

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1
TABEL POPULASI ISAAC DAN MICHAEL

TABEL 5.1
PENENTUAN JUMLAH SAMPEL DARI POPULASI TERTENTU
DENGAN TARAF KESALAHAN 1%, 5%, DAN 10%

N	s			N	s			N	s		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	155	138	2800	537	310	247
15	15	14	14	290	202	158	140	3000	543	312	248
20	19	19	19	300	207	161	143	3500	558	317	251
25	24	23	23	320	216	167	147	4000	569	320	254
30	29	28	27	340	225	172	151	4500	578	323	255
35	33	32	31	360	234	177	155	5000	586	326	257
40	38	36	35	380	242	182	158	6000	598	329	259
45	42	40	39	400	250	186	162	7000	606	332	261
50	47	44	42	420	257	191	165	8000	613	334	263
55	51	48	46	440	265	195	168	9000	618	335	263
60	55	51	49	460	272	198	171	10000	622	336	263
65	59	55	53	480	279	202	173	15000	635	340	266
70	63	58	56	500	285	205	176	20000	642	342	267
75	67	62	59	550	301	213	182	30000	649	344	268
80	71	65	62	600	315	221	187	40000	653	345	269
85	75	68	65	650	329	227	191	50000	655	346	269
90	79	72	68	700	341	233	195	75000	658	346	270
95	83	75	71	750	352	238	199	100000	659	347	270
100	87	78	73	800	363	243	202	150000	661	347	270
110	94	84	78	850	373	247	205	200000	661	347	270
120	102	89	83	900	382	251	208	250000	662	348	270
130	109	95	88	950	391	255	211	300000	662	348	270
140	116	100	92	1000	399	258	213	350000	662	348	270
150	122	105	97	1100	414	265	217	400000	662	348	270
160	129	110	101	1200	427	270	221	450000	663	348	270
170	135	114	105	1300	440	275	224	500000	663	348	270
180	142	119	108	1400	450	279	227	550000	663	348	270
190	148	123	112	1500	460	283	229	600000	663	348	270
200	154	127	115	1600	469	286	232	650000	663	348	270
210	160	131	118	1700	477	289	234	700000	663	348	270
220	165	135	122	1800	485	292	235	750000	663	348	270
230	171	139	125	1900	492	294	237	800000	663	348	271
240	176	142	127	2000	498	297	238	850000	663	348	271
250	182	146	130	2200	510	301	241	900000	663	348	271
260	187	149	133	2400	520	304	243	950000	663	348	271
270	192	152	135	2600	529	307	245	1000000	663	348	271
								∞	664	349	272

LAMPIRAN 2 HASIL MODIFIKASI ALAT UKUR

Table 3.2. Perubahan Aitem Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Apperance Scales (MBSRQ-AS)

	Sebelum Direvisi	Sesudah Direvisi
1	Sebelum keluar rumah, saya selalu memperhatikan penampilan fisik saya	1.Saya selalu memperhatikan penampilan fisik saya sebelum pergi keluar rumah
2	Saya merasa menarik/sexy	2.Saya merasa penampilan fisik saya menarik
6	Kebanyakan orang menganggap penampilan saya menarik	6.Kebanyakan orang menganggap penampilan fisik saya menarik
10	Saya sangat peka dengan penampilan saya apabila tidak terlihat baik	10.Saya sangat peka dengan penampilan fisik saya apabila tidak terlihat baik
13	Saya tidak pernah memikirkan seperti apa penampilan saya	13.Saya tidak pernah mepedulikan penampilan fisik saya
14	Saya selalu berusaha meningkatkan penampilan fisik saya	14.Saya selalu berusaha memperbaiki penampilan fisik
15	Saya sedang diet untuk menurunkan berat badan saya	15.Saya sedang melakukan diet untuk menurunkan berat badan
22	Saya pikir saya adalah seseorang yang memiliki berat badan berlebih	22. Saya pikir saya adalah seseorang yang memiliki berat badan yang berlebihan
23	Berdasarkan penampilan saya, kebanyakan orang akan berpikir bahwa saya adalah orang yang memiliki berat badan berlebih	23. Kebanyakan orang beranggapan berat badan saya berlebihan ketika melihat penampilan saya
32	Saya pernah mencoba menurunkan berat badan dengan berpuasa (di luar niat ibadah) atau dengan diet ekstrim	32. Saya pernah mencoba menurunkan berat badan melalui berpuasa (di luar niat ibadah) 33. Saya pernah mencoba menurunkan berat badan melalui diet mendadak

LAMPIRAN 3
HASIL UJI RELIABILITAS MENGGUNAKAN JASP

Reliability Statistic	
Cronbach's Alpha	N of Items
.922	35

LAMPIRAN 4
HASIL ANALISIS AITEM

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
--	----------------------------	--------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

V1	76.23	298.781	.195	.923
V2	76.29	297.146	.323	.922
V3	75.48	280.991	.704	.918
V4	73.45	315.523	-.409	.929
V5	75.58	281.385	.705	.918
V6	76.42	298.585	.282	.922
V7	76.03	290.632	.406	.921
V8	76.16	292.406	.364	.922
V9	75.55	282.323	.599	.919
V10	76.10	295.490	.320	.922
V11	75.39	275.512	.686	.917
V12	75.61	289.112	.422	.921
V13	76.06	295.862	.363	.922
V14	75.90	286.290	.481	.920
V15	75.10	281.224	.479	.921
V16	75.71	277.746	.676	.918
V17	75.45	293.923	.259	.923
V18	75.48	291.125	.438	.921
V19	75.61	290.512	.453	.921
V20	75.90	292.957	.358	.922
V21	76.39	298.312	.295	.922
V22	76.03	282.032	.686	.918
V23	75.19	290.828	.395	.921
V24	75.26	282.531	.607	.919
V25	75.77	282.047	.708	.918
V26	75.94	285.062	.617	.919
V27	75.84	282.540	.687	.918
V28	75.61	265.778	.796	.915
V29	75.81	286.161	.512	.920
V30	75.39	294.645	.258	.923
V31	75.58	288.718	.605	.919
V32	75.26	283.331	.499	.920
V33	74.26	281.265	.669	.918
V34	75.81	282.961	.634	.918
V35	75.97	284.766	.616	.919

LAMPIRAN 5
HASIL ANALISIS DESKRIPTIF VARIABEL *BODY IMAGE*

Results

Independent Samples T-Test

Independent Samples T-Test

	t	df	p	Cohen's d
Body Image	10.036	271	< .001	1.215

Note. Student's t-test.

Assumption Checks

Test of Normality (Shapiro-Wilk)

		W	p
Body Image	L	0.981	0.061
	P	0.984	0.098

Note. Significant results suggest a deviation from normality.

Test of Equality of Variances (Levene's)

	F	df	p
Body Image	0.081	1	0.776

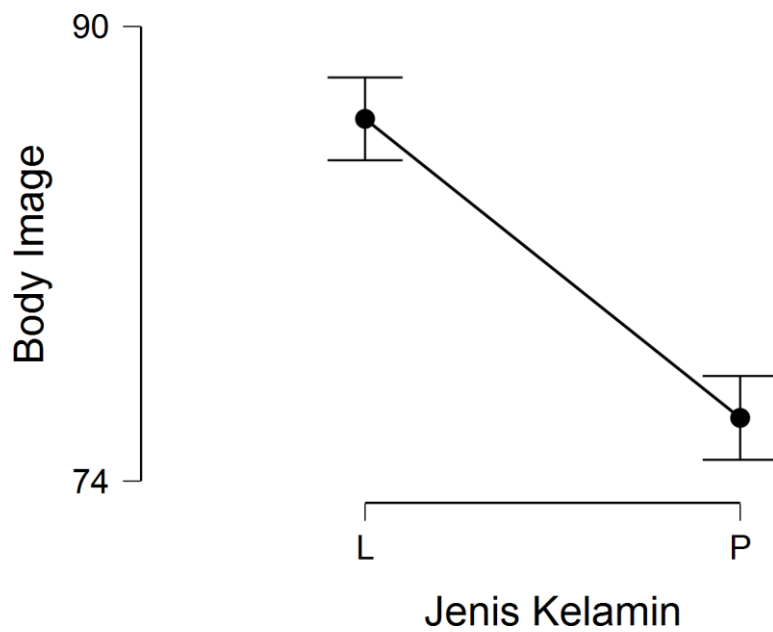
Descriptives

Group Descriptives

	Group	N	Mean	SD	SE
Body Image	L	135	86.748	8.559	0.737
	P	138	76.225	8.762	0.746

Descriptives Plots

Body Image



Descriptive Statistics

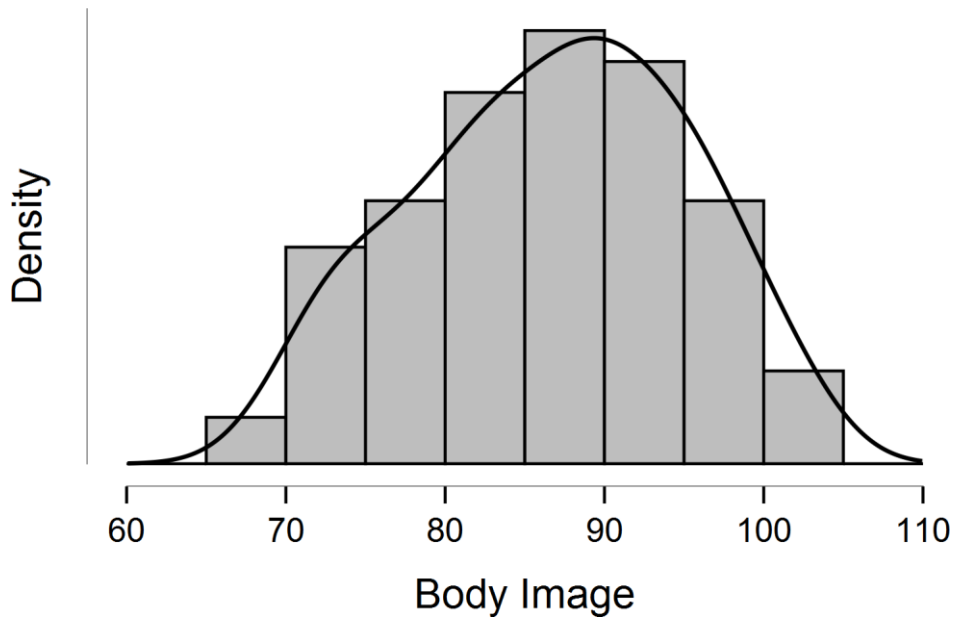
Descriptive Statistics

	Body Image	
	L	P
Valid	135	138
Missing	0	0
Mean	86.748	76.225
Std. Deviation	8.559	8.762
Skewness	-0.155	0.129
Std. Error of Skewness	0.209	0.206
Kurtosis	-0.788	-0.768
Std. Error of Kurtosis	0.414	0.410
Shapiro-Wilk	0.981	0.984
P-value of Shapiro-Wilk	0.061	0.098
Minimum	68.000	59.000
Maximum	104.000	97.000

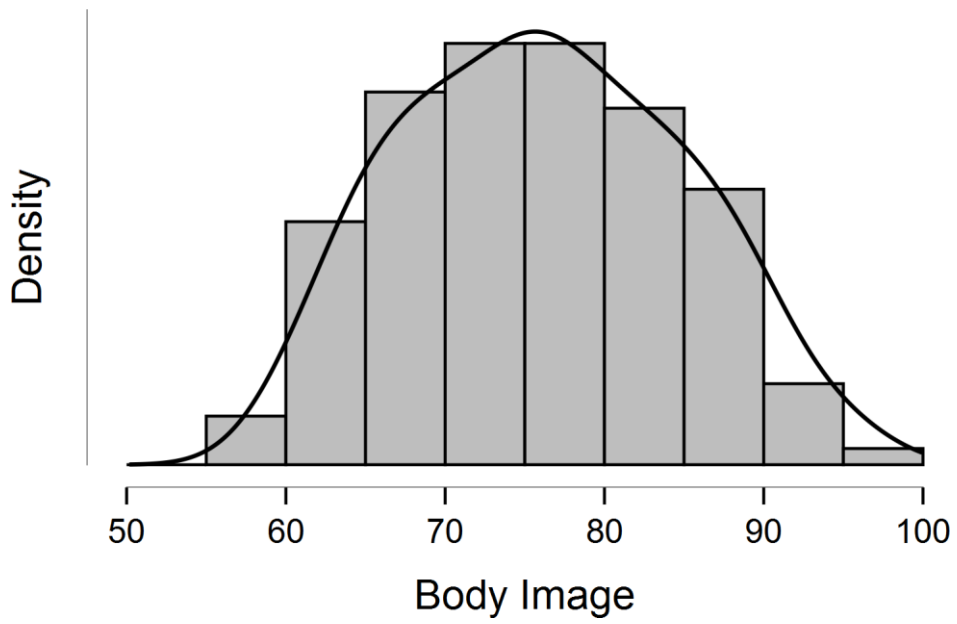
Distribution Plots

Body Image

L



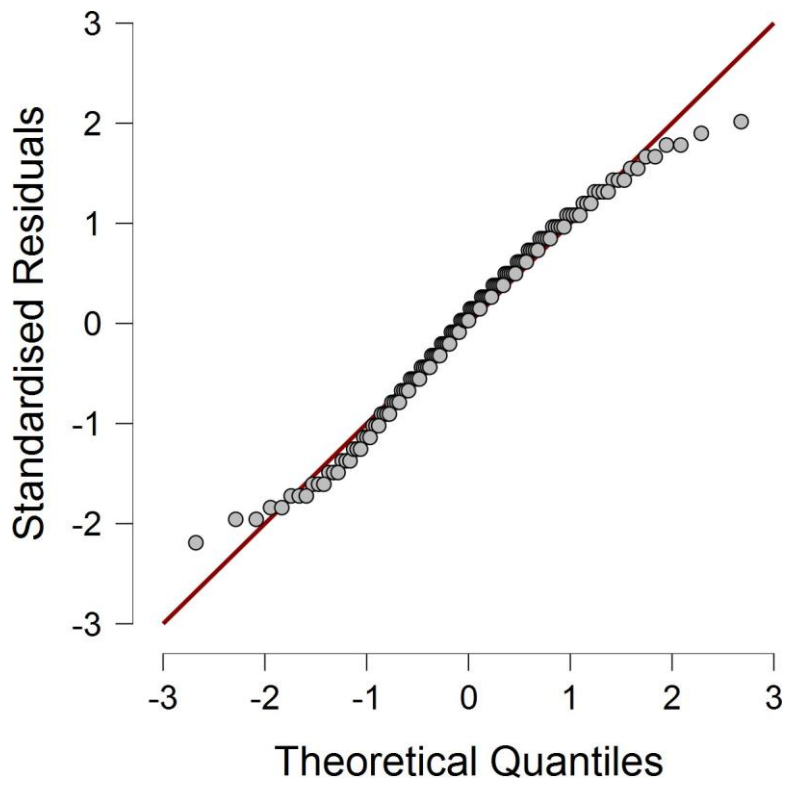
P



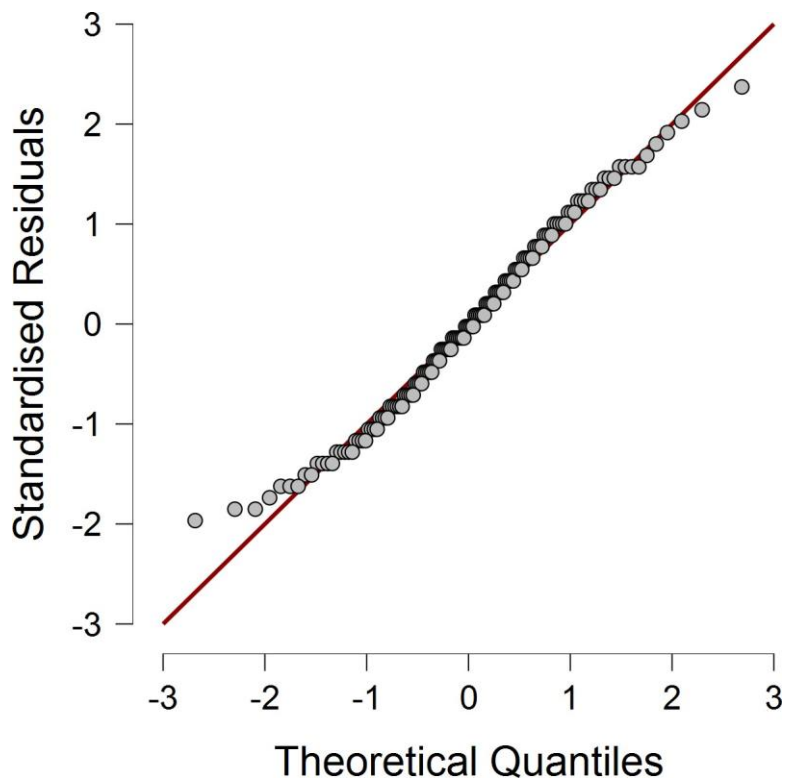
Q-Q Plots

Body Image

L



P



LAMPIRAN 6 KUESIONER

11/25/2021

Kuesioner

2. Nomer Telepon (nomor disesuaikan dengan akun GO-PAY / OVO) *

3. Nama/Inisial *

4. Jenis Kelamin *

Mark only one oval.

- Laki-laki
 Perempuan

5. Usia *

Mark only one oval.

- 15 tahun
 16 tahun
 17 tahun
 18 tahun

6. Domisili *

Mark only one oval.

- Jakarta Pusat
 Jakarta Utara
 Jakarta Barat
 Jakarta Selatan
 Jakarta Timur

7. Tipe diet yang diterapkan *

Mark only one oval.

- Intermittent Fasting
- Vegan
- Vegetarian
- Rendah Karbohidrat (Low-Carb)
- Ketogenik
- One Meal a Day
- Other: _____

8. Tujuan melakukan diet *

Check all that apply.

- Menurunkan Berat Badan
- Memperbaiki Penampilan / Terlihat Lebih Menarik
- Menjaga Kesehatan dan Pola Makan
- Other: _____

9. Sudah berapa lama anda melakukan diet? *

Mark only one oval.

- < 3 bulan
- 3 - 6 bulan
- 6 - 9 bulan
- 9 - 12 bulan
- > dari 1 tahun
- > dari 2 tahun
- Other: _____

Indeks Massa
Tubuh (IMT) /
Body Mass
Index (BMI)

Untuk mengetahui Indeks Massa Tubuh (IMT) / Body Mass Index (BMI), mohon melakukan pengisian tinggi badan (height) dan berat badan (weight) terlebih dahulu pada tautan berikut ini: <https://www.calculator.net/bmi-calculator.html>

10. BMI sebelum diet *

11. BMI saat ini *

12. Level Aktivitas Fisik *

Mark only one oval.

- Sangat sedikit (seperti: belajar online, istirahat, menonton TV)
- Aktivitas fisik rendah (seperti: olahraga ringan, stretching)
- Aktif (seperti: olahraga sedang secara teratur, melakukan pekerjaan fisik yang wajar)
- Sangat aktif (seperti olahraga berat yang konsisten, melakukan kegiatan yang membutuhkan upaya fisik yang intens)
- Other: _____

13. Upaya (selain diet) yang dilakukan untuk memiliki tubuh ideal *

Mark only one oval.

- Berolahraga
- Konsumsi obat khusus diet (obat penurun berat badan / penahan rasa lapar)
- Konsumsi makanan/minuman khusus diet (mengikuti catering diet/ susu WRP / minuman detox / whey protein)
- Melakukan sedot lemak/slimming/pembakaran lemak/perawatan di klinik kecantikan
- Other: _____

Petunjuk
pengisian

Dari pernyataan yang telah tersedia, jawablah dengan memilih salah satu dari 5 alternatif jawaban yang menurut Anda paling sesuai dan menggambarkan kondisi diri Anda saat ini:

- 1 = Sangat tidak setuju
- 2 = Tidak setuju
- 3 = Netral
- 4 = Setuju
- 5 = Sangat setuju

14. 1. Saya selalu memperhatikan penampilan fisik saya sebelum pergi keluar rumah *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

15. 2. Penting bagi saya untuk selalu tampil menarik *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

16. 3. Saya merasa penampilan fisik saya menarik *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

17. 4. Saya selalu khawatir ketika saya terlihat gemuk atau menjadi gemuk *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

18. 5. Saya menyukai penampilan fisik saya apa adanya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

19. 6. Saya sering memeriksa penampilan saya di cermin *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

20. 7. Sebelum pergi, saya meluangkan waktu yang cukup lama untuk berias *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

21. 8. Saya sangat peka pada perubahan kenaikan berat badan saya walaupun hanya sedikit *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

22. 9. Kebanyakan orang menganggap penampilan fisik saya menarik *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

23. 10. Penting bagi saya untuk selalu terlihat menarik *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

24. 11. Saya menggunakan beberapa produk perawatan kecantikan *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

25. 12. Saya menyukai penampilan diri saya tanpa berpakaian *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

26. 13. Saya sangat peka dengan penampilan fisik saya apabila tidak terlihat baik *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

27. 14. Saya mengenakan pakaian apa saja tanpa peduli bagaimana penampilan saya terlihat *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

28. 15. Saya menggunakan pakaian yang sesuai dengan ukuran tubuh saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

29. 16. Saya tidak peduli apa yang orang lain pikirkan tentang penampilan fisik saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

30. 17. Saya merawat dengan baik rambut saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

31. 18. Saya tidak menyukai penampilan fisik saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

32. 19. Saya merasa penampilan fisik saya tidak menarik *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

33. 20. Saya tidak pernah memedulikan penampilan fisik saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

34. 21. Saya selalu berusaha memperbaiki penampilan fisik *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

35. 22. Saya sedang melakukan diet untuk menurunkan berat badan *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

36. 23. Saya menyukai bentuk dan kulit wajah saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

37. 24. Saya merasa puas dengan penampilan rambut saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

38. 25. Saya menyukai bentuk kaki saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

39. 26. Saya menyukai bentuk pinggang saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

40. 27. Saya menyukai bentuk tubuh bagian atas saya (mulai dari lengan hingga bahu) *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

41. 28. Saya menyukai tampilan otot saya *

Mark only one oval.

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Setuju Sangat Setuju

42. 29. Saya merasa sudah memiliki berat badan yang ideal *

Mark only one oval.

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Setuju Sangat Setuju

43. 30. Saya merasa sudah memiliki tinggi badan yang ideal *

Mark only one oval.

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Setuju Sangat Setuju

44. 31. Saya merasa puas melalui penampilan fisik saya secara keseluruhan *

Mark only one oval.

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Setuju Sangat Setuju

45. 32. Saya pernah mencoba menurunkan berat badan melalui berpuasa (di luar niat ibadah) *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

46. 33. Saya pernah mencoba menurunkan berat badan dengan diet ekstrim *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

47. 34. Saya pikir saya adalah seseorang yang memiliki berat badan yang berlebihan *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

48. 35. Kebanyakan orang beranggapan berat badan saya berlebihan ketika melihat penampilan saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

Kuesioner

[DAPATKAN SALDO GO-PAY/OVO 100K!]

Selamat pagi/siang/sore/malam, perkenalkan saya Tazkia Kamilah Ramadhanty Mahasiswi Psikologi Fakultas Humaniora dan Bisnis, Universitas Pembangunan Jaya (UPJ). Saat ini, saya sedang melakukan penelitian terkait persepsi tentang tubuh pada remaja yang melakukan fad diets dalam rangka memenuhi penyelesaian Tugas Akhir (Skripsi).

Jika Anda:

1. Remaja laki-laki dan perempuan usia 15-18 tahun
2. Sedang melakukan diet (bukan diet yang dilakukan dengan pengawasan dokter/ahli gizi dan tidak sedang melakukan diet khusus untuk penyakit tertentu)
3. Berdomisili di Jakarta

Pada kesempatan ini, saya meminta bantuan dan kesediaan anda jika anda memenuhi karakteristik responden tersebut, untuk mengisi kuesioner dengan lengkap dan sesuai dengan keadaan diri anda yang sebenarnya.

Pengisian ini dilakukan dengan sukarela dan tanpa paksaan. Seluruh data & informasi yang diberikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya ditujukan untuk keperluan penelitian. Partisipasi anda dalam mengisi kuesioner ini sangat membantu dan bermanfaat bagi penelitian.

Anda juga berkesempatan mengikuti undian saldo Go-Pay / OVO sebesar RP. 100.000 bagi 10 orang beruntung!

Terimakasih atas perhatian dan kesediaannya!

Untuk informasi lebih lanjut, dapat menghubungi:

tazkiakamilla@gmail.com

* Required

1. Gift *

Mark only one oval.

GO-PAY

OVO

2. Nomer Telepon (nomor disesuaikan dengan akun GO-PAY / OVO) *

3. Nama/Inisial *

4. Jenis Kelamin *

Mark only one oval.

- Laki-laki
 Perempuan

5. Usia *

Mark only one oval.

- 15 tahun
 16 tahun
 17 tahun
 18 tahun

6. Domisili *

Mark only one oval.

- Jakarta Pusat
 Jakarta Utara
 Jakarta Barat
 Jakarta Selatan
 Jakarta Timur

7. Tipe diet yang diterapkan *

Mark only one oval.

- Intermittent Fasting
- Vegan
- Vegetarian
- Rendah Karbohidrat (Low-Carb)
- Ketogenik
- One Meal a Day
- Other: _____

8. Tujuan melakukan diet *

Check all that apply.

- Menurunkan Berat Badan
- Memperbaiki Penampilan / Terlihat Lebih Menarik
- Menjaga Kesehatan dan Pola Makan
- Other: _____

9. Sudah berapa lama anda melakukan diet? *

Mark only one oval.

- < 3 bulan
- 3 - 6 bulan
- 6 - 9 bulan
- 9 - 12 bulan
- > dari 1 tahun
- > dari 2 tahun
- Other: _____

Indeks Massa
Tubuh (IMT) /
Body Mass
Index (BMI)

Untuk mengetahui Indeks Massa Tubuh (IMT) / Body Mass Index (BMI), mohon melakukan pengisian tinggi badan (height) dan berat badan (weight) terlebih dahulu pada tautan berikut ini: <https://www.calculator.net/bmi-calculator.html>

10. BMI sebelum diet *

11. BMI saat ini *

12. Level Aktivitas Fisik *

Mark only one oval.

- Sangat sedikit (seperti: belajar online, istirahat, menonton TV)
- Aktivitas fisik rendah (seperti: olahraga ringan, stretching)
- Aktif (seperti: olahraga sedang secara teratur, melakukan pekerjaan fisik yang wajar)
- Sangat aktif (seperti olahraga berat yang konsisten, melakukan kegiatan yang membutuhkan upaya fisik yang intens)
- Other: _____

13. Upaya (selain diet) yang dilakukan untuk memiliki tubuh ideal *

Mark only one oval.

- Berolahraga
- Konsumsi obat khusus diet (obat penurun berat badan / penahan rasa lapar)
- Konsumsi makanan/minuman khusus diet (mengikuti catering diet/ susu WRP / minuman detox / whey protein)
- Melakukan sedot lemak/slimming/pembakaran lemak/perawatan di klinik kecantikan
- Other: _____

Petunjuk
pengisian

Dari pernyataan yang telah tersedia, jawablah dengan memilih salah satu dari 5 alternatif jawaban yang menurut Anda paling sesuai dan menggambarkan kondisi diri Anda saat ini:

- 1 = Sangat tidak setuju
- 2 = Tidak setuju
- 3 = Netral
- 4 = Setuju
- 5 = Sangat setuju

14. 1. Saya selalu memperhatikan penampilan fisik saya sebelum pergi keluar rumah *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

15. 2. Penting bagi saya untuk selalu tampil menarik *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

16. 3. Saya merasa penampilan fisik saya menarik *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

17. 4. Saya selalu khawatir ketika saya terlihat gemuk atau menjadi gemuk *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

18. 5. Saya menyukai penampilan fisik saya apa adanya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

19. 6. Saya sering memeriksa penampilan saya di cermin *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

20. 7. Sebelum pergi, saya meluangkan waktu yang cukup lama untuk berias *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

21. 8. Saya sangat peka pada perubahan kenaikan berat badan saya walaupun hanya sedikit *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

22. 9. Kebanyakan orang menganggap penampilan fisik saya menarik *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

23. 10. Penting bagi saya untuk selalu terlihat menarik *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

24. 11. Saya menggunakan beberapa produk perawatan kecantikan *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

25. 12. Saya menyukai penampilan diri saya tanpa berpakaian *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

26. 13. Saya sangat peka dengan penampilan fisik saya apabila tidak terlihat baik *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

27. 14. Saya mengenakan pakaian apa saja tanpa peduli bagaimana penampilan saya terlihat *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

28. 15. Saya menggunakan pakaian yang sesuai dengan ukuran tubuh saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

29. 16. Saya tidak peduli apa yang orang lain pikirkan tentang penampilan fisik saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

30. 17. Saya merawat dengan baik rambut saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

31. 18. Saya tidak menyukai penampilan fisik saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

32. 19. Saya merasa penampilan fisik saya tidak menarik *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

33. 20. Saya tidak pernah memedulikan penampilan fisik saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

34. 21. Saya selalu berusaha memperbaiki penampilan fisik *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

35. 22. Saya sedang melakukan diet untuk menurunkan berat badan *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

36. 23. Saya menyukai bentuk dan kulit wajah saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

37. 24. Saya merasa puas dengan penampilan rambut saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

38. 25. Saya menyukai bentuk kaki saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

39. 26. Saya menyukai bentuk pinggang saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

40. 27. Saya menyukai bentuk tubuh bagian atas saya (mulai dari lengan hingga bahu) *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

41. 28. Saya menyukai tampilan otot saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

42. 29. Saya merasa sudah memiliki berat badan yang ideal *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

43. 30. Saya merasa sudah memiliki tinggi badan yang ideal *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

44. 31. Saya merasa puas melalui penampilan fisik saya secara keseluruhan *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

45. 32. Saya pernah mencoba menurunkan berat badan melalui berpuasa (di luar niat ibadah) *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

46. 33. Saya pernah mencoba menurunkan berat badan dengan diet ekstrim *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

47. 34. Saya pikir saya adalah seseorang yang memiliki berat badan yang berlebihan *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

48. 35. Kebanyakan orang beranggapan berat badan saya berlebihan ketika melihat penampilan saya *

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	
Sangat Tidak Setuju	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Sangat Setuju

THANK YOU!!



This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

Results

Contingency Tables

Contingency Tables

Tujuan	Skor BI Laki-laki		Total
	Cenderung Negatif	Cenderung Positif	
Agar tidak di bully	0	1	1
Lebih fokus dan tidak mudah mengantuk	0	2	2
Membentuk Otot / abs	0	4	4
Memperbaiki Penampilan / Terlihat Lebih Menarik	2	73	75
Mengurangi emosi saat makan daging merah	0	1	1
Menjaga Kesehatan dan Pola Makan	1	43	44
Menurunkan Berat Badan	0	8	8
Total	3	132	135

Chi-Squared Tests

	Value	df	p
X ²	0.432	6	0.999
N	135		

Results

Contingency Tables

Contingency Tables

Durasi diet	Skor BI Laki-laki		Total
	Cenderung Negatif	Cenderung Positif	
3 - 6 bulan	0	47	47
6 - 9 bulan	1	29	30
9 - 12 bulan	0	17	17
< 3 bulan	2	27	29
> dari 1 tahun	0	5	5
> dari 2 tahun	0	7	7
Total	3	132	135

Chi-Squared Tests

	Value	df	p
X ²	4.814	5	0.439
N	135		

Results

Contingency Tables

Contingency Tables

Level aktivitas	Skor BI Laki-laki		Total
	Cenderung Negatif	Cenderung Positif	
Aktif (seperti: olahraga sedang secara teratur, melakukan pekerjaan fisik yang wajar)	0	53	53
Aktivitas fisik rendah (seperti: olahraga ringan, stretching)	1	35	36
Sangat aktif (seperti olahraga berat yang konsisten, melakukan kegiatan yang membutuhkan upaya fisik yang intens)	1	35	36
Sangat sedikit (seperti: belajar online, istirahat, menonton TV)	1	9	10
Total	3	132	135

Chi-Squared Tests

	Value	df	p
X ²	4.091	3	0.252
N	135		

Results

Contingency Tables

Contingency Tables

Upaya lain	Skor BI Laki-laki		Total
	Cenderung Negatif	Cenderung Positif	
Berdoa	0	1	1
Berolahraga (Fitness/ Workout/ Gym/ Muaythai)	2	78	80
Konsumsi makanan/minuman khusus diet (mengikuti catering diet/ susu WRP / minuman detox / whey protein)	0	27	27
Tidak ada	1	25	26
Tidur Cukup	0	1	1
Total	3	132	135

Chi-Squared Tests

	Value	df	p
X ²	1.003	4	0.909
N	135		

Results

Contingency Tables

Contingency Tables

Tujuan	Skor BI Perempuan		Total
	Cenderung Negatif	Cenderung Positif	
Agar muat pada baju/kostum	1	1	2
Agar tidak di bully	0	2	2
Membentuk Otot / abs	0	1	1
Memperbaiki Penampilan / Terlihat Lebih Menarik	11	14	25
Mengurangi Lemak	0	1	1
Menjaga Kesehatan dan Pola Makan	1	7	8
Menurunkan Berat Badan	28	71	99
Total	41	97	138

Chi-Squared Tests

	Value	df	p
X ²	5.761	6	0.451
N	138		

Results

Contingency Tables

Contingency Tables

Durasi diet	Skor BI Perempuan		Total
	Cenderung Negatif	Cenderung Positif	
3 - 6 bulan	18	43	61
6 - 9 bulan	3	5	8
9 - 12 bulan	3	7	10
< 3 bulan	14	40	54
> dari 1 tahun	2	2	4
> dari 2 tahun	1	0	1
Total	41	97	138

Chi-Squared Tests

	Value	df	p
X ²	3.759	5	0.585
N	138		

Results

Contingency Tables

Contingency Tables

Level aktivitas	Skor BI Perempuan		Total
	Cenderung Negatif	Cenderung Positif	
Aktif (seperti: olahraga sedang secara teratur, melakukan pekerjaan fisik yang wajar)	14	28	42
Aktivitas fisik rendah (seperti: olahraga ringan, stretching)	15	40	55
Sangat aktif (seperti olahraga berat yang konsisten, melakukan kegiatan yang membutuhkan upaya fisik yang intens)	2	9	11
Sangat sedikit (seperti: belajar online, istirahat, menonton TV)	10	20	30
Total	41	97	138

Chi-Squared Tests

	Value	df	p
X ²	1.309	3	0.727
N	138		

Results

Contingency Tables

Contingency Tables

Upaya lain	Skor BI Perempuan		Total
	Cenderung Negatif	Cenderung Positif	
Berolahraga (Fitness/ Workout/ Gym/ Muaythai)	13	52	65
Konsumsi makanan/minuman khusus diet (mengikuti catering diet/ susu WRP / minuman detox / whey protein)	15	20	35
Konsumsi obat khusus diet (obat penurun berat badan / penahan rasa lapar)	2	7	9
Makan teratur & perbanyak konsumsi sayuran	0	1	1
Melakukan perawatan di klinik kecantikan (slimming/pembakaran lemak)	0	3	3
Minum air putih teratur	1	0	1
Tidak ada	9	14	23
Tidak makan malam & tidak makan gorengan	1	0	1
Total	41	97	138

Chi-Squared Tests

	Value	df	p
X ²	13.473	7	0.061
N	138		



FORMULIR PEMBIMBINGAN SKRIPSI/TA

SPT-I/03/SOP-28/F-03

No. Rekaman

Nama Mahasiswa : Tazkia Kamilah Ramadhanty
Prodi/NIM : Psikologi / 2016031036
Judul Skripsi/TA yang diajukan : Perbedaan Body Image pada Remaja yang Melakukan Fad Diets di Jakarta Ditinjau dari Jenis Kelamin

No	Tanggal	Materi Pembimbingan	Paraf Mhs	Paraf Dosen Pembimbing
1	21 September 2021	Revisi BAB 1-3		
2	8 Oktober 2021	Revisi BAB 1-3		
3	15 Oktober 2021	Revisi BAB 1-3		
4	26 Oktober 2021	Revisi BAB 1-3		
5	3 November 2021	Revisi BAB 1-3		
6	25 November 2021	Revisi Kuesioner		
7	10 Desember 2021	Coding dan olah data BAB 4		
8	22 Desember 2021	BAB 4		
9	23 Desember 2021	BAB 4-5		

* Jika pembimbingan lebih dari minimal 8 kali, mohon membuat salinan formulir ini

Tazkia Kamilah R. Mahasiswa	Maria Jane T. S. S. Psi, M. Psi, Psi Dosen Pembimbing 1	Dosen Pembimbing 2