

### BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh data empiris mengenai hubungan antara *Body Dissatisfaction* dengan perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung. Pada bab ini akan diuraikan mengenai hasil pengolahan data dilengkapi dengan pembahasan yang didasarkan pada hasil perhitungan statistic, pengujian hipotesis, dan tinjauan-tinjauan teoritis. Perhitungan statistic yang digunakan dalam penelitian ini dilakukan menggunakan *Rank Spearman*. Penggunaan *Rank Spearman* dimaksud untuk mengetahui hubungan *Body Dissatisfaction* dengan perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung.

##### **4.1.1 Uji Korelasi rank Spearman ( $r_s$ ) Antara *Body Dissatisfaction* dengan Perilaku Diet Tidak Sehat Remaja Putri yang menjadi *Member herbalife* di Bandung**

Penelitian ini dilakukan untuk melihat bagaimana keeratan hubungan *Body Dissatisfaction* dengan perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung. Perhitungan pengujian hipotesis tersebut dilakukan dengan menggunakan perhitungan *rank Spearman* dan bantuan program SPSS versi 20.0 for Windows (*Statistical Package for Social Science*). Perhitungan tersebut memberikan hasil sebagaimana tercantum dalam tabel berikut:

**Tabel 4.1**  
**Korelasi antara *Body Dissatisfaction* dengan Perilaku Diet Tidak Sehat**

			dissatisfaction	perilakudiet
Spearman's rho	dissatisfaction	Correlation Coefficient	1.000	.408
		Sig. (2-tailed)	.	.010
		N	39	39
	perilakudiet	Correlation Coefficient	.408	1.000
		Sig. (2-tailed)	.010	.
		N	39	39

**Hipotesis Statistik :**

H<sub>0</sub> :  $r_s \leq 0$ , Tidak terdapat hubungan antara *Body Dissatisfaction* dengan perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung.

H<sub>1</sub> :  $r_s > 0$  , Terdapat hubungan antara *Body Dissatisfaction* dengan perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung.

**Uji Statistik :**

$$r = 0,408$$

$$sig = 0,10$$

$$\alpha = 0,05$$

**Kriteria Pengujian:**

Tolak H<sub>0</sub> jika  $sig < \alpha$

Dengan menggunakan korelasi rank Spearman juga didapat nilai korelasi sebesar  $r_s = 0,408$ , yang menurut tabel Guilford berada dalam kategori hubungan yang cukup erat . Dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan yang cukup erat antara *Body Dissatisfaction* dengan perilaku diet tidak sehat yang artinya semakin tinggi *Body Dissatisfaction* maka semakin

tinggi perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung.

#### 4.1.2 Uji Korelasi *rank Spearman (rs)* Aspek *Body Dissatisfaction* dengan Perilaku Diet Remaja Putri yang menjadi *Member herbalife* di Bandung

Untuk mengetahui lebih jauh hubungan antara aspek *Body Dissatisfaction* dengan perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung, maka peneliti melihat aspek *Body Dissatisfaction* dihubungkan dengan perilaku diet tidak sehat.

**Tabel 4.2**  
**Korelasi Antara *Body Dissatisfaction* Aspek Penilaian Negatif terhadap Bentuk Tubuh dengan Perilaku Diet Tidak Sehat**

			aspek1	perilakudiet
Spearman's rho	aspek1	Correlation Coefficient	1.000	.284
		Sig. (2-tailed)	.	.079
		N	39	39
	perilakudiet	Correlation Coefficient	.284	1.000
		Sig. (2-tailed)	.079	.
		N	39	39

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan korelasi *rank Spearman* menghasilkan nilai korelasi sebesar  $rs = 0,284$ , yang menurut tabel kritis Guilford berada dalam kategori korelasi hubungan yang lemah antara *Body Dissatisfaction* aspek penilaian negatif terhadap bentuk tubuh dengan perilaku diet tidak sehat. Dengan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan yang rendah antara *Body Dissatisfaction* aspek penilaian negative terhadap bentuk tubuh dengan perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung.

**Tabel 4.3**  
**Korelasi Antara *Body Dissatisfaction* Aspek Perasaan Malu terhadap Bentuk Tubuh Ketika Berada di Lingkungan Sosial dengan Perilaku Diet Tidak Sehat**

			aspek2	perilakudiet
Spearman's rho	aspek2	Correlation Coefficient	1.000	.418**
		Sig. (2-tailed)	.	.008
		N	39	39
	perilakudiet	Correlation Coefficient	.418**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.008	.
		N	39	39

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan korelasi *rank spearman* menghasilkan nilai korelasi sebesar  $rs = 0,418$ , yang menurut tabel Guilford berada dalam kategori hubungan yang cukup erat. Dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang cukup erat antara *Body Dissatisfaction* aspek perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada dalam lingkungan sosial dengan perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung.

**Tabel 4.4**  
**Korelasi Antara *Body Dissatisfaction* Aspek *Body Checking* dengan Perilaku Diet Tidak Sehat**

			aspek3	perilakudiet
Spearman's rho	aspek3	Correlation Coefficient	1.000	.980**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	39	39
	perilakudiet	Correlation Coefficient	.980**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	39	39

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan korelasi *rank spearman* menghasilkan nilai korelasi sebesar  $rs = 0,980$ , yang menurut tabel Guilford berada dalam kategori hubungan yang sangat erat. Dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang sangat erat antara *Body*

*Dissatisfaction* aspek *body checking* dengan perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung.

**Tabel 4.5**  
**Korelasi Antara *Body Dissatisfaction* Aspek Kamuflase Tubuh dengan Perilaku Diet Tidak Sehat**

			aspek4	perilakudiet
Spearman's rho	aspek4	Correlation Coefficient	1.000	.442**
		Sig. (2-tailed)	.	.005
		N	39	39
perilakudiet		Correlation Coefficient	.442**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.005	.
		N	39	39

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan korelasi *rank spearman* menghasilkan nilai korelasi sebesar  $rs = 0,442$ , yang menurut tabel Guilford berada dalam kategori hubungan yang cukup erat. Dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang cukup erat antara *Body Dissatisfaction* aspek *kamuflase tubuh* dengan perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung.

**Tabel 4.6**  
**Korelasi Antara *Body Dissatisfaction* Aspek Penghindaran Aktivitas Sosial dan Kontak Fisik dengan Orang lain dengan Perilaku Diet Tidak Sehat**

			aspek5	perilakudiet
Spearman's rho	aspek5	Correlation Coefficient	1.000	.493**
		Sig. (2-tailed)	.	.001
		N	39	39
perilakudiet		Correlation Coefficient	.493**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.001	.
		N	39	39

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan korelasi *rank spearman* menghasilkan nilai korelasi sebesar  $rs = 0,493$ , yang menurut tabel Guilford berada dalam kategori hubungan yang cukup erat. Dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang cukup erat antara *Body Dissatisfaction* aspek penghindaran aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain dengan perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung.

#### **4.1.3 Perhitungan Distribusi Frekuensi *Body Dissatisfaction* Remaja Putri yang menjadi *Member herbalife* di Bandung**

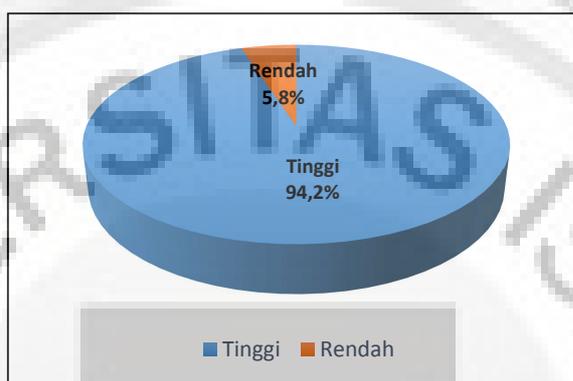
*Body Dissatisfaction* dalam penelitian ini memiliki lima aspek yaitu aspek penilaian negative terhadap bentuk tubuh, aspek perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada dalam aktivitas sosial, aspek *body checking*, aspek kamuflase tubuh, dan aspek penghindaran aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain. Maka selanjutnya dilakukan pembagian kategori. Skor total maksimal yang diperoleh dalam *Body Dissatisfaction* adalah 300 dan skor minimal diperoleh 75.

Berdasarkan skor yang diperoleh tersebut dibagi dua kategori *Body Dissatisfaction* tinggi dan *Body Dissatisfaction* rendah. Dalam mengkatagorikan data mengenai *Body Dissatisfaction* dilakukan berdasarkan kategori jenjang dalam model distrobusi normal. Kategori ini memiliki tujuan menempatkan individu ke dalam kelompok terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang di ukur. Berikut hasil perhitungan tabulasi *Body Dissatisfaction* remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung.

Diketahui:

**Tabel 4.7**  
**Distribusi Frekuensi *Body Dissatisfaction***

No.	Kelas Interval	Frekuensi	%	Kategori
1.	75-187	2	5,2%	Rendah
2.	188-300	37	94,85	Tinggi
Total		39	100%	



**Diagram 4.1**  
**Distribusi Frekuensi *Body Dissatisfaction***

Berdasarkan tabel dan diagram di atas, menunjukkan bahwa *Body Dissatisfaction* remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung yang memiliki kriteria rendah sebanyak 2 orang dan memiliki kriteria tinggi sebanyak 37 orang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung memiliki *Body Dissatisfaction* tinggi.

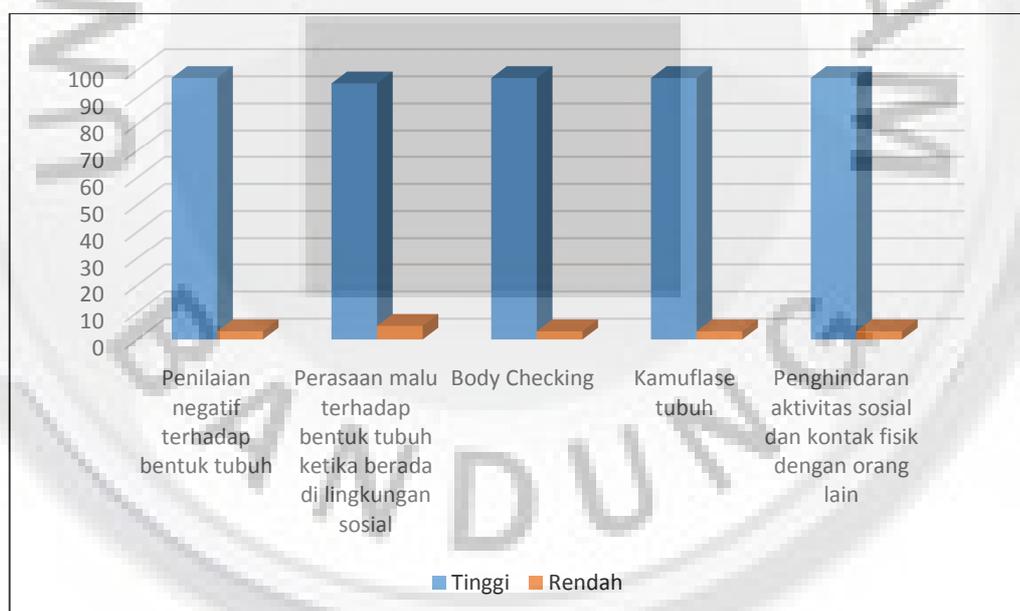
#### **4.1.4 Distribusi Frekuensi aspek-aspek *Body Dissatisfaction* Remaja Putri yang menjadi *Member herbalife* di Bandung**

Akan diuraikan gambaran dari setiap aspek-aspek *body dissatisfaction*, selanjutnya akan dilakukan pembagian dua kategori. Aspek penilaian negatif terhadap bentuk tubuh memiliki skor terendah 21 dan skor tertinggi 84, aspek perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial memiliki skor terendah 19 dan skor tertinggi 76, aspek *body checking* memiliki skor

terendah 14 dan skor tertinggi 56, aspek kamuflase tubuh memiliki skor terendah 7 dan skor tertinggi 28, serta aspek penghindaran aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain memiliki skor terendah 14 dan skor tertinggi 56.

**Tabel 4.8**  
**Persentase *Body Dissatisfaction* Berdasarkan Aspek**

Aspek	Rendah		Tinggi		Jumlah
	21-52	1 2,6%	53-82	38 97,4%	
Penilaian negatif terhadap bentuk tubuh	21-52	1 2,6%	53-82	38 97,4%	39 100%
Perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial	19-47	2 5,2%	48-76	37 94,8%	39 100%
<i>Body Checking</i>	14-34	1 2,6%	35-56	38 97,4%	39 100%
Kamuflase Tubuh	7-17	1 2,6%	18-28	38 97,4%	39 100%
penghindaran aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain	14-34	1 2,6%	35-56	38 97,4%	39 100%



**Grafik 4.1**  
**Grafik Aspek-aspek *Body Dissatisfaction***

Berdasarkan tabel dan grafik di atas, dapat menunjukkan bahwa pada aspek penilaian negatif terhadap bentuk tubuh terdapat 38 remaja putri yang memiliki kriteria tinggi dan 1 remaja putri yang memiliki kriteria rendah, pada aspek

perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial terdapat 37 remaja putri yang memiliki kriteria tinggi dan 2 remaja putri memiliki kriteria rendah, pada aspek *body checking* terdapat 38 remaja putri yang memiliki kriteria tinggi dan 1 remaja putri yang memiliki kriteria rendah, aspek kamufase tubuh terdapat 38 remaja putri yang memiliki kriteria tinggi dan 1 remaja putri yang memiliki kriteria rendah, aspek penghindaran sktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain terdapat 38 remaja putri yang memiliki kriteria tinggi dan 1 remaja putri yang memiliki kriteria rendah.

#### **4.1.5 Perhitungan Distribusi Frekuensi Perilaku Diet Tidak Sehat Remaja Putri yang menjadi *Member herbalife* di Bandung**

Perilaku diet tidak sehat dalam penelitian ini dilihat dari aspek-aspek dimana perilaku diet tidak sehat ini memiliki tiga aspek yang terdiri dari, eksternal, *emotional eating* dan *restraint*. Dalam mengkategorikan data mengenai perilaku diet tidak sehat dilakukan berdasarkan kategori jenjang dalam model distribusi normal. Kategori ini memiliki tujuan menempatkan individu ke dalam kelompok terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur.

Berdasarkan perhitungan statistik didapatkan skor maksimal sebesar 208 dan skor minimal sebesar 52 yang kemudia menghasilkan jarak interval yang dibagi kedalam dua kategori yaitu kategori tinggi dan kategori rendah. Berikut hasil perhitungan tabulasi perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung.

**Tabel 4.9**  
**Distribusi Frekuensi Perilaku Diet Tidak Sehat**

No.	Kelas Interval	Frekuensi	%	Kategori
1.	52-129	1	2,6 %	Rendah
2.	130-208	38	97,4 %	Tinggi



**Diagram 4.2**  
**Diagram Perilaku Diet Tidak Sehat**

Berdasarkan diagram di atas, menunjukkan bahwa perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung yang memiliki kriteria rendah sebanyak 3 % dan memiliki kriteria tinggi sebanyak 97 % orang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung memiliki perilaku diet tidak sehat tinggi.

#### 4.1.6 Distribusi Frekuensi Aspek dari Perilaku Diet Tidak Sehat

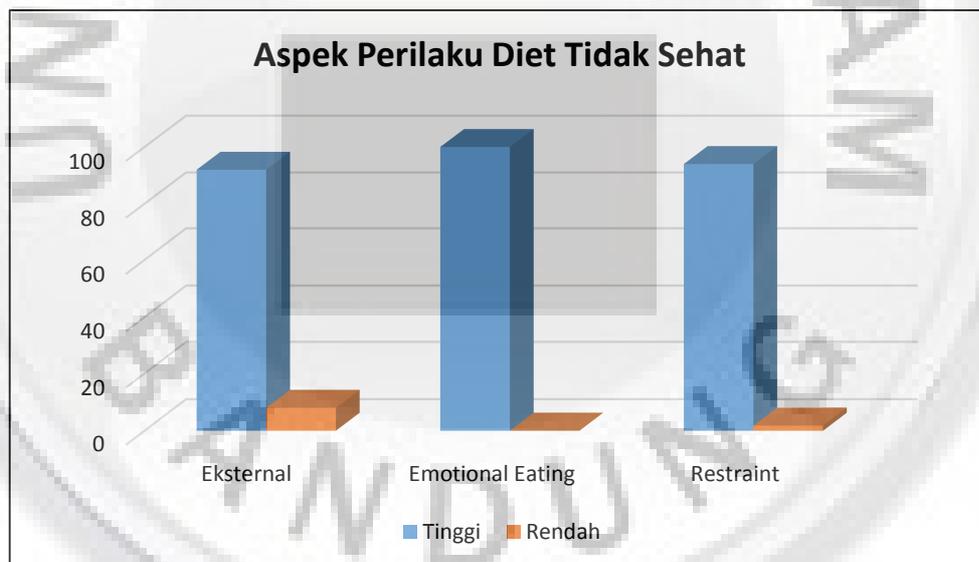
Berdasarkan perhitungan statistik didapatkan skor maksimal sebesar 208 dan skor minimal sebesar 52, yang kemudian akan menghasilkan jarak interval yang dibagi ke dalam dua kategori yaitu kategori tinggi dan kategori rendah.

Pada aspek pertama yaitu eksternal yang merupakan cara pengaturan pola makan yang tidak sesuai dengan aturan diet yang sehat dan penggunaan obat-obatan pelangsing memiliki skor terendah sebanyak 28 dan skor tertinggi sebanyak 112, aspek kedua yaitu emotional eating yang merupakan rasa cemas,

rasa takut dan khawatir yang timbul dalam perilaku makan memiliki skor terendah sebanyak 11 dan skor tertinggi sebanyak 44, serta aspek yang ketiga yaitu restraint yang merupakan pengendalian diri atau usaha kognitif yang dilakukan untuk melawan keinginan makan memiliki skor terendah sebanyak 13 dan skor tertinggi sebanyak 52.

**Tabel 4.10**  
**Persentase Perilaku Diet Tidak Sehat Berdasarkan Aspek**

Aspek	Rendah		Tinggi		Jumlah	
	Skor	Jumlah (%)	Skor	Jumlah (%)	Jumlah	Persentase
<b>Eksternal</b>	28-69	3 7,7 %	70-112	36 92,3 %	39	100 %
<b>Emotional Eating</b>	11-27	0 0 %	28-44	39 100 %	39	100 %
<b>Restraint</b>	13-32	2 5,2 %	33-52	37 94,8 %	39	100 %



**Grafik 4.2**  
**Grafik Aspek Perilaku Diet Tidak Sehat**

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa pada aspek pertama yaitu eksternal yang merupakan cara pengaturan pola makan yang tidak sesuai dengan aturan diet yang sehat dan penggunaan obat-obatan pelangsing menunjukkan 36 (92,3%) remaja putri memiliki skor tinggi dan 3 (7,7%) remaja

putri memiliki skor rendah, pada aspek kedua yaitu *emotional eating* yang merupakan rasa cemas, rasa takut dan khawatir yang timbul dalam perilaku makan menunjukkan 39 (100%) remaja putri memiliki skor tinggi dan 0 (0%) remaja putri memiliki skor rendah, serta aspek yang ketiga yaitu *restraint* yang merupakan pengendalian diri atau usaha kognitif yang dilakukan untuk melawan keinginan makan menunjukkan 37 (94,8%) remaja putri memiliki skor tinggi dan 2 (5,2%) remaja putri memiliki skor rendah

#### 4.1.7 Perhitungan Tabulasi Silang

Untuk mengetahui informasi mengenai berapa besar frekuensi dan presentasi dari kategori suatu variabel (aspek variabel) berkaitan dengan besar frekuensi dan presentase dari kategori (aspek variabel) lainnya, dapat dilakukan melalui tabulasi silang. Berikut besar frekuensi dan presentase dari responden yang memiliki *Body Dissatisfaction* rendah atau tinggi dan reponden yang memiliki perilaku diet tidak sehat rendah atau tinggi.

**Tabel 4.11**  
**Tabulasi Silang Antara *Body Dissatisfaction* dengan Perilaku Diet Tidak Sehat Remaja Putri yang Menjadi *Member herbalife* di Bandung**

Variabel/Aspek		Perilaku Diet Tidak Sehat		
		Rendah	Tinggi	Total
<i>Body Dissatisfaction</i>	Rendah	0 (0%)	2 (5,1%)	2 (5,1%)
	Tinggi	1 (2,6 %)	36 (92,3%)	37 (94,9%)
	Total	1 (2,6%)	38 (97,4%)	39 (100%)

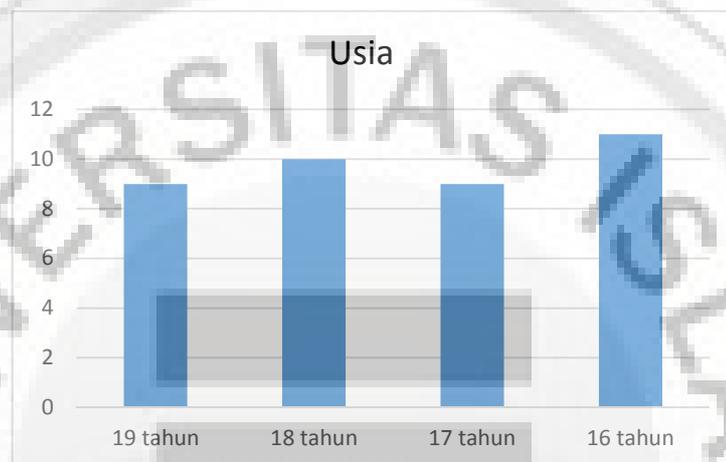
Berdasarkan tabel di atas, maka dapat disimpulkan bahwa:

- Terdapat 0% remaja putri yang memiliki *Body Dissatisfaction* rendah dan perilaku diet tidak sehat rendah
- Terdapat 2,6% remaja putri yang memiliki *Body Dissatisfaction* tinggi dan perilaku diet tidak sehat rendah

- Terdapat 5,1% remaja putri yang memiliki *Body Dissatisfaction* rendah dan perilaku diet tidak sehat tinggi
- Terdapat 92,3% remaja putri yang memiliki *Body Dissatisfaction* tinggi dan perilaku diet tidak sehat tinggi.

#### 4.1.8 Gambaran Responden

##### 4.1.8.1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia



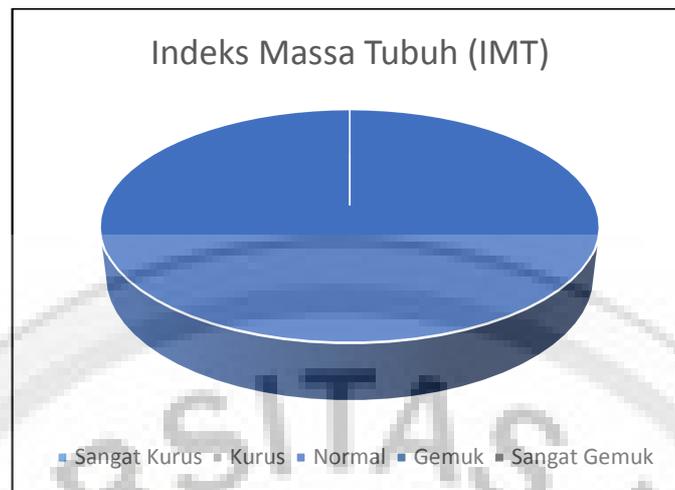
**Grafik 4.3**  
**Grafik Usia Responden**

Berdasarkan grafik usia di atas (grafik 4.1), sebanyak 9 orang (23%) berusia 19 tahun, 10 orang (26%) berusia 18 tahun, 9 orang (23%) berusia 17 tahun, dan 11 orang (28%) berusia 16 tahun.

##### 4.1.8.2 Gambaran Responden berdasarkan IMT (Indeks Massa Tubuh)

**Tabel 4.12**  
**Kategorisasi Indeks Massa Tubuh (Dep. Kesehatan RI)**

IMT (Indeks Massa Tubuh)
<17,0 (Sangat Kurus)
17,0-18,5 (Kurus)
18,5-25,0 (Normal)
25,0-27,0 (Gemuk)
>27,0 (Sangat Gemuk)



**Diagram 4.3**  
**Diagram Indeks Massa Tubuh Responden**

Berdasarkan diagram di atas (Diagram 4.3), diketahui bahwa sebanyak 39 orang (100%) berada dalam kategori normal.

#### 4.2 Pembahasan

Pembahasan ini mengacu pada analisis dan konsep teoritis *Body Dissatisfaction* (Rosen & Reiter) dan perilaku diet (Ruderman) yang melandasi penelitian ini. *Body Dissatisfaction* adalah keterpakuan pikiran akan penilaian yang negatif terhadap tampilan fisik dan adanya perasaan malu dengan keadaan fisiknya ketika berada dilingkungan sosial. Perilaku diet adalah penurunan berat badan yang dilakukan dengan melakukan perilaku-perilaku yang membahayakan kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa erat hubungan *Body Dissatisfaction* dengan perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung.

Dari hasil analisis data penelitian tersebut, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan positif yang cukup erat antara *Body Dissatisfaction* dengan perilaku diet tidak sehat remaja yang menjadi *member herbalife* di Bandung. Korelasi yang didapatkan antara *Body Dissatisfaction* dengan perilaku diet tidak sehat remaja yang menjadi *member herbalife* di Bandung adalah sebesar  $r = 0,408$  yang menurut table korelasi koefisien Guilford (Tabel 3.5) menunjukkan bahwa di antara kedua variabel tersebut terdapat hubungan positif yang cukup erat, yang artinya semakin tinggi *Body Dissatisfaction* maka semakin tinggi pula perilaku diet remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung, atau sebaliknya semakin rendah *Body Dissatisfaction* maka semakin rendah pula perilaku diet yang mereka miliki.

Aspek-aspek yang ada didalam *Body Dissatisfaction* ini berhubungan dengan perilaku diet tidak sehat. Aspek-aspek tersebut adalah penilaian negative terhadap bentuk tubuh, perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial, *body checking*, kamuflase tubuh dan penghindaran aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain.

Berdasarkan hasil perhitungan korelasi *Rank Spearman* antara aspek penilaian negative terhadap bentuk tubuh dengan perilaku diet diperoleh hasil  $r_s = 0,284$  yang menurut tabel kritis Guilford berada dalam kategori korelasi hubungan yang lemah antara *Body Dissatisfaction* aspek penilaian negatif terhadap bentuk tubuh dengan perilaku diet tidak sehat. Dengan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan yang rendah antara *Body Dissatisfaction* aspek penilaian negatif terhadap bentuk tubuh dengan perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung. Sehingga dapat dikatakan

bahwa aspek penilaian negatif terhadap bentuk tubuh tidak berpengaruh terhadap perilaku diet tidak sehat.

Aspek perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial berdasarkan hasil perhitungan menggunakan korelasi *rank spearman* menghasilkan nilai korelasi sebesar  $rs = 0,418$ , yang menurut tabel Guilford berada dalam kategori hubungan yang cukup erat. Dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang cukup erat antara *Body Dissatisfaction* aspek perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada dalam lingkungan sosial dengan perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung. Dapat dikatakan aspek perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial mempengaruhi perilaku diet tidak sehat.

Untuk aspek *body checking* berdasarkan hasil perhitungan menggunakan korelasi *rank spearman* menghasilkan nilai korelasi sebesar  $rs = 0,980$ , yang menurut tabel Guilford berada dalam kategori hubungan yang sangat erat. Dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang sangat erat antara *Body Dissatisfaction* aspek *body checking* dengan perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung. Hal ini dapat diartikan bahwa tingginya keinginan dalam memeriksa bagian tubuh dengan menimbang berat badan dan bercermin untuk memastikan penampilan mereka semakin membuat keyakinan mereka bahwa tubuh mereka tidak ideal dan menyebabkan para remaja melakukan diet tidak sehat demi mendapatkan tubuh ideal.

Aspek kamufase tubuh berdasarkan hasil perhitungan menggunakan korelasi *rank spearman* menghasilkan nilai korelasi sebesar  $rs = 0,442$ , yang menurut tabel Guilford berada dalam kategori hubungan yang cukup erat. Dapat

diartikan bahwa terdapat hubungan yang cukup erat antara *Body Dissatisfaction* aspek *kamufase tubuh* dengan perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung.

Aspek penghindaran aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain berdasarkan hasil perhitungan menggunakan korelasi *rank spearman* menghasilkan nilai korelasi sebesar  $rs = 0,493$ , yang menurut tabel Guilford berada dalam kategori hubungan yang cukup erat. Dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang cukup erat antara *Body Dissatisfaction* aspek penghindaran aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain dengan perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung.

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah di paparkan, didapatkan bahwa sebanyak 37 orang (94,8%) remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung memiliki *Body Dissatisfaction* yang tinggi, yang artinya memiliki penilaian negative terhadap bentuk tubuh mereka baik secara keseluruhan maupun bagian dari tubuh mereka, mereka juga memiliki oerasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika mereka berada di lingkungan sosial, sering memeriksa kondisi fisik dengan bercermin dan menimbang berat badan mereka, mereka juga berusaha menyamarkan bentuk tubuh mereka dengan memakai pakaian gelap, para remaja ini juga menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain. Sisanya, sebanyak 2 (5,2%) orang remaja putri memiliki *Body Dissatisfaction* rendah. Meereka merasa bahwa tubuh mereka biasa saja dan merasa puas dengan keadaan tubuh mereka.

Dari data di atas, diketahui bahwa jumlah remaja putri yang memiliki *Body Dissatisfaction* tinggi jauh lebih banyak dibandingkan dengan remaja yang

memiliki *Body Dissatisfaction* rendah. Rosen & Reiter (1996) mengatakan bahwa seseorang yang memiliki *Body Dissatisfaction* tinggi akan berpikir dan menilai bahwa penampilan fisik mereka tidak menarik sehingga membuat tidak nyaman atau malu dengan keadaan fisiknya saat berada di lingkungan sosial. Padahal jika dilihat dari Indeks Massa Tubuh, semua responden yang berjumlah 39 orang memiliki berat badan normal.

Banyaknya remaja yang memiliki *Body Dissatisfaction* dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Persepsi mengenai tubuh yang negatif ini dapat mengakibatkan adanya usaha-usaha obsesif terhadap kontrol berat badan pada remaja (Davison & Birch, 2001; Schreiber et al., 1996; Vereecken & Maes, 2000; dalam Papalia, 2007). Usaha-usaha tersebut salah satunya adalah dengan melakukan diet. Seperti yang telah disebutkan, masa puber adalah masa ketika remaja putri menjadi sangat rentan dengan *body dissatisfaction*. Fuhrmann dan Foresman (1990) menyebutkan bahwa remaja awal pada rentang usia 9 sampai 14 tahun cenderung memiliki kekhawatiran yang akut mengenai bentuk tubuh mereka. Mereka juga cenderung sensitif terhadap kritik dari orang lain maupun dari diri mereka sendiri. Pada usia-usia ini opini subjektif mengenai diri mereka sendiri juga masih sering berubah. Sebagai contoh, apabila sekarang seorang remaja merasa dirinya normal, bisa saja beberapa waktu kemudian ia akan merasa gemuk. Pada masa pertengahan dan akhir remaja (usia 15 sampai 18 tahun), walaupun mereka masih peduli dengan tubuh mereka, opini mengenai diri mereka sendiri sudah lebih stabil (Fuhrman & Foresman, 1990).

Pada aspek penilaian negatif terhadap bentuk tubuh terdapat 38 (97,4%) remaja putri yang memiliki kriteria tinggi dan 1 (2,6%) remaja putri yang memiliki kriteria rendah.

Pada aspek perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial terdapat 37 (94,8%) remaja putri yang memiliki kriteria tinggi dan 2 (5,2%) remaja putri memiliki kriteria rendah. Menurut Rosen & Reiter (1996) mereka yang merasakan malu saat bertemu orang lain, sering merasa inferior, terutama jika bertemu dengan orang lain yang memiliki tubuh ideal. Mereka akan lebih memilih menghindar untuk bertemu orang lain yang memiliki tubuh indah karena takut orang lain membandingkan tubuh mereka. Mereka juga sering mengalihkan dan menghindari obrolan mengenai bentuk tubuh atau berat badan mereka karena merasa tidak nyaman dengan topic tersebut.

Pada aspek *body checking* terdapat 38 (97,4%) remaja putri yang memiliki kriteria tinggi dan 1 (2,6%) remaja putri yang memiliki kriteria rendah. Menurut Rosen & Reiter (1996), seseorang melakukan *body checking* yang tinggi, sering merasa cemas jika telah makan makanan berlemak. Oleh karena itu mereka menimbang berat badannya setelah makan untuk melihat apakah ada kenaikan dari berat badannya atau tidak. Mereka juga akan merasa tidak percaya diri jika tidak membawa cermin, karena mereka ingin melihat bagaimana tubuhnya terlihat oleh orang lain. Mereka tidak ingin orang lain melihat kekurangan dirinya sehingga mereka selalu memeriksa keadaan tubuhnya dimanapun mereka berada.

Pada aspek kamufase tubuh terdapat 38 (97,4%) remaja putri yang memiliki kriteria tinggi dan 1 (2,6%) remaja putri yang memiliki kriteria rendah. Menurut Rosen & Reiter (1996) kamufase tubuh ini mereka lakukan untuk

menenangkan hati mereka saat bertemu dengan orang lain, sehingga orang lain tidak dapat melihat bagian-bagian tubuh mereka yang mereka anggap tidak menarik dan mereka tidak perlu khawatir ada orang lain yang akan mengomentari bagian atau bentuk tubuhnya yang tidak menarik

Untuk aspek penghindaran aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain ada 38 (97,4%) remaja putri yang memiliki kriteria tinggi dan 1 (2,6%) remaja yang memiliki kriteria rendah. Menurut Rosen & Reiter (1996), penghindaran aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain yang tinggi adalah upaya remaja tersebut untuk menghindari komentar-komentar negative tentang bentuk tubuhnya dan menghindari bertemuinya mereka dengan orang-orang baru yang memiliki tubuh langsing dan menarik yang pada akhirnya akan membuat mereka merasa inferior.

Perilaku diet tidak sehat remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung yang memiliki kriteria rendah sebanyak 3 % dan memiliki kriteria tinggi sebanyak 97 % orang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri yang menjadi *member herbalife* di Bandung memiliki perilaku diet tidak sehat tinggi.

Berdasarkan perhitungan statistik didapatkan skor maksimal sebesar 208 dan skor minimal sebesar 52, yang kemudian akan menghasilkan jarak interval yang dibagi ke dalam dua kategori yaitu kategori tinggi dan kategori rendah.

Pada aspek pertama yaitu eksternal yang merupakan cara pengaturan pola makan yang tidak sesuai dengan aturan diet yang sehat dan penggunaan obat-obatan pelangsing memiliki skor terendah sebanyak 28 dan skor tertinggi sebanyak 112, aspek kedua yaitu *emotional eating* yang merupakan rasa cemas,

rasa takut dan khawatir yang timbul dalam perilaku makan memiliki skor terendah sebanyak 11 dan skor tertinggi sebanyak 44, serta aspek yang ketiga yaitu *restraint* yang merupakan pengendalian diri atau usaha kognitif yang dilakukan untuk melawan keinginan makan memiliki skor terendah sebanyak 13 dan skor tertinggi sebanyak 52.

Berdasarkan analisis statistik menunjukkan bahwa pada aspek pertama yaitu eksternal yang merupakan cara pengaturan pola makan yang tidak sesuai dengan aturan diet yang sehat dan penggunaan obat-obatan pelangsing menunjukkan 36 (92,3%) remaja putri memiliki skor tinggi dan 3 (7,7%) remaja putri memiliki skor rendah, pada aspek kedua yaitu *emotional eating* yang merupakan rasa cemas, rasa takut dan khawatir yang timbul dalam perilaku makan menunjukkan 39 (100%) remaja putri memiliki skor tinggi dan 0 (0%) remaja putri memiliki skor rendah, serta aspek yang ketiga yaitu *restraint* yang merupakan pengendalian diri atau usaha kognitif yang dilakukan untuk melawan keinginan makan menunjukkan 37 (94,8%) remaja putri memiliki skor tinggi dan 2 (5,2%) remaja putri memiliki skor rendah.

Berdasarkan hasil perhitungan statistic korelasi antara *Body Dissatisfaction* Aspek *Body Checking* merupakan aspek yang korelasinya paling besar dengan nilai  $r_s = 0,980$  yang menurut tabel Guilford berada dalam kategori hubungan yang sangat erat. Disini berarti bahwa sering memeriksa berat badan dengan menimbang berat badan dan sering bercermin untuk memastikan penampilan tubuh merupakan hal yang paling berpengaruh terhadap perilaku diet tidak sehat pada remaja putri.

Dalam beberapa hal, pemikiran remaja masih terlihat kurang matang. Karakteristik pemikiran remaja yang belum matang ini adalah mengenai kesadaran diri. E;kind (dalam Papalia, 2008) merujuk kondisi kesadaran ini sebagai *imaginary audience*, yaitu menggambarkan peningkatan kesadaran remaja yang tampil pada keyakinan mereka bahwa orang lain memiliki perhatian yang amat besar terhadap diri mereka, sebesar perhatian mereka sendiri. *Imaginary audience* ini yang membuat para remaja putri memiliki keinginan agar kehadirannya diperhatikan, disadari oleh orang lain dan menjadi pusat perhatian. Sehingga tampilan fisik ideal menjadi hal utama yang dikhawatirkan para remaja putri.