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34) dari Cooper dkk (1987) terdiri dari 34 pernyataan dengan 5 alternatif jawaban.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Aitem dalam skala ketidakpuasan bentuk tubuh memiliki penilaian *favorable*. Untuk aitem bersifat *favorable*, jawaban Tidak Pernah (TP) dinilai 1, Pernah (P) dinilai 2, Kadang-kadang (K) dinilai 3, Sering (S) dinilai 4, dan Selalu (SL) dinilai 5. Semakin tinggi skor yang diperoleh artinya menunjukkan tingkat ketidakpuasan bentuk tubuh yang tinggi, semakin rendah skor yang diperoleh artinya menunjukkan tingkat ketidakpuasan bentuk tubuh yang rendah. Rancangan aitem skala ketidakpuasan bentuk tubuh dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 2
Blueprint Ketidakpuasan Bentuk Tubuh (Sebelum Uji Coba)

Aspek	Aitem	Jumlah	
		<i>Favourable</i>	
Persepsi diri sendiri terhadap bentuk tubuh	1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 10, 11, 14, 15, 16, 18, 20, 21, 22, 23, 26, 28, 31	20	
Membandingkan persepsi mengenai citra tubuh dengan orang lain	12, 19, 24, 27, 29	5	
Sikap yang fokus terhadap citra tubuh	7, 13, 17, 30	4	
Perubahan yang drastis terhadap persepsi mengenai tubuh	8, 25, 32, 33, 34	5	
Jumlah		34	

F. Uji Etik Penelitian

Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti terlebih dahulu menjalani proses kaji etik oleh Komisi Etik Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau (terlampir). Kaji etik tersebut dilaksanakan pada 25 Oktober 2024 dan dinyatakan layak etik dengan nomor registrasi 1551/Un.04/L.1/TL.01/11/2024. Hal ini menunjukkan bahwa penelitian yang akan dilakukan telah memenuhi

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau
kelayakan, standar etik penelitian, serta dapat dipertanggungjawabkan secara hukum terkait kenyamanan dan kerahasiaan subjek penelitian.

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas Alat Ukur

Validitas merujuk pada keakuratan sebuah alat ukur dalam melakukan fungsinya dengan tepat. Faktor penentu validitas alat ukur tergantung pada kemampuan alat tersebut dalam mencapai tujuan pengukuran yang diinginkan (Azwar, 2000). Dalam penelitian ini, validitas yang digunakan adalah validitas isi, yang dievaluasi melalui pengujian isi tes dengan analisis rasional atau melalui *professional judgement* (Azwar, 2000). *Professional judgement* dalam penelitian ini adalah dosen pembimbing dan narasumber seminar proposal.

2. Indeks Daya Diskriminasi Aitem

Daya diskriminasi aitem atau disebut juga dengan daya beda. Daya diskriminasi aitem mengukur seberapa baik sebuah aitem mampu memisahkan individu atau kelompok individu yang memiliki dan yang tidak memiliki atribut yang diukur. Koefisien korelasi antara aitem dan total skala berkisar dari 0 hingga 1,00 dengan nilai positif atau negatif. Koefisien korelasi yang rendah menandakan bahwa aitem tersebut tidak sesuai dengan tujuan skala pengukuran dan memiliki daya beda yang rendah (Azwar, 2015).

Sebelum digunakan dalam penelitian, alat ukur diuji pada 122 wanita dewasa awal di Kota Pekanbaru untuk menilai validitasnya. Kemudian, uji validitas dan reliabilitas dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS 23.00 for windows.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kriteria pemilihan aitem didasarkan pada korelasi antara aitem dan total skala, dengan batasan biasanya $\geq 0,30$. Aitem-aitem dengan koefisien korelasi di atas batas ini dianggap sah, sedangkan yang di bawah 0,30 dieliminasi. Jika jumlah aitem masih kurang, batas kriteria dapat diturunkan menjadi $\geq 0,25$ agar jumlah aitem yang diinginkan terpenuhi. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan daya diskriminasi aitem dengan batasan tingkat korelasi 0,25. Skala penelitian diuji pada 122 wanita dewasa awal yang memenuhi kriteria peneliti dan dianalisis menggunakan SPSS.

Skala penelitian diuji cobakan pada 122 wanita dewasa awal di Kota Pekanbaru yang sesuai dengan kriteria peneliti dan diolah menggunakan SPSS. Dari 33 aitem skala perilaku diet terdapat 25 aitem yang memenuhi daya beda aitem. Koefisien korelasi berkisar antara 0,255 – 0,684 ($> 0,25$) sedangkan sebanyak 8 aitem dinyatakan gugur. Rincian-rincian aitem yang sah dan yang gugur dapat dilihat pada tabel 3.3

Tabel 3.3
Blueprint Uji Indeks Daya Beda Skala Perilaku Diet (Setelah Uji Coba)

Aspek	Sahih		Gugur		Jumlah
	F	UF	F	UF	
Pengekangan	1, 8, 16, 33	7, 25	15, 19, 21, 30		6
Emotional	-	3, 5, 6, 10, 11, 13, 18, 23, 28, 29, 32	20, 26	-	11
Eksternal	24	2, 4, 9, 12, 22, 27, 31	14, 17	-	8
			Jumlah		25

F : Favorabel
 UF : Unfavorabel

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dari hasil *try out*, peneliti menyusun *blueprint* dengan nomor baru.

Dimana ke 25 aitem inilah yang akan digunakan untuk pengambilan data penelitian. *blueprint* aitem yang digunakan dalam pengambilan data dapat dilihat pada tabel 3.4

Tabel 3.4
Blueprint Skala Perilaku Diet (untuk Penelitian)

Aspek	Aitem	Jumlah	
		F	UF
<i>Pengekangan</i>	1, 8, 14, 25		6
<i>Emotional</i>		7, 19	
		3, 5, 6, 10, 11, 13, 15, 17, 21, 22, 24	11
<i>Eksternal</i>	18	2, 4, 9, 12, 16, 20, 23	8
		Jumlah	25

Selanjutnya, peneliti juga melakukan uji reliabilitas pada skala ketidakpuasan bentuk tubuh. Dari 34 aitem tidak ada yang gugur dengan rentang koefisien korelasi antara 0,418 – 0,790. Aitem yang sah dapat dilihat pada tabel 3.5

Tabel 3.5
Blueprint Indeks Daya Beda Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh (Setelah Uji Coba) dan untuk Penelitian

Aspek	Aitem Sahih	Jumlah	
		Favourable	
Persepsi diri sendiri terhadap bentuk tubuh	1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 10, 11, 14, 15, 16, 18, 20, 21, 22, 23, 26, 28, 31		20
Membandingkan persepsi mengenai citra tubuh dengan orang lain	12, 19, 24, 27, 29		5
Sikap yang fokus terhadap citra tubuh	7, 13, 17, 30		4
Perubahan yang drastis terhadap persepsi mengenai tubuh	8, 25, 32, 33, 34		5
		Jumlah	34

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Reliabilitas

Reliabilitas mencerminkan kepercayaan atau konsistensi hasil pengukuran, menunjukkan seberapa akuratnya kecemasan pengukuran tersebut (Azwar, 2015). Pengukuran reliabilitas alat dapat dilihat dari koefisien reliabilitas, yang menunjukkan konsistensi atau keandalan hasil pengukuran (Azwar, 2000). Dalam penelitian ini, reliabilitas alat diuji menggunakan pendekatan *internal consistency* (*Cronbach's alpha coefficient*), yang melibatkan satu tes tunggal pada sekelompok individu untuk mengevaluasi konsistensi dalam tes itu sendiri.

Koefisien reliabilitas untuk skala perilaku diet dan ketidakpuasan bentuk tubuh dalam penelitian ini dihitung dengan menggunakan koefisien reliabilitas alpha. Nilai koefisien korelasi antara aitem dan total skala berkisar dari 0 hingga 1,00 dengan nilai positif atau negatif. Koefisien korelasi yang rendah mendekati 0 menunjukkan bahwa aitem tersebut tidak sesuai dengan fungsi pengukuran skala dan memiliki daya beda yang rendah (Azwar, 2015). Hasil uji reliabilitas skala perilaku diet menunjukkan nilai 0,898, sedangkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh menunjukkan nilai 0,964. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa koefisien reliabilitas (α) variabel perilaku diet dan ketidakpuasan bentuk tubuh tergolong tinggi karena mendekati 1, sehingga alat ukur layak digunakan dalam penelitian.

H. Analisis Data

Metode yang diterapkan untuk menganalisis data dalam penelitian ini adalah analisis statistik. Pemilihan analisis statistik didasari oleh kemampuan

© **Hak Cipta milik UIN Suska Riau** statistik dalam menghasilkan kesimpulan dari penelitian. Teknik analisis data yang dipilih untuk menguji hipotesis penelitian ini adalah regresi sederhana, karena peneliti tertarik untuk mengidentifikasi seberapa besar ketidakpuasan bentuk tubuh dapat memprediksi perilaku diet pada wanita dewasa awal. Pengolahan data dilakukan menggunakan perangkat lunak *Statistical Package for Social Science* (SPSS) 23.00 for Windows.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan serta hasil uji hipotesis dan analisis tambahan, dapat disimpulkan hal-hal berikut:

1. Tidak terdapat hubungan positif antara ketidakpuasan bentuk tubuh dengan perilaku diet pada wanita dewasa awal.
2. Hasil uji perbedaan menunjukkan bahwa indeks massa tubuh (IMT) berperan sebagai salah satu faktor wanita dewasa awal melakukan diet, semakin tinggi indeks massa tubuh (IMT) wanita dewasa awal, maka semakin tinggi pula perilaku diet yang dilakukan wanita dewasa awal lakukan. Begitu pula dengan ketidakpuasan bentuk tubuh, semakin tinggi indeks massa tubuh (IMT), maka semakin tinggi pula ketidakpuasan bentuk tubuh pada wanita dewasa awal.
3. Wanita dewasa awal dengan IMT gemuk dan obesitas memiliki perilaku diet dan ketidakpuasan bentuk tubuh lebih tinggi dibandingkan dengan wanita dewasa awal dengan IMT normal.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Wanita Dewasa Awal

Bagi wanita dewasa awal, disarankan untuk mengevaluasi diet yang tidak sehat tanpa supervisi ahli dan dapat beralih ke diet yang sehat didampingi oleh supervisi ahli. Perilaku diet sehat dapat dilakukan dengan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

fokus pada pola makan seimbang yang mencakup karbohidrat kompleks, protein, lemak sehat, serat, vitamin, dan mineral. Aktivitas fisik yang menyenangkan, seperti yoga atau olahraga lainnya, dapat membantu menjaga kebugaran tanpa tekanan untuk mengubah bentuk tubuh secara drastis. Wanita dewasa awal disarankan untuk mengikuti program psikoedukasi tentang diet yang sehat guna meningkatkan pemahaman mengenai pola makan seimbang, kebutuhan nutrisi, serta dampak psikologis dari diet yang tidak sehat. Dengan mengikuti psikoedukasi, diharapkan wanita dewasa awal dapat menerapkan kebiasaan makan yang lebih baik, mengurangi ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh, dan menghindari pola diet ekstrem yang berisiko bagi kesehatan fisik maupun psikologis.

2. Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas sampel penelitian dengan melibatkan wanita dewasa awal khususnya yang melakukan diet dengan supervisi ahli dan memiliki indeks masa tubuh (IMT) yang tergolong obesitas ($IMT >40$), dari berbagai latar belakang sosial ekonomi, budaya, dan lokasi geografis agar hasil yang didapatkan lebih komprehensif dan representatif. Penelitian lebih lanjut juga dapat menggunakan metode kualitatif untuk menggali faktor-faktor lain yang memengaruhi indeks massa tubuh (IMT), seperti pola makan, tingkat aktivitas fisik, faktor genetik, serta bagaimana faktor-faktor tersebut berinteraksi dengan persepsi tubuh. Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan dan menguji efektivitas program psikoedukasi tentang diet yang sehat bagi wanita dewasa awal. Penelitian dapat difokuskan pada bagaimana intervensi psikoedukasi dapat memengaruhi pola makan, persepsi tubuh, dan kesejahteraan psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

Ananta, A., dan Suhadianto. (2022). Body Dissatisfaction pada Wanita Masa Emerging Adulthood: Bagaimana Peranan Social Comparison dan Perfeksionisme. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*. DOI: <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v1i1i4>

Abdurrahman, F. (2014). Faktor-Faktor Pendorong Perilaku Diet Tidak Sehat pada Wanita Usia Dewasa Awal Studi Kasus pada Mahasiswa Universitas Mulawarman. *Jurnal Psikoborneo*, 2(1), 23-27. <https://ejournals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/3569>

Agung, T.M. (2016). *Modul Pelatihan SPSS Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*. Pekanbaru. Al-Mujtahadah Press.

Andea, R. (2010). *Hubungan Antara Body Image dan Perilaku Diet pada Remaja*. Fakultas Psikologi, Universitas Sumatera Utara.

Ardwiyanti, A. (2016). *Hubungan antara ketidakpuasan terhadap tubuh (body dissatisfaction) dengan perilaku diet pada wanita dewasa awal*. Universitas Surabaya Repository.

Asri, D., dan Setiasih. (2004). Penerapan Metode Akupuntur Pada Wanita Penyandang Obesitas. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 9(3), 286-289.

Azwar, S. (2012). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

—. (2000). *Reliabilitas dan validitas (edisi ketiga)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

—. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Bearman, S. K., Martinez, E., dan Stice, E. (2006). The Skinny on Body Dissatisfaction: A Longitudinal Study of Adolescent Girls and Boys. *Journal of Youth Adolescent*, 35(2), 217-229. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10964-005-9010-9>

Brun, C., dkk. 2018. Body Representation in CRPS: Exploring the Relationship Between Altered Body Perception, Limb Position Sense, and Limb Movement Sense in Complex Regional Pain Syndrome. *The Journal of Pain*, 00(00), 1-11. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jpain.2018.01.008>

Cooper, P. J., Melanie J. T., Zafra C., dan Christoper G. F. (1987). The Development and Validation of the Body Shape Questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485-494. DOI:

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

[https://doi.org/10.1002/1098-108X\(198707\)6:4<485::AID-EAT2260060405>3.0.CO;2-0](https://doi.org/10.1002/1098-108X(198707)6:4<485::AID-EAT2260060405>3.0.CO;2-0)

Dunkley, T. L., Wertheim, E. H., dan Paxton, S. J. (2001). Examination of a model of multiple sociocultural influences on adolescent girls' body dissatisfaction and dietary restraint. *Adolescence*, 36, 265- 280.

Findlay, S. M. (2004). Dieting in Adolescence. *Adolescent Health Committee. Paediatry Child Health*, 9(7), 487-91. DOI: <https://doi.org/10.1093/pch/9.7.487>

French, S. A., Perry, C. L., Leon, G. R., dan Fulkerson, J. A. (1995). Dieting Behaviors and Weight Change History in Female Adolescent. *Health Psychology*, 14(6), 548-555. DOI: <https://doi.org/10.1037/0278-6133.14.6.548>

Grogan, S. (2007). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women, and Children* (2nd ed.). NY: Psychology Press

Hall, M. (2009). *Predictors of body dissatisfaction among adolescent females*. Retrieved from www.counselingoutfitters.com

Hawks, S. (2008). Classroom Approach for Managing Dietary Restraint, Negative Eating Styles and Body Image Concerns Among College Women. *Journal Of American College Health*, Vol 56, No.4. DOI: <https://doi.org/10.3200/JACH.56.44.359-366>

Herman, C. P., dan Mack, D. (1975). Restrained and unrestrained eating. *Journal of Personality*, 43(4), 647–660. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1975.tb00727.x>

Hurlock, Elizabeth. B. (2000). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Terjemahan. (Edisi Kelima). Jakarta: Erlangga.

Izza, V., dan Mahardayani H. I. (2011). Hubungan antara Body Dissatisfaction dan Interaksi Sosial dengan Kepercayaan Diri Remaja Perempuan. *Journal of Psychology Proyeksi*, 6(1), 45-52.

Kementerian Kesehatan RI. Strategi Pencegahan dan Pengendalian PTM di Indonesia [Internet]. (2019). <https://p2ptm.kemkes.go.id/dokumen-ptm/buku-pedoman-manajemen-ptm>.

Khoiriyah, L. A., dan Rosdiana, M. A. (2019). Hubungan ketidakpuasan tubuh dengan penerimaan diri pada perempuan usia dewasa awal (18 – 25 tahun) di kota Malang. *Jurnal Kesetaraan dan Keadilan Gender*, 12(2), 42-53. <http://ejournal.uin-malang.ac.id/index.php/egalita/article/download/9102/7748>

©

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Kim, M., dan Lennon, S. (2006). Analysis of Diet Advertisements: A Cross National Comparison Of Korea and U.S. Women Magazines. *Clothing and Textiles Research Journal*, 24. DOI: <https://doi.org/10.1177/0887302X0602400410>

Khairani, R., dan Putri, D. E. (2011). Kematangan emosi pada pria dan wanita yang menikah muda. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2).

Kuwabara, S. A., Van Voorhees, B. W., Gollan, J. K., dan Alexander, G. C. (2007). A Qualitative Exploration of Depression in Emerging Adulthood: Disorder, Development, and Social Context. *General Hospital Psychiatry*, 29(4), 317-324. <https://doi.org/10.1016/j.genhospsych.2007.04.001>

Martono, Nang. (2010). Metode Penelitian Kuantitatif. Jakarta: PT. Persada

Melliana, S. A. (2006). *Menjelajah Tubuh: Perempuan dan Mitos Kecantikan*. Yogyakarta: LKIS Pelangi Aksara.

Meule A. (2016). Cultural reflections on restrained eating. *Front Psychol*. 7:205. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00205>

Miller, J. L. (2011). The Relationship Between Identity Development Processes and Psychological Distress in Emerging Adulthood. *Dissertation*, 1–168.

Myers, T. A., dan Crowther, J. H. (2009). Social Comparison as a Predictor of Body Dissatisfaction: A Meta-Analytic Review. *Journal of Abnormal Psychology*, 118(4), 683–698. <https://doi.org/10.1037/a0016763>

Najam, N. dan Ashfaq, H. (2012). Gender differences in physical fitness, body shapesatisfaction, and body figure preference. *Pakistan Jurnal of Psychological Research*, 27, 187-200

Neumark-Sztainer D, Fulkerson JA, Hannan PJ, Story M. (2008). Family meal frequency and weight status adolescent: cross-sectional and 5 year longitudinal associations. *Obesity* 16(11):2529-2534

Niide, T.K., Davis, J., Tse, A. M., Derauf, C., Harrigan, R. C., dan Yates, A. (2011). Body ideals and body dissatisfaction among a community sample of ethnically diverse adolescents on Kauai, Hawaii. *Hawaii Journal of Medicine and Public Health*, 3(1), 1-7

Notoatmodjo, S. (2003). *Pengantar pendidikan kesehatan dan ilmu perilaku kesehatan*. Yogyakarta: Andi Offset.

Oktrisia, C., Prabamurti, P. N., Shaluhiyah, Z. (2021). *Beberapa Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Diet Remaja*. Universitas Diponegoro. 9 (1), 157–165. <https://doi.org/10.14710/jkm.v9i2.29467>

©

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pietro, M. D., dan Silveira, D. X. D. (2009). Internal Validity, Dimensionality and Performance of the Body Shape Questionnaire in a Group of Brazilian College Students. *Rev Bras Psiquatr*, 31(1), 21-4.

Polivy, J., dan Herman, C. P. (1985). Dieting and binging: A causal analysis. *American Psychologist*, 40(2), 193–201.

Polivy, J., dan Herman, C. P. (1987). Diagnosis and Treatment of Normal Eating. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 55(5), 635-644.

Prima, E., dan Sari, E. P. (2013). Hubungan antara Body Dissatisfaction dengan Perilaku Diet pada Remaja. *Jurnal Psikologi Integratif*, 1, (1), 17-30.

Putri, D. A., dan Indryawati, R. (2019). Body Dissatisfaction dan Perilaku Diet pada Mahasiswi. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 88-97.

Rahmadiyanti, A., dan Munthe, R. A. (2020). Social Comparison dengan Ketidakpuasan Bentuk Tubuh pada Remaja Perempuan. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(1), 11-19.

Rifsyina, N. N., dan Briawan D. (2015). Pengetahuan, Persepsi, Dan Penerapan Diet Penurunan Berat Badan Pada Mahasiswa Gizi Putra. *J. Gizi Pangan*, 10(2): 109-116. <https://doi.org/10.25182/jgp.2015.10.2.109-116>

Ruderman, A. J. (1986). Dietary Restraint: A Theoretical and Empirical Review. *Psychological Bulletin*, 99(2), 247-262. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.99.2.247>

Safitri, A. O., Novrianto, R., dan Maretih, A. (2019). Body Dissatisfaction dan Perilaku Diet pada Remaja Perempuan. *Jurnal Psibernetika*, 12(2), 100-105. <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v12i2.1935>

Santrock, J. W. (2003). *Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga.

Safarina, R dan Makmuroh S. R. (2015). Hubungan antara Body Dissatisfaction dengan Perilaku Diet Tidak Sehat Remaja Putri yang Menjadi Member Herbalife di Bandung. *Prosiding Penelitian Sivitas Akademika Unisba (Sosial dan Humaniora)*. ISSN: 2460-6448. <https://doi.org/10.29313/psa.v0i0.1386>

Sevilla, C. G., J. A. Ochave, T. G. Punsalan, B. P. Regala, dan G. G. Uriarte. (1993). Pengantar Metode Penelitian. Jakarta: Universitas Indonesia Press.

Shulman, S., Feldman, B., Blatt, S., Cohen, O., dan Mahler, A. (2005). Emerging Adulthood. *Journal of Adolescent Research*, 20(5), 577–603. <https://doi.org/10.1177/0743558405274913>

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

©

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Sivert, S. S. dan Sinanovic, O. (2008). Body dissatisfaction – Is age factor. *Philosophy, Sociology, Psychology and History*, 7, 55- 61

Sumali, E., Sukamto, M. E., dan Mulya, T. W. (2008). Efektivitas Hipnoterapi terhadap Penurunan Body Dissatisfaction pada Remaja Akhir. *Humanitas*, 5(1), 47-57

Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2015). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

Suseno, A. O., dan Dewi, K. S. (2013). *Hubungan antara Ketidakpuasan Bentuk Tubuh dengan Intensi Melakukan Perawatan Tubuh pada Wanita Dewasa awal*. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.

Syarifullah, M., dan Pranata, R. (2024). *Perilaku diet di kalangan remaja*. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 10(1), 124–132. <https://doi.org/10.59672/jpkr.v10i1.3415>

Van Strien, T. Frijters, J. E., Bergers, G. P., dan Defares, P. B. (1986). The Dutch Eating Behaviour Questionnaire (DEBQ) for Assessment of Restrained, Emotional, and External Eating Behaviour. *International Journal of Eating Disorder*, 5(2), 295-315. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(198602\)5:2](https://doi.org/10.1002/1098-108X(198602)5:2)

Yuanita, H., dan Sukamto, M. E. (2013). Fenomena Body Dissatisfaction pada Perempuan Anggota Fitness Centre. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 4(1). 12-23.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDITAS ALAT UKUR **(Perilaku Diet)**

1. Definisi Operasional

Perilaku diet adalah serangkaian aktivitas yang mencerminkan perilaku makan atau upaya yang dilakukan oleh wanita dewasa awal untuk mengendalikan dan mengurangi asupan makanan dengan tujuan mempertahankan atau mengubah berat badan agar sesuai dengan gambaran tubuh ideal yang diinginkan. Perilaku diet diukur menggunakan skala *Dutch Eating Behaviour Questionnaire (DEBQ)*, yang merupakan versi terjemahan dari instrumen yang dikembangkan oleh Van Strien dkk (1986) dan telah diadaptasi oleh Safitri, Novrianto dan Maretih (2019). Skala ini mengukur tiga aspek perilaku diet, yaitu konsumsi makanan berdasarkan emosi, konsumsi makanan yang dipengaruhi oleh faktor eksternal, dan upaya pengekangan dalam mengatur pola makan. Skor yang tinggi atau rendah yang diperoleh dari DEBQ mengindikasikan tingkat perilaku diet yang tinggi atau rendah pada wanita dewasa awal. Semakin tinggi skornya, semakin baik perilaku dietnya, sedangkan semakin rendah skornya, semakin buruk perilaku diet wanita dewasa awal tersebut.

2. Skala yang digunakan

: *Dutch Eating Behaviour*

Questionnaire (DEBQ)

Buat sendiri

Terjemahan

Modifikasi

Adaptasi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Jumlah aitem : 33 Aitem

4. Jenis dan format respon : Skala Likert dengan format respon (TP) (P) (KK) (S) (SL)

5. Penilaian setiap butir aitem :

DEBQ
5 = Tidak Pernah
4 = Pernah
3 = Kadang-kadang
2 = Sering
1 = Selalu

6. Petunjuk :

Pada bagian ini, saya memohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengerahui aspek Perilaku Diet, yaitu meliputi konsumsi makanan berdasarkan emosi, konsumsi makanan yang dipengaruhi oleh faktor eksternal, dan upaya pengekangan dalam mengatur pola makan. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memiliki salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu; Relevan (R), Kurang relevan (KR), Tidak Relevan (TR) atau Sangat Relevan (STR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan tanda *checklists* (✓) pada kolom yang disediakan.

Contoh cara menjawab:

Aitem: Ketika sedih saya akan makan yang banyak

R	KR	TR	STR
()	()	()	()

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Jika Bapak/Ibu menilai aitem tersebut relevan dengan indikator, maka Bapak/Ibu mencentang pada R (✓). Demikian seterusnya untuk semua aitem yang tersedia.

Skala DEBQ

ASPEK	NO	Pernyataan	R	KR	TR	STR
<i>Pengekangan</i>	8	Jika berat badan saya naik, saya akan makan lebih sedikit dari biasanya (F)	✓			
	7	Saya makan dengan porsi yang banyak ketika sedang lapar (UF)	✓			
	21	Saya akan menolak mengkonsumsi makanan karena mengkhawatirkan berat badan (F)	✓			
	33	Saya memperhatikan apa yang saya makan (F)	✓			
	19	Saya sengaja mengkonsumsi makanan untuk melangsingkan badan (F)	✓			
	1	Jika saya terlalu banyak makan hari ini, maka saya akan makan lebih sedikit keesokan harinya (F)	✓			
	15	Saya sengaja makan lebih sedikit untuk menghindari kegemukan (F)	✓			
	30	Saya mencoba untuk tidak mengkonsumsi makanan disela jam makan karena saya memperhatikan berat badan (F)	✓			
	16	Saya menolak makan malam untuk menjaga berat badan (F)	✓			
	25	Saya mengkonsumsi makanan tanpa menghitung jumlah kalori pada makanan itu (UF)	✓			
<i>Emotional</i>	3	Porsi makan saya meningkat ketika saya sedang jengkel (UF)	✓			
	10	Ketika tidak ada kegiatan saya lebih memilih untuk mengemil makanan ringan (UF)	✓			
	13	Saya akan makan apa saja untuk menghilangkan kesedihan yang saya rasakan (UF)	✓			
	18	Saya makan lebih banyak ketika saya sedang sendiri (UF)	✓			
	23	Saya melupakan diet ketika sedang berkumpul bersama teman (UF)	✓			
	28	Hasrat untuk makan saya tinggi ketika saya sedang gusar (UF)	✓			

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

<i>Eksternal</i>	32	Ketika saya mengalami sesuatu yang tidak mengenakkkan, saya akan makan (UF)	V				
	5	Saya akan mengemil makanan ringan untuk mengalihkan rasa cemas (UF)	V				
	11	Porsi makan saya bertambah ketika memikirkan sesuatu (UF)	V				
	20	Saya makan lebih sedikit dari biasanya saat sedang tertekan (F)	V				
	26	Nafsu makan saya menurun ketika sedang galau (F)	V				
	29	Ketika kesal saya akan makan (UF)	V				
	6	Saya memilih makanan untuk menghilangkan kebosanan (UF)	V				
	2	Saya akan makan lebih banyak dari biasanya jika ada makanan yang beraroma sedap (UF)	V				
	4	Saya tidak dapat menghindari makanan yang terlihat menarik (UF)	V				
	9	Perut saya terasa lapar ketika mencium aroma makanan yang lezat (UF)	V				
	12	Saya akan mengkonsumsi makanan yang terlihat lezat tanpa pikir panjang (UF)	V				
	14	Saya merasa mual melihat orang lain makan dengan lahap (F)	V				
	17	Saya menolak makanan yang beraroma sedap (F)	V				
	22	Saya tidak bisa menolak ajakan teman untuk makan (UF)	V				
	24	Saya dapat menghindari memakan makanan yang enak (F)	V				
	27	Saya akan makan lebih banyak dari biasanya ketika melihat orang lain makan dengan lahapnya (UF)	V				
	31	Saya merasa lapar ketika melihat gambar lezat di sosial media (UF)	V				



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Calatan :

1. Isi Kesesuaian (sesuai dengan indikator):

sesuai

2. Bahasa

sesuai (oke)

3. Jumlah aitem

33 aitem, sudah cukup

Pekanbaru,

24 September 2020

Validator

Anggia Kartika, F.M.M.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDITAS ALAT UKUR **(Perilaku Diet)**

1. Definisi Operasional

Perilaku diet adalah serangkaian aktivitas yang mencerminkan perilaku makan atau upaya yang dilakukan oleh wanita dewasa awal untuk mengendalikan dan mengurangi asupan makanan dengan tujuan mempertahankan atau mengubah berat badan agar sesuai dengan gambaran tubuh ideal yang diinginkan. Perilaku diet diukur menggunakan skala *Dutch Eating Behaviour Questionnaire (DEBQ)*, yang merupakan versi terjemahan dari instrumen yang dikembangkan oleh Van Strien dkk (1986) dan telah diadaptasi oleh Safitri, Novrianto dan Maretih (2019). Skala ini mengukur tiga aspek perilaku diet, yaitu konsumsi makanan berdasarkan emosi, konsumsi makanan yang dipengaruhi oleh faktor eksternal, dan upaya pengekangan dalam mengatur pola makan. Skor yang tinggi atau rendah yang diperoleh dari DEBQ mengindikasikan tingkat perilaku diet yang tinggi atau rendah pada wanita dewasa awal. Semakin tinggi skornya, semakin baik perilaku dietnya, sedangkan semakin rendah skornya, semakin buruk perilaku diet wanita dewasa awal tersebut.

2. Skala yang digunakan : *Dutch Eating Behaviour*

Questionnaire (DEBQ)

Buat sendiri

Terjemahan

Modifikasi

Adaptasi



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. **Jumlah aitem** : 33 Aitem
4. **Jenis dan format respon** : Skala Likert dengan format respon (TP) (P) (KK) (S) (SL)
5. **Penilaian setiap butir aitem** :

DEBQ
5 = Tidak Pernah
4 = Pernah
3 = Kadang-kadang
2 = Sering
1 = Selalu

6. **Petunjuk :**

Pada bagian ini, saya memohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengerahui aspek Perilaku Diet, yaitu meliputi konsumsi makanan berdasarkan emosi, konsumsi makanan yang dipengaruhi oleh faktor eksternal, dan upaya pengekangan dalam mengatur pola makan. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memiliki salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu; Relevan (R), Kurang relevan (KR), Tidak Relevan (TR) atau Sangat Relevan (STR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan tanda *checklists* (✓) pada kolom yang disediakan.

Contoh cara menjawab:

Aitem: Ketika sedih saya akan makan yang banyak

R	KR	TR	STR
()	()	()	()

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Jika Bapak/Ibu menilai aitem tersebut relevan dengan indikator, maka Bapak/Ibu mencentang pada R (✓). Demikian seterusnya untuk semua aitem yang tersedia.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Skala DEBO

ASPEK	NO	Pernyataan	R	KR	TR	STR
<i>Pengekangan</i>	8	Jika berat badan saya naik, saya akan makan lebih sedikit dari biasanya (F)	✓			
	7	Saya makan dengan porsi yang banyak ketika sedang lapar (UF)	✓			
	21	Saya akan menolak mengkonsumsi makanan karena mengkhawatirkan berat badan (F)	✓			
	33	Saya memperhatikan apa yang saya makan (F)	✓			
	19	Saya sengaja mengkonsumsi makanan untuk melangsingkan badan (F)	✓			
	1	Jika saya terlalu banyak makan hari ini, maka saya akan makan lebih sedikit keesokan harinya (F)	✓			
	15	Saya sengaja makan lebih sedikit untuk menghindari kegemukan (F)	✓			
	30	Saya mencoba untuk tidak mengkonsumsi makanan disela jarn makan karena saya memperhatikan berat badan (F)	✓			
	16	Saya menolak makan malam untuk menjaga berat badan (F)	✓			
	25	Saya mengkonsumsi makanan tanpa menghitung jumlah kalori pada makanan itu (UF)	✓			
<i>Emotional</i>	3	Porsi makan saya meningkat ketika saya sedang jengkel (UF)	✓			
	10	Ketika tidak ada kegiatan saya lebih memilih untuk mengemil makanan ringan (UF)	✓			
	13	Saya akan makan apa saja untuk menghilangkan kesedihan yang saya rasakan (UF)	✓			
	18	Saya makan lebih banyak ketika saya sedang sendiri (UF)	✓			
	23	Saya melupakan diet ketika sedang berkumpul bersama teman (UF)	✓			
	28	Hasrat untuk makan saya tinggi ketika saya sedang gusar (UF)	✓			

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

32	Ketika saya mengalami sesuatu yang tidak mengenakan, saya akan makan (UF)	✓	
5	Saya akan mengemil makanan ringan untuk mengalihkan rasa cemas (UF)	✓	
11	Porsi makan saya bertambah ketika memikirkan sesuatu (UF)	✓	
20	Saya makan lebih sedikit dari biasanya saat sedang tertekan (F)	✓	
26	Nafsu makan saya menurun ketika sedang galau (F)	✓	
29	Ketika kesal saya akan makan (UF)	✓	
6	Saya memilih makanan untuk menghilangkan kebosanan (UF)	✓	
<i>Eksternal</i>	2	Saya akan makan lebih banyak dari biasanya jika ada makanan yang beraroma sedap (UF)	✓
	4	Saya tidak dapat menghindari makanan yang terlihat menarik (UF)	✓
	9	Perut saya terasa lapar ketika mencium aroma makanan yang lezat (UF)	✓
	12	Saya akan mengkonsumsi makanan yang terlihat lezat tanpa pikir panjang (UF)	✓
	14	Saya merasa nyalu melihat orang lain makan dengan lahap (F)	✓
	17	Saya menolak makanan yang beraroma sedap (F)	✓
	22	Saya tidak bisa menolak ajakan teman untuk makan (UF)	✓
	24	Saya dapat menghindari memakan makanan yang enak (F)	✓
	27	Saya akan makan lebih banyak dari biasanya ketika melihat orang lain makan dengan lahapnya (UF)	✓
	31	Saya merasa lapar ketika melihat gambar lezat di sosial media (UF)	✓



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Catatan :

1. Isi Kesesuaian (sesuai dengan indikator)

(sesuai)

2. Bahasa

(sesuai / jelas)

3. Jumlah aitem

(jumlah)

Pekanbaru, 10 Oktober 2024.

Validator



Yuli Widiningsih, M.Pd. (Bakdat)



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN B

LEMBAR VALIDASI SKALA KETIDAKPUASAN BENTUK TUBUH

UIN SUSKA RIAU

LEMBAR VALIDITAS ALAT UKUR

(Ketidakpuasan Bentuk Tubuh)

1. Definisi Operasional

Ketidakpuasan bentuk tubuh pada wanita dewasa awal adalah evaluasi negatif terhadap penampilan fisik yang berhubungan dengan rasa tidak puas dan tidak nyaman terhadap bentuk tubuh dan berat badan yang dimiliki, disebabkan oleh kesenjangan antara harapan dan realitas mengenai bentuk tubuh yang diinginkan. Ketidakpuasan bentuk tubuh diukur menggunakan skala *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34) yang dikembangkan oleh Cooper, Taylor, Cooper, dan Fairburn (1987) dan telah diadaptasi oleh Safitri, Novrianto dan Maretih (2019). Skala ini mengukur empat aspek ketidakpuasan bentuk tubuh, yaitu persepsi diri sendiri terhadap bentuk tubuh, membandingkan persepsi mengenai citra tubuh dengan orang lain, sikap yang fokus terhadap citra tubuh, dan perubahan yang drastis terhadap persepsi mengenai tubuh. Skor tinggi atau rendah dari BSQ-34 mengindikasikan tingkat ketidakpuasan bentuk tubuh yang tinggi atau rendah pada wanita dewasa awal.

2. Skala yang digunakan

: *Body shape questionnaire (BSQ-34)*

Buat sendiri

Terjemahan

Modifikasi

Adaptasi

3. Jumlah aitem

: 34 Aitem

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Jenis dan format respon : Skala Likert dengan format respon (TP) (P) (KK) (S) (SL)

5. Penilaian setiap butir aitem :

BSQ-34
5 = Selalu
4 = Sering
3 = Kadang-kadang
2 = Pernah
1 = Tidak Pernah

6. Petunjuk :

Pada bagian ini, saya memohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengerahui aspek Ketidakpuasan Bentuk Tubuh, yaitu meliputi persepsi diri sendiri terhadap bentuk tubuh, membandingkan persepsi mengenai citra tubuh dengan orang lain, sikap yang fokus terhadap citra tubuh, dan perubahan yang drastis terhadap persepsi mengenai tubuh. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memiliki salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu; Relevan (R), Kurang relevan (KR), Tidak Relevan (TR) atau Sangat Relevan (STR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan tanda *checklists* (✓) pada kolom yang disediakan.

Contoh cara menjawab:

Aitem: Ketika sedih saya akan makan yang banyak

R	KR	TR	STR
()	()	()	()

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Jika Bapak/Ibu menilai aitem tersebut relevan dengan indikator, maka Bapak/Ibu mencentang pada R (✓). Demikian seterusnya untuk semua aitem yang tersedia.

Skala BSQ-34

ASPEK	NO	Pernyataan	R	KR	TR	STR
Persepsi Diri Sendiri terhadap Bentuk Tubuh	1	Saya merasa bosan dengan bentuk tubuh yang saya miliki	✓			
	2	Saya merasa bentuk tubuh saya kurang menarik	✓			
	3	Saya berpikir bahwa paha, pinggul, dan bokong saya terlalu besar	✓			
	4	Saya merasa takut jika bertambah gemuk	✓			
	5	Saya merasa khawatir jika lemak saya bergelambir	✓			
	6	Saya merasa bertambah gemuk setelah makan dengan porsi banyak	✓			
	9	Saya sadar dengan bentuk tubuh yang saya miliki ketika bersama perempuan yang langsing	✓			
	10	Saya merasa khawatir jika paha saya terlihat besar ketika duduk	✓			
	11	Walaupun hanya makan sedikit, saya merasa hal itu membuat saya gemuk	✓			
	14	Saya merasa gemuk ketika sedang mandi	✓			
	15	Saya membayangkan tubuh saya langsing	✓			
	16	Makanan yang manis serta berkalori tinggi membuat saya gemuk	✓			
	18	Saya merasa gemuk	✓			
	20	Rasa khawatir terhadap bentuk tubuh saya membuat saya ingin melakukan diet	✓			
	21	Saya senang jika dipagi hari perut saya masih dalam keadaan kosong sehingga terlihat lebih ramping	✓			
	22	Saya berpikir bahwa bentuk tubuh saya saat ini akibat dari ketidakmampuan mengontrol diri	✓			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
- Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	23	Saya merasa khawatir jika orang lain melihat lemak ditubuh saya	✓				
	26	Saya merasa khawatir jika lemak tubuh akan membuat kulit saya mengkerut	✓				
	28	Saya mencubit daerah paha untuk memastikan seberapa banyak lemak yang ada	✓				
	31	Saya merasa sangat tidak puas dengan bentuk tubuh saya ketika berada di tempat ramai	✓				
Membandingkan Persepsi Mengenai Citra Tubuh dengan Orang Lain	12	Saya kerap membandingkan bentuk tubuh saya dengan orang lain	✓				
	19	Saya merasa malu dengan bentuk tubuh saya karena lebih gemuk dibandingkan orang lain	✓				
	24	Saya merasa tidak nyaman jika bertemu perempuan yang lebih kurus	✓				
	27	Saya merasa sedih dengan bentuk tubuh yang saya miliki ketika bercermin didepan kaca	✓				
	29	Saya menghindari situasi yang membuat orang lain bisa melihat bentuk tubuh saya (misal: mengganti baju di ruang ganti)	✓				
Sikap yang Fokus terhadap Citra Tubuh	7	Saya menimbang berat badan setiap hari	✓				
	13	Saya sulit berkonsentrasi karena bentuk tubuh yang saya miliki membuat saya tidak nyaman	✓				
	17	Saya menghindari suatu acara karena merasa malu dengan bentuk tubuh saya	✓				
	30	Saya sengaja meminum obat pencahar dengan rutin untuk menurunkan berat badan	✓				
Perubahan yang Drastis terhadap Persepsi Mengenai Tubuh	8	Saya menghindari kegiatan berlari dikeramaian karena takut lemak saya terlihat oleh orang lain	✓				
	25	Saya merasa memakan banyak tempat ketika duduk di tempat umum	✓				

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	32	Saya menolak makanan dalam bentuk apapun	✓			
	33	Saya harus berolahraga ekstra keras	✓			
	34	Saya akan menghindari pembicaraan mengenai bentuk tubuh	✓			

Catatan :

1. Isi Kesesuaian (*sesuai dengan indikator*) :

Sesuai

2. Bahasa

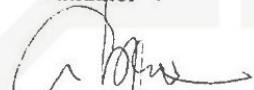
Oke

3. Jumlah aitem

34 aitem suatu catatan

Pekanbaru, 24 September 2024

Validator



Anggita Kargeniti E.M, M.Pd

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDITAS ALAT UKUR
(Ketidakpuasan Bentuk Tubuh)**1. Definisi Operasional**

Ketidakpuasan bentuk tubuh pada wanita dewasa awal adalah evaluasi negatif terhadap penampilan fisik yang berhubungan dengan rasa tidak puas dan tidak nyaman terhadap bentuk tubuh dan berat badan yang dimiliki, disebabkan oleh kesenjangan antara harapan dan realitas mengenai bentuk tubuh yang diinginkan. Ketidakpuasan bentuk tubuh diukur menggunakan skala *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34) yang dikembangkan oleh Cooper, Taylor, Cooper, dan Fairburn (1987) dan telah diadaptasi oleh Safitri, Novrianto dan Maretih (2019). Skala ini mengukur empat aspek ketidakpuasan bentuk tubuh, yaitu persepsi diri sendiri terhadap bentuk tubuh, membandingkan persepsi mengenai citra tubuh dengan orang lain, sikap yang fokus terhadap citra tubuh, dan perubahan yang drastis terhadap persepsi mengenai tubuh. Skor tinggi atau rendah dari BSQ-34 mengindikasikan tingkat ketidakpuasan bentuk tubuh yang tinggi atau rendah pada wanita dewasa awal.

2. Skala yang digunakan: *Body shape questionnaire (BSQ-34)* Buat sendiri Terjemahan Modifikasi Adaptasi**3. Jumlah aitem**

: 34 Aitem

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Jenis dan format respon : Skala Likert dengan format respon (TP) (P) (KK) (S) (SL)

5. Penilaian setiap butir aitem :

BSQ-34
5 = Selalu
4 = Sering
3 = Kadang-kadang
2 = Pernah
1 = Tidak Pernah

6. Petunjuk :

Pada bagian ini, saya memohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengerahui aspek Ketidakpuasan Bentuk Tubuh, yaitu meliputi persepsi diri sendiri terhadap bentuk tubuh, membandingkan persepsi mengenai citra tubuh dengan orang lain, sikap yang fokus terhadap citra tubuh, dan perubahan yang drastis terhadap persepsi mengenai tubuh. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memiliki salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu; Relevan (R), Kurang relevan (KR), Tidak Relevan (TR) atau Sangat Relevan (STR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan tanda *checklists* (✓) pada kolom yang disediakan.

Contoh cara menjawab:

Aitem: Ketika sedih saya akan makan yang banyak

R	KR	TR	STR
()	()	()	()

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Jika Bapak/Ibu menilai aitem tersebut relevan dengan indikator, maka Bapak/Ibu mencentang pada R (✓). Demikian seterusnya untuk semua aitem yang tersedia.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Skala BSQ-34

ASPEK	NO	Pernyataan				
			R	KR	TR	STR
Persepsi Diri Sendiri terhadap Bentuk Tubuh	1	Saya merasa bosan dengan bentuk tubuh yang saya miliki	✓			
	2	Saya merasa bentuk tubuh saya kurang menarik	✓			
	3	Saya berpikir bahwa paha, pinggul, dan bokong saya terlalu besar	✓			
	4	Saya merasa takut jika bertambah gemuk	✓	✓		
	5	Saya merasa khawatir jika lemak saya bergelambir	✓			
	6	Saya merasa bertambah gemuk setelah makan dengan porsi banyak	✓			
	9	Saya sadar dengan bentuk tubuh yang saya miliki ketika bersama perempuan yang langsing	✓			
	10	Saya merasa khawatir jika paha saya terlihat besar ketika duduk	✓			
	11	Walaupun hanya makan sedikit, saya merasa hal itu membuat saya gemuk	✓			
	14	Saya merasa gemuk ketika sedang mandi	✓			
	15	Saya membayangkan tubuh saya langsing	✓			
	16	Makanan yang manis serta berkalori tinggi membuat saya gemuk	✓			
	18	Saya merasa gemuk	✓			
	20	Rasa khawatir terhadap bentuk tubuh saya membuat saya ingin melakukan diet	✓			
	21	Saya senang jika dipagi hari perut saya masih dalam keadaan kosong sehingga terlihat lebih ramping	✓			
	22	Saya berpikir bahwa bentuk tubuh saya saat ini akibat dari ketidakmampuan mengontrol diri	✓			

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Membandingkan Persepsi Mengenai Citra Tubuh dengan Orang Lain	23	Saya merasa khawatir jika orang lain melihat lemak ditubuh saya	✓					
	26	Saya merasa khawatir jika lemak tubuh akan membuat kulit saya mengkerut	✓					
	28	Saya mencubit daerah paha untuk memastikan seberapa banyak lemak yang ada	✓					
	31	Saya merasa sangat tidak puas dengan bentuk tubuh saya ketika berada di tempat ramai	✓					
Sikap yang Fokus terhadap Citra Tubuh	12	Saya kerap membandingkan bentuk tubuh saya dengan orang lain	✓					
	19	Saya merasa malu dengan bentuk tubuh saya karena lebih gemuk dibandingkan orang lain	✓					
	24	Saya merasa tidak nyaman jika bertemu perempuan yang lebih kurus	✓					
	27	Saya merasa sedih dengan bentuk tubuh yang saya miliki ketika bercermin didepan kaca	✓					
Perubahan yang Drastis terhadap Persepsi Mengenai Tubuh	29	Saya menghindari situasi yang membuat orang lain bisa melihat bentuk tubuh saya (misal: mengganti baju diruang ganti)	✓					
	7	Saya menimbang berat badan setiap hari	✓					
	13	Saya sulit berkonsentrasi karena bentuk tubuh yang saya miliki membuat saya tidak nyaman	✓					
	17	Saya menghindari suatu acara karena merasa malu dengan bentuk tubuh saya	✓					
Perubahan yang Drastis terhadap Persepsi Mengenai Tubuh	30	Saya sengaja meminum obat pencahar dengan rutin untuk menurunkan berat badan	✓					
	8	Saya menghindari kegiatan berlari dikeramaian karena takut lemak saya terlihat oleh orang lain	✓					
Perubahan yang Drastis terhadap Persepsi Mengenai Tubuh	25	Saya merasa memakan banyak tempat ketika duduk di tempat umum <i>menyundul, merasuk</i>	✓					

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	32	Saya menolak makanan dalam bentuk apapun	✓			
	33	Saya harus berolahraga ekstra keras	✓			
	34	Saya akan menghindari pembicaraan mengenai bentuk tubuh	✓			

Catatan :

 1. Isi Kesesuaian (*sesuai dengan indikator*) :

.....sesuai.....

..........

 2. Bahasa

.....clay, jelas.....

..........

 3. Jumlah aitem

.....cukup.....

..........

Pekanbaru,Oktober 2024

Validator


Yuli Widiningrat, M.Psi, Psicolog

UIN SUSKA RIAU



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN C

SKALA TRY OUT

UIN SUSKA RIAU

©

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
UIN Sultan Syarif Kasim Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

IDENTITAS RESPONDEN

Nama	:	..
Usia	:	..
Berat Badan (Kg)	:	..
Tinggi Badan (Cm)	:	..
Perilaku Diet	:	<input type="checkbox"/> Dengan supervisi ahli <input type="checkbox"/> Tanpa supervisi ahli <small>*Pilih salah satu</small>
No. Hp	:	..

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Petunjuk Pengisian

Berikut ini akan disajikan beberapa pernyataan saudari. Baca dan pahami pernyataan-pernyataan berikut sesuai dengan kondisi diri saudari dengan cara memberi tanda *checklist* (✓) pada salah satu jawaban dari beberapa pilihan jawaban yang tersedia. Tidak ada jawaban benar atau salah dan setiap orang memiliki jawaban yang berbeda-beda. Oleh karena itu, peneliti berharap kepada saudara/i agar dapat mengisi skala penelitian ini dengan baik dan jujur hingga selesai serta tidak ada pernyataan yang terlewatkan.

Pada pengisian skala ini, saudari diminta untuk mengisi sesuai dengan kondisi yang dirasakan.

Contoh:

NO	PERNYATAAN	JAWABAN				
		SL	S	KK	P	TP
1	Saya ingin memiliki tubuh yang kurus				<input type="checkbox"/>	

“SELAMAT MENGERJAKAN”

ALAT UKUR PERILAKU DIET
(Dutch Eating Behaviour Questionnaire (DEBQ))

No	Pernyataan	SL	S	KK	P	TP
1	Jika saya terlalu banyak makan hari ini, maka saya akan makan lebih sedikit keesokan harinya					
2	Saya akan makan lebih banyak dari biasanya jika ada makanan yang beraroma sedap					
3	Porsi makan saya meningkat ketika saya sedang jengkel					
4	Saya tidak dapat menghindari makanan yang terlihat menarik					
5	Saya akan mengemil makanan ringan untuk mengalihkan rasa cemas					
6	Saya memilih makanan untuk menghilangkan kebosanan					
7	Saya makan dengan porsi yang banyak ketika sedang lapar					
8	Jika berat badan saya naik, saya akan makan lebih sedikit dari biasanya					
9	Perut saya terasa lapar ketika mencium aroma makanan yang lezat					
10	Ketika tidak ada kegiatan saya lebih memilih untuk mengemil makanan ringan					
11	Porsi makan saya bertambah ketika memikirkan sesuatu					
12	Saya akan mengkonsumsi makanan yang terlihat lezat tanpa pikir panjang					
13	Saya akan makan apa saja untuk menghilangkan kesedihan yang saya rasakan					
14	Saya merasa mual melihat orang lain makan dengan lahap					
15	Saya sengaja makan lebih sedikit untuk menghindari kegemukan					
16	Saya menolak makan malam untuk menjaga berat badan					
17	Saya menolak makanan yang beraroma sedap					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

18	Saya makan lebih banyak ketika saya sedang sendiri						
19	Saya sengaja mengkonsumsi makanan untuk melangsingkan badan						
20	Saya makan lebih sedikit dari biasanya saat sedang tertekan						
21	Saya akan menolak mengkonsumsi makanan karena mengkhawatirkan berat badan						
22	Saya tidak bisa menolak ajakan teman untuk makan						
23	Saya melupakan diet ketika sedang berkumpul bersama teman						
24	Saya dapat menghindari memakan makanan yang enak						
25	Saya mengkonsumsi makanan tanpa menghitung jumlah kalori pada makanan itu						
26	Nafsu makan saya menurun ketika sedang galau						
27	Saya akan makan lebih banyak dari biasanya ketika melihat orang lain makan dengan lahapnya						
28	Hasrat untuk makan saya tinggi ketika saya sedang gusar						
29	Ketika kesal saya akan makan						
30	Saya mencoba untuk tidak mengkonsumsi makanan disela jam makan karena saya memperhatikan berat badan						
31	Saya merasa lapar ketika melihat gambarlezat di sosial media						
32	Ketika saya mengalami sesuatu yang tidak mengenakkan, saya akan makan						
33	Saya memperhatikan apa yang saya makan						

Petunjuk Pengisian

Berikut ini akan disajikan beberapa pernyataan saudari. Baca dan pahami pernyataan-pernyataan berikut sesuai dengan kondisi diri saudari dengan cara memberi tanda *checklist* (✓) pada salah satu jawaban dari beberapa pilihan jawaban yang tersedia. Tidak ada jawaban benar atau salah dan setiap orang memiliki jawaban yang berbeda-beda. Oleh karena itu, peneliti berharap kepada saudari agar dapat mengisi skala penelitian ini dengan baik dan jujur hingga selesai serta tidak ada pernyataan yang terlewatkan.

Pada pengisian skala ini, saudari diminta untuk mengisi sesuai dengan kondisi yang dirasakan.

Contoh:

NO	PERNYATAAN	JAWABAN				
		SL	S	KK	P	TP
1	Saya ingin memiliki tubuh yang kurus				✓	

“SELAMAT MENGERJAKAN”

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

 ALAT UKUR KETIDAKPUASAN BENTUK TUBUH
(Body Shape Questionnaire (BSQ-34))

No	Pernyataan	SL	S	KK	P	TP
1	Saya merasa bosan dengan bentuk tubuh yang saya miliki					
2	Saya merasa bentuk tubuh saya kurang menarik					
3	Saya berpikir bahwa bokong saya terlalu besar paha, pinggul, dan					
4	Saya merasa takut jika bertambah gemuk					
5	Saya merasa khawatir jika lemak saya bergelambir					
6	Saya merasa bertambah gemuk setelah makan dengan porsi banyak					
7	Saya menimbang berat badan setiap hari					
8	Saya menghindari kegiatan berlari dikeramaian karena takut lemak saya terlihat oleh orang lain					
9	Saya sadar dengan bentuk tubuh yang saya miliki ketika bersama perempuan yang langsing					
10	Saya merasa khawatir jika paha saya terlihat besar ketika duduk					
11	Walaupun hanya makan sedikit, saya merasa hal itu membuat saya gemuk					
12	Saya kerap membandingkan bentuk tubuh saya dengan orang lain					
13	Saya sulit berkonsentrasi karena bentuk tubuh yang saya miliki membuat saya tidak nyaman					
14	Saya merasa gemuk ketika sedang mandi					
15	Saya membayangkan tubuh saya langsing					
16	Makanan yang manis serta berkalori tinggi membuat saya gemuk					
17	Saya menghindari suatu acara karena merasa malu dengan bentuk tubuh saya					
18	Saya merasa gemuk					
19	Saya merasa malu dengan bentuk tubuh saya karena lebih gemuk dibandingkan orang lain					
20	Rasa khawatir terhadap bentuk tubuh saya membuat saya ingin melakukan diet					

©

21	Saya senang jika dipagi hari perut saya masih dalam keadaan kosong sehingga terlihat lebih ramping					
22	Saya berfikir bahwa bentuk tubuh saya saat ini akibat dari ketidakmampuan mengontrol diri					
23	Saya merasa khawatir jika orang lain melihat lemak ditubuh saya					
24	Saya merasa tidak nyaman jika bertemu perempuan yang lebih kurus					
25	Saya merasa memakan banyak tempat ketika duduk di tempat umum					
26	Saya merasa khawatir jika lemak tubuh akan membuat kulit saya mengkerut					
27	Saya merasa sedih dengan bentuk tubuh yang saya miliki ketika bercermin didepan kaca					
28	Saya mencubit daerah paha untuk memastikan seberapa banyak lemak yang ada					
29	Saya menghindari situasi yang membuat orang lain bisa melihat bentuk tubuh saya (misal: mengganti baju diruang ganti)					
30	Saya sengaja meminum obat pencahar dengan rutin untuk menurunkan berat badan					
31	Saya merasa sangat tidak puas dengan bentuk tubuh saya ketika berada di tempat ramai					
32	Saya menolak makanan dalam bentuk apapun					
33	Saya harus berolahraga ekstra keras					
34	Saya akan menghindari pembicaraan mengenai bentuk tubuh					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN D

TABULASI DATA TRY OUT

UIN SUSKA RIAU



TABULASI DATA TRY OUT SKALA PERILAKU DIET

No	Nama Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang Dijarang Genting Sebagian atau seluruhnya	IMT	No. Aitem	No. Aitem																															
				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
1	LI	23.5	3	3	4	3	4	2	4	4	4	4	3	4	4	2	1	4	1	4	2	2	3	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	4	
2	N	21.2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	5	4	4	4	4	2	3	3	3	3	2	4	2	3	4	4	3	2	5	3	5	3		
3	N	26.4	4	3	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	1	2	2	4	2	2	2	2	4	2	4	2	4	4	4	2	4	2		
4	L	25.3	4	4	5	3	5	4	4	4	4	4	5	4	5	3	1	4	1	5	4	1	2	4	3	3	5	1	5	5	5	2	5	5	
5	DPPS	25.7	4	3	1	3	3	3	2	4	2	3	4	3	3	5	1	5	3	3	1	4	5	2	3	3	3	5	3	4	5	5	3	4	4
6	AMSK	20.8	3	3	4	2	1	2	3	5	3	1	5	2	3	5	3	2	2	4	2	5	3	4	4	3	1	4	5	4	4	3	3	4	
7	R	21.1	3	3	4	4	3	3	2	2	4	3	4	3	3	2	1	4	3	3	2	3	4	3	3	2	4	3	4	4	3	2	3	4	
8	FEP	29	2	2	2	2	1	2	2	4	2	1	1	4	2	4	1	3	2	3	3	4	5	4	3	4	2	1	2	2	2	4	1	2	5
9	E	25.8	4	2	3	2	3	1	1	4	1	2	3	1	3	4	1	2	1	2	4	4	2	1	1	5	1	4	2	3	3	2	1	3	3
10	RN	21.5	4	4	4	3	4	3	3	5	3	4	5	5	3	5	1	4	3	5	1	1	4	1	2	4	5	1	4	2	4	4	4	5	
11	A	20.8	3	2	4	1	2	2	1	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	5	3	2	4	3
12	M	34.4	4	3	2	2	3	4	4	4	4	3	5	3	5	4	5	5	5	4	5	3	5	1	3	4	3	4	4	4	2	4	5	5	4
13	C	31.	1	4	3	4	3	3	3	5	3	5	4	5	5	5	4	5	3	5	1	3	4	3	5	4	3	5	3	5	4	3	5	5	

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan dan menyebutkan sumber:
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun ti



b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



28	RM 1.	© Hak Cipta merang menutup dilindungi Indang-U skazian atau seluruh kantong pulih nita tanpa mencampur kan	27. 4	3	2	5	1	5	5	1	4	2	3	5	3	5	3	1	3	1	3	4	5	3	2	1	3	2	5	1	5	5	3	2	5	3		
29	TY 3	Hak Cipta merang menutup dilindungi Indang-U skazian atau seluruh kantong pulih nita tanpa mencampur kan	27. 3	3	2	1	2	2	2	2	3	3	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	3	3	3	2	3	2		
30	A	Dilindungi Indang-U skazian atau seluruh kantong pulih nita tanpa mencampur kan	20. 4	4	4	5	4	5	4	4	5	3	4	5	5	5	5	5	2	5	3	5	5	5	5	3	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5		
31	Y	dilindungi Indang-U skazian atau seluruh kantong pulih nita tanpa mencampur kan	32. 1	3	3	4	2	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	2	3	1	4	1	2	3	3	2	3	3	2	5	4	4	3	4			
32	N	Indang-U skazian atau seluruh kantong pulih nita tanpa mencampur kan	34	3	2	1	1	3	1	1	5	3	3	3	3	4	1	5	2	2	2	3	3	2	4	5	3	3	1	2	5	2	2	3	3	2	4	
33	H	Indang-U skazian atau seluruh kantong pulih nita tanpa mencampur kan	21. 5	1	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	3	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	1	3	3	1	2	4		
34	AL	Indang-U skazian atau seluruh kantong pulih nita tanpa mencampur kan	21. 8	4	3	3	4	2	2	2	4	3	3	3	5	4	3	3	3	4	4	3	1	3	4	2	2	3	1	4	4	3	3	1	3	4		
35	S	Indang-U skazian atau seluruh kantong pulih nita tanpa mencampur kan	24. 7	4	4	4	4	4	4	3	5	3	4	3	4	3	5	3	3	4	2	4	3	5	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4			
36	RASS	Indang-U skazian atau seluruh kantong pulih nita tanpa mencampur kan	24. 8	4	3	5	3	5	4	4	4	5	5	4	5	3	5	4	1	2	3	4	4	5	4	3	3	3	1	5	5	5	5	4	3	5	4	
37	SA	Indang-U skazian atau seluruh kantong pulih nita tanpa mencampur kan	28. 6	3	2	3	3	2	2	2	4	2	2	3	3	2	2	2	3	3	4	3	2	1	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4
38	T	Indang-U skazian atau seluruh kantong pulih nita tanpa mencampur kan	19. 4	1	3	2	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	2	1	1	1	1	3	1	3	1	2	2	1	5	1	5	3	3	1	3	3	3	
39	S	Indang-U skazian atau seluruh kantong pulih nita tanpa mencampur kan	22. 9	5	1	1	3	3	4	2	5	1	3	4	4	4	5	1	2	1	4	3	5	5	1	1	3	2	5	4	4	4	3	3	3	5		
40	RR	Indang-U skazian atau seluruh kantong pulih nita tanpa mencampur kan	23. 2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	5	3	1	3	3	4	3	3	3	3	1	3	5	5	3	5	5			
41	S	Indang-U skazian atau seluruh kantong pulih nita tanpa mencampur kan	22. 3	3	1	3	5	5	5	1	3	3	3	3	3	3	5	5	5	3	5	1	3	4	1	5	3	3	3	5	3	3	5	1	3	5		
42	FH	Indang-U skazian atau seluruh kantong pulih nita tanpa mencampur kan	26.	5	5	3	3	4	4	5	5	4	5	3	5	4	4	2	5	3	5	2	1	2	4	5	4	5	2	5	5	5	2	4	5	5		

b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



57	NV	© Hak Cipta milik UIN Suska Riau	21. 1	5	2	3	1	2	3	1	4	3	1	2	3	1	4	3	5	4	3	5	4	3	1	2	3	1	2	3							
58	FEP	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang melekat pada setiap jurnal	25. 1	4	3	3	3	5	4	3	5	2	3	5	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	5	1	5	3	3				
59	SR	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang melekat pada setiap jurnal	23. 4	4	2	2	1	3	4	2	4	2	2	3	2	2	4	3	4	3	2	3	3	4	3	2	3	4	4	2	2	4					
60	F	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang melekat pada setiap jurnal	28	4	3	1	1	3	1	2	5	4	4	2	2	2	5	1	1	1	4	2	1	4	1	1	3	4	1	3	2	1	4	3	3		
61	L	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang melekat pada setiap jurnal	21. 9	3	5	4	5	5	5	3	4	3	4	4	5	5	5	1	4	1	4	4	5	4	4	3	4	2	5	5	4	3	5	3			
62	NP	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang melekat pada setiap jurnal	27. 3	5	3	5	2	5	3	3	5	1	5	5	3	3	5	1	5	1	5	5	3	5	2	2	3	5	5	4	4	4	5	3	5	5	
63	N	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang melekat pada setiap jurnal	26. 4	5	3	1	4	1	2	4	5	4	3	4	4	1	4	1	5	1	2	4	1	4	4	4	4	1	5	1	1	4	4	3	4		
64	K	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang melekat pada setiap jurnal	24. 2	2	3	5	2	5	2	3	3	2	3	5	4	5	3	1	2	1	3	2	2	2	3	2	2	4	2	4	5	5	2	2	5	4	
65	IPL	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang melekat pada setiap jurnal	28. 5	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
66	P	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang melekat pada setiap jurnal	24. 1	3	3	5	3	5	2	5	4	2	3	1	3	3	4	3	4	1	5	3	4	4	3	5	4	3	3	5	5	5	3	3	5	5	
67	DZ	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang melekat pada setiap jurnal	18. 7	3	2	3	3	4	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	1	2	2	3	1	3	3	2	2	2	1	3	3	5	5	2	3	3	3
68	CS	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang melekat pada setiap jurnal	28. 8	4	3	2	4	3	2	3	4	3	3	2	3	2	4	1	3	1	3	3	2	4	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	
69	A	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang melekat pada setiap jurnal	24. 7	5	5	3	5	5	5	3	4	3	3	5	5	5	1	1	3	3	3	4	4	5	5	5	4	5	3	3	3	5	3	3	5	3	
70	AP	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang melekat pada setiap jurnal	24. 5	3	4	3	2	2	1	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	2	2	3	3	3	1	1	2	1	2	4	4	4	2	4	4	3	
71	C	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang melekat pada setiap jurnal	24. 3	3	4	3	5	4	4	4	2	5	4	3	5	4	3	1	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	5	3	3	3	4	4	4	3	

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan dan menyebutkan sumber:
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



86	NY	© Hak Cipta milik UIN Suska Riau	25.	4	3	2	2	4	3	4	4	3	2	5	4	3	2	2	3	3	4	3	4	3	3	2	3	4	2	4	5	4	3	3	4	4	
87	R	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang	22.7	3	2	5	3	2	2	5	3	3	5	5	4	4	3	1	3	3	4	3	3	2	1	1	3	3	1	5	3	3	1	2	5	4	
88	WRF	A	23.3	4	1	1	1	1	1	5	1	2	1	1	1	5	1	1	1	3	1	2	5	5	1	1	3	1	3	3	3	3	3	2	1		
89	L	91. Dilang mengutip sebagai sumber	26.	3	2	4	3	3	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2	2	3	3	3	3	2	3	5	5			
90	Y	92. Sumber	28.3	3	4	4	1	3	4	3	5	3	1	1	3	3	3	5	2	3	3	5	3	5	3	1	5	1	5	3	5	3	3	5	3		
91	D	93. Sumber	21.3	3	3	5	4	5	2	3	4	1	2	5	2	2	5	1	5	1	4	1	4	3	2	2	1	1	4	4	5	5	2	3	5	3	
92	SR	94. Sumber	23.1	1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	1	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	1	3	5		
93	B	95. Sumber	19.6	4	3	3	4	4	4	5	5	3	4	4	2	3	5	2	5	1	5	1	4	5	3	4	3	3	3	4	3	3	2	4	4	4	
94	SN	96. Sumber	19.7	3	2	1	4	4	4	2	3	3	4	3	4	3	4	1	3	2	4	3	1	3	5	5	4	4	2	2	3	2	4	2	2	5	
95	I	97. Sumber	25.9	4	3	2	2	4	3	3	4	4	4	3	3	1	4	2	4	1	3	4	2	4	2	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4		
96	KS	98. Sumber	23.7	3	4	4	3	4	3	5	3	4	3	4	3	5	3	5	5	3	4	1	2	1	2	3	4	3	2	5	3	3	1	4	3	4	
97	NF	99. Sumber	27.	3	5	2	2	2	2	3	3	4	4	4	4	3	3	3	5	3	1	3	4	1	2	4	4	3	3	2	5	4	2	2	4	3	4
98	E	100. Sumber	28.1	3	2	1	2	1	1	2	2	4	1	2	2	1	4	2	1	1	4	4	3	5	2	1	3	1	3	3	1	2	5	2	2	3	
99	J	101. Sumber	22.3	3	3	5	1	2	1	3	5	3	2	5	3	4	4	1	3	1	2	4	5	4	3	3	4	5	4	3	5	4	4	3	5	5	
100	H		30.5	4	3	3	4	5	5	3	2	4	3	5	4	4	4	2	1	2	2	3	2	4	4	3	5	2	4	5	3	2	3	5	4		

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan dan menyebutkan sumber:
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



1	5	3	4	3	1	3	2	5	1	2	3	3	4	5	1	4	4	3	3	5	4	2	2	3	1	1	5	3	3	3	1			
31.	5	3	4	3	1	3	2	5	1	2	3	3	4	5	1	4	4	3	3	5	4	2	2	3	1	1	5	3	3	3	3	1		
2	22.	3	1	1	5	1	1	2	4	1	2	2	2	2	4	1	3	1	2	1	3	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1		
22.	9	3	1	1	5	1	1	2	4	1	2	2	2	2	4	1	3	1	2	1	3	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1		
23.	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	4	3	4	3	3	4	3	3	5	4	4	3	3	3	2	2	3	4		
1	21.	3	4	3	2	4	1	2	4	5	4	3	2	3	4	5	1	4	1	3	4	4	4	3	2	2	1	3	3	3	4	5		
21.	3	4	3	2	4	1	2	4	5	4	3	2	3	4	5	1	4	1	3	4	4	4	3	2	2	1	3	3	3	4	4	5		
42.	4	5	3	3	3	3	3	4	5	3	3	5	5	3	1	1	4	4	2	4	4	5	1	3	4	1	3	5	2	5	3	3	3	
2	117.	118.	MF	TNW	L	AM	A	33.	3	3	5	3	3	3	4	3	3	3	3	4	1	5	1	2	3	5	2	3	3	3	3	3		
117.	118.	119.	120.	121.	122.	Undang	Undang	120.	121.	122.	120.	121.	122.	120.	121.	122.	120.	121.	122.	120.	121.	122.	120.	121.	122.	120.	121.	122.	120.	121.	122.	120.	121.	122.

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan dan sebagainya.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa persetujuan.



TABULASI DATA *TRY OUT* SKALA KETIDAKPUASAN BENTUK TUBUH

dan menyebutkan sumber:

b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



22	A	5	5	5	4	4	4	2	5	5	4	3	5	2	2	5	4	3	5	4	4	2	4	3	5	4	2	4	2	3	3	4	3	5	5	
23	IM	3	2	2	4	4	4	3	1	1	3	3	3	2	1	1	3	3	2	1	2	2	3	3	2	3	1	1	2	1	1	2	3	1	2	2
24	P	2	1	1	4	4	4	4	3	1	2	1	3	3	3	2	3	1	1	1	1	1	4	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	
25	NTJ	3	3	3	5	3	2	3	3	3	2	2	2	2	1	3	3	1	3	2	2	2	3	2	3	1	3	3	2	2	1	2	3	3	2	
26	I	4	4	4	4	4	4	4	3	1	4	3	4	5	4	3	4	3	1	5	4	5	4	4	4	1	2	2	4	4	4	1	3	3	2	5
27	Z	2	3	4	4	4	3	3	1	1	2	3	2	1	3	2	3	1	2	1	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	
28	RM	4	5	5	5	5	5	3	1	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	4	4	4	5	4	2	3	4	4	4	4	3	3	1	3	3	
29	TY	4	4	4	4	5	5	1	3	3	4	3	3	3	5	4	4	5	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
30	A	4	5	5	5	5	5	3	3	4	5	5	5	4	4	5	4	2	5	3	5	5	4	5	3	3	4	5	5	4	4	4	3	4	4	
31	Y	3	3	4	4	4	4	3	2	4	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	1	3	2	2	2	3	1	3	1	2	3	
32	N	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	3	3	5	5	3	5	5	5	5	5	4	3	3	5	2	2	4	3	2	3	2		
33	H	3	4	4	3	4	3	4	1	2	2	2	2	3	2	4	2	3	4	2	3	3	2	4	2	3	3	4	2	3	4	2	3	3		
34	AL	4	4	3	4	5	4	3	1	4	3	5	3	3	2	4	4	1	4	3	2	4	4	3	3	3	2	4	5	1	1	3	3	3	1	
35	S	3	3	4	2	3	3	1	1	2	1	2	1	1	2	2	2	1	3	1	3	3	3	2	1	1	1	3	1	1	1	2	4	3		
36	RASS	5	5	1	5	5	5	3	1	5	1	4	4	4	3	5	5	1	5	3	5	5	5	3	3	1	1	4	1	1	2	3	3	5	1	
37	SA	2	2	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	3	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	3	5	3	3	5		
38	T	3	3	1	1	4	1	1	1	1	3	1	3	3	3	3	3	3	1	1	1	3	1	3	1	1	3	3	2	2	1	1	1	1		
39	S	5	3	4	5	5	5	5	2	4	4	4	1	2	4	5	5	1	5	2	5	3	5	5	1	1	4	4	5	3	2	3	3	2	3	
40	RR	3	3	3	5	5	5	5	3	3	3	5	5	5	3	5	5	1	3	5	5	5	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3		
41	S	3	3	4	4	4	3	4	1	4	5	4	4	1	1	4	3	1	3	3	5	5	1	3	1	1	3	5	1	1	3	3	3			
42	FH	5	4	5	5	5	5	1	1	3	5	5	5	4	4	5	5	1	5	4	5	5	5	4	3	3	4	4	4	2	2	2	5	4		
43	D	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3			
44	N	5	5	5	5	4	5	5	1	3	1	1	1	1	3	4	2	3	4	2	4	4	4	2	1	2	3	3	3	1	1	3	3	4		
45	RMY	1	2	2	4	4	3	2	1	2	3	1	1	1	2	2	2	3	1	2	1	3	4	3	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1		
46	L	4	4	4	5	4	5	2	2	4	4	3	2	2	2	3	4	3	4	4	4	4	4	2	2	2	3	1	3	2	3	3	4	3		
47	VV	4	3	1	4	4	4	1	1	4	4	3	3	1	1	3	4	1	2	2	4	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1		



2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin dan menyebarkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan dan sebagainya.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



dan menyebutkan sumber:

State Islamic U

b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



98	E	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	3	1	5	1	3	5	
99	J	4	3	5	5	5	5	4	4	4	5	4	5	3	2	3	5	1	2	1	5	5	4	4	4	1	4	3	3	2	
100	H	4	2	2	5	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	5	1	4	3	5	4	5	5	3	3	4	4	3	5	
101	N	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	2	3	3	3	4	3	2	4	4	4	4	3	3	2	3	4	3	2	1	
102	MA	3	3	3	3	3	3	5	1	3	3	5	5	1	1	3	5	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	
103	S	3	4	2	5	5	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	1	4	3	4	5	4	3	1	1	2	2	2	1	2	
104	L	4	5	4	5	5	1	2	1	3	1	1	2	1	1	2	3	1	1	1	4	1	1	2	1	1	1	1	2	1	
105	VCM	3	3	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	3	3	5	3	3	5	5	5	3	3	3	5	3	3
106	H	3	2	3	5	5	4	3	1	2	2	2	2	1	1	3	5	1	3	2	5	5	4	3	1	1	3	3	2	2	3
107	TAS	3	3	3	3	4	3	1	1	1	1	1	2	3	1	2	2	1	3	1	2	1	5	1	1	1	3	1	4	3	1
108	T	3	3	4	4	4	4	3	1	2	3	4	4	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	2	2	1	2	3	3	2	2
109	S	2	1	1	1	4	3	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	2	3	1	1	2
110	G	2	2	4	5	5	5	3	1	5	5	2	3	1	4	2	4	1	5	3	3	5	5	4	1	1	2	3	1	1	2
111	SK	4	4	1	5	5	4	3	3	5	4	1	4	2	3	5	4	3	5	4	4	4	5	3	5	3	3	4	4	4	3
112	SY	4	4	5	4	5	4	2	1	5	3	4	5	4	4	5	5	1	5	3	4	5	4	4	3	2	2	3	2	2	2

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan lapor
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



11	N	3	4	2	1	3	1	1	1	3	1	5	1	1	1	2	5	1	4	3	4	4	4	3	1	1	1	3	2	1	1	3	1	2	1
11	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang No. 11 Tahun 2012	A	3	4	5	5	5	3	2	4	4	3	4	3	4	3	4	1	3	4	5	4	5	4	3	1	1	1	3	2	1	3	2	4	3
11	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang No. 11 Tahun 2012	SP	1	1	3	3	5	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	3	1	1	3	1	3	3	1	1	1	1	1	
11	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang No. 11 Tahun 2012	A	1	1	2	2	4	2	3	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	
11	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang No. 11 Tahun 2012	D	5	5	5	5	5	4	2	3	5	5	3	5	4	5	5	5	3	5	5	3	4	5	4	4	4	5	5	2	2	5	3	3	3
11	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang No. 11 Tahun 2012	MF	1	3	1	1	3	1	3	1	1	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1		
11	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang No. 11 Tahun 2012	TNW	3	3	4	4	4	4	2	1	3	1	3	3	1	3	5	3	2	4	1	4	3	4	1	1	1	3	1	3	1	1	1	1	
12	N	4	4	1	5	5	3	1	4	4	1	3	5	1	1	5	5	1	5	4	5	4	5	4	4	1	4	4	2	3	1	3	1	4	2
12	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang No. 11 Tahun 2012	L	5	5	5	5	5	5	5	4	1	4	4	4	4	5	5	3	4	5	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	5	3		
12	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang No. 11 Tahun 2012	AM	4	4	5	5	5	4	1	4	4	4	4	4	5	3	3	5	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	1	4	3	3	4	
12	Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang No. 11 Tahun 2012	A	4	4	5	5	5	5	4	1	4	4	4	4	4	5	3	3	5	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	1	4	3	3	4	

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan dan tesis.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN E

HASIL UJI RELIABILITAS DAN INDEKS DAYA BEDA

UJI RELIABILITAS DAN INDEKS DAYA BEDA SKALA PERILAKU DIET

Analisis 1:

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.874	.877	33

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	97.3033	273.816	.359	.517	.872
VAR00002	97.5902	264.327	.633	.589	.866
VAR00003	97.3443	266.823	.434	.558	.870
VAR00004	97.7295	271.918	.382	.489	.871
VAR00005	97.2541	264.571	.505	.677	.868
VAR00006	97.5820	262.774	.606	.618	.866
VAR00007	97.6230	267.873	.542	.598	.868
VAR00008	96.7377	272.046	.396	.638	.871
VAR00009	97.5738	274.379	.343	.408	.872
VAR00010	97.4098	265.864	.582	.606	.867
VAR00011	97.1639	265.543	.501	.518	.868
VAR00012	97.3852	264.404	.629	.646	.866
VAR00013	97.4590	262.085	.548	.562	.867
VAR00014	96.9590	275.362	.283	.651	.873
VAR00015	98.7705	283.715	.073	.300	.877
VAR00016	97.2377	268.910	.434	.590	.870
VAR00017	98.4672	280.400	.163	.375	.876
VAR00018	97.2213	262.934	.616	.617	.866
VAR00019	97.8852	280.202	.136	.335	.877
VAR00020	97.5492	279.803	.126	.421	.878
VAR00021	97.2869	274.372	.296	.614	.873
VAR00022	97.8607	275.658	.292	.477	.873
VAR00023	97.9180	269.894	.391	.539	.871
VAR00024	97.4180	274.592	.362	.442	.872
VAR00025	97.9016	269.280	.376	.465	.871

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

 © Hak cipta milik UIN Suska Riau
 Selain mencantumkan sumber, pengutipan dilarang tanpa izin.
 Kasih Kasim Riau

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

VAR00026	97.5984	279.499	.131	.361	.878
VAR00027	96.8934	270.460	.408	.540	.871
VAR00028	96.9508	271.551	.391	.615	.871
VAR00029	97.0328	270.379	.386	.606	.871
VAR00030	97.5984	277.763	.226	.538	.874
VAR00031	97.5000	267.690	.541	.627	.868
VAR00032	96.9098	264.860	.589	.628	.867
VAR00033	96.8852	275.012	.336	.508	.872

Analisis 2:
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.893	.893	27

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	82.1721	240.011	.310	.473	.892
VAR00002	82.4590	229.093	.650	.584	.885
VAR00003	82.2131	230.946	.460	.547	.889
VAR00004	82.5984	235.399	.421	.432	.890
VAR00005	82.1230	228.010	.554	.643	.887
VAR00006	82.4508	227.390	.630	.599	.885
VAR00007	82.4918	231.806	.579	.576	.887
VAR00008	81.6066	238.885	.332	.602	.892
VAR00009	82.4426	237.852	.380	.375	.891
VAR00010	82.2787	229.376	.636	.582	.886
VAR00011	82.0328	229.553	.534	.489	.887
VAR00012	82.2541	228.505	.669	.630	.885
VAR00013	82.3279	226.354	.579	.557	.886
VAR00014	81.8279	242.210	.216	.636	.894
VAR00016	82.1066	236.212	.368	.541	.891
VAR00018	82.0902	226.975	.657	.610	.885
VAR00021	82.1557	242.728	.191	.506	.895
VAR00022	82.7295	238.860	.333	.453	.892
VAR00023	82.7869	233.607	.424	.512	.890
VAR00024	82.2869	241.413	.288	.338	.892
VAR00025	82.7705	232.228	.427	.415	.890
VAR00027	81.7623	233.902	.449	.472	.889
VAR00028	81.8197	235.323	.422	.597	.890
VAR00029	81.9016	234.734	.400	.571	.891
VAR00031	82.3689	231.408	.585	.568	.887
VAR00032	81.7787	229.298	.615	.617	.886
VAR00033	81.7541	240.484	.307	.483	.892

Analisis 3:

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.898	.897	25

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	75.4180	226.014	.262	.420	.898
VAR00002	75.7049	213.747	.659	.581	.890
VAR00003	75.4590	214.812	.485	.523	.894
VAR00004	75.8443	219.967	.424	.428	.895
VAR00005	75.3689	212.053	.579	.640	.891
VAR00006	75.6967	211.932	.642	.582	.890
VAR00007	75.7377	216.195	.594	.551	.891
VAR00008	74.8525	225.895	.255	.497	.898
VAR00009	75.6885	221.853	.400	.374	.895
VAR00010	75.5246	214.103	.642	.581	.890
VAR00011	75.2787	213.624	.557	.476	.892
VAR00012	75.5000	212.979	.684	.625	.889
VAR00013	75.5738	210.759	.595	.554	.891
VAR00016	75.3525	222.743	.313	.493	.898
VAR00018	75.3361	212.225	.648	.533	.890
VAR00022	75.9754	223.231	.339	.442	.897
VAR00023	76.0328	217.387	.451	.508	.894
VAR00024	75.5328	226.582	.264	.326	.898
VAR00025	76.0164	216.463	.442	.410	.895
VAR00027	75.0082	218.107	.465	.450	.894
VAR00028	75.0656	219.169	.448	.587	.894
VAR00029	75.1475	218.904	.415	.557	.895
VAR00031	75.6148	215.892	.597	.567	.891
VAR00032	75.0246	213.925	.624	.582	.891
VAR00033	75.0000	225.818	.279	.440	.898

 UJI RELIABILITAS DAN INDEKS DAYA BEDA
 SKALA KETIDAKPUASAN BENTUK TUBUH

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.964	.964	34

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

 Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	101.8934	809.749	.680	.755	.963
VAR00002	101.8852	807.359	.669	.778	.963
VAR00003	101.8197	807.438	.585	.625	.963
VAR00004	101.2377	813.323	.628	.743	.963
VAR00005	101.0082	833.380	.442	.599	.964
VAR00006	101.4098	814.277	.658	.700	.963
VAR00007	102.5164	821.376	.418	.400	.964
VAR00008	103.3197	807.228	.606	.605	.963
VAR00009	102.0082	797.992	.736	.755	.962
VAR00010	101.9754	799.727	.680	.607	.963
VAR00011	102.1311	793.784	.716	.701	.963
VAR00012	102.0082	797.331	.723	.723	.963
VAR00013	102.7787	795.248	.727	.713	.962
VAR00014	102.7049	800.590	.708	.716	.963
VAR00015	101.9098	804.463	.680	.681	.963
VAR00016	101.6066	812.604	.638	.695	.963
VAR00017	103.3770	809.196	.588	.688	.963
VAR00018	101.7459	803.464	.706	.732	.963
VAR00019	102.4508	789.919	.790	.772	.962
VAR00020	101.6148	806.503	.676	.731	.963
VAR00021	101.7459	813.761	.549	.610	.964
VAR00022	101.6148	807.082	.671	.736	.963
VAR00023	102.1967	797.928	.770	.770	.962
VAR00024	102.9262	791.656	.740	.782	.962
VAR00025	103.2623	796.278	.748	.772	.962
VAR00026	102.5902	798.095	.700	.696	.963
VAR00027	102.4262	795.222	.768	.799	.962
VAR00028	102.6967	806.329	.610	.578	.963
VAR00029	102.9180	803.646	.643	.607	.963
VAR00030	103.5656	816.347	.530	.567	.964
VAR00031	102.8033	797.614	.775	.824	.962
VAR00032	103.3443	824.079	.455	.440	.964
VAR00033	102.4016	823.036	.422	.429	.964
VAR00034	102.9016	801.147	.691	.671	.963



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN F

SKALA PENELITIAN

UIN SUSKA RIAU

IDENTITAS RESPONDEN

© Hak Cipta Milik UIN Sultan Syarif Kasim Riau	Nama : ..
	Usia : ..
	Berat Badan (Kg) : ..
	Tinggi Badan (Cm) : ..
Perilaku Diet	: <input type="checkbox"/> Dengan supervisi ahli <input type="checkbox"/> Tanpa supervisi ahli *Pilih salah satu
No. Hp	: ..

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Petunjuk Pengisian

Berikut ini akan disajikan beberapa pernyataan saudari. Baca dan pahami pernyataan-pernyataan berikut sesuai dengan kondisi diri saudari dengan cara memberi tanda *checklist* (✓) pada salah satu jawaban dari beberapa pilihan jawaban yang tersedia. Tidak ada jawaban benar atau salah dan setiap orang memiliki jawaban yang berbeda-beda. Oleh karena itu, peneliti berharap kepada saudara/i agar dapat mengisi skala penelitian ini dengan baik dan jujur hingga selesai serta tidak ada pernyataan yang terlewatkan.

Pada pengisian skala ini, saudari diminta untuk mengisi sesuai dengan kondisi yang dirasakan.

Contoh:

NO	PERNYATAAN	JAWABAN				
		SL	S	KK	P	TP
1	Saya ingin memiliki tubuh yang kurus				✓	

“SELAMAT MENGERJAKAN”

UIN SUSKA RIAU

ALAT UKUR PERILAKU DIET
(Dutch Eating Behaviour Questionnaire (DEBQ))

No	Pernyataan	SL	S	KK	P	TP
1	Jika saya terlalu banyak makan hari ini, maka saya akan makan lebih sedikit keesokan harinya					
2	Saya akan makan lebih banyak dari biasanya jika ada makanan yang beraroma sedap					
3	Porsi makan saya meningkat ketika saya sedang jengkel					
4	Saya tidak dapat menghindari makanan yang terlihat menarik					
5	Saya akan mengemil makanan ringan untuk mengalihkan rasa cemas					
6	Saya memilih makanan untuk menghilangkan kebosanan					
7	Saya makan dengan porsi yang banyak ketika sedang lapar					
8	Jika berat badan saya naik, saya akan makan lebih sedikit dari biasanya					
9	Perut saya terasa lapar ketika mencium aroma makanan yang lezat					
10	Ketika tidak ada kegiatan saya lebih memilih untuk mengemil makanan ringan					
11	Porsi makan saya bertambah ketika memikirkan sesuatu					
12	Saya akan mengkonsumsi makanan yang terlihat lezat tanpa pikir panjang					
13	Saya akan makan apa saja untuk menghilangkan kesedihan yang saya rasakan					
14	Saya menolak makan malam untuk menjaga berat badan					
15	Saya makan lebih banyak ketika saya sedang sendiri					
16	Saya tidak bisa menolak ajakan teman untuk makan					
17	Saya melupakan diet ketika sedang berkumpul bersama teman					
18	Saya dapat menghindari memakan					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

19	makanan yang enak					
20	Saya mengkonsumsi makanan tanpa menghitung jumlah kalori pada makanan itu					
21	Saya akan makan lebih banyak dari biasanya ketika melihat orang lain makan dengan lahapnya					
22	Hasrat untuk makan saya tinggi ketika saya sedang gusar					
23	Ketika kesal saya akan makan					
24	Saya merasa lapar ketika melihat gambarlezat di sosial media					
25	Ketika saya mengalami sesuatu yang tidak mengenakkan, saya akan makan					
	Saya memperhatikan apa yang saya makan					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Petunjuk Pengisian

Berikut ini akan disajikan beberapa pernyataan saudari. Baca dan pahami pernyataan-pernyataan berikut sesuai dengan kondisi diri saudari dengan cara memberi tanda *checklist* (✓) pada salah satu jawaban dari beberapa pilihan jawaban yang tersedia. Tidak ada jawaban benar atau salah dan setiap orang memiliki jawaban yang berbeda-beda. Oleh karena itu, peneliti berharap kepada saudara/i agar dapat mengisi skala penelitian ini dengan baik dan jujur hingga selesai serta tidak ada pernyataan yang terlewatkan.

Pada pengisian skala ini, saudari diminta untuk mengisi sesuai dengan kondisi yang dirasakan.

Contoh:

NO	PERNYATAAN	JAWABAN				
		SL	S	KK	P	TP
1	Saya ingin memiliki tubuh yang kurus				✓	

“SELAMAT MENGERJAKAN”

UIN SUSKA RIAU

ALAT UKUR KETIDAKPUASAN BENTUK TUBUH

(Body Shape Questionnaire (BSQ-34))

No	Pernyataan	SL	S	KK	P	TP
1	Saya merasa bosan dengan bentuk tubuh yang saya miliki					
2	Saya merasa bentuk menarik Tubuh saya kurang					
3	Saya berpikir bahwa bokong saya terlalu besar paha, pinggul, dan					
4	Saya merasa takut jika bertambah gemuk					
5	Saya merasa khawatir bergelambir Jika lemak saya					
6	Saya merasa bertambah gemuk setelah makan dengan porsi banyak					
7	Saya menimbang berat badan setiap hari					
8	Saya menghindari kegiatan berlari dikeramaian karena takut lemak saya terlihat oleh orang lain					
9	Saya sadar dengan bentuk tubuh yang saya miliki ketika bersama perempuan yang langsing					
10	Saya merasa khawatir jika paha saya terlihat besar ketika duduk					
11	Walaupun hanya makan sedikit, saya merasa hal itu membuat saya gemuk					
12	Saya kerap membandingkan bentuk tubuh saya dengan orang lain					
13	Saya sulit berkonsentrasi karena bentuk tubuh yang saya miliki membuat saya tidak nyaman					
14	Saya merasa gemuk ketika sedang mandi					
15	Saya membayangkan tubuh saya langsing					
16	Makanan yang manis serta berkalori tinggi membuat saya gemuk					
17	Saya menghindari suatu acara karena merasa malu dengan bentuk tubuh saya					
18	Saya merasa gemuk					
19	Saya merasa malu dengan bentuk tubuh saya karena lebih gemuk dibandingkan orang lain					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

- 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

©

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang	20 Rasa khawatir terhadap bentuk tubuh saya membuat saya ingin melakukan diet							
21 Saya senang jika dipagi hari perut saya masih dalam keadaan kosong sehingga terlihat lebih ramping								
22 Saya berfikir bahwa bentuk tubuh saya saat ini akibat dari ketidakmampuan mengontrol diri								
23 Saya merasa khawatir jika orang lain melihat lemak ditubuh saya								
24 Saya merasa tidak nyaman jika bertemu perempuan yang lebih kurus								
25 Saya merasa memakan banyak tempat ketika duduk ditempat umum								
26 Saya merasa khawatir jika lemak tubuh akan membuat kulit saya mengkerut								
27 Saya merasa sedih dengan bentuk tubuh yang saya miliki ketika bercermin didepan kaca								
28 Saya mencubit daerah paha untuk memastikan seberapa banyak lemak yang ada								
29 Saya menghindari situasi yang membuat orang lain bisa melihat bentuk tubuh saya (misal: mengganti baju diruang ganti)								
30 Saya sengaja meminum obat pencahar dengan rutin untuk menurunkan berat badan								
31 Saya merasa sangat tidak puas dengan bentuk tubuh saya ketika berada ditempat ramai								
32 Saya menolak makanan dalam bentuk apapun								
33 Saya harus berolahraga ekstra keras								
34 Saya akan menghindari pembicaraan mengenai bentuk tubuh								



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN G

DATA DEMOGRAFI SUBJEK PENELITIAN

UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No	Nama	IMT	Usia	Perilaku Diet
1	DA	30.4	21	Tanpa supervisi ahli
2	D	22.2	20	Tanpa supervisi ahli
3	D	21.6	22	Tanpa supervisi ahli
4	LS	27.3	23	Tanpa supervisi ahli
5	F	18.4	21	Tanpa supervisi ahli
6	A	18.9	23	Tanpa supervisi ahli
7	I	22.6	23	Tanpa supervisi ahli
8	CA	23.1	23	Tanpa supervisi ahli
9	J	17.6	20	Tanpa supervisi ahli
10	N	20.8	20	Tanpa supervisi ahli
11	J	23.7	20	Tanpa supervisi ahli
12	R	24.1	24	Tanpa supervisi ahli
13	RW	21.5	21	Tanpa supervisi ahli
14	D	23.7	21	Tanpa supervisi ahli
15	R	21.6	21	Tanpa supervisi ahli
16	N	19.2	21	Tanpa supervisi ahli
17	S	19.6	21	Tanpa supervisi ahli
18	S	20.5	21	Tanpa supervisi ahli
19	TA	23.8	21	Tanpa supervisi ahli
20	EN	24.4	21	Tanpa supervisi ahli
21	S	23.8	23	Tanpa supervisi ahli
22	C	20.5	21	Dengan supervisi ahli
23	D	20.1	21	Tanpa supervisi ahli
24	F	20.9	21	Tanpa supervisi ahli
25	A	24.9	20	Tanpa supervisi ahli
26	B	24.2	20	Tanpa supervisi ahli
27	N	21.1	23	Tanpa supervisi ahli
28	U	17.9	24	Tanpa supervisi ahli
29	D	21.6	21	Tanpa supervisi ahli
30	DA	26.3	20	Tanpa supervisi ahli
31	D	23.9	23	Tanpa supervisi ahli
32	P	24.1	21	Tanpa supervisi ahli
33	ES	20.7	22	Tanpa supervisi ahli
34	RA	18.3	21	Tanpa supervisi ahli
35	E	20.8	22	Tanpa supervisi ahli
36	DSN	26	20	Tanpa supervisi ahli
37	N	23.9	22	Tanpa supervisi ahli
38	D	25	23	Tanpa supervisi ahli
39	H	29.1	22	Tanpa supervisi ahli



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

40	U	25.5	23	Tanpa supervisi ahli
41	UR	30.4	20	Tanpa supervisi ahli
42	CK	21.1	23	Tanpa supervisi ahli
43	WY	25.1	21	Tanpa supervisi ahli
44	TA	18	20	Tanpa supervisi ahli
45	A	17.6	21	Tanpa supervisi ahli
46	M	35.2	21	Tanpa supervisi ahli
47	F	22.9	21	Tanpa supervisi ahli
48	FZ	37.9	20	Tanpa supervisi ahli
49	M	24.3	23	Tanpa supervisi ahli
50	M	17.8	20	Tanpa supervisi ahli
51	W	34.2	20	Tanpa supervisi ahli
52	D	22.1	25	Tanpa supervisi ahli
53	LS	21.6	21	Tanpa supervisi ahli
54	A	20.3	21	Tanpa supervisi ahli
55	D	21.5	21	Tanpa supervisi ahli
56	A	20	24	Tanpa supervisi ahli
57	V	21.8	21	Tanpa supervisi ahli
58	AFP	17.3	20	Tanpa supervisi ahli
59	QDA	22.8	21	Tanpa supervisi ahli
60	O	25	22	Tanpa supervisi ahli
61	S	20.7	22	Tanpa supervisi ahli
62	N	23.7	22	Tanpa supervisi ahli
63	J	22	24	Tanpa supervisi ahli
64	NFH	24.8	22	Tanpa supervisi ahli
65	F	22.1	22	Tanpa supervisi ahli
66	AB	22.9	21	Tanpa supervisi ahli
67	R	30.1	19	Tanpa supervisi ahli
68	T	22.8	22	Dengan supervisi ahli
69	M	17.6	20	Tanpa supervisi ahli
70	AKE	33.9	24	Tanpa supervisi ahli
71	AM	22.8	21	Tanpa supervisi ahli
72	DZ	41.6	25	Tanpa supervisi ahli
73	I	23.5	24	Tanpa supervisi ahli
74	M	16.9	20	Tanpa supervisi ahli
75	A	29.7	24	Tanpa supervisi ahli
76	T	32	20	Tanpa supervisi ahli
77	A	23.7	21	Tanpa supervisi ahli
78	A	23.9	21	Tanpa supervisi ahli
79	D	20.6	21	Tanpa supervisi ahli
80	A	24.7	21	Tanpa supervisi ahli
81	R	17.9	21	Tanpa supervisi ahli
82	DA	18.2	21	Tanpa supervisi ahli

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

169	F	24.5	23	Tanpa supervisi ahli
170	F	19.5	21	Tanpa supervisi ahli
171	E	23.5	24	Tanpa supervisi ahli
172	NR	19.8	22	Tanpa supervisi ahli
173	SAF	17.6	22	Tanpa supervisi ahli
174	Q	20.7	21	Tanpa supervisi ahli
175	D	19.8	20	Tanpa supervisi ahli
176	T	21.1	20	Tanpa supervisi ahli
177	AJ	27.1	21	Tanpa supervisi ahli
178	I	22.6	20	Tanpa supervisi ahli
179	DF	27.3	20	Tanpa supervisi ahli
180	NNS	17.7	22	Tanpa supervisi ahli
181	B	27.8	22	Tanpa supervisi ahli
182	L	27.1	20	Tanpa supervisi ahli
183	S	26.3	23	Tanpa supervisi ahli
184	N	27.9	20	Dengan supervisi ahli
185	AF	29.7	21	Tanpa supervisi ahli
186	NFPR	26.1	20	Tanpa supervisi ahli
187	SY	24	21	Tanpa supervisi ahli
188	R	26.7	20	Tanpa supervisi ahli
189	C	30	20	Tanpa supervisi ahli
190	NA	29.2	20	Tanpa supervisi ahli
191	SA	24	24	Tanpa supervisi ahli
192	RS	22.7	24	Tanpa supervisi ahli
193	R	22.5	21	Tanpa supervisi ahli
194	L	23	21	Tanpa supervisi ahli
195	F	19.7	21	Tanpa supervisi ahli
196	NA	24.1	23	Tanpa supervisi ahli
197	SRJ	33.8	21	Tanpa supervisi ahli
198	T	24.4	21	Tanpa supervisi ahli
199	L	22.5	20	Tanpa supervisi ahli
200	KP	23.5	22	Tanpa supervisi ahli
201	AI	19.5	20	Tanpa supervisi ahli
202	R	22.2	24	Tanpa supervisi ahli
203	RSA	22.9	24	Tanpa supervisi ahli
204	R	26	20	Tanpa supervisi ahli



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN H

TABULASI DATA PENELITIAN

UIN SUSKA RIAU



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic UIN

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun ti

TABULASI DATA PENELITIAN SKALA PERILAKU DIET



No	Nama	IMT	No Aitem																								
			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
1	DA	30.4	4	2	2	2	4	5	2	4	2	3	3	2	3	1	1	1	3	3	3	3	4	4	3	3	
2	D	22.2	3	5	5	1	4	1	4	1	5	3	3	1	1	1	3	1	1	3	5	3	3	3	3	2	
3	D	21.6	1	3	4	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	
4	LS	27.3	1	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	1	2	3	3	2	2	3	1	3	3	3	3	3	
5	F	18.4	2	2	4	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	
6	A	18.9	1	3	3	2	4	3	2	2	3	4	4	3	4	1	2	2	3	3	3	4	5	5	2	5	
7	I	22.6	3	3	5	4	5	4	3	2	4	5	5	4	5	3	4	3	3	3	4	5	5	2	5	4	
8	CA	23.1	4	2	3	1	1	1	2	4	1	2	3	2	2	3	2	1	1	2	1	1	3	2	1	2	
9	J	17.6	4	1	3	2	2	1	1	1	2	1	4	2	1	1	3	3	5	3	2	4	4	3	2	3	
10	N	20.8	3	1	4	2	4	3	4	5	1	1	4	1	3	3	4	2	1	3	2	3	4	5	4	3	
11	J	23.7	5	3	1	2	2	1	3	4	2	2	2	2	1	4	4	4	2	2	3	4	5	1	1	1	
12	R	24.1	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	3	3	2	3	3	4	3	
13	RW	21.5	3	3	3	2	5	4	2	2	3	2	3	1	3	1	5	1	1	3	5	1	1	5	5	5	
14	D	23.7	5	3	2	4	5	1	1	5	1	3	2	2	3	5	1	1	1	3	2	1	3	3	1	4	
15	R	21.6	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	
16	N	19.2	2	4	3	3	4	2	4	2	4	4	5	4	3	2	4	3	4	2	2	4	5	3	2	3	
17	S	19.6	3	2	2	3	5	4	3	4	3	4	3	3	3	5	4	3	3	3	2	3	5	3	3	4	
18	S	20.5	4	2	2	4	2	2	3	3	3	2	2	4	2	2	4	3	3	3	2	2	2	2	2	4	
19	TA	23.8	4	2	3	2	2	3	3	4	3	2	3	4	3	3	5	4	3	3	3	5	4	5	5	3	
20	EN	24.4	3	3	5	3	5	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	2	1	3	5	5	5	2	5	
21	EN	23.8	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	
22	C	20.5	3	1	3	3	1	5	1	1	2	3	3	4	2	1	1	1	1	5	1	1	4	3	4	4	
23	D	20.1	2	1	3	3	2	1	1	3	1	1	1	1	2	3	1	1	1	2	3	1	3	3	1	4	
24	F	20.9	3	4	2	3	3	1	3	3	4	3	4	3	2	2	5	4	1	3	4	1	4	3	4	3	
25	A	24.9	1	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	1	2	5	4	3	3	2	4	3	3	2	3	
26	B	24.2	5	5	3	3	5	5	3	5	5	5	5	5	3	3	5	5	1	3	3	3	5	5	5	3	
27	N	21.1	2	3	3	4	5	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	5	
28	U	17.9	1	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	5	4	2	2	3	3	2	3	
29	D	21.6	4	4	5	1	5	3	4	4	4	4	4	3	3	5	4	2	3	3	1	4	5	5	4	2	
30	DA	26.3	3	2	2	2	2	4	3	3	2	3	3	1	1	2	4	4	2	3	4	4	4	4	4	3	
31	D	23.9	5	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	5	
32	P	24.1	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	2	3	2	3	5	3	3	4	2	3	3	2	2	5	
33	ES	20.7	3	2	5	5	4	3	2	1	2	4	5	2	5	1	4	2	3	1	5	5	4	4	5	3	
34	RA	18.3	3	2	3	1	2	2	3	4	1	3	5	2	3	3	2	2	2	3	3	3	1	3	4		
35	E	20.8	3	2	4	2	5	4	1	3	2	5	5	2	5	1	3	3	1	2	1	2	5	4	2	5	
36	DSN	26	3	2	5	2	5	1	2	3	3	3	5	2	3	3	1	2	2	1	3	5	5	4	2	5	
37	N	23.9	5	1	3	3	3	3	5	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	3	1	3	1	3	3	5	
38	D	25	5	3	2	4	2	3	3	5	4	3	3	4	3	5	3	2	2	4	4	5	2	1	3	4	
39	H	29.1	5	3	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	
40	U	25.5	3	3	5	3	5	3	3	5	5	5	5	5	5	3	5	3	3	3	1	5	5	5	3	1	
41	UR	30.4	3	2	3	4	5	3	3	3	4	4	4	4	2	3	5	3	3	3	1	3	5	4	4	3	
42	CK	21.1	3	3	5	3	5	5	3	5	2	4	5	3	3	5	4	3	4	3	4	4	5	5	5	4	
43	WY	25.1	4	4	3	4	5	2	2	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	5	5	4	3	4	4	
44	TA	18	3	1	3	2	1	2	2	1	3	3	4	2	3	1	3	2	5	2	1	1	3	3	1	3	
45	A	17.6	1	1	2	1	3	2	2	3	1	4	3	3	4	2	3	1	4	1	2	5	5	2	2	3	
46	M	35.2	3	3	2	2	2	1	3	5	3	3	5	4	4	4	5	4	3	2	4	3	5	4	4	5	
47	F	22.9	5	2	1	2	2	1	3	4	1	2	2	3	2	4	2	3	2	3	2	3	3	1	2	3	
48	FZ	37.9	5	4	3	4	3	3	5	4	4	4	3	5	5	5	4	4	5	5	3	5	3	5	5	5	
49	M	24.3	3	5	5	5	5	1	4	5	1	1	3	1	4	5	5	1	5	1	3	5	5	2	1	5	
50	M	17.8	1	2	3	3	1	1	3	1	1	2	1	4	2	1	3	2	5	1	5	4	3	4	2	5	
51	W	34.2	3	2	3	2	1	3	2	1	3	4	3	2	3	1	1	1	1	3	2	3	3	2	2	3	
52	D	22.1	2	4	5	3	5	5	4	3	4	4	5	3	5	5	5	4	4	4	5	5	5	4	5	5	
53	LS	21.6	3	4	5	3	5	3	4	5	3	3	5	3	5	5	5	3	5	2	1	5	5	4	5	3	
54	A	20.3	3	4	3	4	5	3	4	4	4	5	5	3	4	4	5	3	2	3	1	5	5	5	3	3	
55	D	21.5	3	4	3	4	5	4	4	2	4	2	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4		



56	A	20	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	2	4	4	3	1	3	3	2	4	2	3	
57	V	21.8	5	3	3	3	5	3	3	5	4	3	3	3	5	3	4	2	2	4	3	3	5	5	3	
58	AFP	17.3	2	2	5	2	5	4	3	4	2	3	5	1	4	4	2	2	1	1	2	4	2	5	3	
59	QDA	22.8	5	3	3	3	4	4	4	5	3	4	4	3	3	4	2	4	3	3	3	2	3	3	3	
60	O	25	4	3	5	3	2	3	2	5	2	2	3	2	2	4	4	2	2	4	1	5	5	3	4	
61	S	20.7	4	2	3	3	5	3	3	4	3	3	5	3	3	3	3	3	3	5	5	5	2	5	5	
62	N	23.7	3	1	4	2	4	4	3	2	2	4	4	2	1	3	1	1	1	5	4	4	5	1	5	
63	J	22	3	2	1	3	2	2	2	4	2	3	1	3	2	4	3	3	2	3	2	2	3	2	3	
64	NFH	24.8	3	2	5	2	2	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	3	2	4	4	2	3	
65	F	22.1	2	1	5	3	5	3	3	5	3	3	5	3	3	4	2	1	4	1	5	5	3	2	5	
66	AB	22.9	3	3	4	2	2	4	2	3	2	4	3	3	4	2	4	2	2	3	2	4	3	3	2	
67	R	30.1	3	4	3	4	5	3	3	2	5	3	3	4	5	2	5	4	4	2	2	3	5	3	3	4
68	T	22.8	4	1	5	2	3	2	2	5	3	1	3	2	5	2	2	3	2	3	1	3	3	1	2	
69	M	17.6	1	5	3	3	4	3	2	4	1	1	3	2	3	1	3	2	2	3	2	3	4	3	2	
70	AKE	33.9	3	2	3	2	5	2	1	4	3	2	4	2	2	4	1	1	1	3	1	3	3	2	4	
71	AM	22.8	3	2	2	3	2	2	3	5	3	2	2	2	1	4	3	2	3	2	4	3	2	2	5	
72	DZ	41.6	4	2	3	3	3	3	4	5	3	3	4	2	4	5	2	3	2	4	5	5	5	3	4	
73	I	23.5	3	1	1	1	1	1	2	3	3	3	5	3	3	4	3	3	1	3	3	4	4	5	4	
74	M	16.9	3	2	4	3	3	3	2	1	2	2	2	2	3	1	2	3	5	3	3	4	3	3	2	
75	A	29.7	3	3	4	5	5	3	3	4	3	3	5	3	3	5	3	4	2	5	5	5	5	3	4	
76	T	32	5	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	1	3	2	3	3	3	4	
77	A	23.7	1	4	3	3	3	2	3	5	3	2	4	3	3	4	3	2	3	2	1	3	3	2	3	
78	A	23.9	3	5	4	5	5	5	4	2	5	4	4	3	5	3	5	2	2	3	5	3	3	2	5	
79	D	20.6	3	2	2	2	5	3	4	2	4	3	4	2	3	3	5	1	2	2	1	5	5	3	2	
80	A	24.7	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	1	1	4	3	5	3	4	4	
81	R	17.9	1	1	1	1	2	1	2	4	1	2	1	2	2	5	2	2	2	5	2	1	1	2	2	
82	DA	18.2	3	3	5	4	4	3	4	3	3	5	4	2	3	3	5	2	2	4	5	5	4	3	3	
83	A	21.6	3	4	5	2	5	3	3	3	4	5	5	3	3	2	3	2	5	3	3	5	4	5	3	
84	S	22.2	2	1	3	3	1	1	1	3	2	1	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	
85	A	27.1	5	3	3	2	1	1	3	5	2	4	5	3	2	4	4	1	1	3	1	5	2	5	4	
86	TSR	24.7	3	2	1	2	5	3	2	3	1	3	1	4	1	3	2	3	1	4	1	2	1	3	1	
87	R	16.9	1	3	3	4	3	3	2	1	2	2	2	3	1	5	3	5	1	2	3	3	1	2	2	
88	KL	19.2	1	3	1	4	2	1	3	1	4	3	3	4	4	1	5	5	5	4	2	4	4	1	2	
89	R	27.5	1	1	5	3	5	5	2	3	3	2	3	3	3	5	5	1	1	5	5	5	3	5	5	
90	D	22	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	4	
91	AP	22.5	3	1	3	2	3	3	2	3	1	1	3	3	1	3	2	1	1	2	3	3	2	3	4	
92	IPS	23.1	3	2	5	4	5	5	4	2	4	5	5	4	5	2	5	5	3	1	3	4	5	5	5	
93	HA	24.7	3	4	4	2	2	1	1	3	2	1	3	1	3	1	2	1	1	2	3	3	2	3	3	
94	M	25.7	3	2	2	4	3	3	2	2	3	2	3	3	3	4	4	2	3	4	3	3	2	3	3	
95	C	17.7	1	4	3	3	3	3	4	1	3	3	3	3	4	4	1	3	2	2	3	1	3	3	4	
96	I	28.9	3	3	2	3	4	4	4	3	4	4	4	3	2	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	
97	T	21	5	1	5	1	5	1	4	3	3	1	5	1	1	5	5	1	1	1	1	5	5	1	3	
98	EA	22.7	1	4	3	2	5	5	5	1	5	3	5	5	3	1	5	5	5	2	3	5	5	5	4	
99	W	30.1	1	3	5	1	5	5	3	1	3	4	5	1	5	1	3	3	2	1	2	3	3	5	3	
100	N	20.7	3	4	5	4	2	5	5	1	4	3	4	5	5	1	1	1	4	3	5	1	5	5	4	
101	PP	31.2	3	3	4	4	5	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
102	D	20.8	3	2	4	3	4	3	2	3	1	3	1	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	
103	R	24.2	3	4	5	4	5	5	3	4	4	5	4	5	5	4	5	2	2	4	4	5	5	4	4	
104	S	24	1	4	5	5	4	4	5	2	4	5	5	4	4	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	
105	AM	22.7	3	2	4	2	4	2	3	3	4	3	4	2	4	3	4	2	2	2	2	4	3	3	3	
106	MKI	23.1	5	1	5	2	3	3	5	5	1	1	2	2	1	5	1	1	1	5	2	2	2	1	2	
107	N	14.9	1	3	5	5	4	3	4	1	3	3	4	5	4	5	1	5	3	2	1	1	5	4	1	
108	A	25.1	3	5	5	3	2	5	3	4	2	3	5	5	5	4	5	5	4	3	5	5	5	3	4	
109	D	23.4	3	3	1	2	2	2	3	2	5	2	2	2	1	5	3	1	1	3	1	2	1	4	1	
110	A	22.8	3	1	3	3	2	3	2	3	1	3	5	1	4	3	3	2	2	3	1	3	3	3	4	
111	U	37.1	2	1	1	3	1	1	1	3	3	1	1	3	1	3	1	2	2	3	3	3	1	1	4	
112	L	21.2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	4	1	1	2	1	1	1	1	2	
113	MRS	25.4	4	2	1	3	3	2	2	5	2	3	3	2	2	4	3	2	2	3	3	2	2	2	4	
114	Z	20.7	3	1	3	3	5	2	2	4	3	4	4	2	4	3	4	3	3	2	2	3	4	3	4	
115	N	20.6	5	3	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	5	3	3	3	4	5	2	3	5	

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



116	S	22.7	4	4	5	3	3	4	3	3	4	4	5	3	3	2	2	2	4	1	5	5	5	3	5	3
117	W	20	3	2	5	2	2	1	2	3	2	1	1	2	1	3	2	2	1	2	3	2	4	2	2	5
118	M	23.7	4	2	4	3	2	5	4	5	2	4	5	3	2	4	4	2	3	3	4	4	4	2	4	4
119	S	21.8	3	2	3	2	3	1	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	1	3	2	3	2	4
120	N	18.7	2	3	5	2	3	3	4	5	3	3	5	2	3	3	5	2	1	1	1	4	3	4	1	5
121	C	20.3	2	2	4	2	4	3	2	4	1	4	4	4	2	4	5	2	2	2	1	1	4	4	2	3
122	SA	23.7	5	3	4	1	4	2	4	5	2	2	3	3	2	4	3	1	1	3	3	5	4	3	3	4
123	AM	23.4	4	3	1	3	4	4	2	4	3	4	4	4	3	5	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4
124	NF	24.5	3	2	4	4	4	4	2	4	3	4	5	3	5	4	3	3	2	3	2	5	4	5	3	3
125	WNA	21.6	1	2	3	2	3	3	2	1	2	3	3	2	3	1	2	1	2	3	1	3	5	3	1	5
126	EG	18.8	3	1	5	5	5	3	1	4	1	4	5	5	5	5	2	3	5	5	5	1	4	5	1	5
127	D	23.4	1	1	2	1	3	3	1	5	1	3	5	2	3	2	2	1	1	1	2	1	5	5	1	5
128	G	23.4	3	2	2	2	2	3	3	5	2	3	2	2	2	4	2	1	1	4	2	4	2	2	2	3
129	D	34	3	4	5	3	5	5	5	4	4	4	5	4	5	3	5	3	3	3	5	5	5	4	5	4
130	AA	21.2	5	2	3	3	3	3	4	5	3	3	3	3	3	5	3	2	2	4	1	5	5	3	5	3
131	D	26.9	3	3	4	5	3	1	5	5	3	5	5	5	3	2	1	5	1	4	1	5	5	5	3	3
132	L	16.2	1	1	5	5	5	4	1	1	1	3	5	2	3	1	2	1	5	1	1	3	5	4	2	5
133	SW	26.5	5	1	1	1	3	1	3	5	1	5	1	1	1	4	5	1	1	1	3	5	5	1	1	5
134	CAA	19.8	5	1	3	1	5	2	3	3	3	2	3	1	2	1	2	2	1	1	5	3	3	1	3	3
135	W	21.5	3	2	1	1	1	1	1	2	2	2	4	5	1	1	4	5	1	1	1	5	4	5	1	1
136	N	20.8	3	2	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4
137	I	20.2	3	4	3	5	5	3	5	2	2	2	3	2	3	5	4	3	3	5	2	4	5	3	3	5
138	O	20.7	3	3	4	3	5	4	3	3	2	3	5	4	4	4	5	3	3	2	1	5	5	4	2	4
139	S	25.3	3	2	3	4	4	3	2	5	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4
140	K	22.3	5	3	5	3	5	5	3	5	3	5	5	3	5	5	2	5	3	3	5	5	5	5	5	5
141	I	18.7	1	2	5	1	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	3	2	2	5	3	3
142	N	29	3	5	5	3	4	4	3	4	3	4	5	4	5	2	5	3	4	3	3	4	5	5	4	4
143	NF	27.3	4	2	2	3	3	2	2	4	2	3	3	3	2	5	4	3	2	4	3	3	3	3	4	4
144	SDH	25.1	2	3	5	4	5	3	3	4	2	5	2	4	5	4	5	1	2	3	2	5	4	4	2	5
145	K	23.3	3	3	2	4	4	3	4	5	2	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4
146	LS	1	1	2	1	3	1	1	1	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2	1	3	4
147	PW	18.9	4	3	5	5	2	4	4	4	3	3	5	4	4	4	3	4	4	2	4	3	4	3	4	5
148	SNH	20.7	3	3	3	2	4	2	2	4	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	4	3
149	DA	24	5	2	4	1	4	4	1	5	1	1	4	4	1	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4
150	FK	21.4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	5	3	3	4	5	3	3	4	3	3	5	5	2	4
151	EAM	22.8	3	1	2	3	2	2	3	5	3	3	3	1	1	5	1	1	1	5	1	1	3	1	1	5
152	JA	21.6	4	2	3	2	5	5	1	5	2	2	3	2	5	4	3	1	1	3	1	5	5	1	3	4
153	A	38.3	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	2
154	BR	21.6	5	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	5	3	3	3	4	3
155	DY	18	2	2	5	2	5	4	3	2	4	2	3	4	3	2	4	3	4	1	2	4	5	3	4	5
156	ZA	18.4	3	3	3	2	4	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2
157	F	26	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
158	K	23.8	3	3	1	2	4	3	3	5	3	4	4	3	2	4	4	3	2	5	4	3	4	5	4	5
159	IF	28.3	3	4	3	2	4	3	3	2	3	3	3	4	3	2	5	4	3	4	2	5	5	4	5	5
160	FN	22.1	4	5	5	3	5	5	3	4	3	4	5	5	5	5	4	3	4	4	3	5	4	4	5	5
161	N	24.2	3	4	2	2	3	3	4	3	4	3	3	4	2	2	4	2	2	3	3	4	2	4	3	2
162	B	22.8	3	2	1	1	3	2	3	3	3	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	3	3	2	3	4
163	A	23.4	3	3	3	2	3	1	2	4	2	2	2	2	1	4	2	1	2	3	1	5	3	3	4	5
164	LP	21.2	3	2	4	3	1	1	2	3	3	4	2	3	2	3	1	1	3	3	3	4	3	4	5	5
165	TR	25.4	3	2	4	3	3	2	1	3	3	3	1	3	3	5	3	1	1	3	1	3	5	3	1	2



166	VT	27.5	4	3	1	2	3	2	3	4	3	2	3	3	4	4	5	3	2	2	3	4	5	5	4	5	5	
167	R	18.7	4	2	3	3	5	3	3	5	3	5	3	3	5	4	5	3	2	2	2	5	5	5	3	5	3	
168	I	18.7	3	2	3	2	2	2	1	1	1	1	5	1	2	1	4	1	1	1	1	2	4	5	2	5	2	
169	F	24.5	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	2	4	4	3	4	4	3	3	3	3	5	4	2	3	3	
170	Hak Cipta	19.5	1	4	5	4	4	5	4	1	4	4	5	4	5	2	5	4	5	2	3	5	4	5	4	5	1	
171	Dilindungi	23.5	2	3	3	2	5	4	2	3	2	4	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	4	
172	Undang-Undang	19.8	3	2	5	3	4	3	4	2	3	4	4	3	4	1	4	2	2	3	2	2	4	5	5	4	3	
173	SAF	17.6	4	2	5	4	5	4	4	1	4	4	5	4	4	1	4	2	5	2	1	4	5	5	2	5	4	
174	Q	20.7	3	5	4	4	5	5	3	2	5	3	3	4	4	4	5	3	5	3	5	3	5	3	2	4	4	
175	D	19.8	1	2	5	3	1	1	2	1	3	1	3	3	2	1	3	2	5	1	2	5	5	3	3	5	5	
176	T	21.1	1	4	3	3	5	4	2	1	4	3	2	2	2	1	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	4	
177	AJ	27.1	3	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	1	2	3	2	3	3	2	2	3	3	
178	I	22.6	3	3	5	3	3	3	3	3	2	2	5	3	3	1	4	3	3	2	2	3	4	4	3	5	1	
179	DF	27.3	3	3	5	5	5	5	4	3	3	5	5	4	3	3	4	1	3	2	1	3	3	4	3	5	4	
180	NNS	17.7	1	2	3	2	2	3	2	1	2	2	4	4	2	1	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	
181	B	27.8	2	4	5	4	3	3	4	2	2	4	3	3	3	3	3	4	4	1	2	4	5	5	2	5	1	
182	L	27.1	2	4	2	1	2	3	3	2	3	5	3	3	5	5	5	3	4	3	2	5	5	3	5	5	3	
183	S	26.3	2	5	1	2	3	4	4	3	3	5	5	1	3	1	3	4	3	2	2	1	3	3	2	3	2	
184	N	27.9	3	2	1	2	3	1	2	5	2	3	4	3	3	5	4	3	1	5	3	5	2	2	4	4	5	
185	AF	29.7	3	3	1	4	5	5	5	2	2	5	5	5	5	5	5	1	1	4	1	5	5	2	5	5		
186	NFPR	26.1	2	4	3	3	2	2	4	3	4	3	5	4	2	2	3	4	2	2	3	4	4	3	4	3	3	
187	SY	24	3	1	1	1	2	1	2	4	3	2	2	1	2	3	3	2	2	3	1	3	3	1	2	2	3	
188	R	26.7	3	2	5	4	1	2	3	4	1	3	1	3	2	3	3	2	2	3	1	4	3	5	2	3	3	
189	C	30	5	4	3	2	4	4	4	5	3	4	4	4	3	2	5	3	1	2	2	4	5	3	3	4	5	
190	NA	29.2	3	2	5	5	5	4	3	4	5	3	5	3	5	3	5	2	3	3	2	2	5	5	4	3	2	3
191	SA	24	3	2	4	3	3	2	2	5	2	1	2	2	2	2	5	3	1	3	4	4	3	1	2	5		
192	RS	22.7	5	2	3	1	3	3	1	5	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	
193	R	22.5	4	1	1	2	3	2	4	4	1	1	3	2	3	5	4	3	1	3	3	3	3	2	5	3	3	
194	L	23	3	4	4	4	3	2	4	4	2	3	3	4	5	4	4	5	3	3	2	4	5	5	2	5	3	
195	F	19.7	3	2	1	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	
196	NA	24.1	5	2	3	2	4	2	3	5	2	3	3	4	3	3	5	3	3	2	2	3	4	4	4	4	3	
197	SRJ	33.8	3	5	3	5	4	3	5	4	3	4	5	3	5	2	5	4	4	2	3	4	4	5	5	5	5	
198	T	24.4	3	4	3	3	2	3	2	5	3	3	2	4	4	3	4	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	
199	L	22.5	1	5	5	5	5	5	3	3	4	2	5	4	5	3	4	5	5	4	1	5	5	5	1	5	5	
200	KP	23.5	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	5	4	3	2	3	4	5	4	5	2	
201	AI	19.5	4	3	1	2	1	3	3	4	3	3	3	3	4	5	3	3	3	2	3	3	4	5	3	4		
202	R	22.2	3	4	1	3	3	3	3	5	3	3	2	3	1	5	3	5	3	2	1	4	3	4	5	2	5	
203	RSA	22.9	3	5	3	5	5	5	3	3	5	3	5	3	5	3	5	3	3	3	3	5	5	3	5	4		
204	R	26	2	2	5	2	5	4	2	3	2	1	5	2	5	4	1	4	1	2	1	4	5	5	1	5	2	



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic UIN

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin.

TABULASI DATA PENELITIAN SKALA KETIDAKPUASAN BENTUK TUBUH



No Aitem																																
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
2	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	5	4	1	5	5	5	5	5	5	4	4	1	5	3	4	1	4	3	4	4
5	5	5	5	5	3	3	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	3	5	
1	1	1	3	3	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	3	1	
1	2	4	2	2	3	3	3	4	4	3	2	1	1	2	3	3	3	3	2	3	2	3	1	1	3	3	3	1	3	3	3	
5	2	5	5	5	1	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	2	5	5	5	2	4	4	3	5	
4	1	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1	1	1	2	3	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	
2	3	3	2	3	5	1	3	2	3	3	2	1	4	3	1	2	2	4	3	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	
2	4	5	5	4	3	2	4	4	3	3	2	3	4	4	1	4	2	4	4	3	4	1	1	4	2	3	1	1	1	1	1	
3	1	1	2	2	3	3	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1		
3	5	5	5	5	3	3	5	5	4	5	4	3	5	5	2	4	4	4	4	5	4	5	3	3	5	4	3	4	3	2	3	
5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	2	5	5	5	5	2	5	5	5	
5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	2	5	3	5	
1	2	5	5	4	1	1	5	3	1	3	1	1	1	3	1	3	2	5	1	3	4	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
5	5	5	5	5	1	1	5	5	5	5	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	1	1	5	
3	4	4	4	4	1	3	3	3	4	2	3	4	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	1	2	1	1	2	
2	1	3	2	3	3	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	
2	2	4	4	2	3	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	4	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	
3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	5	1	1	2	2	2	1	1	1	
4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	
3	5	4	4	4	5	1	4	5	3	4	1	1	5	4	1	3	4	4	4	5	2	3	3	4	2	2	1	3	1	2	3	
3	3	4	4	4	4	5	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
5	2	1	2	3	3	1	1	2	3	4	4	1	1	2	1	3	3	3	3	1	1	1	1	5	3	1	1	3	2	4		
3	2	3	5	3	5	2	3	1	3	5	3	3	1	4	3	1	1	1	3	3	1	1	3	1	3	1	3	2	3	3	3	
2	3	4	5	3	3	1	2	4	2	1	2	2	3	3	1	2	2	3	5	3	4	1	2	2	2	5	4	1	2	2	2	
2	3	3	4	3	2	2	3	3	2	1	2	2	2	4	1	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	
3	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	3	5	5	
3	4	4	4	4	1	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
4	3	4	5	3	1	1	3	3	3	1	2	2	2	3	1	1	1	1	1	4	3	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	
3	4	5	5	3	1	2	3	2	1	3	5	3	3	1	4	3	1	1	3	3	1	2	3	2	1	3	1	3	2	3	3	
5	5	5	5	5	1	2	2	5	5	5	2	3	4	3	2	4	5	4	3	5	5	2	4	4	5	4	3	4	1	4	3	
5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	3	5	5	
1	2	2	3	4	3	2	3	3	2	1	1	2	2	4	1	2	1	1	3	3	4	1	2	4	3	1	1	1	1	1	1	1
3	1	3	5	4	2	2	2	3	2	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	4	2	4	3	1	2	1	3	2	4	2		
3	3	4	4	5	3	1	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	5	4	4	3	3	4	3	1	3	2	3	3	
3	2	3	2	4	1	1	2	4	4	2	1	1	2	4	1	2	2	2	2	3	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	
5	5	5	5	5	1	2	2	5	5	5	2	3	4	3	2	4	5	4	3	5	5	2	4	4	5	4	3	4	1	4	3	
5	3	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	3	5	3	
4	3	4	5	3	3	1	2	4	4	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	4	4	4	4	
5	5	5	5	5	1	2	2	5	5	5	2	3	4	3	2	4	5	4	3	5	5	2	4	4	5	4	3	4	1	4	3	
1	2	2	3	4	3	2	3	3	2	1	1	2	2	4	1	2	1	1	3	3	4	1	2	4	3	1	1	1	1	1	1	1
3	1	3	5	4	2	2	2	3	2	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	4	2	4	3	1	2	1	3	2	4	2		
3	3	4	4	5	3	1	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	5	4	4	3	3	4	3	1	3	2	3	3	
3	2	3	2	4	1	1	2	4	4	2	1	1	2	4	1	2	2	2	2	3	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	
5	5	5	5	5	1	1	1	1	5	1	1	1	4	5	1	3	1	5	4	4	2	1	1	1	2	1	1	1	3	1		
1	5	5	5	5	1	1	1	1	1	5	1	1	1	4	5	1	3	1	5	4	4	2	1	1	1	2	1	1	1	3	1	
3	1	1	2	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	1	
4	4	5	5	5	1	1	4	4	5	5	5	3	3	3	3	3	3	5	5	4	4	5	5	5	5	2	3	3	3	5	5	
2	3	5	5	4	3	1	2	4	2	3	2	2	2	5	2	2	2	4	4	4	3	2	3	5	2	2	2	2	2	2	2	
2	4	4	4	3	1	1	3	2	3	3	1	3	4	1	4	4	4	4	3	3	3	1	2	1	2	1	1	3	3	4		
5	5	5	5	5	3	1	3	5	5	5	3	3	3	5	1	5	1	5	5	5	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
3	3	4	4	4	3	1	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	1	1	1	1	1	1	

© Hak cipta milik UIN Suska Riau State Islamic U
Hak Cipta diberikan untuk penulis dan dilindungi hukumnya. Karya ini tidak boleh diambil sebagian atau seluruhnya tanpa izin tertulis dari penulis.
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis tanpa menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

© Hak cipta milik UIN Suska Riau State Islamic U
Hak Cipta diberikan untuk penulis dan dilindungi hukumnya selama 25 tahun. Hak cipta ini tidak boleh diulang tulis, diadaptasi, diambil bagian, dipecah, diambil sumber, diterjemah, diterbitkan ulang, dijadikan sumber rujukan, atau diolah dalam bentuk apapun tanpa izin tertulis dari penulis.
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh tulisan tanpa menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

© Hak cipta milik UIN Suska Riau State Islamic U
Hak Cipta diberikan untuk penulis dan dilindungi hukumnya. Karya ini tidak boleh diambil sebagian atau seluruhnya tanpa izin tertulis dari penulis.
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis tanpa menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



116	S	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	2	3	3	1	4	1	3	2	4	3	1	1	1	2	1	1	1	3	1	3	3	
117	W	3	1	2	5	3	3	1	1	1	1	1	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	3	1	2	1	1	1	1	3	1	1	
118	M	5	5	5	5	5	5	4	1	5	4	4	4	3	5	5	1	5	4	5	5	5	5	1	1	4	4	5	4	4	2	1	4	3
119	Hak Cipta	5	5	5	4	4	3	3	1	4	3	3	5	1	3	5	3	1	4	4	4	4	3	4	1	1	4	3	1	1	4	3	3	
120	SA	1	2	2	2	3	4	4	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	3	2	1	1	1	1	3	1	1	
121	AM	3	4	4	5	5	5	5	1	2	2	1	1	1	1	2	5	1	3	1	2	5	4	3	1	1	4	2	2	3	1	3	2	
122	INF	4	4	4	4	5	4	1	1	4	3	2	3	1	1	1	4	3	1	4	3	5	5	4	4	1	1	4	2	2	3	1	4	2
123	WNA	3	4	1	4	4	3	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	3	1	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	
124	EG	5	5	1	4	5	4	1	1	5	1	5	5	4	1	3	2	3	1	1	5	5	5	1	5	5	1	1	5	1	1	1	4	
125	GD	3	3	1	3	4	4	5	3	3	3	3	3	1	1	3	4	1	1	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1
126	GL	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	5	3	3	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	1	1	4	3	5	4		
127	AA	3	3	4	5	5	5	1	1	3	3	1	3	1	3	3	3	3	3	4	3	3	1	1	4	3	4	1	3	3	4			
128	PD	4	1	4	4	4	4	5	4	4	1	3	5	4	4	4	4	4	4	5	3	3	4	2	4	3	5	4	5	5	5	5		
129	AL	4	4	1	2	2	1	1	1	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	
130	SS	3	3	1	3	5	5	5	1	5	5	5	5	5	3	5	5	3	5	5	5	5	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	2	
131	SD	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	3	4	4	4	4	3	3	4	2	3	4	3	4	2	4	3	2	4	3	1	1	
132	SS	3	3	1	3	1	3	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
133	SO	3	1	2	3	5	4	3	1	2	3	2	2	2	1	4	5	1	1	1	3	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
134	SS	5	5	3	5	5	5	1	5	5	5	5	5	3	5	5	3	5	5	5	5	5	5	1	1	5	1	1	1	5	1	1	2	
135	CA	2	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	5	1	1	1	3	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	
136	W	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	1	4	4	4	5	4	4	4	5	5	2	1	2	4	5	5	1	1	4	1	1	
137	SD	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	3	4	4	4	4	3	3	4	2	3	4	3	4	2	4	3	2	4	3	1	1	
138	SS	3	3	1	3	1	3	3	1	3	1	1	1	1	1	5	5	3	3	3	1	4	2	5	4	1	1	1	3	1	1	1		
139	SO	3	1	2	3	5	4	3	1	2	3	2	2	2	1	4	5	1	1	1	3	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
140	SD	5	4	5	5	5	5	1	5	5	5	4	5	4	3	5	4	4	5	4	5	4	3	4	3	4	2	3	4	3	5	2		
141	I	1	3	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	3	5	5	3	1	5	1	3	1	2	5	3	4	3	1	5	3	5	4		
142	N	4	4	3	5	5	4	2	2	3	3	4	4	3	3	4	5	3	4	3	5	4	5	3	1	2	2	3	2	2	4			
143	NF	2	4	5	5	5	5	5	5	3	5	4	3	5	5	4	5	5	5	5	5	5	2	3	4	2	3	3	2	2	4			
144	SDH	2	3	5	4	3	3	2	4	3	2	4	2	1	1	2	4	3	4	2	4	3	4	2	1	1	1	1	1	3	1	1		
145	K	3	2	4	5	5	3	5	4	4	5	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	3	4	4	3	5	3	3	3	1	2	3		
146	LS	3	2	1	1	4	1	3	1	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	3	1	1	2	2	1	1	2	1	1	4		
147	PW	2	1	1	3	4	3	2	1	1	1	1	2	1	1	1	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
148	SNH	5	5	5	5	5	4	2	3	3	4	4	2	4	4	4	4	1	4	5	5	2	4	4	1	3	2	4	4	3	1	2	3	
149	DA	3	3	3	5	5	5	3	3	5	3	3	3	3	3	5	5	1	4	4	4	5	5	3	1	1	3	3	2	1	2	2	2	
150	FK	4	3	4	4	4	4	3	1	3	3	4	3	4	3	4	4	1	3	1	4	4	4	1	1	1	3	3	3	1	1	1	4	
151	EAM	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
152	JA	3	3	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	3	1	5	4	1	4	3	4	4	4	4	3	1	1	2	4	3	1	2	4	
153	A	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	
154	BR	5	4	3	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	
155	DY	4	3	3	3	2	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	1	1
156	ZA	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	3	3	1	2	3	1	1	1	2	3	3	1	1	3	2	3		
157	F	3	3	3	1	2	5	1	3	3	1	3	3	2	3	4	3	2	5	3	3	3	1	1	3	2	3	3	3	2	3	2	3	
158	K	5	5	5	5	5	4	4	1	3	3	2	3	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
159	IF	5	5	4	5	5	5	3	5	3	5	4	3	3	1	3	5	3	4	5	3	3	3	1	3	3	3	1	3	1	4	2		
160	FN	4	5	4	5	5	4	3	4	5	5	4	5	2	5	4	3	5	4	5	4	4	3	4	3	4	3	1	4	2	4	4		
161	N	3	4	4	5	4	4	3	2	3	4	4	4	3	3	4	5	4	3	4	4	4	4	3	2	3	2	2	1	2	2	2		
162	B	5	5	5	5	5	3	3	4	4	4	5	5	4	5	4	3	5	4	5	5	5	5	4	2	2	3	5	3	1	3	2	2	
163	A	3	2	5	5	5	2	3	4	2	2	3	3	1	3	4	1	2	3	3	3	4	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2		
164	LP	2	2	3	2	2	4	4	1	4	4	3	1	3	4	1	3	4	1	5	3	3	1	1	1	1	1	1	3	1	3	3		
165	TR	4	4	3	3	5	5	3	1	1	1	5	5	1	1	1	3	4	1	1	5	3	3	1	1	1	1	1	1	3	1	3	3	

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, pemulisan karya ilmiah, penyusunan laporan

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tan



166	VT	4	4	4	3	4	4	3	4	5	4	5	5	3	2	4	4	3	5	3	4	3	4	3	1	1	1	3	1	1	4	1	5	3
167	R	4	4	4	5	5	3	1	4	5	4	3	2	2	4	4	1	4	3	4	4	4	2	1	2	2	4	4	1	3	2	3	1	
168	Hak Cipta	4	4	1	4	5	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1		
169	NR	3	4	4	4	4	2	1	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	3	3	1	1	2	3	1		
170	D	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
171	SAF	3	4	3	4	4	1	1	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	1	1	3	3	1	1	3	3	3	3		
172	U	2	2	1	2	4	1	2	1	3	3	1	2	1	1	3	3	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2		
173	U	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
174	Q	2	3	3	4	4	5	5	3	3	5	3	4	3	3	3	5	3	3	3	5	3	2	2	1	2	5	1	1	1	3	1		
175	Q	3	5	3	1	4	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	3	1		
176	U	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	1	1	1	1	1		
177	U	3	3	4	3	5	4	1	3	4	3	3	4	3	3	5	4	3	5	4	5	4	5	3	3	3	4	4	4	2	3	3		
178	U	4	4	2	3	4	4	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		
179	U	3	4	5	5	5	3	2	4	5	3	3	1	5	3	1	5	3	5	5	5	3	1	3	5	5	2	3	3	5	3	3		
180	U	4	4	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	3	2	3			
181	U	1	2	2	4	4	3	1	1	3	1	1	3	1	1	1	1	4	2	3	2	4	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1		
182	U	2	4	5	5	5	4	1	1	3	3	4	3	2	1	3	2	3	5	2	4	5	2	3	3	1	3	2	2	2				
183	U	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	4	3	5	5	5	4	5	5	5	5	3	3	1	5	1	3	5		
184	U	5	5	4	4	4	5	3	4	5	4	4	4	2	2	4	5	5	5	4	5	5	3	3	1	4	1	2	1	1	4			
185	U	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	4	5	5	1	5	5	5	5	1	5	5	1	5	2	4	3				
186	U	3	4	4	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	4	2	3	3	2	2	1	1	2	3	1	5			
187	U	3	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	1	2	2	4	1	4	3	3	2	3	1	3	2	3	1	1	2			
188	U	3	4	4	4	5	4	3	1	4	1	4	3	1	1	3	2	1	3	3	4	2	1	1	2	2	1	3	3	3	3			
189	U	5	5	5	5	5	3	4	5	5	4	5	5	4	4	5	3	5	5	4	5	4	3	4	4	4	3	1	4	3	5	3		
190	U	3	4	4	4	4	3	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	1	4	2	5	5	3	3	1	2	2	3	3	2	2			
191	U	3	5	5	5	5	3	1	5	3	3	5	3	5	5	1	5	5	5	5	5	3	1	1	2	2	1	3	3	5	2			
192	RS	4	4	4	2	4	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
193	R	5	4	3	5	5	5	3	1	4	3	4	5	3	4	5	5	1	5	3	5	5	3	2	1	4	3	3	1	1	2	3		
194	L	3	4	4	4	4	3	3	1	3	4	4	4	2	5	5	3	1	4	2	4	5	4	4	3	2	4	4	2	2	1			
195	F	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	4	2	3	4	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3			
196	NA	3	3	3	5	5	5	3	5	4	3	3	3	3	3	4	2	3	3	5	5	4	3	3	2	3	3	3	1	1	2			
197	SRJ	5	2	5	5	5	5	1	3	4	5	5	4	3	4	4	4	3	5	4	5	5	3	3	2	5	3	2	2	2	2			
198	T	3	4	5	5	5	5	2	1	5	5	3	4	3	1	4	4	1	5	5	5	4	4	5	3	3	2	1	3	2	3	4		
199	L	5	5	5	5	5	5	1	1	4	2	1	5	1	1	5	5	1	3	1	1	5	4	1	1	1	2	3	4	1				
200	KP	2	2	4	3	3	2	1	3	2	3	3	1	2	2	2	1	3	2	3	4	3	2	1	1	2	1	1	3	1				
201	AI	4	4	4	5	5	5	1	1	4	4	4	4	1	3	4	4	3	4	4	4	4	5	3	1	1	1	1	1	3	3			
202	R	3	3	3	5	5	5	3	1	5	5	4	2	1	1	2	5	1	2	2	5	5	2	3	2	1	1	1	3	1	5			
203	RSA	3	3	4	5	5	5	4	1	4	5	3	4	3	3	4	5	3	4	4	4	5	5	5	1	5	4	5	4	1	3	1		
204	R	5	5	5	5	5	5	1	4	5	5	5	5	1	4	5	5	5	5	4	5	5	5	1	5	5	3	3	3	3	3			



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN I

UJI ASUMSI

UIN SUSKA RIAU

HASIL UJI ASUMSI (Uji Normalitas, Uji Linearitas)

1. Uji Normalitas

Descriptives		Statistic	Std. Error
Perilaku Diet	Mean	76.71	1.004
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	74.73
		Upper Bound	78.68
	5% Trimmed Mean	76.77	
	Median	76.00	
	Variance	205.440	
	Std. Deviation	14.333	
	Minimum	35	
	Maximum	108	
	Range	73	
Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	Interquartile Range	22	
	Skewness	-.033	.170
	Kurtosis	-.459	.339
	Mean	99.87	2.189
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	95.56
		Upper Bound	104.19
	5% Trimmed Mean	99.67	
	Median	101.50	
	Variance	977.934	
	Std. Deviation	31.272	

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Perilaku Diet	.062	204	.053	.991	204	.219
Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	.045	204	.200 [*]	.985	204	.034

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

a. Lilliefors Significance Correction

2. Uji Linearitas

Source	Sum Of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
(Combined)	45.672	3	15.224	10.473	0.000
Linearity	21.456	1	21.456	2.872	0.005
Deviation From Linearity	24.216	2	12.108	1.432	0.246

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Perilaku Diet *				
Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	.045	.002	.766	.586

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

3. Uji Korelasi Pearson Product Moment

		Correlations	
		Perilaku Diet	Ketidakpuasan Bentuk Tubuh
Perilaku Diet	Pearson Correlation	1	.045
	Sig. (1-tailed)		.261
	Sum of Squares and Cross-products	41704.353	4104.353
	Covariance	205.440	20.218
	N	204	204
	Pearson Correlation	.045	1
Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	Sig. (1-tailed)	.261	
	Sum of Squares and Cross-products	4104.353	198520.686
	Covariance	20.218	977.934
	N	204	204

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN J

UJI HIPOTESIS

HASIL UJI HIPOTESIS

(Uji Model Summary, Uji ANOVA, Uji Regresi Sederhana)

1. Model Summary

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.045 ^a	.002	-.003	31.317

a. Predictors: (Constant), VarX

2. Uji ANOVA

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	403.932	1	403.932	.412	.522 ^b
	Residual	198116.755	202	980.776		
	Total	198520.686	203			

a. Dependent Variable: VarY

b. Predictors: (Constant), VarX

3. Uji Regresi Sederhana

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Beta	t	Sig.
	B	Std. Error			
(Constant)	92.324	11.966		7.716	.000
	.098	.153	.045	.642	.522

a. Dependent Variable: VarY

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN K

UJI DAYA BEDA

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

UJI PERBEDAAN BERDASARKAN IMT

a. Perilaku Diet

Descriptives

PD	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum
					Lower Bound	Upper Bound	
kurang normal	20	67.9500	11.16609	2.49681	62.7241	73.1759	48.00
berlebih	131	76.7939	14.60965	1.27645	74.2686	79.3192	35.00
gemuk	36	80.3333	11.11498	1.85250	76.5726	84.0941	58.00
obesitas	15	80.2667	16.57221	4.27893	71.0893	89.4440	49.00
Total	203	76.8670	14.18223	.99540	74.9043	78.8297	35.00

Test of Homogeneity of Variances

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
2.727 ^a	3	198	.045

a. Groups with only one case are ignored in computing the test of homogeneity of variance for PD.

ANOVA

PD	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	2344.090	4	586.023	3.031	.019
Within Groups	38285.318	198	193.360		
Total	40629.409	202			

b. Ketidakpuasan Bentuk Tubuh

Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
Kurang	20	67.20	26.311	5.883	54.89	79.51	38	126
Normal	131	98.61	29.264	2.557	93.55	103.67	35	170
Berlebih	36	114.08	26.566	4.428	105.09	123.07	59	158
Gemuk	15	120.47	27.318	7.053	105.34	135.59	68	147
Obesitas	1	142.00	142	142
Total	203	100.09	31.196	2.190	95.77	104.41	35	170

Test of Homogeneity of Variances

KBT			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.082 ^a	3	198	.970

a. Groups with only one case are ignored in computing the test of homogeneity of variance for KBT.

ANOVA

KBT	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	36955.576	4	9238.894	11.460	.000
Within Groups	159630.828	198	806.216		
Total	196586.404	202			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN L

ANALISIS TAMBAHAN

UIN SUSKA RIAU

ANALISIS TAMBAHAN

1. SUMBANGAN EFEKTIF VARIABEL KETIDAKPUASAN BENTUK TUBUH

 ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	84.856	1	84.856	.412	.522 ^b
Residual	41619.497	202	206.037		
Total	41704.353	203			

a. Dependent Variable: VAR00001

b. Predictors: (Constant), VAR00002

 Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
	B	Std. Error			
1	(Constant)	74.641	3.371	22.144	.000
	VAR00002	.021	.032	.642	.522

a. Dependent Variable: VAR00001

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN M

CATATAN LAPANGAN

UIN SUSKA RIAU



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
كلية علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

: B-73E/Un.04/F.VI/PP.00.9/01/2025
: Biasa
: -
: Mohon Izin Try Out Penelitian

Pekanbaru, 14 Januari 2025

Kepada Yth.
Camat Tuah Madani
Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa:

Nama	:	Heidisa Alauddina
NIM	:	12160120016
Jurusan	:	Psikologi S1
Semester	:	VII (Tujuh)

akan melakukan *try out* penelitian di tempat Bapak/Ibu guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian/ skripsi / tesis, yaitu:

"Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Dan Perilaku Diet Pada Wanita Dewasa Awal".

Untuk itu kami mohon Bapak/Ibu berkenan memberi izin *try out* kepada yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan laporan penelitian / skripsi / tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum wr wb,
Dekan,

Dr. Yusnadi, M.Pd
NIP. 19671212 199503 1 001

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



PEMERINTAH KOTA PEKANBARU KECAMATAN TUAH MADANI

Alamat : Jalan H.R Soebrantas KM.15
Pekanbaru - Riau

Pekanbaru, 12 Oktober 2024

Nomor : HM.03.03/Kec.TM-Umum/16/2024
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Izin Melaksanakan Try Out

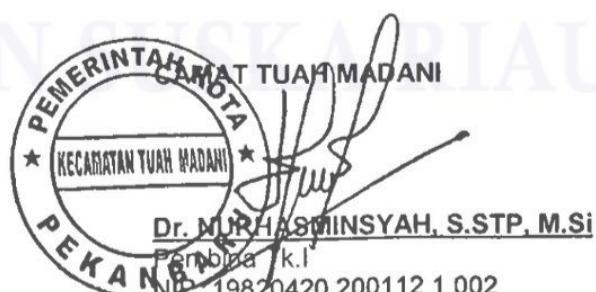
Yth. Kepada
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Suska Riau
di -
Pekanbaru

Sehubungan dengan Surat Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau Nomor B-73E/Un.04/F.VI/PP.00.9/01/2025 tanggal 14 Januari 2025 perihal Mohon Izin Try Out Penelitian, maka dengan ini dapat Kami sampaikan bahwa pihak kami memberikan izin sepenuhnya kepada Mahasiswa :

Nama : Heidisa Alauddina
NIM : 12160120016
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi S1
HP / Email : 082286812082/12160120016@students.uin-suska.ac.id

Untuk melaksanakan Try Out di Lingkungan Kecamatan Tuah Madani Kota Pekanbaru, selagi tidak bertentangan dengan aturan dan ketentuan yang berlaku. Adapun pelaksanaan kegiatan tersebut akan dimulai pada tanggal 13 Oktober s/d 28 Oktober 2024.

Demikian disampaikan, atas perhatiannya kami ucapan terima kasih.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Nomor
Sifat
Lampiran
Perihal

PEMERINTAH KOTA PEKANBARU KECAMATAN TUAH MADANI

Alamat : Jalan H.R. Soebrantas KM.15
Pekanbaru - Riau

Pekanbaru, 29 Oktober 2024

: HM.03.03/Kec.TM-Umum/18/2024
: Biasa
: -
: Selesai Melaksanakan Try Out

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Psikologi
UIN Suska Riau
di -
Pekanbaru

Sehubungan dengan Surat Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Nomor B-73E/Un.04/F.VI/PP.00.9/01/2025 tanggal 14 Januari 2025 perihal Mohon Izin Try Out Penelitian, maka dengan ini dapat Kami sampaikan bahwa Mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Heidisa Alauddina
NIM : 12160120016
Fakultas : Psikologi S1
Program Studi/Smt : Psikologi / 7 (Tujuh)
HP/Email : 082286812082/12160120016@student.uin-suska.ac.id

Telah selesai melaksanakan Try Out di lingkungan Kecamatan Tuah Madani, yang dimulai pada tanggal 13 Oktober s/d 28 Oktober 2024.

Demikian disampaikan, atas perhatiannya kami ucapan terima kasih.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

Jl. H. R. Soebrantas KM. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tuah Madani-Pekanbaru 28298 PO Box. 1004
Telepon (0761) 562051; Faksimili (0761) 562052;
Web: lp2m.uin-suska.ac.id, Email: lp2m@uin-suska.ac.id

**KOMISI ETIK PENELITIAN
ETHICAL REVIEW UNIT FOR RESEARCH AND DEVELOPMENT**
Nomor/Number : 1551/Un.04/L.1/TL.01/11/2024

**KETERANGAN KELAIKAN ETIK
ETHICAL CLEARANCE**

Komisi Etik Penelitian Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat UIN Sultan Syarif Kasim Riau dalam upaya melindungi hak azasi dan kesejahteraan subjek penelitian, telah mengkaji dengan teliti proposal/protokol penelitian yang berjudul:

The Research Ethics Commission of the Research and Community Service Institute of UIN Sultan Syarif Kasim Riau in an effort to protect the rights and welfare of research subjects, has carefully reviewed the research proposal/protocol entitled:

Ketidakpuasan Bentuk Tubuh dan Perilaku Diet pada Wanita Dewasa Awal

Body Shape Dissatisfaction and Dieting Behavior in Early Adult Women

Peneliti Utama : Heidisa Alauddina

Principal Researcher

Anggota Peneliti : -

Member of The Researcher

Nama Institusi : Fakultas Psikologi

Name of Institution Faculty of Psychology

dan telah menyetujui proposal/protokol penelitian tersebut di atas.

and approved the above mentioned research proposal/protocol.

Pekanbaru, 19 November 2024

Ketua,

Chairman

drh. Rahmi Febriyanti, M.Sc
NIP.19840208 200912 2 002

Mengetahui

Ketua LP2M,

Chairman of LP2M

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
جامعة علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

Nomor : B-46E/Un.04/F.VI/PP.00.9/01/2025 Pekanbaru, 08 Januari 2025
Sifat : Penting
Lampiran : 1 (satu) berkas
Hal : Mohon Rekomendasi Riset

Kepada Yth.
Kepala Dinas Penanaman Modal Dan
Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau
Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan
ini menyampaikan kepada Saudara bahwa:

Nama : Heidisa Alauddina
NIM : 12160120016
Jurusan : Psikologi S1
Semester : VII (Tujuh)

ditugaskan untuk melakukan riset guna mendapatkan data yang
berhubungan dengan judul penelitian / skripsi/ tesis, yaitu:

"Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Dan Perilaku Diet Pada Wanita Dewasa Awal ."

Lokasi : Badan Pengembangan Sumber Daya Manusia Provinsi Riau

Sehubungan dengan hal itu, kami mohon Saudara berkenan memberi
rekomendasi riset yang bersangkutan pada lokasi tersebut di atas
dalam rangka penyelesaian penelitian / skripsi / tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan
terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb,
Dekan,
KUSNADI, M.Pd
NIP. 19671212 199503 1 001



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



PEMERINTAH PROVINSI RIAU
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
Gedung Menara Lancang Kuning Lantai I dan II Komp. Kantor Gubernur Riau
Jl. Jend. Sudirman No. 460 Telp. (0761) 39064 Fax. (0761) 39117 PEKANBARU
Email : dpmpfsp@riau.go.id

REKOMENDASI

Nomor : 503/DPMPTSP/NON IZIN-RISET/71350
TENTANG



**PELAKSANAAN KEGIATAN RISET/PRA RISET
DAN PENGUMPULAN DATA UNTUK BAHAN SKRIPSI**

1.04.02.01

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, setelah membaca Surat Permohonan Riset dari : Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau, Nomor : B-46E/Un.04/F.VVPP.00.9/01/2025 Tanggal 8 Januari 2025, dengan ini memberikan rekomendasi kepada:

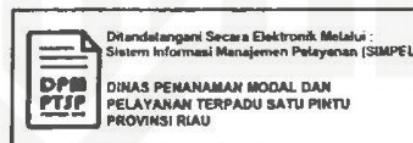
1. Nama	:	HEIDISA ALAUDDINA
2. NIM / KTP	:	12160120016
3. Program Studi	:	PSIKOLOGI
4. Jenjang	:	S1
5. Alamat	:	PEKANBARU
6. Judul Penelitian	:	KETIDAKPUASAN BENTUK TUBUH DAN PERILAKU DIET PADA WANITA DEWASA AWAL
7. Lokasi Penelitian	:	KOTA PEKANBARU

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan.
2. Pelaksanaan Kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini diterbitkan.
3. Kepada pihak yang terkait diharapkan dapat memberikan kemudahan serta membantu kelancaran kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data dimaksud.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Dibuat di : Pekanbaru
Pada Tanggal : 13 Januari 2025



Tembusan :

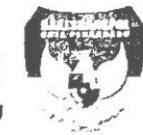
Disampaikan Kepada Yth :

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Riau di Pekanbaru
2. Walikota Pekanbaru
Up. Kaban Kesbangpol dan Linmas di Pekanbaru
3. Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau di Pekanbaru
4. Yang Bersangkutan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PEMERINTAH KOTA PEKANBARU
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
GEDUNG LIMAS KAJANG LANTAI III KOMP. PERKANTORAN PEMKO. PEKANBARU
JL. ABDUL RAHMAN HAMID KOTA PEKANBARU

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**

Nomor : BL.04.00/Kesbangpol/104/2025



a. Dasar :
1. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2008 Tentang Keterbukaan Informasi Publik.
2. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2009 Tentang Pelayanan Publik.
3. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2016 Tentang Perangkat Daerah.
4. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 2018 Tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian.
5. Peraturan Daerah Kota Pekanbaru Nomor 9 Tahun 2016 Tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah Kota Pekanbaru.

b. Menimbang : Rekomendasi dari Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, nomor 503/DPMPTSP/NON IZIN-RISET/71350 tanggal 13 Januari 2025, perihal pelaksanaan kegiatan Penelitian Riset/Pra Riset dan pengumpulan data untuk bahan Skripsi.

MEMERITAHUKAN BAHWA :

1. Nama	:	HAIDISA ALAUDDINA
2. NIM	:	12160120016
3. Fakultas	:	PSIKOLOGI UIN SUSKA RIAU
4. Jurusan	:	PSIKOLOGI
5. Jenjang	:	S1
6. Alamat	:	JL. THAMRIN KOMPLEK UNRI NO. 48 KEL. SUKAMAJU KEC. SAIL-PEKANBARU
7. Judul Penelitian	:	KETIDAKPUASAN BENTUK TUBUH DAN PERILAKU DIET PADA WANITA DEWASA AWAL
8. Lokasi Penelitian	:	KANTOR KECAMATAN TUAH MADANI KOTA PEKANBARU

Untuk Melakukan Penelitian, dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan yang tidak ada hubungan dengan kegiatan Riset/Pra Riset/Penelitian dan pengumpulan data ini.
2. Pelaksanaan kegiatan Riset ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal Surat Keterangan Penelitian ini diterbitkan.
3. Berpakaian sopan, mematuhi etika Kantor/Lokasi Penelitian, bersedia meninggalkan foto copy Kartu Tanda Pengenal.
4. Melaporkan hasil Penelitian kepada Walikota Pekanbaru c.q Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Pekanbaru, paling lambat 1 (satu) minggu setelah selesai.

Demikian Rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 13 Januari 2025

**Tembusan**

Yth : 1. Dekan Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau di Pekanbaru.
2. Yang Bersangkutan.



PEMERINTAH KOTA PEKANBARU KECAMATAN TUAH MADANI

Alamat : Jalan H.R Soebrantas KM.15
Pekanbaru - Riau

Nomor
Sifat
Lampiran
Hal

: HM.03.03/Kec.TM-Umum/17/2024
: Biasa
: -
: Mohon Izin Riset

Yth.

Kepada
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Suska Riau
di -

Pekanbaru

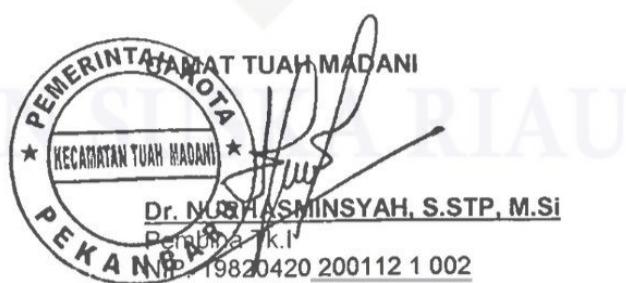
Pekanbaru, 14 November 2024

Sehubungan dengan Surat Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau Nomor B-46E/Un.04/F.VI/PP.00.9/01/2025 tanggal 08 Januari 2025 perihal Mohon Rekomendasi Riset, maka dengan ini dapat Kami sampaikan bahwa pihak kami memberikan izin sepenuhnya kepada Mahasiswa :

Nama : Heidisa Alauddina
NiM : 12160120016
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi S1
HP / Email : 082286812082/12160120016@students.uin-suska.ac.id

Untuk melaksanakan Riset di Lingkungan Kecamatan Tuah Madani Kota Pekanbaru, selagi tidak bertentangan dengan aturan dan ketentuan yang berlaku. Adapun pelaksanaan kegiatan tersebut akan dimulai pada tanggal 14 November s/d 14 Desember 2024.

Demikian disampaikan, kami ucapan terima kasih.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



PEMERINTAH KOTA PEKANBARU KECAMATAN TUAH MADANI

Alamat : Jalan H.R Soebrantas KM.15
Pekanbaru - Riau

Pekanbaru, 15 Desember 2024

Nomor : HM.03.03/Kec.TM-Umum/19/2024
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Perihal : Selesai Melaksanakan Riset

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Psikologi
UIN Suska Riau
di -
Pekanbaru

Sehubungan dengan Surat Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Nomor B-46E/Un.04/F.VI/PP.00.9/01/2025 tanggal 08 Januari 2025 perihal Mohon Rekomendasi Riset, maka dengan ini dapat Kami sampaikan bahwa Mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Heidisa Alauddina
NIM : 12160120016
Fakultas : Psikologi
Program Studi/Smt : Psikologi / 7 (Tujuh)
HP/Email : 082286812082/12160120016@students.uin-suska.ac.id

Telah selesai melaksanakan Riset di Kecamatan Tuah Madani, yang dimulai pada tanggal 14 November s/d 14 Desember 2024.

Demikian disampaikan, kami ucapan terima kasih.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.