

HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DENGAN PERILAKU DIET PADA WANITA DEWASA AWAL DI SANGGAR SENAM EM STUDIO SEMARANG

Oleh:

Siti Alija

Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet pada wanita Dewasa Awal di Sanggar Senam Em Studio Semarang. Penelitian ini dilakukan terhadap 79 wanita dewasa awal dengan metode *sampling* jenuh. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Pengambilan data dilakukan dengan 2 skala, yaitu skala perilaku diet berjumlah 39 aitem dan skala citra tubuh berjumlah 40 aitem. Uji daya beda skala perilaku diet berkisar antara 0,299-0,683 dengan estimasi reliabilitas sebesar 0,856. Uji daya beda skala citra tubuh berkisar antara 0,266-0,834 dengan estimasi reliabilitas sebesar 0,936. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan korelasi product-moment dari Karl Pearson. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara citra tubuh dengan perilaku diet diperoleh $r_{xy} = -0,643$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ (pada $p < 0,01$).

Kata kunci: perilaku diet, citra tubuh

***THE CORRELATION BETWEEN CITRA TUBUH WITH DIETARY
BEHAVIOR ON EARLY ADULTHOOD WOMEN AT EM AEROBIC STUDIO
SEMARANG***

By

Siti Alija

Psychological Faculty of Islamic Sultan Agung Semarang University

ABSTRACT

This research is to show the relation between Body image with Dietary behavior on early adulthood woman at Em Aerobic Studio Semarang. This research tested on 79 early adulthood woman with saturated sampling method. The method used in this study is quantitative method. The data retrieval with 2 scale it's dietary behavior scale with 39 aitem and body image scale with 40 aitem. The dietary behaviour of correlation test ranges between 0,299-0,683 with the reability of estimates about 0,856. The Body Image of correlation test ranges between 0,266-0,834 with the reability of estimates about 0,936. The reability of dietary behavior is 0,856 and for body image is 0,936. Hypothesis test in this research is using by karl's pearson product moment correlation. The result of hypothesis test shown there are negative significant correlation bodi image with between dietary habit which is obtainable $r_{xy}=-0,643$ and propability $p=0,000$ ($p<0,01$).

Keywords : Body image, dietary behavior