

Universitas
Esa Unggul

LAMPIRAN

Universitas
Esa Unggul

LAMPIRAN A
Skala sebelum uji coba
SKALA CITRA TUBUH

Selamat Pagi/ Siang/ Sore

Perkenalkan Saya Rara Elok Puspitasari, Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul Angkatan 2019. Saat ini saya sedang melakukan penelitian dalam rangka tugas akhir program sarjana Psikologi. Untuk itu saya mohon untuk kerelaan saudara/i untuk meluangkan waktu sejenak untuk mengisi kuesioner ini. Kuesioner ini telah disajikan serangkaian pernyataan, menggunakan pilihan jawaban yang telah disediakan untuk menggambarkan kondisi anda.

Semua jawaban saudara/i tidak mengandung unsur benar dan salah, sehingga saudara tidak perlu khawatir untuk memberikan jawaban saudara/i sesuai dengan keadaan anda.

Apabila saudara memiliki pertanyaan atau informasi tambahan yang saudara/i perlukan, silahkan hubungi kontak dibawah ini:

Email: raraelok@gmail.com

Saya ucapkan terima kasih atas partisipasi saudara/i dalam penelitian ini.

Hormat kami,

Rara Elok Puspitasari

Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Yang bertandatangan dibawah ini menyatakan setuju menjadi responden dalam penelitian ini

TTD

Responden

Data Responden :

Nama (Inisial) :

Usia : Tahun

Jenis Kelamin :

- Perempuan
- Laki-laki

Apakah Anda Memiliki Pacar

- Ya
- Tidak

Berapa Lama Anda Berdiet:

- < 1 Tahun
- 1-5 Tahun
- > 5 tahun

Tujuan Anda Berdiet

- Mengurangi Berat Badan
- Atas Anjuran Dokter
- Memiliki Penyakit Tertentu
- Lainnya:

Apakah Anda Berkonsultasi Dengan Dokter atau Ahli Gizi Sebelum Diet

- Ya
- Tidak

Jenis Diet Yang dilakukan:

- Diet Rendah Lemak
- Diet Mayo
- Diet Nasi Putih
- Diet *General Motorik* (GM)
- Defisit Kalori
- Diet *Obsessive Corbuzier*(OCD)
- Diet Dukan
- Lainnya:

Berdomisili

- Jawa
- Sumatera
- Kalimantan

- Sulawesi
- Papua

Pentunjuk Pengisian !!

Berikut ini ada beberapa pernyataan. Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan. Kemudian pilih salah satu dari empat jawaban yang ada dengan memberi tanda check (✓) pada kolom yang tersedia. pilih jawaban yang paling sesuai dengan keadaan diri anda.

Adapun pilihan jawaban sebagai berikut :

SS: Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

Contoh :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya percaya diri dengan penampilan yang saya miliki	✓			

Selamat Mengerjakan

Kuesioner 1

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Penampilan saya menarik				
2	Dengan bentuk tubuh saya saat ini, Saya merasa tidak cocok dengan pakaian yang saya pakai				
3	Saya tidak menyukai bentuk tubuh saya				
4	Meskipun gemuk penampilan saya tetap mengikuti <i>trendy</i>				
5	Wajah saya proporsional atau menarik				
6	Walaupun tidak memiliki tubuh yang ideal tetapi saya tetap percaya diri				
7	Tidak ada yang perlu diperbaiki dari penampilan saya				
8	Menurut saya penampilan saya tidak menarik				
9	Saya rela melakukan diet untuk menunjang penampilan saya				
10	Menurut saya dengan penampilan yang sekarang saya merasa puas				
11	Saya memiliki rambut yang sehat				
12	Saya tidak dapat mengontrol diri saya untuk mengkonsumsi “cemilan” tinggi lemak				
13	Saya tetap tidak percaya jika orang lain mengatakan penampilan saya proporsional atau menarik				
14	Menurut saya mengurus penampilan, hanya membuang waktu saja				

15	Saya merasa puas jika penampilan saya dipuji				
16	Saya tidak menyukai bentuk wajah saya				
17	Saya merasa tidak percaya diri dengan tubuh saya				
18	Saya selalu ingin berpenampilan proporsional atau menarik				
19	Saya tidak berniat untuk membentuk tubuh bagian bawah saya seperti (paha, pinggul, dan kaki)				
20	Saya mementingkan tubuh yang proporsional atau menarik				
21	Memiliki paha yang besar membuat saya tidak puas dalam hal penampilan				
22	Saya tidak peduli jika dikatakan gendut				
23	Tidak masalah bagi saya memiliki pantat yang besar				
24	Saya sangat peduli dengan pola makan yang saya konsumsi				
25	Ingin rasanya memiliki tubuh yang proporsional				
26	Saya fokus dalam memperbaiki penampilan				
27	Saya kecewa memiliki tubuh yang tidak proporsional atau menarik				
28	Saya memiliki rambut yang tidak sehat				
29	Saya melakukan olahraga rutin untuk mengurangi berat badan saya				

30	Saya cemas dengan berat badan saya yang terus bertambah				
31	Prinsip Saya adalah “jangan lewatkan makanan lezat”				
32	Saya tidak percaya diri keluar rumah karena memiliki tubuh yang tidak proporsional				
33	Saya merasa nyaman meskipun memiliki tubuh yang gendut				
34	Saya tetap percaya diri meskipun memiliki perut yang berukuran besar				
35	Saya tetap makan-makanan yang berlemak setiap hari				
36	Saya tidak menyukai bentuk perut saya				
37	Berat badan tidak menjadi masalah penting bagi saya				
38	Saya senang memiliki bahu yang bidang				
39	Saya menolak memakan - makanan yang mengandung lemak				
40	Saya ingin memiliki lengan yang berotot				
41	Saya tetap memakan apa saja yang saya suka walaupun nantinya kadar lemak saya naik				
42	Saya menjadi sensitif jika orang lain membahas berat badan				
43	Saya puas dengan berat badan saya sekarang ini				
44	Saya mengatur pola makan untuk menunjang penampilan saya				

45	Saya cemas dengan pernyataan teman-teman saya yang mengatakan saya lebih gendut dari biasanya				
46	Saya berada dalam kategori kelebihan kadar lemak tubuh				
47	Saya tetap percaya diri memiliki badan yang berlemak				
48.	Berat saya tidak sesuai dengan tinggi badan saya				
49	Tidak ada yang salah dengan kadar lemak saya				
50	Saya tidak suka makan berlebihan				
51	Saya tidak peduli terhadap penampilan				
52	Saya memilih pakaian yang sesuai untuk menutupi perut saya				
53	Saya cemas setelah makan terlalu banyak				
54	Saya tidak peduli walaupun kadar lemak saya bertambah				
55	Tidak masalah bagi saya jika orang lain mengatakan saya tidak ideal berat badannya				
56	Saya tidak peduli dengan berat badan saya				
57	Menurut saya melakukan diet merupakan hal yang sia-sia				
58	Meskipun berat badan saya tidak ideal, saya tetap percaya diri				
59	Saat ini tidak penting bagi saya untuk memperbaiki penampilan				

60	Saya sering mengeluh tentang berat badan saya yang tidak ideal				
----	--	--	--	--	--

LAMPIRAN B

Uji Validitas Dan Reliabilitas Variabel Citra Tubuh

Putaran Pertama (1)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.926	60

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem1	166.6333	469.275	.565	.923
Aitem2	166.3667	485.551	.093	.927
Aitem3	166.4333	480.875	.209	.926
Aitem4	166.4667	481.706	.205	.926
Aitem5	166.6667	470.851	.461	.924
Aitem6	166.5667	472.668	.434	.924
Aitem7	167.2000	462.855	.672	.922
Aitem8	166.5667	482.185	.168	.926
Aitem9	166.0333	487.757	.042	.927
Aitem10	166.9000	474.852	.395	.925
Aitem11	166.3000	477.321	.345	.925
Aitem12	166.3667	476.861	.378	.925

Aitem13	166.4667	489.775	-.023	.927
aitem14	167.5000	467.914	.621	.923
Aitem15	166.1333	487.844	.064	.926
Aitem16	166.6667	472.368	.422	.924
Aitem17	166.4333	495.495	-.177	.928
Aitem18	165.9667	496.723	-.222	.928
Aitem19	167.0000	484.897	.094	.927
Aitem20	166.0333	474.723	.536	.924
Aitem21	166.2667	475.237	.399	.925
Aitem22	167.0667	462.340	.590	.923
Aitem23	166.9000	466.093	.585	.923
Aitem24	166.5333	462.533	.692	.922
Aitem25	165.8667	494.464	-.204	.928
Aitem26	166.0667	482.685	.243	.925
Aitem27	166.4333	485.702	.095	.927
Aitem28	166.9000	463.817	.571	.923
Aitem29	166.4667	469.913	.491	.924
Aitem30	166.1667	483.937	.237	.925
Aitem31	166.6000	473.766	.471	.924
Aitem32	166.9000	466.231	.464	.924
Aitem33	166.9333	459.513	.650	.922
Aitem34	166.9667	460.240	.681	.922
Aitem35	166.6333	475.826	.461	.924
Aitem36	166.3000	480.010	.224	.926
Aitem37	167.0667	462.478	.549	.923
Aitem38	166.6000	476.041	.306	.925
Aitem39	167.0333	462.033	.770	.922
Aitem40	166.5333	464.051	.553	.923
Aitem41	166.7667	475.151	.421	.924
Aitem42	166.4333	471.013	.431	.924
Aitem43	166.9000	471.817	.416	.924
Aitem44	166.2333	477.426	.444	.924
Aitem45	166.1333	487.982	.037	.927
Aitem46	166.5667	476.185	.322	.925
Aitem47	167.0333	465.551	.577	.923
Aitem48	166.3000	478.079	.304	.925
Aitem49	167.0000	470.207	.502	.924
Aitem50	166.5000	467.362	.573	.923
Aitem51	167.2000	457.200	.705	.922

Aitem52	166.2667	481.582	.334	.925
Aitem53	166.4667	477.361	.311	.925
Aitem54	166.9000	462.162	.589	.923
Aitem55	166.7667	468.047	.603	.923
Aitem56	167.0000	459.448	.653	.922
Aitem57	167.2000	464.648	.574	.923
Aitem58	166.5333	472.464	.473	.924
Aitem59	167.1667	465.385	.598	.923
Aitem60	166.2667	474.202	.385	.925

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
169.4333	489.633	22.12766	60

Putaran kedua 2

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.947	44

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem1	116.5333	438.740	.659	.945
Aitem5	116.5667	440.806	.531	.946
Aitem6	116.4667	441.430	.538	.946
Aitem7	117.1000	432.369	.762	.944
Aitem10	116.8000	443.407	.508	.946
Aitem11	116.2000	450.097	.331	.947
Aitem12	116.2667	450.478	.337	.947
aitem14	117.4000	440.455	.623	.945
Aitem16	116.5667	449.151	.306	.947
Aitem20	115.9333	450.409	.410	.946
Aitem21	116.1667	450.764	.304	.947
Aitem22	116.9667	431.482	.677	.945

Aitem23	116.8000	435.890	.663	.945
Aitem24	116.4333	435.702	.680	.945
Aitem28	116.8000	436.993	.560	.945
Aitem29	116.3667	443.482	.463	.946
Aitem31	116.5000	443.155	.569	.946
Aitem32	116.8000	446.097	.306	.948
Aitem33	116.8333	428.144	.751	.944
Aitem34	116.8667	430.326	.751	.944
Aitem35	116.5333	447.637	.481	.946
Aitem37	116.9667	431.620	.631	.945
Aitem38	116.5000	448.259	.309	.947
Aitem39	116.9333	435.651	.745	.944
Aitem40	116.4333	436.116	.569	.945
Aitem41	116.6667	446.230	.462	.946
Aitem42	116.3333	448.230	.311	.947
Aitem43	116.8000	441.269	.494	.946
Aitem44	116.1333	450.464	.416	.946
Aitem46	116.4667	453.016	.203	.948
Aitem47	116.9333	434.478	.676	.945
Aitem48	116.2000	452.993	.228	.947
Aitem49	116.9000	440.990	.552	.946
Aitem50	116.4000	439.421	.589	.945
Aitem51	117.1000	428.162	.752	.944
Aitem52	116.1667	454.557	.299	.947
Aitem53	116.3667	454.447	.178	.948
Aitem54	116.8000	432.097	.656	.945
Aitem55	116.6667	437.264	.706	.945
Aitem56	116.9000	428.576	.742	.944
Aitem57	117.1000	433.472	.672	.945
Aitem58	116.4333	441.771	.569	.945
Aitem59	117.0667	434.892	.684	.945
Aitem60	116.1667	451.040	.264	.947

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
119.3333	461.609	21.48509	44

Putaran Ketiga 3

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.951	39

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem1	101.2333	401.564	.700	.949
Aitem5	101.2667	405.375	.515	.950
Aitem6	101.1667	404.626	.561	.950
Aitem7	101.8000	396.097	.781	.948
Aitem10	101.5000	405.983	.549	.950
Aitem11	100.9000	413.955	.324	.951
Aitem12	100.9667	415.137	.302	.951
aitem14	102.1000	404.369	.627	.949
Aitem16	101.2667	413.651	.283	.952
Aitem20	100.6333	414.999	.372	.951
Aitem21	100.8667	416.326	.243	.952
Aitem22	101.6667	394.230	.719	.949
Aitem23	101.5000	399.155	.691	.949
Aitem24	101.1333	401.085	.647	.949
Aitem28	101.5000	402.259	.532	.950
Aitem29	101.0667	407.789	.451	.950
Aitem31	101.2000	406.441	.591	.950
Aitem32	101.5000	413.155	.232	.953
Aitem33	101.5333	391.982	.769	.948
Aitem34	101.5667	393.702	.780	.948
Aitem35	101.2333	411.082	.493	.950
Aitem37	101.6667	394.092	.677	.949
Aitem38	101.2000	411.614	.318	.951
Aitem39	101.6333	400.654	.721	.949
Aitem40	101.1333	399.775	.582	.950
Aitem41	101.3667	409.826	.469	.950
Aitem42	101.0333	414.585	.241	.952

Aitem43	101.5000	404.810	.507	.950
Aitem44	100.8333	414.971	.380	.951
Aitem47	101.6333	398.585	.681	.949
Aitem49	101.6000	404.524	.566	.950
Aitem50	101.1000	403.472	.590	.950
Aitem51	101.8000	391.890	.773	.948
Aitem54	101.5000	394.741	.700	.949
Aitem55	101.3667	400.447	.738	.949
Aitem56	101.6000	391.834	.774	.948
Aitem57	101.8000	396.166	.716	.949
Aitem58	101.1333	405.637	.572	.950
Aitem59	101.7667	397.909	.720	.949

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
104.0333	424.792	20.61048	39

Putaran Keempat 4

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.956	35

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem1	89.7667	365.357	.732	.954
Aitem5	89.8000	369.614	.525	.956
Aitem6	89.7000	367.803	.606	.955
Aitem7	90.3333	360.782	.790	.954
Aitem10	90.0333	368.930	.601	.955
Aitem11	89.4333	378.461	.314	.957
Aitem12	89.5000	379.776	.285	.957

aitem14	90.6333	369.757	.601	.955
Aitem20	89.1667	380.833	.301	.957
Aitem22	90.2000	358.372	.744	.954
Aitem23	90.0333	363.413	.709	.954
Aitem24	89.6667	366.989	.612	.955
Aitem28	90.0333	367.964	.506	.956
Aitem29	89.6000	372.524	.443	.956
Aitem31	89.7333	370.340	.614	.955
Aitem33	90.0667	355.789	.805	.953
Aitem34	90.1000	357.886	.806	.953
Aitem35	89.7667	375.357	.495	.956
Aitem37	90.2000	358.303	.698	.954
Aitem38	89.7333	375.926	.318	.957
Aitem39	90.1667	366.902	.673	.955
Aitem40	89.6667	364.851	.576	.955
Aitem41	89.9000	374.024	.475	.956
Aitem43	90.0333	368.999	.518	.956
Aitem44	89.3667	379.826	.350	.956
Aitem47	90.1667	362.626	.705	.954
Aitem49	90.1333	369.499	.554	.955
Aitem50	89.6333	368.516	.578	.955
Aitem51	90.3333	357.333	.766	.954
Aitem54	90.0333	359.757	.701	.954
Aitem55	89.9000	364.438	.765	.954
Aitem56	90.1333	356.602	.785	.954
Aitem57	90.3333	360.575	.732	.954
Aitem58	89.6667	368.782	.619	.955
Aitem59	90.3000	362.217	.738	.954

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
92.5667	388.530	19.71116	35

Putaran Kelima 5

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.957	34

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem1	86.7000	356.700	.737	.955
Aitem5	86.7333	361.099	.524	.956
Aitem6	86.6333	359.482	.599	.956
Aitem7	87.2667	352.271	.792	.954
Aitem10	86.9667	360.102	.611	.956
Aitem11	86.3667	369.620	.320	.957
aitem14	87.5667	361.220	.601	.956
Aitem20	86.1000	372.300	.296	.957
Aitem22	87.1333	350.051	.741	.955
Aitem23	86.9667	354.930	.709	.955
Aitem24	86.6000	358.524	.611	.956
Aitem28	86.9667	359.482	.504	.956
Aitem29	86.5333	364.189	.436	.957
Aitem31	86.6667	361.609	.620	.956
Aitem33	87.0000	347.448	.804	.954
Aitem34	87.0333	349.689	.801	.954
Aitem35	86.7000	366.838	.491	.956
Aitem37	87.1333	349.775	.701	.955
Aitem38	86.6667	367.747	.305	.958
Aitem39	87.1000	358.369	.673	.955
Aitem40	86.6000	356.662	.568	.956
Aitem41	86.8333	365.730	.465	.956
Aitem43	86.9667	360.171	.526	.956
Aitem44	86.3000	370.976	.358	.957
Aitem47	87.1000	354.162	.705	.955
Aitem49	87.0667	360.823	.559	.956
Aitem50	86.5667	359.978	.578	.956
Aitem51	87.2667	348.961	.765	.954
Aitem54	86.9667	351.413	.698	.955
Aitem55	86.8333	355.799	.771	.955
Aitem56	87.0667	347.995	.791	.954

Aitem57	87.2667	352.064	.734	.955
Aitem58	86.6000	360.041	.626	.955
Aitem59	87.2333	353.702	.740	.955

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
89.5000	379.776	19.48784	34

Putaran Keenam 6 (Final)

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.957	33

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem1	83.3000	349.321	.742	.955
Aitem5	83.3333	353.954	.519	.957
Aitem6	83.2333	352.116	.602	.956
Aitem7	83.8667	344.947	.796	.955
Aitem10	83.5667	352.668	.616	.956
Aitem11	82.9667	362.378	.315	.958
aitem14	84.1667	353.937	.601	.956
Aitem22	83.7333	342.823	.742	.955
Aitem23	83.5667	347.633	.711	.955
Aitem24	83.2000	351.614	.600	.956
Aitem28	83.5667	352.254	.503	.957
Aitem29	83.1333	357.085	.429	.957
Aitem31	83.2667	354.202	.624	.956
Aitem33	83.6000	340.110	.809	.954
Aitem34	83.6333	342.378	.805	.955
Aitem35	83.3000	359.459	.492	.957
Aitem37	83.7333	342.409	.706	.955

Aitem38	83.2667	360.547	.301	.958
Aitem39	83.7000	351.321	.666	.956
Aitem40	83.2000	349.683	.560	.957
Aitem41	83.4333	358.392	.465	.957
Aitem43	83.5667	353.013	.523	.957
Aitem44	82.9000	363.748	.351	.958
Aitem47	83.7000	346.907	.706	.955
Aitem49	83.6667	353.471	.561	.956
Aitem50	83.1667	352.764	.576	.956
Aitem51	83.8667	341.775	.766	.955
Aitem54	83.5667	344.185	.699	.955
Aitem55	83.4333	348.530	.772	.955
Aitem56	83.6667	340.713	.795	.955
Aitem57	83.8667	344.671	.740	.955
Aitem58	83.2000	352.717	.628	.956
Aitem59	83.8333	346.282	.746	.955

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
86.1000	372.300	19.29508	33

LAMPIRAN C
Skala Sesudah Uji Coba
SKALA CITRA TUBUH

Selamat Pagi/ Siang/ Sore

Perkenalkan Saya Rara Elok Puspitasari, Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul Angkatan 2019. Saat ini saya sedang melakukan penelitian dalam rangka tugas akhir program sarjana Psikologi. Untuk itu saya mohon untuk kerelaan saudara/i untuk meluangkan waktu sejenak untuk mengisi kuesioner ini. Kuesioner ini telah disajikan serangkaian pernyataan, menggunakan pilihan jawaban yang telah disediakan untuk menggambarkan kondisi anda.

Semua jawaban saudara/i tidak mengandung unsur benar dan salah, sehingga saudara tidak perlu khawatir untuk memberikan jawaban saudara/i sesuai dengan keadaan anda.

Apabila saudara memiliki pertanyaan atau informasi tambahan yang saudara/i perlukan, silahkan hubungi kontak dibawah ini:

Email: raraelok@gmail.com

Saya ucapkan terima kasih atas partisipasi saudara/i dalam penelitian ini.

Hormat kami,

Rara Elok Puspitasari

Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Yang bertandatangan dibawah ini menyatakan setuju menjadi responden dalam penelitian ini

TTD

Responden

Data Responden :

Nama (Inisial) :

Usia : Tahun

Jenis Kelamin :

- Perempuan
- Laki-laki

Apakah Anda Memiliki Pacar

- Ya
- Tidak

Berapa Lama Anda Berdiet:

- < 1 Tahun
- 1-5 Tahun
- > 5 tahun

Tujuan Anda Berdiet

- Mengurangi Berat Badan
- Atas Anjuran Dokter
- Memiliki Penyakit Tertentu
- Lainnya:

Apakah Anda Berkonsultasi Dengan Dokter atau Ahli Gizi Sebelum Diet

- Ya
- Tidak

Jenis Diet Yang dilakukan:

- Diet Rendah Lemak
- Diet Mayo
- Diet Nasi Putih
- Diet *General Motorik* (GM)
- Defisit Kalori
- Diet *Obsessive Corbuzier*(OCD)
- Diet Dukan
- Lainnya :

Berdomisili

- Jawa
- Sumatera
- Kalimantan

- Sulawesi
- Papua

Pentunjuk Pengisian !!

Berikut ini ada beberapa pernyataan. Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan. Kemudian pilih salah satu dari empat jawaban yang ada dengan memberi tanda check (✓) pada kolom yang tersedia. pilih jawaban yang paling sesuai dengan keadaan diri anda.

Adapun pilihan jawaban sebagai berikut :

SS: Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

Contoh :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya percaya diri dengan penampilan yang saya miliki	✓			

Selamat Mengerjakan

KUESIONER

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Penampilan saya menarik				
5 (2)	Wajah saya proporsional atau menarik				
6 (3)	Walaupun tidak memiliki tubuh yang ideal tetapi saya tetap percayaan diri				
7 (4)	Tidak ada yang perlu diperbaiki dari penampilan saya				
10 (5)	Menurut saya dengan penampilan yang sekarang saya merasa puas				
11 (6)	Saya memiliki rambut yang sehat				
14 (7)	Menurut saya mengurus penampilan, hanya membuang waktu saja				
22 (8)	Saya tidak peduli jika dikatakan gendut				
23 (9)	Tidak masalah bagi saya memiliki pantat yang besar				
24 (10)	Saya sangat peduli dengan pola makan yang saya konsumsi				
28 (11)	Saya memiliki rambut yang tidak sehat				
29 (12)	Saya melakukan olahraga rutin untuk mengurangi berat badan saya				
31 (13)	Prinsip Saya adalah “jangan lewatkan makanan lezat”				
33 (14)	Saya merasa nyaman meskipun memiliki tubuh yang gendut				
34 (15)	Saya tetap percaya diri meskipun memiliki perut yang berukuran besar				

35 (16)	Saya tetap makan-makanan yang berlemak setiap hari				
37 (17)	Berat badan tidak menjadi masalah penting bagi saya				
38 (18)	Saya senang memiliki bahu yang bidang				
39 (19)	Saya menolak memakan - makanan yang mengandung lemak				
40 (20)	Saya ingin memiliki lengan yang berotot				
41 (21)	Saya tetap memakan apa saja yang saya suka walaupun nantinya kadar lemak saya naik				
43 (22)	Saya puas dengan berat badan saya sekarang ini				
44 (23)	Saya mengatur pola makan untuk menunjang penampilan saya				
47 (24)	Saya tetap percaya diri memiliki badan yang berlemak				
49 (25)	Tidak ada yang salah dengan kadar lemak saya				
50 (26)	Saya tidak suka makan berlebihan				
51 (27)	Saya tidak peduli terhadap penampilan				
54 (28)	Saya tidak peduli walaupun kadar lemak saya bertambah				
55 (29)	Tidak masalah bagi saya jika orang lain mengatakan saya tidak ideal berat badannya				
56 (30)	Saya tidak peduli dengan berat badan saya				

57 (31)	Menurut saya melakukan diet merupakan hal yang sia-sia				
58 (32)	Meskipun berat badan saya tidak ideal, saya tetap percaya diri				
59 (33)	Saat ini tidak penting bagi saya untuk memperbaiki penampilan				

LAMPIRAN D

UJI FREKUENSI Citra Tubuh (Gambaran Umum)

Uji Frekuensi Terhadap Usia

Usia

		Frekuensi	Percent	Valid Percent	Cumulatif Percent
Valid	18-23	71	71,0	71,0	71,0
	24-29	18	18,0	18,0	89,0
	30-35	5	5,0	5,0	94,0
	36-41	6	6,0	6,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Uji Frekuensi Terhadap Jenis Kelamin

JenisKelamin

		Frekuensi	Percent	Valid Percent	Cumulatif Percent
Valid	Laki - Laki	57	57,0	57,0	57,0
	Perempuan	43	43,0	43,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Uji Frekuensi Terhadap Berapa Lama Berdiet

lamaberdiet

		Frekuensi	Percent	Valid Percent	Cumulatif Percent
Valid	< 1 Tahun	83	83,0	83,0	83,0
	> 5 Tahun	1	1,0	1,0	84,0
	1 - 5 Tahun	16	16,0	16,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Uji Frekuensi Terhadap Tujuan Berdiet

		tujuanDiet			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Atas Anjuran Dokter	2	2.0	2.0	2.0
	Lainnya	5	5.0	5.0	7.0
	Mengurangi Berat Badan	93	93.0	93.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Uji Frekuensi Terhadap Apakah Berkonsultasi Kepada dokter atau Ahli Gizi

		berkonsultasidokteratauahligizi			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak	67	67,0	67,0	67,0
	Ya	33	33,0	33,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Uji Frekuensi Terhadap Jenis Diet

		jenisDiet			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Defisit Kalori	41	41,0	41,0	41,0
	Diet Dukan	1	1,0	1,0	42,0
	Diet General motorik	1	1,0	1,0	43,0
	Diet Mayo	2	2,0	2,0	45,0
	Diet nasi Putih	19	19,0	19,0	64,0
	Diet Obsessive Cambuzier	4	4,0	4,0	68,0
	Diet Rendah Lemak	32	32,0	32,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Uji Frekuensi Terhadap Domisili

domisili

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Jawa	54	54,0	54,0	54,0
	Kalimantan	32	32,0	32,0	86,0
	Papua	2	2,0	2,0	88,0
	Sulawesi	1	1,0	1,0	89,0
	Sumatera	11	11,0	11,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Uji Frekuensi Terhadap Status Berpacaran

Apakah andamemilikipacar

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak	49	49,0	49,0	49,0
	Ya	51	51,0	51,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

LAMPIRAN E
Hasil kategorisasi Citra Tubuh

Kategorisasi

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Total	100	48	132	82.43	14.930
Valid N (listwise)	100				

Statistics		
Kategorisasicitratubuh		
N	Valid	Missing
	100	0

Kategorisasi Citra Tubuh

Kategorisasicitratubuh					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Positif	39	39.0	39.0	39.0
	Negatif	61	61.0	61.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

LAMPIRAN F
Hasil Crosstab/ Tabulasi Silang Citra Tubuh

Crosstabs

Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Usia * Kategorisasicitratubuh	100	100.0%	0	0.0%	100	100.0%
JenisKelamin * Kategorisasicitratubuh	100	100.0%	0	0.0%	100	100.0%
ApakahMemilikiPacar * Kategorisasicitratubuh	100	100.0%	0	0.0%	100	100.0%
LamaBerdiet * Kategorisasicitratubuh	100	100.0%	0	0.0%	100	100.0%
TujuanBerdiet * Kategorisasicitratubuh	100	100.0%	0	0.0%	100	100.0%
BerkonsultasidenganDo kter * Kategorisasicitratubuh	100	100.0%	0	0.0%	100	100.0%
JenisDiet * Kategorisasicitratubuh	100	100.0%	0	0.0%	100	100.0%
Berdomisili * Kategorisasicitratubuh	100	100.0%	0	0.0%	100	100.0%

Tabulasi Silang Terhadap Usia

Usia * KatCitraTubuh Crosstabulation

			KatCitraTubuh		Total
			Negatif	Positif	
Usia 18-23	Count	48	23	71	
	% within Usia	67,6%	32,4%	100,0%	
24-29	Count	7	11	18	
	% within Usia	38,9%	61,1%	100,0%	
30-35	Count	3	2	5	
	% within Usia	60,0%	40,0%	100,0%	
36-41	Count	3	3	6	
	% within Usia	50,0%	50,0%	100,0%	
Total	Count	61	39	100	
	% within Usia	61,0%	39,0%	100,0%	

Tabulasi silang Terhadap Jenis Kelamin

JenisKelamin * KatCitraTubuh Crosstabulation

			KatCitraTubuh		Total
			Negatif	Positif	
JenisKelamin Laki - Laki	Count	29	28	57	
	% within JenisKelamin	50,9%	49,1%	100,0%	
Perempuan	Count	32	11	43	
	% within JenisKelamin	74,4%	25,6%	100,0%	
Total	Count	61	39	100	
	% within JenisKelamin	61,0%	39,0%	100,0%	