



**PENGARUH KETIDAKPUASAN BENTUK TUBUH TERHADAP
PERILAKU DIET REMAJA PUTRI DI DKI JAKARTA**

SKRIPSI

Deta Amelia Amanda

46118010086

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA**

2022



**PENGARUH KETIDAKPUASAN BENTUK TUBUH TERHADAP
PERILAKU DIET REMAJA PUTRI DI DKI JAKARTA**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program
Sarjana (S1) pada Program Studi Psikologi**

Oleh:

Deta Amelia Amanda

46118010086

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA**

2022

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Deta Amelia Amanda

NIM : 46118010086

Program Studi : Psikologi

Judul Tugas Akhir : Pengaruh Ketidakpuasan Bentuk Tubuh terhadap Perilaku Diet Remaja Putri di DKI Jakarta

Menyatakan bahwa hasil Tugas Akhir ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Tugas Akhir saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 14 September 2022



Deta Amelia Amanda

HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : Pengaruh Ketidakpuasan Bentuk Tubuh terhadap Perilaku
Diet Remaja Putri di DKI Jakarta
Nama : Deta Amelia Amanda
NIM : 46118010086
Program Studi : Psikologi
Tanggal Sidang : 14 September 2022

Pembimbing

Yenny, M.Psi., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi

Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si

Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

PSI 07210347



Please Scan QR Code Verify

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Skripsi yang berjudul “**Pengaruh Ketidakpuasan Bentuk Tubuh terhadap Perilaku Diet Remaja Putri di DKI Jakarta**” telah diajukan pada Sidang Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta pada tanggal 14 September 2022. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Jakarta, 14 September 2022

Sidang Skripsi

Penguji 1



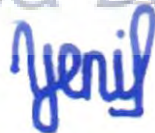
Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

Penguji 2



Maria Ulfa, M.Psi., Psikolog

Pembimbing



Yenny, M.Psi., Psikolog

PSI 07210347



Please Scan QR Code Verify

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang senantiasa telah menganugerahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis dalam rangka menyelesaikan karya Tugas Akhir yang berjudul Pengaruh Ketidakpuasan Bentuk Tubuh terhadap Perilaku Diet Remaja Putri di DKI Jakarta. Karya Tugas Akhir ini disusun guna memenuhi persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada Program Studi Psikologi di Universitas Mercu Buana Jakarta.

Dalam menyusun Tugas Akhir ini penulis merasa sangat amat bersyukur atas bantuan dan bimbingan serta pengarahan dari berbagai pihak yang sudah sangat bersedia untuk membantu penulis untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan baik.

Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Setiawati Intan Safitri, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Bapak Dhani Irmawan S.Psi. M.Sc selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Ibu Wenny Hikmah Syahputri, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik saya yang selalu memberikan dukungan penuh terhadap perkuliahan saya.
6. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir yang membantu memberi arahan serta dukungan sehingga saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini.

7. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, M.Psi, Ph.D selaku Dosen Mata Kuliah Tugas Akhir yang turut membantu memberikan materi penulisan dan pengolahan data pada Tugas Akhir.
8. Kedua orang tua saya, Edi Kurnaedi dan Siti Komariah, serta saudara saya Keysa Adila atas segala dukungan, kasih sayang, materi, hingga doa yang selalu menyertai sejak awal dan menjadi anugerah terbesar untuk saya.
9. Riska Serli, Savira Heningtiyas, dan Diah Febriyani yang selalu memberikan dukungan dan selalu bersedia mendengarkan keluh kesah saya.
10. Syifa Fazriati dan Alivia Nur yang selalu setia menemani saya dari awal perkuliahan hingga saat ini, senantiasa memberikan bantuan dan dukungan untuk saya.
11. Seluruh pihak yang terlibat dalam penyusunan, pengisian, dan penyebaran *google form* penelitian yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.



Jakarta, 14 September 2022

Deta Amelia Amanda

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Deta Amelia Amanda
NIM : 46118010086
Program Studi : Psikologi
Judul Tugas Akhir : Pengaruh Ketidakpuasan Bentuk Tubuh terhadap Perilaku Diet Remaja Putri di DKI Jakarta

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana Hak Bebas Royalti **Non-Eksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana bebas menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, mempublikasikan Tugas Akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 14 September 2022



Deta Amelia Amanda

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iii
PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iv
KATA PENGATAR	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. LATAR BELAKANG	1
1.2. RUMUSAN MASALAH	8
1.3. TUJUAN PENELITIAN	9
1.4. MANFAAT PENELITIAN	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1. PERILAKU DIET	11
2.1.1. Pengertian Perilaku Diet	11
2.1.2. Aspek Perilaku Diet	11
2.1.3. Faktor Pengaruh Perilaku Diet	12
2.2. KETIDAKPUASAN BENTUK TUBUH	13

2.2.1. Pengertian Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	13
2.2.2. Aspek Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	14
2.2.3. Faktor Pembentuk Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	15
2.3. REMAJA WANITA	16
2.4. PENELITIAN SEBELUMNYA	17
2.5. DINAMIKA PENELITIAN	23
2.5.1. Kerangka Berpikir	25
2.6. HIPOTESIS PENELITIAN	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	26
3.1. DESAIN PENELITIAN	26
3.2. VARIABEL PENELITIAN	26
3.2.1. Identifikasi Variabel	26
3.2.2. Definisi Variabel	26
3.3. SUBJEK PENELITIAN	27
3.3.1. Populasi Penelitian	27
3.3.2. Sampel Penelitian	27
3.4. METODE DAN ALAT PENGUMPULAN DATA	28
3.4.1. Skoring Ketidakpuasan Bentuk Tubuh dan Perilaku Diet	28
3.4.2. Alat Ukur Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	29
3.4.3. Alat Ukur Perilaku Diet	31
3.5. UJI INSTRUMEN	32
3.5.1. Hasil Uji Validitas	32
3.5.2. Hasil Uji Analisis Item	33
3.5.3. Hasil Uji Reliabilitas	38
3.6. UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS	38
3.6.1. Uji Validitas	38
3.6.2. Uji Reliabilitas	39

3.7.	UJI ASUMSI KLASIK	39
3.7.1.	Uji Normalitas	39
3.7.2.	Uji Linearitas	39
3.7.3.	Uji Multikoleniaritas	39
3.7.4.	Uji Heteroskedastisitas	40
3.8.	TEKNIK ANALISA DATA	40
1.4.1	Uji Koefisien Determinasi (R ²)	40
2.4.1	Uji F (Simultan)	40
3.4.1	Uji t (Parsial)	41
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	42
4.1.	GAMBARAN UMUM SUBJEK	42
4.1.1.	Jenis Kelamin Subjek	42
4.1.2.	Usia Subjek	42
4.1.3.	Domisili Subjek	43
4.2.	UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS	43
4.2.1.	Uji Validitas	43
4.2.2.	Uji Reliabilitas	46
4.3.	UJI ASUMSI KLASIK	46
4.3.1.	Uji Normalitas	46
4.3.2.	Uji Linearitas	47
4.3.3.	Uji Multikoleniaritas	48
4.3.4.	Uji Heteroskedastisitas	48
4.4.	TEKNIK ANALISA DATA	49
4.4.1.	Uji Koefisien Determinasi (R ²)	49
4.4.2.	Uji F (Simultan)	49
4.4.3.	Uji t	50
4.5.	PEMBAHASAN	51
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	56

5.1. KESIMPULAN	56
5.2. KETERBATASAN PENELITIAN	56
5.3. SARAN	56
5.3.1. Saran Teoritis	56
5.3.2. Saran Praktis	57
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN	62



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1.	Penelitian Sebelumnya	17
Tabel 3.1.	Skoring Ketidakpuasan Bentuk Tubuh dan Perilaku Diet	29
Tabel 3.2.	Blue Print Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	30
Tabel 3.3.	Blue Print Perilaku Diet	31
Tabel 3.4.	Hasil Uji Validitas Isi Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh dan Perilaku Diet	32
Tabel 3.5.	Hasil Analisis Item Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	33
Tabel 3.6.	Hasil Analisis Item Skala Perilaku Diet	34
Tabel 3.7.	Hasil Uji Analisis Faktor Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	35
Tabel 3.8.	Kesesuaian Kriteria Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	36
Tabel 3.9.	Hasil Uji Analisis Faktor Skala Perilaku Diet	37
Tabel 3.10.	Kesesuaian Kriteria Skala Perilaku Diet	37
Tabel 3.11.	Hasil Uji Reliabilitas Instrumen	38
Tabel 4.1.	Gambaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin	42
Tabel 4.2.	Gambaran Subjek Berdasarkan Usia	42
Tabel 4.3.	Gambaran Subjek Berdasarkan Domisili	43
Tabel 4.4.	Hasil Uji Validitas Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	44
Tabel 4.5.	Hasil Uji Validitas Skala Perilaku Diet	46
Tabel 4.6.	Hasil Uji Reliabilitas	46
Tabel 4.7.	Hasil Uji Normalitas	47
Tabel 4.8.	Hasil Uji Linearitas	47
Tabel 4.9.	Hasil Uji Multikoleniaritas	48

Tabel 4.10.	Hasil Uji Heteroskedastisitas	49
Tabel 4.11.	Hasil Uji Koefisien Determinasi (R ²)	49
Tabel 4.12	Hasil Uji F (Simultan)	50
Tabel 4.13	Hasil Uji t (Parsial)	50



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Kuesioner Penelitian	63
Lampiran 2	Sampel Tryout Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	70
Lampiran 3	Sampel Tryout Skala Perilaku Diet	72
Lampiran 4	Hasil Tryout Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	74
Lampiran 5	Hasil Tryout Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Perilaku Diet ...	76
Lampiran 6	Hasil Uji Analisis Faktor Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	78
Lampiran 7	Hasil Uji Analisis Faktor Skala Perilaku Diet	79
Lampiran 8	Sampel Penelitian Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	80
Lampiran 9	Sampel Penelitian Skala Perilaku Diet	90
Lampiran 10	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	100
Lampiran 11	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Perilaku Diet	102
Lampiran 12	Hasil Uji Normalitas	104
Lampiran 13	Hasil Uji Linearitas	105
Lampiran 14	Hasil Uji Multikoleniaritas	106
Lampiran 15	Hasil Uji Heteroskedastisitas	107
Lampiran 16	Hasil Uji Koefisien Determinasi (R ²)	108
Lampiran 17	Hasil Uji F (Simultan)	109
Lampiran 18	Hasil Uji t (Parsial)	110