

CITRA TUBUH DAN PERILAKU DIET PRIA DEWASA AWAL

SKRIPSI



Oleh:

Maulida Eka Sabrina

201910230311181

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

2024

CITRA TUBUH DAN PERILAKU DIET PRIA DEWASA AWAL

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Muhammadiyah Malang sebagai
Salah satu persyaratan untuk memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



Maulida Eka Sabrina
NIM : 201910230311181

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2024

SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Maulida Eka Sabrina

Nim : 201910230311181

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal, 16 JANUARI 2024
dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan
memperoleh gelar Sarjana (S1) Psikologi
Universitas Muhammadiyah Malang

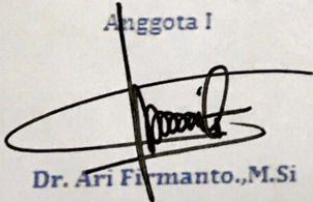
SUSUNAN DEWAN PENGUJI :

Ketua/Pembimbing I,



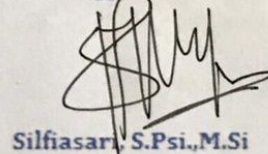
Diana Savitri Hidayati, S.Psi.,M.Psi

Anggota I



Dr. Ari Firmanto.,M.Si

Anggota II



Silfiasari, S.Psi.,M.Si

Mengesahkan

kan



His Yuniardi, M. Psi., Ph.D

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Maulida Eka Sabrina
NIM : 201910230311181
Fakultas / Jurusan : Psikologi
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

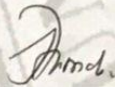
Menyatakan bahwa skripsi/karya ilmiah yang berjudul :

Citra Tubuh Dan Perilaku Diet Pria Dewasa Awal

1. Adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil tulisan karya ilmiah/skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan Hak bebas Royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar- benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Sofa Amalia, S.Psi.,M.Psi

Malang, 16 Januari 2024

Yang menyatakan



Maulida Eka Sabrina

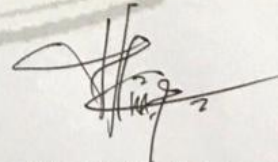
KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian skripsi yang berjudul "Citra Tubuh dan Perilaku Diet Pria Dewasa Awal". Skripsi ini sangat berguna untuk memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana strata-1 di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. Dalam proses penyusunan skripsi ini saya menyadari bahwa saya melibatkan banyak pihak. Oleh karena itu, saya ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak M. Salis Yuniardi, M.Psi., PhD., selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Ibu Diana Savitri Hidayati, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberi pengarahan serta masukan kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Udi Rosida Hijrianti, M.Psi sebagai dosen wali kelas C Psikologi angkatan 2019 yang telah banyak membantu dan membimbing saya dalam kegiatan akademik di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
4. Seluruh dosen, staf Tata Usaha, staf Laboratorium Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, yang telah bersedia memberikan waktu, bantuan dan ilmunya selama perkuliahan dan dalam penulisan skripsi ini.
5. Subjek penelitian yang telah membantu penulis dalam memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Ayah dan Ibu, yang telah mendidik dan membesarkan saya dengan penuh cinta dan kasih sayang, serta mendukung penuh agar saya dapat menyelesaikan Pendidikan S1 di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
7. Pemilik NIM 2020-382 yang senantiasa mendengarkan keluh kesah, memberikan motivasi, pengingat dan menemani peneliti sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
8. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu (sahabat, teman) semoga segala bantuan dan dukungan dapat menjadi alasan yang baik untuk melangkah ke depannya.

Semoga Allah SWT selalu melimpahkan rahmat-Nya kepada semua pihak yang telah membantu sehingga skripsi ini dapat selesai. Sebagai manusia, saya menyadari bahwa saya tidak luput dari kesalahan, maka dengan senang hati menerima kritik dan saran yang membangun. Akhir kata, semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca serta berguna untuk dikembangkan bagi penelitian ke depannya. Saya ucapkan terima kasih.

Malang, 07 Desember 2023



Maulida Eka Sabrina

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
ABSTRAK	1
PENDAHULUAN.....	2
Perilaku Diet	4
Aspek-aspek Perilaku Diet.....	5
Faktor-faktor Perilaku Diet	5
Citra Tubuh	5
Aspek-aspek Citra Tubuh	6
Faktor-faktor Citra Tubuh.....	6
Hubungan Citra Tubuh dan Perilaku Diet	7
Kerangka Berpikir	8
Hipotesis Penelitian	8
METODE PENELITIAN.....	9
Rancangan Penelitian	9
Subjek Penelitian.....	9
Variabel dan Instrumen Penelitian	10
Prosedur dan Analisa Data	10
HASIL PENELITIAN	11
SIMPULAN DAN IMPLIKASI.....	13
REFERENSI.....	14

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Deskripsi Sampel Penelitian.....	9
Tabel 2. Kategorisasi Variabel.....	11
Tabel 3. Uji Korelasi <i>Spearman</i>	12



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir Penelitian..... 8



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1	17
Lampiran 1.1 Skala Kuesioner Penelitian	18
Lampiran 1.2 <i>Blueprint</i> Skala Penelitian	22
Lampiran 1.3 Skoring Skala Penelitian	25
LAMPIRAN 2	42
Lampiran 2.1 Karakteristik Responden	43
Lampiran 2.2 Kategorisasi Variabel	46
Lampiran 2.3 Uji Normalitas	46
Lampiran 2.4 Uji Linearitas.....	47
Lampiran 2.5 Uji Korelasi <i>Spearman</i>	47
LAMPIRAN 3	48
Lampiran 3.1 Surat Hasil Verifikasi Analisis Data.....	49
Lampiran 3.2 Surat Hasil Cek Plagiasi	50

CITRA TUBUH DAN PERILAKU DIET PRIA DEWASA AWAL

Maulida Eka Sabrina
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang
maulidaeka77@gmail.com

Abstrak. Seseorang di masa dewasa awal sudah harus memulai untuk mencari pasangan hidup, bekerja, dan membangun rumah tangga. Sehingga sangat penting untuk menjaga kesehatan dengan berolahraga, mengatur pola makan, dan menjaga berat tubuh agar performa fisik tidak menurun. Tubuh yang sehat, bentuk tubuh dan berat badan yang ideal sering kali dianggap mempengaruhi penampilan agar selalu terlihat menarik. Dan upaya yang sering dilakukan salah satunya dengan mengatur pola makan atau diet. Salah satu faktor yang diduga mempengaruhi perilaku diet adalah citra tubuh. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet pada pria dewasa awal. Sampel penelitian berjumlah 400 sampel pria dewasa awal. Teknik pengambilan sampel menggunakan *incidental sampling*. Instrumen yang digunakan pada penelitian yakni *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) dan Skala Perilaku Diet. Desain penelitian yakni korelasional dengan teknik analisis korelasi *Spearman* menggunakan SPSS versi 27. Hasil pada penelitian menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,467 ($p>0,05$) yang artinya tidak terdapat korelasi antara citra tubuh dengan perilaku diet pada pria dewasa awal.

Kata Kunci: Dewasa Awal, Perilaku Diet, Citra Tubuh, Pria

Abstract. A person in early adulthood must start looking for a life partner, work, and build a household. So, it is very important to maintain health by exercising, managing diet, and maintaining body weight so that physical performance does not decrease. A healthy body, ideal body shape and weight are often considered to influence appearance so that you always look attractive. And the efforts that are often made include adjusting the eating pattern or diet. One factor that influences diet behavior is body image. The aim of the research was to determine the relationship between body image and dietary behavior in early adult men. The research sample consisted of 400 early adult male samples. The sampling technique uses *incidental sampling*. The instruments used in the research were the *Multidimensional Body Self Relations Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) and the *Diet Behavior Scale*. The research design was correlational with *Spearman* correlation analysis techniques using SPSS version 27. The results of the study showed a significance value of 0.467 ($p>0.05$), which means there is no correlation between body image and dietary behavior in early adult men.

Keywords: Early Adulthood, Dieting Behavior, Body Image, Men

Dewasa Awal merupakan masa transisi dari remaja ke dewasa atau biasa disebut sebagai *emerging adulthood* yang dimulai dari rentang usia 18-25 tahun, ditandai dengan adanya eksperimen dan eksplorasi (Santrock, 2011). Pada tahap ini angka kematian individu pada dewasa awal dua kali lebih besar daripada remaja. Angka kematian yang ditunjukkan pada masa dewasa awal ini lebih besar dialami oleh laki-laki dibandingkan perempuan. Hal ini disebabkan oleh kebiasaan buruk yang merugikan kesehatan terbentuk pada masa remaja berdampak ke masa dewasa seperti kurang gerak, diet, obesitas, dan penggunaan zat terlarang (Santrock, 2011).

Menurut Soetjiningsih (2012) tugas perkembangan masa dewasa awal yakni memilih pasangan hidup, mulai bekerja, dan membangun rumah tangga. Salah satu cara untuk memenuhi tugas perkembangan tersebut adalah dengan cara bekerja. Sehingga di masa dewasa awal ini sangat penting untuk menjaga kesehatan dengan berolahraga, mengatur pola makan, dan menjaga berat tubuh agar performa fisik tidak menurun. Hal ini dikarenakan laki-laki yang memasuki fase dewasa awal harus mampu beradaptasi dan berinteraksi dengan lingkungannya (Santrock, 2011).

Menurut Cousineau et al. (Santrock, 2011) mengatakan bahwa gaya hidup yang buruk dapat mempengaruhi kesehatan seseorang. Gaya hidup yang dimaksud seperti pola makan yang tidak teratur, makan berlebih hingga berat badan melebihi batas normal seusianya, kebiasaan merokok, minum alkohol, tidak berolahraga, dan kurang tidur. Pola makan tidak teratur yang dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan salah satunya adalah masalah kelebihan berat badan atau yang disebut juga obesitas.

Indonesia termasuk ke dalam 10 besar negara dengan orang kelebihan berat badan terbanyak. Seseorang yang dianggap menderita obesitas jika Indeks Massa Tubuh (IMT) > 25 (Yahya, 2017). Pada penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Wardani et al. (2015) menunjukkan hasil bahwa berdasar dari Indeks Massa Tubuh (IMT), mahasiswa pria lebih banyak mengalami obesitas daripada mahasiswa perempuan yakni sebesar (25,4%) sedangkan mahasiswa perempuan sebesar (12%). Terdapat banyak risiko yang disebabkan dari obesitas yang mana selain mengganggu penampilan obesitas juga dapat mengganggu kesehatan (Yahya, 2017).

Memiliki tubuh yang sehat, bentuk tubuh dan berat badan yang ideal sering kali dianggap mempengaruhi penampilan agar terlihat menarik dalam setiap kesempatan. Untuk memiliki bentuk tubuh dan berat badan yang ideal upaya yang sering dilakukan salah satunya dengan mengatur pola makan (diet). Kim & Lennon (2006) mengatakan bahwa perilaku diet terdiri dari berbagai pola perilaku dari pemilihan makanan untuk menjaga kesehatan sampai pembatasan yang ketat terkait konsumsi kalori. Melakukan diet untuk penurunan berat badan berarti membatasi konsumsi kalori yang masuk ke dalam tubuh atau jenis makanan tertentu, selama diet dilakukan dengan baik dan memperhatikan kebutuhan tubuh maka diet dapat membuat berat badan berkurang dan membuat tubuh tetap sehat. Namun, apabila diet dilakukan dengan sembarangan dapat berakibat fatal sehingga tidak baik bagi kesehatan tubuh (Mukhlisoh et al., 2015).

Menurut Husna (Manurung, 2021) membagi jenis perilaku diet menjadi dua yakni perilaku diet yang sehat dan juga perilaku diet yang tidak sehat. Perilaku diet yang sehat adalah mengurangi asupan makan atau mengontrol kalori, mengurangi camilan, dan juga melakukan aktivitas fisik seperti olahraga. Sedangkan perilaku diet yang tidak sehat adalah dengan sengaja melewatkan waktu makan, serta mengonsumsi obat-obatan pelangsing tubuh. Banyak dari pakar kesehatan yang menyalahkan program diet yang dilakukan karena menyebabkan peningkatan terjadinya

anoreksia atau kegagalan makan yang kronis, ini mengakibatkan setengah kelaparan, dan terjadinya bulimia yakni dengan usaha memuntahkan kembali makanan yang telah dimakan, berpuasa, atau penyalahgunaan obat pencahar berlebihan.

Menurut Papalia melakukan diet merupakan cara seseorang untuk membentuk badan dengan tujuan mencapai proporsi berat badan yang diinginkan dan juga mencapai taraf kesehatan yang seimbang dengan mengatur pola makan, minum, dan aktivitas fisik seperti olahraga (Dariyo, 2004). Hal ini merupakan salah satu pemicu mengapa pria dewasa awal melakukan perilaku diet. Faktor lain sebagai alasan pria menginginkan tubuh yang ideal adalah pendapat, perlakuan, dan pengakuan orang lain terhadap dirinya (Bestiana, 2012).

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pria menginginkan tubuh yang tinggi serta tubuh yang kuat, sehat, dan berotot dengan cara melakukan aktivitas fisik seperti olahraga (Majid et al., 2018). Hal ini dijelaskan pula pada penelitian lain yang menunjukkan bahwa pria cenderung ingin mengatur pola makan agar memiliki berat badan seperti yang diinginkan sehingga dapat percaya diri di hadapan teman atau orang-orang di sekitarnya (Alidia, 2018). Oleh sebab itu pria dewasa awal berusaha untuk melakukan diet dengan membatasi konsumsi kalori yang masuk ke dalam tubuh dan melakukan aktivitas fisik agar mendapatkan bentuk tubuh ideal sesuai yang diinginkan.

Polivy & Herman (Manurung, 2021) menjelaskan beberapa faktor dari perilaku diet yakni jenis kelamin yang berpengaruh pada setiap gizi yang diperlukan, selanjutnya adalah usia di mana faktor usia ini punya pengaruh dikarenakan setiap perkembangan harus mencukupi kebutuhan gizi yang baik, lalu aktivitas yakni setiap individu memiliki kebutuhan gizi yang berbeda ditentukan dengan aktivitas yang ia lakukan. Selain itu, menurut Ogden (2018) faktor fisik atau citra tubuh ini berhubungan dengan perilaku diet dimana seseorang akan memiliki rasa tidak puas dengan tubuh yang dimiliki jika memiliki berat badan berlebih dari seusianya.

Menurut Grogan (2008) pola dari perilaku diet yang dilakukan berkaitan dengan citra tubuh yang dimiliki tiap individu, di mana citra tubuh seseorang dapat bersifat positif maupun negatif. Citra tubuh yang negatif mendorong seseorang untuk melakukan perilaku diet dengan tujuan untuk mendapatkan tubuh ideal sesuai dengan keinginan. Menurut McCabe (2004) dimasa sekarang tidak hanya perempuan namun juga banyak laki-laki dewasa awal termotivasi untuk memiliki penampilan fisik yang ideal, yang mana umumnya laki-laki dewasa awal memiliki konsep tubuh yang ideal yakni tubuh berisi, berdada bidang, serta biceps yang menonjol.

Menurut Bordo (Khaira, 2018) bukan hanya wanita yang memperhatikan bentuk tubuhnya agar tetap ideal tetapi pria pun juga memperhatikan hal tersebut. Konsep mengenai citra tubuh ini juga tidak lepas dari pria, dikarenakan dengan memperhatikannya akan membuat pria merasa percaya diri dan merasa memenuhi kriteria sebagai pria maskulin yang dianggap gagah atau *macho*. Hasil survei menunjukkan bahwa sekitar 20-40% pria mengalami masalah terkait citra tubuh, dikarenakan tidak puas dengan bentuk tubuh saat ini. Dan menunjukkan fakta bahwa 55% pria melakukan latihan angkat beban untuk membentuk badan dan melakukan diet ketat untuk kesehatan. Hasil dari penelitian yang dilakukan Dr. Alison Field pada salah satu RS di Boston menemukan bahwa pria dewasa awal merasa minder dengan tubuhnya, yakni terkait otot-ototnya, khawatir tentang berat badan maupun keduanya (Khaira, 2018).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Wardhani (2018) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dan perilaku diet pada pria obesitas yang menunjukkan adanya hubungan positif antara citra tubuh dan perilaku diet. Artinya semakin positif citra tubuh pada pria obesitas maka akan semakin tinggi perilaku diet sehat yang

dilakukan dan sebaliknya, semakin negatif citra tubuh yang dimiliki oleh pria obesitas maka akan semakin rendah perilaku diet sehat yang akan dilakukan.

Seseorang yang menerima keadaan fisik dan juga dapat memanfaatkannya dengan baik tidak lagi menjadi tugas pada tahap perkembangan yang harus terpenuhi pada usia dewasa awal karena pada tahap ini seseorang sudah harus stabil dalam menerima keadaan fisiknya dan memanfaatkannya dengan baik. Untuk menerima keadaan fisiknya, seorang individu seharusnya tidak terus menerus mengevaluasi kekurangan fisiknya dan juga tidak membandingkannya dengan orang lain (Hurlock, 2011). Ketidakpuasan individu terhadap tubuhnya ini muncul karena individu tersebut telah memiliki konsep tubuh yang ideal di dalam pikirannya, namun ia merasa bahwa tubuhnya tidak atau belum memenuhi kriteria bertubuh ideal seperti yang dimaksud Cash & Szymansk (Irawan & Safitri, 2014). Oleh karena itu, berdasar pada hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menunjukkan bahwa adanya hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet. Semakin negatif citra tubuh yang dimiliki seseorang maka akan semakin tinggi pula perilaku diet yang akan dilakukan. Namun, saat ini belum banyak ditemukan penelitian terkait hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet terutama pada pria dewasa awal.

Penelitian terkait hubungan citra tubuh dengan perilaku diet ini lebih banyak dilakukan pada wanita sedangkan menurut penelitian-penelitian lain sebelumnya tidak hanya wanita, pria pun juga memperhatikan bagaimana bentuk tubuhnya sehingga penelitian ini perlu dilakukan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara citra tubuh terhadap kecenderungan melakukan perilaku diet pada pria dewasa awal. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu terletak pada subjek penelitian yaitu pria dewasa awal yang berusia antara 18-25 tahun.

Berdasarkan pemaparan yang telah dijabarkan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Citra Tubuh dan Perilaku Diet Pria Dewasa Awal” dan dapat dirumuskan pula bahwa permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet pada pria dewasa awal? Kemudian tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet pada pria dewasa awal. Secara teoritis, manfaat dari penelitian ini yakni dapat menjadi ilmu pengetahuan, sebagai acuan atau referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti keterkaitan antara citra tubuh dengan perilaku diet. Sedangkan secara praktis, penelitian ini dapat menjadi pembanding untuk penelitian selanjutnya terkait tentang fenomena perilaku diet.

Perilaku Diet

Menurut Kim & Lennon (Caroline, 2014) kata diet berasal dari Bahasa Yunani *diaita* yang berarti cara hidup dan memberikan istilah diet sebagai “*Reduction in caloric intake to lose weight*”. Diet adalah kegiatan membatasi nutrisi berupa kalori dengan sengaja untuk mengurangi berat badan yang mana dengan tujuan untuk membentuk tubuh menjadi lebih langsing. Menurut Arthur (2010) diet merupakan suatu program yang dilakukan dengan penghilangan asupan makanan yang bertujuan untuk mengurangi berat badan. Kemudian, menurut Hawks (2008) perilaku diet merupakan usaha sadar yang dilakukan individu dalam membatasi dan mengontrol makanan yang akan dimakan yang bertujuan untuk mengurangi dan mempertahankan berat badan. Dari definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan perilaku diet ini adalah kegiatan atau tindakan yang dilakukan seseorang secara sadar untuk memperhatikan dan mengatur asupan nutrisi makanan yang dibutuhkan oleh tubuh dengan tujuan untuk mengurangi atau mempertahankan berat badannya.

Aspek-aspek Perilaku Diet

Aspek-aspek dari perilaku diet menurut Ruderman (Wardle, 1997), yakni: (1) Aspek Eksternal, pada aspek ini berhubungan dengan cara makan individu dan juga faktor dari makanan, yakni dari segi rasa, aroma, dan penampilan makanan itu sendiri. Bagi seseorang yang melakukan perilaku diet, aspek ini akan bernilai jika makanan yang tersedia tersebut adalah makanan yang lezat, (2) Aspek Emosional, pada aspek ini emosi lebih berperan dalam perilaku makan, emosi yang dimaksud pada aspek ini adalah emosi negatif dari individu seperti kecewa, cemas, depresi, takut, dan lain-lain. Emosi negatif yang muncul ini akan menunjukkan sikap yang berbeda-beda pada setiap individu. Ada beberapa individu yang mengatasi stres dengan cara tidur, melakukan aktivitas fisik seperti olahraga, jalan-jalan, ada pula individu yang mengatasi stres dengan cara meminum alkohol, menggunakan obat-obatan terlarang, bahkan ada juga yang mengalihkan perhatiannya dengan cara makan makanan sesukanya. Kebiasaan makan makanan sesukanya ini jika berlangsung lama dan tidak terkontrol tentunya akan mengakibatkan dampak negatif pada tubuh terlebih jika makanan tersebut mengandung tinggi kalori, karbohidrat dan lemak yang tentunya dapat menaikkan berat badan, (3) Aspek *Restraint*, pada aspek ini istilah dari *restraint* diartikan sebagai pengekangan atau pembatasan. Aspek ini menunjukkan bahwa pola makan seseorang dipengaruhi oleh keseimbangan faktor psikologis yakni desakan keinginan pada makanan dan usaha dari segi kognitif untuk melawan keinginan tersebut. Usaha ini yang disebut sebagai *restraint* atau dalam arti lain adalah pengendalian terhadap keinginan untuk makan.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat tiga aspek dari perilaku diet individu yakni, aspek eksternal yang meliputi situasi terkait cara makan dan faktor makanan, aspek emosional yang meliputi emosi negatif seperti rasa takut, cemas dan marah serta pada aspek *restraint* yang berupa usaha secara kognitif untuk melawan keinginan makan.

Faktor-faktor Perilaku Diet

Faktor-faktor dari perilaku diet menurut Ogden (2018), yakni: (1) Faktor Kesehatan, faktor ini menjelaskan bahwa untuk mendukung kesehatan seseorang dengan cara melakukan diet untuk mencegah penyakit jantung, diabetes, dan stroke yang bertujuan untuk meningkatkan harapan hidup, (2) Faktor Fisik (Citra tubuh), ketika seseorang memiliki berat badan yang berlebih dari seusianya dan ketika seseorang yang memiliki rasa tidak puas dengan tubuh yang dimilikinya, (3) Faktor Media, faktor ini dapat memicu seseorang melakukan diet karena media yang selalu menampilkan bentuk tubuh yang ideal bagi wanita maupun pria sehingga membentuk persepsi atas bentuk tubuh yang ideal tersebut pada diri individu, (4) Faktor lingkungan rumah, faktor ini menjelaskan bahwa tuntutan orang tua terlebih ibu yang berkomentar tentang bentuk tubuh anaknya dapat membuat anak memiliki persepsi terkait bentuk tubuh yang ideal.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku diet memiliki empat faktor yang mempengaruhi yakni faktor kesehatan, fisik, media dan faktor lingkungan rumah. Faktor kesehatan yang menjelaskan bahwa seseorang melakukan diet agar terhindar dari penyakit, faktor fisik atau citra tubuh di mana seseorang melakukan diet ketika tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimilikinya, faktor media dan faktor lingkungan rumah yang membuat seseorang memiliki persepsi atau pandangan mengenai bentuk tubuh yang ideal.

Citra Tubuh

Citra tubuh adalah imajinasi subyektif dari seseorang mengenai bentuk tubuhnya, terlebih terkait tentang penilaian orang lain juga seberapa baik tubuhnya yang harus disesuaikan dengan persepsi (Arthur & Emily, 2010). Hal ini sejalan dengan penjelasan menurut Thompson &

Smolak (2009) mengenai citra tubuh bahwa tingkat citra tubuh pada seseorang itu digambarkan dari seberapa jauh ia merasa puas terhadap bagian pada tubuhnya dan juga penampilan fisik secara keseluruhan. Menurut Amalia (2007) pada setiap individu tentunya memiliki tubuh ideal seperti apa yang diinginkannya. Ketidaksesuaian antara bentuk tubuh yang dipersepsi dengan bentuk tubuh yang menurut individu tersebut ideal maka akan memunculkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya sendiri. Citra tubuh ini mulai terbentuk sebelum seorang anak dapat mengungkapkan pikiran-pikiran ataupun ide melalui kata-kata. Citra tubuh yang dimiliki tiap individu dapat bersifat positif maupun negatif (Grogan, 2008).

Dari definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dari citra tubuh adalah persepsi atau pandangan seseorang mengenai tubuh yang dimilikinya terkait seberapa puas seseorang terhadap bagian tubuhnya. Jika persepsi itu tidak sesuai maka akan terjadi ketidakpuasan terhadap tubuhnya sendiri, dan citra tubuh ini dapat bersifat positif maupun negatif.

Aspek-aspek Citra Tubuh

Aspek-aspek mengenai citra tubuh menurut Cash (2012), yakni: (1) Evaluasi Penampilan (*appearance evaluation*), aspek ini mengukur penampilan secara keseluruhan pada tubuh terkait apakah menarik atau tidak, memuaskan atau belum memuaskan di mana penilaian ini merupakan penilaian yang dirasakan oleh individu itu sendiri, (2) Orientasi Penampilan (*Appearance orientation*), aspek ini terkait perhatian seseorang pada penampilan dirinya dan usaha untuk memperbaiki juga meningkatkan penampilan sesuai dengan penilaian terhadap dirinya sendiri, (3) Kepuasan terhadap bagian tubuh (*Body area satisfaction*), aspek ini menjelaskan tentang mengukur kepuasan seseorang pada bagian tubuhnya secara spesifik seperti wajah, tubuh bagian atas, tubuh bagian tengah, tubuh bagian bawah, dan pada bagian tubuh secara keseluruhan, (4) Kecemasan menjadi gemuk (*Overweight preoccupation*), aspek ini mengukur ketakutan individu terhadap berat badannya, kecenderungan melakukan diet, membatasi makanan yang masuk karena cemas jika berat badan naik yang menyebabkan kegemukan, (5) Klasifikasi ukuran tubuh (*Self-classified weight*), aspek ini mengatur tentang bagaimana seseorang menilai berat badannya terkait kurus sampai gemuk sesuai perasaan dan penilaian pada dirinya.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat lima aspek mengenai citra tubuh pada individu yakni, aspek evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan aspek klasifikasi ukuran tubuh. Aspek evaluasi penampilan bahwa penilaian terkait memuaskan atau tidak hanya bisa dirasakan oleh individu itu sendiri, aspek orientasi penampilan yakni usaha seseorang untuk memperbaiki penampilan sesuai dengan penilaian, aspek kepuasan terhadap bagian tubuh bahwa seseorang mengukur kepuasan pada bagian tubuh secara keseluruhan, aspek kecemasan menjadi gemuk yakni mengukur ketakutan individu terhadap berat badannya dan cenderung melakukan diet ketika berat badan naik, serta aspek klasifikasi ukuran tubuh tentang bagaimana seseorang menilai berat badan sesuai dengan penilaian pada dirinya sendiri.

Faktor-faktor Citra Tubuh

Faktor-faktor citra tubuh menurut Thompson (2009), yakni: (1) Pengaruh berat badan dan persepsi terkait gemuk/kurus, keinginan untuk menjadikan berat badan tetap ideal dengan menjaga pola makan yang teratur, sehingga persepsi terhadap citra tubuh yang baik akan sesuai dengan yang diinginkan, (2) Budaya, adanya pengaruh lingkungan sekitar individu dan bagaimana cara budaya mengkomunikasikan norma-norma tentang penampilan fisik, dan ukuran tubuh yang menarik, (3) Siklus Hidup, pada dasarnya individu mempunyai keinginan

untuk kembali memiliki bentuk tubuh seperti masa lalu. Ketika bentuk tubuhnya yang sekarang dianggap tidak sesuai dengan standar yang ada di masyarakat, (4) Masa Kehamilan, proses pada masa kehamilan ini akan membuat tubuh berubah dikarenakan seorang Ibu butuh asupan nutrisi lebih banyak. Maka dari itu, masa kehamilan akan membuat tubuh menjadi tidak menentu dan pada dasarnya seseorang dapat menjaga tumbuh kembang anak secara sehat tanpa ada peristiwa pada masa kehamilan, (5) Sosialisasi, adanya pengaruh dari teman sebaya yang juga menjadikan individu ikut terpengaruh di dalamnya. Karena teman sebaya merupakan pengaruh yang cukup besar terhadap perilaku individu itu sendiri, (6) Konsep Diri, gambaran individu terhadap dirinya, yang meliputi penilaian diri dan juga penilaian sosial mengenai dirinya, (7) Peran Gender, dalam hal ini peran orang tua begitu penting bagi citra tubuh seseorang, sehingga menjadikannya lebih cepat terpengaruh, (8) Pengaruh distorsi citra tubuh pada diri individu, perasaan dan persepsi individu yang bersifat negatif terhadap tubuhnya dapat diikuti oleh sikap buruk.

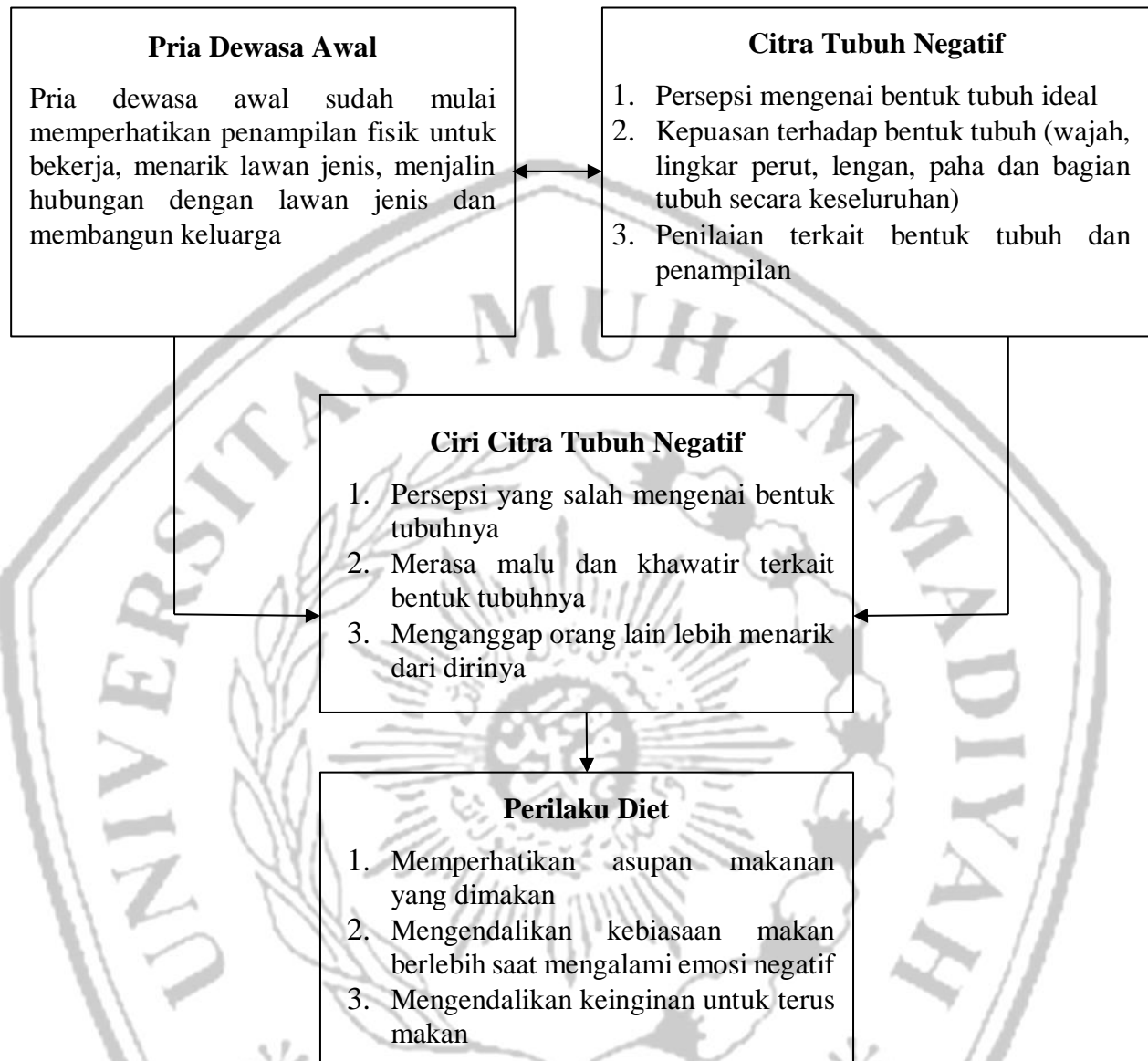
Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku diet memiliki delapan faktor yang dapat mempengaruhi yakni faktor pengaruh berat badan dan persepsi terkait gemuk/kurus, faktor budaya, faktor siklus hidup, faktor masa kehamilan, faktor sosialisasi, faktor konsep diri, faktor peran gender, dan faktor pengaruh distorsi citra tubuh pada diri individu.

Hubungan Citra Tubuh dan Perilaku Diet

Diet yang dilakukan berarti membatasi dengan cermat konsumsi kalori yang masuk ke dalam tubuh atau jenis makanan tertentu, selama dilakukan dengan proporsional dengan memperhatikan kebutuhan tubuh tentunya diet dapat membuat berat badan berkurang dan tubuh juga akan tetap sehat. Namun, jika diet dilakukan secara sembarangan dapat berakibat fatal. Citra tubuh adalah persepsi, pikiran dan perasaan individu tentang tubuhnya (Grogan, 2008). Seorang individu yang memiliki citra tubuh positif, ia akan merasa bahwa tubuh dan penampilannya cantik dan menarik, walaupun pada kenyataannya tubuh dan penampilannya kurang menarik, namun bila seseorang memiliki citra tubuh yang negatif, maka ia akan merasa tubuh dan penampilannya kurang menarik dan membuatnya kurang percaya diri (Bell dan Rushfort, 2008).

Kerangka Berpikir

Gambar 1 Kerangka Berpikir Penelitian



Hipotesis Penelitian

Hipotesis pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet pada pria dewasa awal. Arah hubungannya adalah negatif, artinya semakin positif citra tubuh yang dimiliki individu maka semakin rendah perilaku diet yang akan dilakukan, begitu juga sebaliknya semakin negatif citra tubuh yang dimiliki individu maka akan semakin tinggi perilaku diet yang akan dilakukan oleh individu tersebut.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Pendekatan ini menggunakan data berupa data angka yang berasal dari prosedur pengukuran dan diolah menggunakan teknik analisis statistik (Azwar, 2017). Penelitian ini menggunakan jenis korelasional yang bertujuan untuk menguji keeratan hubungan pada variabel bebas dan variabel terikat.

Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini merupakan dewasa awal. Penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 400 sampel. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *incidental sampling*. *Incidental sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan memilih siapa saja yang dijumpai peneliti atau disebut juga sebagai teknik kebetulan (Winarsunu, 2015). Adapun kriteria subjek dalam penelitian ini merupakan (1) pria dewasa awal, (2) berusia 18-25 tahun. Responden yang dijadikan sampel ini adalah populasi yang ditemui oleh peneliti dan bersedia untuk dijadikan sampel.

Tabel 1. Deskripsi Sampel Penelitian

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Usia		
18	22	2,6 %
19	34	4,0 %
20	44	5,2 %
21	65	7,7 %
22	98	11,6 %
23	54	6,4%
24	33	3,9 %
25	50	5,9 %
Berat Badan		
< 60 kg	137	16,1 %
60 kg - 70 kg	184	21,8 %
> 70 kg	79	11,3 %
Tinggi Badan		
< 165 cm	70	8,2 %
165 cm - 175 cm	242	25,2 %
> 175 cm	88	10,4 %
Pekerjaan		
Wirausaha (<i>Entrepreneur</i>)	70	8,4 %
Karyawan	145	16,9 %
Mahasiswa & Pelajar	185	21,8 %

Variabel dan Instrumen Penelitian

Penelitian ini terdapat 2 variabel yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Variabel bebas (X) dari penelitian ini adalah citra tubuh dan variabel terikat (Y) pada penelitian ini adalah perilaku diet.

Perilaku diet adalah sebuah aktivitas atau usaha yang dilakukan secara sadar dalam hal membatasi dan mengatur pola makan, minum dan juga aktivitas fisik yang dilakukan dengan tujuan untuk mengurangi atau menurunkan dan mempertahankan berat badan sesuai dengan yang diinginkan demi menjaga penampilan dan meningkatkan kesehatan. Skala yang digunakan untuk mengukur perilaku diet adalah skala perilaku diet oleh Husna (2013) yang terdiri dari 34 item berdasarkan aspek-aspek perilaku diet menurut Wardle (1997) yang terdiri dari tiga aspek yakni, aspek eksternal, aspek emosional, dan aspek *restraint*. Skala perilaku diet ini terdapat 25 item valid dan 9 item yang tidak valid dengan nilai validitas berkisar antara 0,432-0,595. Item 5, 6, 7, 13, 16, 17, 22, 26, dan 32 dinyatakan tidak valid karena $p > 0,05$ dan indeks reliabilitas sebesar 0,897. Skala ini bertujuan untuk mengukur seberapa tinggi atau rendah perilaku diet yang dilakukan oleh pria dewasa awal.

Citra tubuh adalah persepsi atau pandangan mengenai kepuasan tubuh yang dimiliki dewasa awal. Jika persepsi itu tidak sesuai maka akan memunculkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya sendiri, dan citra tubuh ini dapat bersifat positif maupun negatif. Skala yang digunakan untuk mengukur citra tubuh adalah *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) oleh Cash yang terdiri dari 20 item berdasarkan aspek-aspek citra tubuh menurut Cash (2012) yang terdiri dari lima aspek yakni, aspek evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan aspek klasifikasi ukuran tubuh. Skala ini terdapat 10 item valid dan 10 item yang tidak valid dengan nilai validitas berkisar antara 0,312-0,775. Item 4, 6, 10, 11, 13, 14, 15, 17, 19 dan 20 dinyatakan tidak valid karena $p > 0,05$ dan indeks reliabilitas sebesar 0,850. Skala ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi citra tubuh positif ataupun citra tubuh negatif yang dimiliki oleh pria dewasa awal. Skala penelitian ini menggunakan skala *Likert* yang terdiri dari 4 pilihan jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Prosedur dan Analisa Data

Penelitian yang dilakukan ini melalui beberapa tahapan yakni; Peneliti melihat dan juga mencari fenomena yang terjadi pada masa sekarang sebagai tema penelitian. Kemudian setelah mendapatkan tema, peneliti mencari referensi teori yang mendukung tema tersebut dari jurnal, buku maupun berita. Setelah itu peneliti menentukan variabel yang ingin dikaji dengan variabel fenomena tersebut. Variabel tersebut yakni citra tubuh dan perilaku diet. Kemudian, peneliti menentukan subjek penelitian yang sesuai dengan yang dibutuhkan dalam penelitian. Setelah itu peneliti merumuskan latar belakang penelitian dan mendalami kajian teoritis mengenai variabel citra tubuh dan variabel perilaku diet. Kemudian, menentukan skala yang sesuai dan akan digunakan dalam penelitian. Pada penelitian ini skala yang digunakan adalah skala citra tubuh (MBSRQ-AS) dan juga skala perilaku diet. Kedua skala yang telah siap disebarakan menggunakan kuesioner dari *Google Form* kepada para responden. Selanjutnya tahap terakhir yaitu tahap analisis data, peneliti menganalisis data yang telah diisi dan diolah menggunakan *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 27 dengan menggunakan uji normalitas *Skewness-Kurtosis*, uji linearitas dan uji korelasi *Product Moment Pearson*, yang merupakan alat uji statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis hubungan antara variabel x yaitu citra tubuh dan variabel y yaitu perilaku diet. Setelah dilakukan analisis kemudian disimpulkan apakah variabel x berhubungan dengan variabel y.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil uji statistik yang telah dilakukan terhadap 400 responden yang menjadi sampel pada penelitian ini, maka ditemukan data sebagai berikut:

Tabel 2. Kategorisasi Variabel

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase	Mean	Std. Deviation
Citra Tubuh	Negatif	238	59,5%	26,12	2,118
	Positif	162	40,5%		
Perilaku Diet	Rendah	202	50,5%	63,44	2,494
	Tinggi	198	49,5%		

Berdasarkan hasil dari statistik deskriptif dari variabel citra tubuh (X) dan variabel perilaku diet (Y) dengan analisis jawaban dari 400 responden. Variabel citra tubuh (X) memperoleh nilai persentase yakni 59,5% pada kategori negatif dan 40,5% pada kategori positif. Sehingga diketahui bahwa sebanyak 238 responden penelitian memiliki citra tubuh yang negatif dan 162 responden memiliki citra tubuh yang positif. Kemudian untuk variabel perilaku diet (Y) memperoleh nilai persentase yakni 50,5% pada kategori rendah dan 49,5% pada kategori tinggi. Dengan itu berarti bahwa sebanyak 202 responden penelitian memiliki tingkat perilaku diet yang rendah dan 198 responden memiliki tingkat perilaku diet yang tinggi. Dimana dari 238 responden dengan citra tubuh negatif sebanyak 121 responden dengan perilaku diet tinggi dan 117 responden dengan perilaku diet rendah. Kemudian, dari 162 responden dengan citra tubuh positif sebanyak 85 responden dengan perilaku diet rendah dan 77 responden dengan perilaku diet tinggi.

Uji Normalitas dan Uji Linearitas

Dari hasil uji normalitas *Skewness-Kurtosis* ditemukan bahwa data berdistribusi normal dengan menggunakan rumus yakni nilai *Statistic Skewness* dibagi dengan *Std. Error Skewness* atau nilai *Statistic Kurtosis* dibagi dengan *Std. Error Kurtosis*. Nilai ratio *Skewness/Std. Error Skewness* pada variabel citra tubuh = $0,034/0,122 = 0,278 < 2$. Nilai ratio *Skewness/Std. Error Skewness* pada variabel perilaku diet = $0,051/0,122 = 0,418 < 2$. Nilai ratio *Kurtosis/Std. Error Kurtosis* pada variabel citra tubuh = $-0,025/0,243 = -0,102 > -2$. Nilai ratio *Kurtosis/Std. Error Kurtosis* pada variabel perilaku diet = $0,338/0,243 = 1,390 < 2$. Berdasarkan uji *Skewness-Kurtosis*, data dikatakan berdistribusi normal bila nilai ratio *skewness-kurtosis* berada di antara -2 sampai dengan 2. Selanjutnya, dilakukan pula uji linearitas pada variabel citra tubuh dan variabel perilaku diet diperoleh nilai signifikansi *deviation from linearity* sebesar $0,115 > 0,05$ yang artinya bahwa variabel citra tubuh dan variabel perilaku diet terdapat hubungan yang linear.

Uji Korelasi *Product Moment Pearson*

Tabel 3. Uji Korelasi *Product Moment Pearson*

Variabel	Pearson
Citra Tubuh - Perilaku Diet	0,895

Berdasarkan hasil analisa data diatas diketahui bahwa pada uji korelasi *Product Moment Pearson* untuk variabel citra tubuh (X) dan perilaku diet (Y) dengan jumlah sampel sebanyak 400 sampel. Hasil uji korelasi diperoleh nilai signifikansi dari variabel citra tubuh dan perilaku diet sebesar 0,895 ($p > 0,05$) dengan ini menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi antara citra tubuh dengan perilaku diet pada pria dewasa awal.

DISKUSI

Pada penelitian ini menggunakan 400 responden dan semua responden berjenis kelamin pria dewasa awal dengan rentang usia 18-25 tahun. Tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet pada pria dewasa awal, dengan asumsi bahwa terdapat hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet pada pria dewasa awal. Akan tetapi, hipotesis tersebut ditolak yang artinya tidak ada hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet pada pria dewasa awal. Dikarenakan hasil uji korelasi *Product Moment Pearson* yang dilakukan diperoleh hasil nilai signifikansi dari variabel citra tubuh dan variabel perilaku diet sebesar 0,895 ($p > 0,05$). Menurut Wardhani (2018) bahwa tidak hanya citra tubuh yang menjadi faktor perilaku diet, terdapat faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi selain citra tubuh. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh yakni jenis kelamin, media massa, dan hubungan interpersonal (Cash & Pruzinsky, 2002). Penelitian lain yang dilakukan oleh Dini (2014) menunjukkan bahwa diet bukan hal yang selalu dipengaruhi oleh citra tubuh yang negatif, tetapi terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi seperti kesehatan, mengatur pola makan yang lebih baik dan teratur, juga faktor lainnya. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Partya & Mardiyati (2023) bahwa terdapat hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet, yang artinya bahwa semakin positif citra tubuh maka semakin tinggi juga perilaku diet sehat yang akan dilakukan. Asumsi peneliti yang mengatakan tidak adanya hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet pada pria dewasa awal dikarenakan citra tubuh negatif yang dimiliki pria dewasa awal tinggi namun juga banyak yang memiliki perilaku diet rendah sehingga, hal ini tidak terjadi adanya hubungan. Dan juga dikarenakan instrumen penelitian yang digunakan oleh peneliti hanya mengarah pada perilaku diet secara umum saja, tidak secara spesifik mengarah pada perilaku diet sehat atau perilaku diet tidak sehat.

Hasil uji statistik yang telah dilakukan menunjukkan bahwa pria dewasa awal lebih banyak yang memiliki citra tubuh negatif yakni sebanyak 238 responden daripada yang memiliki citra tubuh positif yakni sebanyak 162 responden. Pada penelitian yang dilakukan oleh Kakekshita & Almeida (Alidia, 2018) ditemukan bahwa laki-laki tidak terlalu melebih-lebihkan bentuk tubuhnya dibandingkan perempuan yang lebih cenderung untuk melebih-lebihkan bentuk tubuh yang dimilikinya. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Rief et al. (2006) ditemukan bahwa pria tidak terlalu memikirkan penampilan yang ada pada dirinya, dan perempuanlah yang cenderung lebih memikirkan citra tubuh yang dimiliki. Maka dari itu peneliti mengasumsikan bahwa pria dewasa awal cenderung tidak memperhatikan bagaimana bentuk

tubuh dan juga penampilan dirinya. Menurut penelitian yang dilakukan Santos et al. (2011) ditemukan bahwa citra tubuh seorang pria dipengaruhi kuat oleh persepsi orang lain terhadap dirinya, dengan adanya dorongan orang lain terkait tubuh ideal dan bagaimana penampilan fisik yang dapat mendorong timbulnya citra tubuh yang negatif. Kemudian, menurut Ruth & Debra (Cash & Pruzinsky, 2002) mengatakan bahwa ketidakpuasan seseorang terhadap citra tubuh yang dimilikinya dapat berdampak negatif yang membuat seseorang menjadi tidak termotivasi untuk melakukan perubahan pada dirinya terkait bentuk tubuh maupun penampilan.

Selanjutnya, hasil uji statistik yang telah dilakukan menunjukkan juga bahwa pria dewasa awal lebih banyak yang memiliki perilaku diet rendah yakni sebanyak 202 responden daripada yang memiliki perilaku diet tinggi yakni sebanyak 198 responden. Menurut Ogden (2002) diet tidak selalu cara yang dapat dilakukan seseorang ketika ia memiliki kemauan untuk mengubah bentuk tubuh. Pria lebih fokus pada kebugaran fisik dan olahraga, ini adalah perilaku yang dianggap sehat sehingga pria yang tidak puas dengan penampilannya lebih kecil kemungkinan untuk melakukan diet dibandingkan wanita (Grogan & Richards, 2002).

Pada penelitian ini terdapat keterbatasan, yaitu terkait dengan subjek penelitian tentang pengkategorian karakteristik sampel yakni berat badan, tinggi badan yang dapat dikelompokkan seperti subjek dengan berat badan < 60 kg, berat badan 60 kg - 70 kg, dan subjek dengan berat badan >70 kg ketika melakukan pengambilan data agar data yang didapat tidak bervariasi dikarenakan subjek yang mengisi kuesioner secara asal-asalan. Kemudian terkait latar belakang dari subjek penelitian yang tidak spesifik seperti subjek yang sedang menderita penyakit tertentu, subjek yang berada di tempat *gym* dan subjek dengan pekerjaan tertentu yang mengharuskan subjek untuk melakukan perilaku diet dimana hal ini mungkin dapat mempengaruhi hasil penelitian, selain itu instrumen penelitian yang digunakan tidak spesifik tentang perilaku diet sehat atau perilaku diet tidak sehat.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Pada Penelitian yang telah dilakukan ini, diperoleh hasil bahwa hipotesis ditolak yang artinya tidak ada hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet pada pria dewasa awal. Maka dari itu, asumsi peneliti yang mengatakan bahwa terdapat hubungan antara citra tubuh dengan perilaku diet pada pria dewasa awal tidak terbukti. Kemudian, didapatkan bahwa citra tubuh responden lebih banyak berada pada kategori negatif dan perilaku diet responden lebih banyak berada pada kategori rendah yang artinya responden tidak melakukan perilaku diet.

Implikasi dari penelitian yang dilakukan ini, bagi pria dewasa awal agar memiliki citra tubuh yang positif dengan menghindari perasaan tidak puas akan bentuk tubuh serta bersyukur dengan bentuk tubuh saat ini sehingga mampu meningkatkan kepercayaan diri dan juga harga dirinya. Serta bagi pria dewasa awal yang memiliki perilaku diet yang rendah diharapkan untuk meningkatkan perilaku diet sebagai upaya dalam menjaga kesehatan dengan menjaga pola makan dan juga olahraga secara rutin. Untuk peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan penelitian yang serupa, agar dapat memperluas ruang lingkup penelitian. Misalnya dengan menambahkan kriteria subjek penelitian agar lebih spesifik yakni subjek penelitian dengan lokasi lingkungan tertentu seperti tempat *gym*, subjek dengan riwayat penyakit tertentu, memperluas populasi dan diharapkan dapat menentukan dengan lebih spesifik lagi terkait kategori sampel yang diperlukan ataupun variabel pada penelitian. Selain itu, peneliti selanjutnya sebaiknya menggunakan instrumen untuk mengukur perilaku diet sehat dan tidak sehat secara spesifik.

REFERENSI

- Alidia, F. (2018). Body Image Siswa Ditinjau dari Gender. *Jurnal Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 14(2), 79-92. <https://doi.org/10.32939/tarbawi.v14i2.291>
- Amalia, L. (2007). Citra Tubuh (Body Image) Remaja Perempuan. *Jurnal Musawa*, 5(4).
- Arthur, S.R dan Emily, S.R. (2010). *Kamus Psikologi*. Penerbit Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Edisi II. Penerbit Pustaka Pelajar.
- Bestiana, D. (2012). Citra Tubuh dan Konsep Tubuh Ideal Mahasiswi FISIP Universitas Airlangga Surabaya. *Antro Unair DotNet*, 1(1), 1–12.
- Caroline, L. M. (2014) *Hubungan Antara Citra Tubuh dengan Perilaku Diet pada Remaja Putri di Fitness Center Semarang*. Skripsi. Program Sarjana Universitas Diponegoro, Semarang.
- Cash & Pruzinsky. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: Guilford Press
- Cash, T. F & Pruzinsky, T. (2012). *Body image: A handbook of theory, research and clinical practice*. Guilford Press.
- Dariyo A. (2004). *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Penerbit PT. Grasindo.
- Grogan, S., & Richards, H. (2002). Citra tubuh: Kelompok fokus dengan anak laki-laki dan laki-laki. *Pria dan Maskulinitas*, 4, 219–232.
- Grogan, S. (2008). *Body image: understanding body dissatisfaction in men, women and children*. London: Routledge.
- Hawks, & Steven, R. (2008). Classroom Approach for Managing Dietary Restraint, Negative Eating Styles, and Body Image Concerns Among College Women. *Journal of American College Health*, 56(4).
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang kehidupan*. Penerbit Erlangga.
- Husna, N. L. (2013) *Hubungan Antara Body Image dengan Perilaku Diet (Penelitian pada Wanita di Sanggar Senam RITA Pati)*. Skripsi. Program Sarjana Universitas Negeri Semarang, Semarang.
- Irawan, S., & Safitri. (2014). Hubungan Antara Body Image dan Perilaku Diet Mahasiswa Universitas Esa Unggul. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 18-25.
- Khaira, P. (2018) *Hubungan Antara Self Esteem dengan Body Image Pada Remaja Pria*. Skripsi. Program Sarjana Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta.

- Kim, M., & Lennon, S. J. (2006). Analysis of Diets Advertisements: A Cross National Comparison of Korean and U.S. Womes's magazines. *Clothing and textiles research journal*, 24(345).
- Manurung, I. (2021). Hubungan antara Body Image dan Perilaku Diet pada Wanita Dewasa Awal. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1(2), 1126-1131. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i2.28434>
- Majid, M., Suherna, & Haniarti. (2018). Perbedaan Tingkat Pengetahuan, Body Image, Asupan Energi, dan Status Gizi pada Mahasiswa Gizi dan Non Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia dan Kesehatan*, 1(1), 24–32.
- McCabe, M., P. (2004). A Longitudinal Study of Pubertal Timing and Extreme Body Change Behaviors Among Adolescent Boys and Girls. *Adolescence*, 39(153), 145-166.
- Mukhlisoh, S., Siagian, A., & Nasution, E. (2015). *Gambaran Perilaku Diet Penurunan Berat Badan Anggota Fitness Center New Life Gym Lippomall Medan*.
- Ogden, J. (2002). *Psychology of eating : from healthy to disordered behavior*. USA: The blackwell Publishing.
- Ogden, J. (2018). *The Psychology of Dieting*. New York: Routledge.
- Partya, C. E. B., & Mardiyati, N. L. (2023). Hubungan *Body Image* dengan Perilaku Diet dan Status Gizi pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Jurnal Nutrisia*, 25(1). 11-19. <https://doi.org/10.29238/jnutri.v25i1.275>
- Santhi, N. L. G. W. (2018) *Hubungan Antara Body Image dengan Perilaku Diet pada Remaja Akhir di Rumah Sehat Herbalife Kota Makassar*. Skripsi. Program Sarjana Universitas Bosowa, Makassar.
- Santrock, J.W. (2011). *Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup) Edisi Ketigabelas Jilid 2*. Penerbit Erlangga.
- Soetjningsih, C. H. (2012). *Perkembangan Anak Sejak Pertumbuhan sampai dengan Kanak-anak Akhir*. Penerbit Prenada Media Group.
- Thompson, J. K. (2009). *Body image, Eating Disorder, and Obesity an Integrative*.
- Wardle, J. B. (1997). *Healthy Dietary Practices Among European Students*. American: Psychological Association.
- Wardhani, R. T. K. (2018) *Hubungan Antara Body Image dan Perilaku Diet pada Pria Obesitas*. Skripsi. Program Sarjana Universitas Brawijaya, Malang.

Wardani, D. A. K., Huriyati, E. M., & Hastuti, J. (2015). Obesitas, Body Image, dan Perasaan Stres pada Mahasiswa di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 11(4). <https://doi.org/10.22146/ijcn.22649>

Winarsunu, T. (2015). *Statistik dalam Penelitian Psikologi & Pendidikan*. Penerbit UMM Press.

Yahya, N. (2017). *Kupas Tuntas Obesitas*. Penerbit Tiga Serangkai.





LAMPIRAN 1
SKALA, BLUEPRINT, SKORING

Lampiran 1.1 Skala Kuesioner Penelitian

Assalamualaikum Wr. Wb.

Perkenalkan saya Maulida Eka Sabrina, mahasiswa semester akhir Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. Saat ini saya sedang melakukan penelitian tugas akhir untuk memenuhi syarat kelulusan Program Sarjana (S1) Psikologi. Oleh karena itu, saya meminta kesediaan Anda untuk menjadi partisipan dalam penelitian dengan mengisi kuesioner ini dengan jujur.

Adapun kriteria yang dibutuhkan:

1. Laki-laki
2. Berusia 18 sampai 25 tahun

Identitas dan jawaban pada kuesioner yang Anda berikan akan dijamin kerahasiaannya dan dipergunakan sebaik-baiknya hanya untuk kepentingan penelitian sesuai dengan Kode Etik Psikologi yang berlaku. Perlu Anda ketahui bahwa tidak ada jawaban "benar" atau "salah". Untuk itu, saya meminta Anda untuk memberikan jawaban secara jujur dan apa adanya sesuai dengan keadaan Anda saat ini. Waktu yang dibutuhkan untuk mengisi kuesioner ini sekitar 5-10 menit. Atas partisipasinya saya ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Peneliti,

Maulida Eka Sabrina

Email : maulidaeka77@webmail.umm.ac.id

No. Hp : 082281158049

BAGIAN 1

IDENTITAS

Email :
 Nama/inisial :
 Usia :
 Berat Badan :
 Tinggi Badan :
 Pekerjaan :

1. Apakah Anda pernah melakukan diet?
2. Jika pernah, apakah tujuan diet Anda? Sebutkan!
 - Gaya hidup sehat
 - Penyakit (diabetes, kolesterol, jerawat, dll.)
 - Menunjang penampilan (membentuk badan, menurunkan berat badan, dll.)

BAGIAN II

PETUNJUK Pengerjaan

Dalam skala ini terdapat beberapa pernyataan, yang mana **tidak ada jawaban "BENAR"** atau **"SALAH"**. Terdapat 4 pilihan jawaban, silakan pilih salah satu jawaban yang paling

menggambarkan keadaan diri Anda dengan memberikan tanda centang pada pilihan jawaban yang dipilih. Adapun pilihan jawaban dalam kuesioner ini sebagai berikut:

1. STS (Sangat Tidak Setuju)
2. TS (Tidak Setuju)
3. S (Setuju)
4. SS (Sangat Setuju)

Skala Citra Tubuh (*Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS))

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya puas dengan bentuk dan kondisi wajah saya saat ini				
2.	Saya berada dalam kategori kelebihan berat badan				
3.	Secara keseluruhan penampilan saya menarik				
4.	Saya tidak mengikuti <i>trend</i> atau <i>mode</i> yang ada				
5.	Saya mengikuti program pelangsingan tubuh				
6.	Saya tidak suka dengan ukuran perut saya saat ini				
7.	Penampilan bukanlah sesuatu hal yang harus diperhatikan				
8.	Saya merasa penampilan saya kurang menarik				
9.	Sebelum pergi ke tempat umum, saya selalu melihat bagaimana penampilan saya				
10.	Menurut saya, berat badan saya berada dalam kategori normal				
11.	Menurut saya, keseluruhan tubuh saya menarik				
12.	Saya tidak perlu mengonsumsi produk pelangsing untuk menurunkan berat badan				
13.	Saya memakai pakaian dengan corak dan warna yang serasi agar terlihat menarik				
14.	Saya tidak khawatir dengan berat badan yang terus bertambah				
15.	Saya merasa bentuk tubuh saya ideal				
16.	Saya kesulitan membuat penampilan menjadi menarik				
17.	Saya memakai pakaian yang sesuai dengan bentuk tubuh saya				

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
18.	Saya merasa cemas jika lebih gemuk dibandingkan teman lainnya				
19.	Saya tidak suka dengan lemak di paha dan lengan saya saat ini				
20.	Saya selalu merasa kelebihan berat badan				

Skala Perilaku Diet

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya membatasi jumlah makanan yang saya makan				
2.	Saya menghindari makanan yang berminyak (contoh : gorengan)				
3.	Saya makan lebih banyak ketika ada masalah dengan pasangan				
4.	Saya mengurangi kebiasaan <i>ngemil</i> untuk menekan berat badan saya				
5.	Saya sering melewatkan waktu sarapan pagi				
6.	Saya lebih memilih mengonsumsi makanan ringan (<i>snack</i>) daripada makanan inti (nasi)				
7.	Saya sulit makan ketika saya merasa cemas				
8.	Saya mudah tergoda untuk membeli makanan yang saya suka				
9.	Saya selektif dalam memilih menu makanan				
10.	Saat makan, saya lebih memilih makanan yang rendah lemak				
11.	Saya makan -makanan ringan ketika tidak ada kegiatan				
12.	Saya rajin olahraga untuk mengalihkan keinginan saya untuk makan				
13.	Saya mengurangi frekuensi makan saya untuk menurunkan berat badan saya				
14.	Saya suka mengonsumsi makanan yang manis (contoh : permen, bolu, kue brownis)				

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
15.	Saya makan lebih sedikit dari biasanya ketika pekerjaan menumpuk				
16.	Saya selalu menerima makanan yang ditawarkan kepada saya				
17.	Saya makan teratur dan tepat waktu (3 kali sehari)				
18.	Saya banyak mengonsumsi buah dan sayur				
19.	Saya makan lebih banyak ketika sedang bersenang-senang bersama orang lain (contoh : waktu arisan, reuni, resepsi, pertemuan keluarga dan lain-lain)				
20.	Saya menghindari makanan cepat saji (<i>fast food</i>)				
21.	Saya berusaha tidak mengonsumsi nasi, daging pada malam hari				
22.	Saya mampu menahan nafsu makan walaupun melihat makanan yang lezat				
23.	Saya tetap mengonsumsi <i>cupcake</i> (makanan manis) karena tidak akan membuat berat badan saya naik				
24.	Saya sering melewatkan waktu makan malam				
25.	Saya mengonsumsi makanan yang rendah kalori				
26.	Saya makan dalam porsi yang lebih besar dari biasanya ketika saya sedang marah				
27.	Saya lebih suka makan buah daripada makan makanan ringan (<i>snack</i>)				
28.	Saya akan makan lebih banyak ketika kecewa				
29.	Ketika melihat makanan yang begitu lezat, saya akan memakannya bahkan ketika saya tidak lapar				
30.	Saya akan makan setiap kali saya inginkan				
31.	Saya tetap mengonsumsi makanan yang suka walaupun dapat membuat berat badan naik				
32.	Saya suka ngemil ketika menonton TV				
33.	Saya lebih memilih tidur daripada berolahraga				
34.	Saya suka mengonsumsi minuman bersoda				

Lampiran 1.2 *Blueprint* Skala Penelitian

Blueprint Skala Citra Tubuh (*Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scales (MBSRQ-AS)*)

Variabel	Dimensi	Indikator	Nomor Item		Total item
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Citra Tubuh (<i>Body Image</i>)	Eksternal mencakup cara makan dan faktor makan	1. Evaluasi terhadap penampilan dari diri sendiri	3,13	8,16	4
		2. Evaluasi terhadap penampilan dari orang lain			
	<i>Appearance orientation</i> (Orientasi penampilan)	1. Perhatian individu dalam menjaga penampilan	9,17	4,7	4
		2. Usaha untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan			
<i>Body area-satisfaction</i> (kepuasan terhadap bagian tubuh)	1. Kepuasan terhadap wajah	1,11	6,19	4	
	2. Merasa puas terhadap bentuk dan ukuran perut				
	3. Merasa puas terhadap tubuh bagian bawah				
<i>Overweight preoccupation</i> (kecemasan menjadi)	1. Merasa cemas pada kegemukan	2. Menjaga pola makan	5,14	12,18	4

Variabel	Dimensi	Indikator	Nomor Item		Total item
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
	gemuk)				
	<i>Self-classified Weight</i> (pengkategorian ukuran tubuh)	1. Berdasarkan berat badan	10,15	2,20	4
Total					20

Blueprint Skala Perilaku Diet

Variabel	Dimensi	Indikator	Nomor Item		Jumlah item
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Perilaku diet	Eksternal mencakup cara makan dan faktor makan	1. Cara makan	1, 5, 9, 13, 21, 24	17, 31	16
		2. Faktor makan	2, 10, 18, 25	6, 14, 29, 34	
	Emosional negatif saat makan	<i>Emotional eating</i>	7, 15	3, 11, 19, 26, 28	7
	<i>Restraint</i> kontrol dan pengendalian diri	Pengendalian diri terhadap keinginan makan	4, 12, 20, 22, 27	8, 16, 23, 30, 32, 33	11
Total					34

Lampiran 1.3 Skoring Skala Penelitian

Citra Tubuh dan Perilaku Diet

No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L
	X 1	X 2	X 3	X 4	X 5	X 6	X 7	X 8	X 9	X 10		Y 1	Y 2	Y 3	Y 4	Y 5	Y 6	Y 7	Y 8	Y 9	Y 10	Y 11	Y 12	Y 13	Y 14	Y 15	Y 16	Y 17	Y 18	Y 19	Y 20	Y 21	Y 22	Y 23	Y 24	Y 25	
1	1	3	2	2	4	3	1	3	4	2	25	3	4	1	3	2	3	4	2	4	1	4	4	1	3	4	2	3	3	4	2	1	1	1	2	2	64
2	2	3	3	1	2	4	2	3	2	2	24	3	4	1	4	1	4	3	1	4	1	3	3	1	3	4	1	4	4	4	2	1	1	2	2	1	62
3	1	3	1	2	4	3	2	2	3	3	24	3	4	2	4	1	3	4	1	3	2	4	3	2	4	3	2	4	4	3	1	1	2	2	1	2	65
4	2	4	2	1	4	3	2	3	4	3	28	4	3	2	3	1	4	4	2	4	1	4	3	1	4	3	1	4	3	4	2	1	1	2	2	1	64
5	2	4	2	1	3	3	3	3	4	3	28	3	3	2	4	2	3	4	1	3	2	4	3	1	4	3	2	4	4	3	1	1	2	1	1	2	63
6	2	4	3	2	4	3	1	3	4	3	29	3	3	2	3	1	3	3	1	4	1	4	4	1	3	4	1	4	3	3	2	1	2	1	2	1	60
7	1	3	1	2	3	4	2	3	3	4	26	4	3	2	4	2	3	4	2	4	2	4	4	1	4	3	2	4	4	4	2	1	1	1	1	1	67
8	2	4	3	1	3	4	2	4	4	4	31	3	3	2	3	1	4	3	1	4	2	4	4	1	3	4	1	3	4	4	1	1	1	1	1	1	60
9	1	3	2	2	3	4	3	4	3	4	29	4	3	2	3	1	4	4	2	4	1	4	4	1	4	3	1	3	4	4	2	1	1	1	2	2	65
10	2	4	2	1	4	3	1	4	3	2	26	3	3	2	4	1	4	3	1	3	2	4	4	1	3	4	1	4	3	3	1	1	2	2	1	1	61
11	2	3	1	1	3	4	3	2	3	2	24	4	3	2	3	1	3	4	1	3	1	4	4	1	4	4	1	4	4	4	2	1	1	2	1	2	64
12	1	3	1	1	4	3	2	2	4	2	23	4	3	1	4	2	3	4	1	3	2	4	4	1	3	4	1	4	3	3	1	1	2	2	2	1	63
13	2	4	2	1	3	4	2	2	4	4	28	3	4	1	3	2	3	4	2	4	1	4	4	1	4	4	1	4	4	4	2	1	1	1	2	2	66
14	1	3	2	1	3	3	1	4	4	2	24	4	4	1	4	2	3	4	1	3	2	4	4	1	3	4	1	4	4	3	1	2	1	1	1	1	63
15	2	3	2	2	4	3	1	2	3	4	26	3	4	1	3	1	4	4	2	4	1	3	4	2	3	4	2	4	4	4	1	2	1	1	2	2	66
16	2	4	2	1	4	3	2	2	3	4	27	3	4	1	4	1	4	4	2	4	1	4	4	2	4	4	1	4	4	4	1	1	1	1	2	2	67
17	2	4	1	1	3	3	2	4	4	2	26	3	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	4	1	4	3	1	4	3	3	1	1	2	1	1	2	62
18	1	4	2	1	4	3	1	2	4	3	25	4	4	1	4	1	4	4	2	4	1	4	4	1	3	4	2	4	3	4	2	1	1	2	1	1	66
19	2	3	1	1	3	4	2	3	4	3	26	3	4	1	3	2	4	4	1	4	1	4	4	2	4	4	1	3	4	3	2	2	2	2	1	2	67

No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L	
	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X .10		Y .1	Y .2	Y .3	Y .4	Y .5	Y .6	Y .7	Y .8	Y .9	Y .10	Y .11	Y .12	Y .13	Y .14	Y .15	Y .16	Y .17	Y .18	Y .19	Y .20	Y .21	Y .22	Y .23	Y .24	Y .25		
20	1	3	1	2	3	4	1	3	3	2	23	4	4	1	4	2	4	4	2	4	1	4	4	1	4	3	2	4	4	3	2	1	2	1	2	1	68	
21	1	4	3	1	4	4	2	2	3	4	28	3	4	1	3	2	4	3	2	4	2	4	4	1	4	4	1	3	4	3	2	1	1	2	1	2	65	
22	2	3	1	1	3	3	1	4	3	3	24	4	4	1	4	1	4	4	1	4	2	4	3	1	3	4	2	4	4	4	1	1	2	1	2	1	66	
23	1	4	2	1	4	3	1	3	4	2	25	4	3	1	3	1	4	3	1	4	1	4	3	1	4	3	2	3	4	4	1	1	1	1	2	1	60	
24	1	3	2	2	4	4	3	2	3	4	28	3	3	1	4	1	4	4	1	3	1	4	4	1	3	4	1	3	4	4	1	1	1	2	1	1	60	
25	2	4	1	1	3	3	1	4	4	3	26	3	4	1	3	1	4	4	2	3	1	3	3	1	4	3	1	4	4	4	1	1	1	2	1	1	60	
26	1	4	2	2	4	4	2	3	3	2	27	4	3	1	4	1	4	3	1	3	2	3	4	1	3	4	1	3	4	4	1	1	1	1	1	1	59	
27	2	4	1	2	4	3	2	2	3	4	27	3	4	1	3	1	4	4	2	4	1	3	3	2	4	4	2	4	4	3	1	1	1	1	1	1	62	
28	1	3	2	2	3	4	1	4	3	3	26	4	3	2	3	2	4	3	1	4	2	4	4	1	4	4	1	3	4	3	1	1	1	1	1	1	62	
29	1	3	2	3	3	4	1	2	3	2	24	4	4	2	4	1	4	4	1	4	1	3	4	1	4	4	1	3	4	4	1	1	1	1	1	1	63	
30	2	4	1	1	4	3	2	2	3	3	25	4	4	1	4	2	4	4	2	4	1	4	3	1	4	3	2	4	3	4	1	2	1	2	1	1	66	
31	1	3	2	1	4	3	2	3	2	4	25	3	3	1	3	1	4	3	1	3	1	3	4	2	4	4	1	4	3	4	1	1	1	1	1	1	58	
32	1	4	1	2	4	3	2	4	3	2	26	4	4	2	4	2	3	3	2	4	1	3	3	1	4	3	2	4	4	4	1	2	2	1	1	2	66	
33	1	4	3	2	3	4	1	2	3	3	26	4	3	1	3	1	4	4	1	3	1	4	4	1	4	4	1	4	4	4	1	1	2	1	1	1	62	
34	1	3	2	1	4	4	3	3	4	3	28	4	4	1	4	2	4	3	2	4	2	4	3	2	4	3	1	4	4	4	1	1	1	2	1	1	66	
35	2	4	2	2	3	4	2	3	4	3	29	3	3	1	4	1	3	4	1	4	1	4	1	4	4	2	3	3	1	3	4	3	1	1	1	1	2	59
36	1	2	2	1	3	4	2	3	4	4	26	4	4	1	4	2	4	3	2	4	2	4	3	1	4	4	1	3	4	4	2	1	1	1	1	1	65	
37	1	2	3	2	4	3	2	4	4	3	28	3	3	1	4	1	4	4	2	4	1	3	4	1	3	4	2	4	4	3	2	1	1	1	1	1	62	
38	1	2	1	2	3	4	2	3	3	4	25	4	3	1	4	1	4	4	1	4	2	3	4	2	4	4	1	4	4	3	1	1	1	1	2	1	64	
39	1	4	1	2	4	2	2	4	4	3	27	4	4	1	4	1	4	4	1	4	2	4	4	1	4	3	2	4	3	4	2	1	1	1	2	1	66	
40	2	3	2	1	4	2	1	3	3	4	25	3	4	1	4	1	3	4	2	3	2	4	4	1	4	3	1	4	3	4	2	2	2	1	2	1	65	
41	2	2	2	2	4	4	1	4	3	3	27	4	3	1	4	2	3	4	1	3	1	3	4	1	3	4	2	3	4	3	1	1	2	2	1	1	61	

No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L	
	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X .10		Y .1	Y .2	Y .3	Y .4	Y .5	Y .6	Y .7	Y .8	Y .9	Y .10	Y .11	Y .12	Y .13	Y .14	Y .15	Y .16	Y .17	Y .18	Y .19	Y .20	Y .21	Y .22	Y .23	Y .24	Y .25		
42	1	2	2	2	3	2	2	3	2	4	23	3	3	1	4	1	4	3	1	4	1	4	4	2	4	4	1	4	4	4	1	2	2	1	2	2	66	
43	2	4	1	1	3	3	2	4	4	3	27	4	4	2	3	1	4	3	1	3	1	3	4	1	3	4	2	4	3	4	1	1	1	1	1	1	60	
44	1	4	2	2	3	2	2	3	2	4	25	4	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	4	1	4	3	1	4	4	3	2	1	1	2	1	2	65	
45	1	4	1	1	4	2	2	4	4	3	26	4	4	1	3	2	4	4	1	4	1	3	4	1	3	4	1	4	3	4	1	2	2	1	2	1	64	
46	2	3	2	1	4	4	2	3	3	4	28	3	3	2	4	1	3	4	1	3	1	3	4	1	4	4	1	4	3	4	1	1	1	1	1	1	59	
47	2	2	2	2	4	4	1	4	4	3	28	3	3	1	3	1	4	4	2	4	2	3	3	1	4	3	1	4	4	4	1	1	1	1	1	2	61	
48	1	4	2	2	3	4	2	3	3	4	28	3	3	2	4	1	3	4	1	3	1	4	3	1	4	3	1	4	3	4	1	1	2	2	2	2	62	
49	2	2	1	2	3	3	2	4	4	4	27	4	4	1	4	1	4	3	2	4	2	4	4	1	4	4	1	3	4	3	2	1	1	1	1	2	65	
50	1	2	2	1	3	2	2	4	4	3	24	4	4	1	4	1	3	3	1	4	1	4	4	1	3	4	1	4	3	4	2	1	1	2	2	1	63	
51	1	3	1	1	3	2	1	4	4	4	24	4	4	2	3	1	4	3	1	4	2	4	3	2	3	4	1	4	3	4	1	1	2	2	1	2	65	
52	1	2	2	2	4	2	2	4	3	3	25	4	4	1	3	2	3	4	2	4	1	3	4	2	4	4	1	3	4	4	1	1	1	1	1	1	63	
53	1	3	1	2	3	3	2	3	3	4	25	3	4	2	3	1	4	3	2	4	2	4	3	1	4	4	1	4	4	4	1	1	2	2	1	2	66	
54	2	2	1	3	4	3	1	4	3	3	26	3	4	2	4	2	4	3	1	4	1	4	4	1	3	4	1	3	4	3	1	1	1	1	1	2	62	
55	1	4	1	1	4	2	2	3	4	4	26	3	4	1	4	1	3	4	2	4	1	4	4	2	4	4	1	4	4	4	1	1	2	2	1	1	66	
56	2	2	2	3	4	3	1	4	4	4	29	4	4	1	4	2	4	4	2	3	1	3	4	1	3	4	1	3	4	3	1	1	1	2	1	1	62	
57	1	4	2	2	3	2	1	4	3	4	26	4	4	1	4	1	3	4	1	4	1	4	4	1	4	3	1	4	3	4	2	1	1	1	1	1	62	
58	2	3	2	1	4	4	1	4	4	3	28	4	4	2	3	1	4	4	1	3	1	3	3	1	3	3	1	4	4	3	2	2	1	2	1	2	62	
59	1	3	1	2	3	2	2	3	4	4	25	4	4	1	3	1	3	4	1	3	2	3	4	2	4	4	1	4	4	4	2	1	2	2	1	1	65	
60	2	3	2	1	4	4	2	4	3	4	29	3	4	2	3	1	3	4	1	3	1	3	3	2	3	3	2	4	4	3	1	1	1	2	1	2	60	
61	2	4	1	2	3	3	2	4	4	4	29	4	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	3	1	4	4	2	4	4	4	1	2	2	1	2	67
62	2	2	1	2	4	3	1	4	4	3	26	3	4	1	4	1	4	3	1	4	1	3	4	2	3	4	1	4	4	4	2	1	1	1	2	1	63	
63	1	4	1	2	3	3	2	3	4	3	26	4	3	1	4	1	4	3	1	4	1	4	4	2	4	3	2	4	4	4	1	2	1	2	1	2	66	

No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L
	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X .10		Y .1	Y .2	Y .3	Y .4	Y .5	Y .6	Y .7	Y .8	Y .9	Y .10	Y .11	Y .12	Y .13	Y .14	Y .15	Y .16	Y .17	Y .18	Y .19	Y .20	Y .21	Y .22	Y .23	Y .24	Y .25	
64	1	2	2	1	3	4	1	3	3	4	24	3	3	2	4	1	3	4	1	4	1	3	4	1	3	4	2	3	3	3	1	1	1	1	2	1	59
65	1	4	1	2	3	2	1	4	3	3	24	4	3	1	4	2	4	4	1	3	1	4	4	1	4	3	1	4	4	4	2	2	1	1	1	2	65
66	2	2	2	1	4	4	1	3	3	3	25	4	3	2	4	1	4	3	1	3	1	3	4	1	4	4	1	3	4	3	1	1	2	1	2	1	61
67	1	4	1	2	4	2	2	3	3	4	26	3	1	2	3	1	3	4	2	3	1	4	4	1	4	3	1	3	4	3	2	2	1	2	1	2	60
68	2	3	2	2	4	4	1	4	3	3	28	1	1	1	4	2	4	3	1	4	1	3	4	1	4	3	1	3	4	3	1	1	2	2	1	1	56
69	2	3	1	1	3	2	2	3	4	4	25	3	2	1	3	1	3	4	2	4	2	3	3	1	4	4	1	4	4	4	2	1	2	1	1	2	62
70	2	3	3	2	4	4	1	4	4	4	31	1	1	1	4	1	4	3	1	4	1	4	3	1	4	4	1	4	4	3	1	2	1	2	1	2	58
71	1	2	1	1	3	3	2	4	4	4	25	3	2	2	3	2	4	3	2	4	2	4	4	1	4	4	1	4	4	4	2	1	1	2	2	1	66
72	2	3	2	2	3	3	1	4	3	4	27	1	1	2	3	1	4	4	2	4	1	4	4	1	4	3	1	4	4	3	1	2	1	1	2	2	60
73	1	2	2	1	3	3	3	4	3	3	25	2	2	2	4	2	4	4	1	4	1	3	3	1	3	4	1	3	4	4	1	1	1	1	2	1	59
74	2	3	2	2	4	2	1	3	3	4	26	2	1	1	3	1	3	4	2	3	2	4	4	2	4	4	1	3	4	3	1	2	1	1	1	1	58
75	1	4	2	2	3	3	2	4	3	2	26	2	3	2	4	1	3	3	1	4	1	4	3	1	4	4	1	3	4	3	1	1	2	1	2	1	59
76	2	4	1	1	4	2	2	2	3	2	23	3	1	2	3	1	3	4	2	3	1	4	4	2	4	3	2	4	4	4	1	1	1	1	1	2	61
77	2	4	2	2	3	3	2	2	4	2	26	2	2	2	4	2	4	3	1	4	1	3	3	1	3	4	1	4	4	4	2	1	1	1	2	1	60
78	2	2	1	1	4	4	2	2	4	4	26	3	2	1	4	2	3	4	2	3	1	3	3	1	4	4	1	4	3	4	2	1	1	1	1	2	60
79	1	4	2	1	3	4	1	4	3	2	25	4	3	2	3	1	4	3	2	4	2	4	3	1	4	4	2	4	4	3	1	1	1	1	2	1	64
80	2	2	1	2	3	4	2	2	4	3	25	4	3	2	3	1	4	4	1	3	1	3	4	1	4	4	2	4	3	4	1	1	2	1	1	1	62
81	1	4	2	1	3	2	1	3	4	2	23	4	3	2	4	1	4	3	2	4	2	4	3	1	4	3	1	4	4	4	1	2	1	1	2	1	65
82	2	2	1	1	4	4	2	2	3	2	23	3	3	2	3	1	3	4	1	3	1	4	4	2	3	4	2	4	4	4	2	1	1	2	1	1	63
83	1	4	3	2	3	2	1	2	4	4	26	3	3	1	4	2	3	4	2	4	1	4	3	1	3	3	1	4	4	3	1	1	2	1	1	2	61
84	2	3	1	1	4	4	2	4	4	4	29	3	4	1	3	2	3	3	1	4	1	3	4	2	4	4	2	4	3	4	2	1	1	2	2	1	64
85	1	3	2	2	3	2	1	4	3	4	25	3	4	1	4	2	3	4	1	3	1	3	4	1	4	3	1	4	3	4	1	2	1	1	1	2	61

No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L
	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X .10		Y .1	Y .2	Y .3	Y .4	Y .5	Y .6	Y .7	Y .8	Y .9	Y .10	Y .11	Y .12	Y .13	Y .14	Y .15	Y .16	Y .17	Y .18	Y .19	Y .20	Y .21	Y .22	Y .23	Y .24	Y .25	
86	2	4	1	1	4	4	3	4	4	4	31	3	4	1	3	1	4	4	2	4	1	4	4	1	4	4	1	4	4	4	2	1	2	1	2	1	66
87	2	4	2	1	3	3	1	4	3	3	26	4	4	1	3	1	4	4	2	4	2	4	3	1	4	3	1	3	4	4	1	2	1	1	2	2	65
88	2	4	1	1	4	3	2	3	4	2	26	4	4	1	4	1	4	4	1	4	1	3	4	1	4	4	2	4	4	4	1	1	1	1	2	1	65
89	1	3	2	2	3	4	1	2	4	4	26	4	4	1	4	1	4	3	1	3	2	4	3	1	4	4	1	4	4	4	1	2	1	1	1	1	63
90	2	3	1	1	3	4	2	4	3	2	25	4	4	1	4	1	4	4	2	4	1	4	4	2	4	3	1	3	4	4	1	2	1	1	2	1	66
91	1	3	2	1	3	4	1	2	4	2	23	3	4	1	3	2	4	3	1	3	1	4	4	1	4	4	2	4	3	4	1	1	2	1	1	1	62
92	2	2	3	1	4	3	2	2	3	3	25	4	4	1	4	2	4	4	2	4	1	4	4	2	4	4	1	3	3	4	2	1	1	1	2	1	67
93	1	2	2	2	3	3	1	3	4	3	24	3	3	2	3	1	4	4	2	4	1	3	4	1	3	4	1	4	4	3	1	1	2	1	1	1	61
94	2	2	2	2	4	3	2	3	3	2	25	4	4	2	4	1	4	3	1	4	2	4	4	2	3	4	2	4	4	3	2	1	1	1	2	1	67
95	2	2	2	1	3	2	3	2	4	3	24	3	4	1	3	1	4	4	1	3	1	4	3	2	4	4	1	4	4	3	1	1	1	1	1	2	61
96	2	4	1	2	4	2	2	3	4	2	26	3	4	2	4	1	4	4	1	4	1	3	4	1	3	4	2	4	4	4	1	1	1	1	1	2	64
97	2	3	2	1	3	2	2	2	3	4	24	3	4	1	3	2	3	4	2	4	1	4	3	2	4	4	1	3	4	4	2	1	1	1	1	1	63
98	1	4	1	1	3	2	2	4	3	2	23	4	4	2	4	1	4	4	1	3	1	4	4	1	3	3	1	3	4	3	1	1	1	1	1	1	60
99	1	4	2	1	3	4	1	2	3	4	25	4	4	1	4	2	4	4	2	4	2	4	2	4	4	1	4	3	4	2	1	2	1	1	1	1	69
100	1	4	1	1	3	3	2	4	4	3	26	4	4	2	4	2	4	3	2	3	1	3	3	1	4	3	2	3	4	4	1	2	2	1	2	1	65
101	1	2	2	2	4	4	1	3	3	3	25	3	4	1	4	2	4	4	2	4	2	3	4	1	3	4	2	4	4	4	1	2	1	1	1	1	66
102	2	4	2	2	4	4	2	3	4	4	31	3	4	2	4	1	4	4	1	3	2	4	4	1	3	4	1	4	4	4	2	1	2	1	1	2	66
103	1	2	3	2	4	4	1	4	3	4	28	3	3	2	4	1	4	4	2	4	1	3	3	1	3	4	1	4	3	4	1	2	1	2	1	1	62
104	2	4	2	1	4	2	2	4	4	3	28	3	4	1	4	1	4	4	1	3	1	3	3	1	4	4	1	4	3	4	2	1	2	2	1	2	63
105	1	2	1	2	3	4	2	3	3	4	25	4	3	1	4	1	4	4	2	4	1	4	4	1	4	4	1	4	4	3	1	1	2	1	1	1	64
106	2	2	1	1	4	2	3	4	4	4	27	4	4	1	3	2	4	4	1	4	1	4	3	1	4	4	1	4	4	4	1	1	1	2	1	1	64
107	2	2	1	2	4	2	1	3	4	4	25	4	3	1	4	2	4	4	1	4	1	4	3	1	4	3	1	4	4	4	1	2	1	1	1	1	63

No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L
	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X .10		Y .1	Y .2	Y .3	Y .4	Y .5	Y .6	Y .7	Y .8	Y .9	Y .10	Y .11	Y .12	Y .13	Y .14	Y .15	Y .16	Y .17	Y .18	Y .19	Y .20	Y .21	Y .22	Y .23	Y .24	Y .25	
108	2	4	2	2	4	2	1	4	4	4	29	4	4	1	4	1	4	3	2	4	2	4	3	1	4	4	1	3	4	4	1	1	1	1	1	2	64
109	2	3	2	2	4	4	1	3	3	3	27	4	4	1	3	1	4	3	1	4	1	4	4	2	4	4	1	4	4	4	1	1	1	1	1	1	63
110	1	3	1	1	3	4	2	3	3	3	24	4	4	2	4	1	4	4	1	3	1	4	4	1	3	4	2	3	4	4	1	1	2	1	1	1	64
111	1	2	1	1	3	3	2	3	3	3	22	4	4	2	4	2	4	3	1	4	1	3	4	1	3	4	1	3	4	3	1	1	1	1	1	1	61
112	2	2	1	1	4	3	1	3	4	4	25	4	3	1	4	1	4	4	1	3	2	4	4	1	4	3	2	4	4	3	1	1	1	1	1	1	62
113	1	2	1	1	3	3	2	4	4	4	25	4	4	1	4	2	4	4	1	4	1	3	4	1	4	4	1	3	4	4	1	1	2	1	1	1	64
114	1	4	1	2	4	2	1	4	3	4	26	4	3	1	3	1	3	4	2	4	2	4	3	1	4	3	1	3	4	4	2	1	2	1	1	1	62
115	1	4	2	2	4	2	1	3	4	3	26	3	3	2	4	1	4	3	1	4	2	4	4	1	4	3	1	4	3	4	2	1	1	1	2	1	63
116	1	2	2	1	4	4	1	3	3	3	24	3	3	2	4	2	4	4	2	4	1	4	4	1	3	3	1	4	3	4	1	2	1	1	1	1	63
117	1	4	2	2	3	2	2	3	4	3	26	3	3	1	4	1	4	3	1	3	2	4	4	2	4	4	1	3	4	4	2	2	1	1	2	1	64
118	2	4	3	2	4	4	2	3	4	3	31	3	3	2	4	2	3	4	1	3	1	3	3	2	3	3	1	4	4	3	2	1	1	1	1	2	60
119	2	2	2	3	4	2	2	3	3	4	27	3	4	1	3	1	4	4	1	3	2	4	4	2	4	4	2	3	4	4	1	2	1	1	2	2	66
120	2	4	2	2	4	4	2	4	4	4	32	3	4	2	3	1	3	4	2	4	1	3	3	1	4	3	1	4	3	3	2	1	1	1	2	1	60
121	2	2	1	3	3	4	3	4	3	3	28	3	4	1	3	2	4	4	2	4	1	4	4	2	4	3	1	4	3	4	2	2	2	2	1	2	68
122	1	4	2	1	3	2	2	3	4	4	26	3	4	1	4	1	4	3	1	3	1	3	3	1	3	4	2	4	3	4	2	1	1	2	2	1	61
123	2	2	2	3	3	4	2	4	4	4	30	3	3	1	4	1	3	3	1	4	1	3	4	2	4	3	1	4	4	4	1	1	2	2	1	2	62
124	1	4	1	1	3	2	1	4	3	3	23	4	4	1	3	2	3	4	1	3	1	4	3	1	3	4	1	4	4	4	1	1	1	1	2	1	61
125	2	2	2	2	4	4	2	3	4	4	29	4	4	2	3	1	4	3	1	4	1	4	4	2	4	4	1	4	4	4	1	2	1	1	1	1	65
126	1	3	1	2	3	2	2	4	3	4	25	4	3	1	3	2	3	4	1	3	2	4	3	1	3	4	2	4	3	4	2	1	2	2	1	2	64
127	2	3	2	2	4	4	1	4	4	3	29	4	4	2	4	1	4	3	2	4	2	3	4	1	4	4	1	4	4	4	1	2	1	1	2	1	67
128	1	3	1	1	3	2	2	3	3	4	23	4	3	1	4	1	3	4	1	4	2	4	3	1	3	4	2	4	3	4	2	1	1	1	2	1	63
129	2	3	2	3	4	3	1	4	4	3	29	4	4	1	3	2	4	4	2	4	1	3	4	1	3	4	1	4	4	4	1	1	1	1	1	1	63

No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L
	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X .10		Y .1	Y .2	Y .3	Y .4	Y .5	Y .6	Y .7	Y .8	Y .9	Y .10	Y .11	Y .12	Y .13	Y .14	Y .15	Y .16	Y .17	Y .18	Y .19	Y .20	Y .21	Y .22	Y .23	Y .24	Y .25	
130	1	4	1	1	3	3	2	3	4	4	26	4	4	1	4	1	4	4	1	4	2	4	3	1	4	4	1	4	3	3	1	1	1	2	1	2	64
131	2	3	2	3	4	3	1	4	3	4	29	4	4	2	4	2	3	3	1	4	1	3	3	1	4	3	1	4	4	3	1	2	1	1	2	1	62
132	1	2	1	1	3	3	2	4	3	3	23	4	3	1	3	1	4	4	2	4	2	4	4	1	4	3	1	4	3	4	2	2	1	1	1	2	65
133	2	4	2	3	4	4	1	3	3	4	30	3	3	2	4	2	4	3	1	4	1	3	4	1	3	4	1	4	4	4	1	2	1	2	2	1	64
134	1	3	1	1	3	3	2	4	4	3	25	3	4	1	3	2	4	4	1	4	1	4	4	2	4	4	2	4	3	4	2	1	1	2	1	1	66
135	2	2	1	2	4	2	1	3	3	4	24	3	4	2	4	1	4	4	1	4	1	3	3	1	4	3	2	3	4	4	1	1	1	1	1	1	61
136	1	4	1	2	3	4	2	4	4	4	29	3	4	1	4	1	4	4	2	4	1	3	4	1	3	4	1	4	3	3	2	1	1	2	1	1	62
137	2	3	1	2	4	3	1	4	3	4	27	3	3	2	4	1	4	3	2	4	1	4	4	2	4	3	1	3	3	4	2	1	1	1	1	1	62
138	1	2	2	3	3	2	1	4	4	3	25	3	4	1	4	1	3	4	2	3	1	4	4	1	3	4	1	4	3	4	1	1	2	1	1	1	61
139	2	4	2	2	4	4	1	3	3	4	29	3	3	2	4	1	4	3	1	4	1	4	3	1	4	3	1	3	4	4	2	2	2	1	1	1	62
140	1	3	2	3	3	3	1	4	4	3	27	3	4	2	4	1	3	4	1	3	1	3	4	2	4	3	1	3	4	4	1	1	1	1	2	1	61
141	2	2	2	2	4	2	2	3	3	4	26	3	4	1	4	1	4	4	2	4	2	4	3	1	4	4	1	4	4	4	1	1	1	2	2	1	66
142	2	3	2	1	4	3	2	3	3	3	26	4	4	1	3	1	4	4	1	3	2	4	3	1	3	4	1	4	4	4	1	1	1	2	1	1	62
143	1	2	1	1	3	2	2	3	4	2	21	4	4	2	3	1	3	4	1	4	1	4	4	1	3	3	1	3	3	4	1	1	1	1	1	1	59
144	1	3	1	1	3	3	2	3	4	2	23	4	3	1	4	2	4	4	2	4	2	4	4	2	4	3	1	3	3	4	1	1	2	2	1	1	66
145	1	2	1	3	4	2	1	2	3	4	23	3	3	1	3	1	3	4	1	3	1	3	4	1	3	4	1	4	4	4	1	2	1	1	1	1	58
146	2	4	2	1	3	4	2	4	4	2	28	4	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	4	2	4	3	2	4	4	3	1	2	2	2	1	1	67
147	2	3	2	3	4	3	1	2	3	4	27	3	4	1	4	1	3	4	1	3	2	4	4	1	3	4	2	4	4	4	1	2	1	1	2	2	65
148	2	2	1	1	4	2	1	4	3	3	23	4	4	1	4	1	3	4	1	4	1	4	4	2	4	3	1	3	4	3	2	1	1	2	1	2	64
149	1	2	2	2	3	4	2	3	3	3	25	3	4	1	3	1	4	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	4	4	2	1	2	1	2	2	66
150	2	3	1	2	3	3	2	3	4	3	26	4	4	2	4	1	4	3	1	4	1	4	4	2	4	3	1	3	4	4	1	2	1	1	1	1	64
151	1	4	1	1	3	2	1	3	4	4	24	4	4	1	3	1	4	3	1	4	1	4	4	1	4	3	1	4	3	3	1	1	2	2	1	1	61

No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L
	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X .10		Y .1	Y .2	Y .3	Y .4	Y .5	Y .6	Y .7	Y .8	Y .9	Y .10	Y .11	Y .12	Y .13	Y .14	Y .15	Y .16	Y .17	Y .18	Y .19	Y .20	Y .21	Y .22	Y .23	Y .24	Y .25	
152	2	4	1	1	4	2	2	4	4	2	26	4	3	2	4	1	3	4	1	4	2	4	4	2	4	4	1	4	4	4	1	2	1	1	2	2	68
153	1	2	1	1	3	3	1	2	3	4	21	3	3	1	4	2	4	4	1	3	1	4	4	2	4	4	1	3	4	3	2	2	1	2	1	1	64
154	1	3	1	2	4	4	1	4	4	2	26	3	4	1	4	2	3	4	2	4	2	4	3	1	3	4	2	4	4	4	1	1	2	2	1	1	66
155	1	4	2	2	3	4	1	2	3	4	26	3	3	1	4	2	4	3	2	3	1	4	3	1	4	3	1	3	4	4	1	1	2	1	1	1	60
156	2	4	1	2	4	2	1	4	4	2	26	4	4	2	4	1	4	4	2	4	1	3	4	1	3	4	2	4	3	4	2	1	2	2	1	2	68
157	2	2	1	3	4	3	1	2	4	4	26	4	3	2	4	1	3	3	1	4	1	3	3	1	3	3	1	3	4	4	1	1	1	2	1	1	58
158	2	3	1	3	4	4	2	4	4	3	30	4	3	1	4	2	4	4	1	3	1	4	4	1	4	3	2	4	3	3	1	1	1	1	1	1	61
159	1	4	1	1	3	4	1	3	3	3	24	4	4	2	4	1	3	4	2	4	1	3	3	1	4	4	1	3	4	3	1	1	1	2	1	2	63
160	1	4	1	2	3	2	1	3	3	3	23	4	4	2	3	1	4	4	1	3	2	4	4	2	4	3	2	4	3	4	2	1	1	2	1	2	67
161	2	4	2	1	3	3	1	3	3	2	24	4	4	1	4	2	3	4	1	4	2	3	4	2	3	4	1	4	4	4	1	1	2	1	2	1	66
162	1	3	1	2	4	4	1	2	4	3	25	4	4	1	3	1	4	3	1	3	1	4	4	2	4	3	2	4	3	4	2	1	1	2	1	1	63
163	2	3	1	2	4	4	1	3	3	2	25	4	4	1	3	2	3	4	2	4	2	4	3	1	3	4	1	4	3	4	1	1	2	1	1	1	63
164	1	2	1	2	3	4	2	2	4	3	24	4	4	1	3	1	4	3	2	3	1	4	4	2	4	3	2	4	4	4	2	1	1	1	1	1	64
165	2	2	2	2	4	3	1	3	3	4	26	3	4	1	4	2	4	3	1	4	2	3	3	1	3	4	2	4	4	4	1	2	1	1	2	2	65
166	1	2	1	2	3	3	1	4	3	4	24	3	4	1	4	2	4	3	1	4	1	4	4	2	4	4	1	4	4	4	1	2	1	2	1	1	66
167	2	3	2	1	4	2	1	4	3	4	26	3	4	1	4	1	4	3	1	4	2	3	3	1	3	4	1	4	3	4	1	1	2	2	1	2	62
168	1	3	1	1	3	2	2	4	2	2	21	3	3	1	4	2	4	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	3	4	4	1	1	1	2	2	1	64
169	2	4	2	2	4	2	1	2	3	4	26	3	4	1	3	2	4	4	2	4	2	4	3	1	3	4	2	4	4	4	1	1	1	1	1	1	64
170	1	4	1	1	3	3	2	4	3	2	24	3	3	1	4	1	4	4	2	4	2	4	4	1	3	4	1	4	3	3	2	1	2	1	2	2	65
171	2	4	1	1	4	3	1	2	2	4	24	3	4	2	3	1	4	3	1	4	1	3	3	1	4	4	1	3	4	4	2	2	1	1	1	1	61
172	1	2	1	2	3	4	2	4	3	2	24	3	3	2	4	1	3	4	1	4	1	4	3	1	4	3	1	4	3	3	2	1	2	1	1	1	60
173	1	2	1	1	4	4	1	2	4	4	24	3	3	1	4	2	3	3	1	3	1	3	4	1	4	3	2	4	4	4	2	2	1	2	1	2	63

No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L
	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X .10		Y .1	Y .2	Y .3	Y .4	Y .5	Y .6	Y .7	Y .8	Y .9	Y .10	Y .11	Y .12	Y .13	Y .14	Y .15	Y .16	Y .17	Y .18	Y .19	Y .20	Y .21	Y .22	Y .23	Y .24	Y .25	
174	1	2	2	1	3	4	1	4	4	3	25	4	4	2	4	1	3	4	2	3	1	4	4	1	3	4	1	3	4	3	1	1	2	1	1	1	62
175	2	2	2	2	4	2	1	3	4	3	25	4	3	1	3	2	4	4	1	3	1	4	4	2	4	4	2	4	4	3	1	2	1	2	2	1	66
176	2	4	2	1	4	2	1	3	3	4	26	4	4	2	3	1	4	3	2	4	1	4	3	2	3	4	1	3	4	4	1	1	2	1	2	1	64
177	2	2	2	2	4	2	2	4	3	4	27	4	4	2	4	1	3	4	1	4	1	4	4	2	4	3	2	4	3	3	1	2	1	2	1	2	66
178	1	4	1	1	3	2	2	4	3	4	25	4	3	1	3	1	4	3	1	3	1	4	4	2	4	4	1	3	4	4	2	1	1	1	1	1	61
179	1	3	2	1	3	4	2	4	4	3	27	4	4	1	3	2	4	4	1	4	1	3	3	1	4	4	1	3	4	4	1	2	1	2	1	2	64
180	1	2	1	2	3	2	2	3	3	3	22	4	3	1	4	1	3	3	1	4	2	3	3	1	4	3	2	4	3	4	2	1	1	2	1	1	61
181	2	4	2	1	4	4	1	3	4	4	29	4	4	1	4	2	4	4	2	4	2	4	4	1	3	4	1	4	4	4	1	2	1	1	1	2	68
182	1	4	1	2	4	3	2	4	4	3	28	4	3	1	4	2	3	3	1	3	1	3	4	2	3	3	2	4	3	4	1	2	1	1	1	1	60
183	2	2	1	1	4	2	1	3	4	4	24	4	3	1	4	2	4	4	2	3	2	4	3	1	3	4	1	4	4	4	2	1	1	1	1	1	64
184	1	4	2	2	3	4	2	4	4	3	29	4	4	1	4	1	3	4	2	4	1	3	4	2	4	4	1	4	4	4	1	1	1	2	1	1	65
185	2	2	2	1	4	4	1	3	3	4	26	4	4	2	4	2	4	3	1	3	1	3	3	1	4	4	1	4	3	4	1	2	1	2	1	2	64
186	1	4	1	1	3	2	1	4	4	3	24	4	4	2	4	1	3	4	1	3	2	4	3	1	4	4	1	3	4	4	1	2	1	1	1	2	64
187	2	2	2	2	4	4	2	3	2	4	27	4	3	1	4	2	4	3	1	4	1	4	4	1	3	3	1	4	4	4	1	1	1	2	1	1	62
188	2	4	1	2	3	2	2	4	2	3	25	4	4	1	4	1	4	4	1	4	2	4	4	2	4	4	1	4	3	4	1	2	1	1	1	1	66
189	2	3	1	2	4	4	1	3	2	4	26	3	4	2	4	2	4	3	1	4	1	4	4	1	3	4	2	4	4	4	2	1	1	2	2	1	67
190	1	3	1	1	3	2	2	4	4	3	24	3	3	1	3	1	4	3	1	4	2	4	3	1	4	4	2	4	4	3	2	2	2	1	2	2	65
191	2	3	1	2	3	4	1	3	2	4	25	3	4	2	4	2	4	4	1	4	2	4	4	2	3	4	1	3	4	3	1	1	1	1	2	1	65
192	2	2	1	1	3	3	1	4	3	3	23	4	3	1	3	2	4	4	2	4	1	4	3	1	4	3	1	4	3	4	2	1	2	1	1	2	64
193	2	3	2	2	4	3	1	3	2	4	26	3	4	2	4	1	4	4	2	4	1	3	3	2	3	4	1	3	3	3	1	1	1	1	2	1	61
194	1	2	1	1	3	3	1	4	2	3	21	4	4	2	3	1	4	3	1	4	1	3	3	1	4	3	1	3	4	4	2	2	1	1	1	2	62
195	1	3	1	2	3	2	1	3	4	4	24	3	4	2	4	1	4	4	1	4	1	4	4	2	4	3	1	3	4	3	1	1	2	1	2	1	64

No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L		
	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X .10		Y .1	Y .2	Y .3	Y .4	Y .5	Y .6	Y .7	Y .8	Y .9	Y .10	Y .11	Y .12	Y .13	Y .14	Y .15	Y .16	Y .17	Y .18	Y .19	Y .20	Y .21	Y .22	Y .23	Y .24	Y .25			
196	1	4	1	1	3	3	2	4	4	3	26	3	3	1	4	1	3	4	1	3	1	4	3	1	3	4	1	3	4	4	2	2	1	1	1	2	60		
197	2	3	1	2	4	2	1	3	4	4	26	4	4	1	3	1	3	4	1	4	1	3	4	2	4	4	1	4	4	4	1	1	1	1	1	1	62		
198	1	4	1	1	4	3	1	4	4	3	26	4	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	3	1	3	4	1	4	3	4	2	1	1	1	1	2	63		
199	2	3	2	2	4	4	1	3	3	4	28	4	4	2	4	1	4	3	1	4	1	4	4	1	4	4	2	4	3	4	2	1	2	1	1	2	67		
200	1	4	1	1	3	3	1	4	2	3	23	3	4	2	4	1	4	3	1	4	2	4	3	1	3	4	2	3	4	4	1	2	2	1	1	1	64		
201	2	3	1	2	4	4	1	3	4	4	28	3	3	1	4	1	3	4	1	4	2	4	4	1	3	4	2	4	4	3	1	1	2	2	1	1	63		
202	1	4	1	1	3	3	2	4	2	3	24	3	4	2	4	2	4	4	1	3	1	4	3	1	4	4	1	3	4	4	1	2	1	1	1	1	63		
203	1	3	2	2	4	4	1	3	2	4	26	3	3	1	3	2	3	4	2	4	2	4	3	1	4	3	2	4	3	3	1	1	1	2	1	2	62		
204	1	4	1	1	3	3	1	4	3	4	25	3	4	1	3	2	4	3	2	3	1	4	4	1	4	3	1	4	4	4	1	1	2	1	2	1	63		
205	2	3	2	2	4	4	1	4	3	3	28	4	4	1	3	1	4	4	2	4	2	3	4	1	3	4	1	4	4	4	2	1	2	1	1	2	66		
206	1	4	2	2	4	3	2	3	4	3	28	3	4	2	4	1	3	3	1	4	1	4	4	2	4	3	1	3	4	3	1	1	2	1	1	1	61		
207	2	3	2	2	4	4	1	3	3	3	27	4	4	2	4	2	4	4	2	4	1	4	4	1	3	4	1	4	4	4	2	1	1	2	1	1	68		
208	1	4	2	1	3	3	2	3	4	4	27	4	3	1	3	1	4	3	1	3	1	3	4	1	4	4	1	4	4	4	1	1	1	1	1	1	59		
209	1	3	3	1	4	4	2	4	4	3	29	3	3	1	4	2	4	4	2	4	1	4	4	1	3	4	1	4	4	4	2	1	1	2	1	1	65		
210	1	4	1	1	3	3	2	3	4	4	26	3	4	1	3	2	4	3	1	3	2	4	4	1	3	4	1	3	4	4	2	1	1	1	1	2	62		
211	2	3	1	2	4	4	2	4	3	3	28	3	3	1	4	1	4	4	2	4	2	4	4	1	4	3	2	3	4	4	1	1	1	1	1	2	64		
212	1	4	2	1	4	3	3	3	3	4	28	4	4	1	3	2	4	3	1	3	1	3	1	3	4	2	4	4	1	3	4	4	1	1	1	2	1	2	63
213	1	3	2	2	4	4	1	4	3	4	28	4	3	2	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	3	1	4	3	2	4	3	3	1	2	2	1	2	1	64
214	1	4	2	1	3	3	1	4	4	4	27	4	4	1	4	2	4	3	1	3	1	3	1	3	3	2	4	4	2	4	3	4	2	1	1	2	2	1	65
215	2	3	2	1	4	4	2	4	4	3	29	3	4	2	4	1	4	4	1	3	1	4	3	1	4	4	1	3	4	3	1	1	2	2	1	2	63		
216	1	4	1	1	4	3	2	3	4	3	26	4	4	1	4	2	4	3	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	3	3	2	1	1	1	1	1	1	63	
217	2	3	2	2	4	4	2	3	3	3	28	3	3	1	4	1	3	3	1	4	1	4	4	2	4	4	1	3	4	4	2	1	2	1	1	2	63		

No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L
	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X .10		Y .1	Y .2	Y .3	Y .4	Y .5	Y .6	Y .7	Y .8	Y .9	Y .10	Y .11	Y .12	Y .13	Y .14	Y .15	Y .16	Y .17	Y .18	Y .19	Y .20	Y .21	Y .22	Y .23	Y .24	Y .25	
218	2	4	1	2	3	3	2	3	4	4	28	4	4	2	4	1	4	4	1	4	1	4	3	1	4	4	1	4	3	4	1	1	2	1	1	1	64
219	2	4	2	1	4	4	1	4	3	4	29	3	3	1	4	1	3	4	1	3	1	4	4	2	4	3	1	3	4	4	2	1	1	2	1	2	62
220	2	3	2	1	3	3	2	4	4	3	27	3	4	1	4	1	4	4	2	4	1	3	4	1	3	3	2	4	4	3	1	2	1	1	2	2	64
221	2	3	2	2	3	4	1	3	3	4	27	3	4	1	4	1	4	3	1	4	1	3	4	2	3	4	1	4	4	4	2	1	1	2	1	1	63
222	2	3	2	3	3	4	2	4	4	3	30	4	4	2	4	1	3	4	1	3	2	4	3	1	4	3	2	4	3	3	1	2	1	1	2	1	63
223	2	4	1	1	3	3	2	3	3	4	26	4	3	2	4	1	4	4	2	4	1	4	3	2	3	4	1	4	4	4	2	1	1	1	1	1	65
224	1	3	2	3	3	3	2	4	3	3	27	3	4	2	3	2	4	4	1	3	2	4	4	1	4	3	1	4	3	3	1	1	2	1	1	1	62
225	1	4	2	3	3	3	2	3	3	4	28	4	3	1	4	2	4	3	1	4	1	4	4	1	3	4	2	4	4	4	1	2	1	1	1	1	64
226	1	3	1	2	3	4	1	4	4	3	26	4	4	1	3	1	4	4	2	4	2	4	4	1	4	3	1	4	3	3	1	1	2	1	2	1	64
227	1	4	2	2	4	3	2	3	3	4	28	3	4	2	4	1	4	3	1	4	2	4	4	1	4	4	1	4	4	4	1	1	1	1	1	1	64
228	1	4	1	1	4	4	2	4	3	3	27	3	4	1	4	1	4	4	2	4	1	4	3	1	4	3	1	4	3	3	1	1	2	1	2	1	62
229	1	3	1	1	4	4	2	4	4	3	27	4	4	1	4	1	3	4	1	3	1	4	4	1	4	4	2	4	3	4	1	1	1	1	1	1	62
230	2	3	2	1	4	4	1	3	4	4	28	3	4	1	3	2	4	4	1	3	2	4	4	1	3	4	2	3	3	4	2	1	1	1	2	1	63
231	1	3	2	1	3	4	1	4	4	4	27	3	4	2	4	1	3	4	2	4	1	4	4	2	4	4	1	4	4	4	2	2	1	2	1	1	68
232	1	4	2	2	4	3	1	4	3	4	28	4	4	1	3	1	4	4	1	3	2	4	3	2	3	4	1	3	4	3	1	1	2	1	2	1	62
233	2	4	1	2	3	3	2	4	4	3	28	3	4	1	4	1	4	4	2	4	1	3	4	2	4	4	2	4	4	4	1	1	1	1	2	2	67
234	1	3	2	2	4	3	2	3	3	3	26	4	4	1	3	1	3	4	1	3	1	3	3	1	4	4	1	4	3	3	1	2	1	1	1	1	58
235	2	4	1	1	4	4	2	3	4	3	28	3	4	1	4	1	4	4	2	4	1	4	4	1	3	4	1	3	4	4	2	1	1	2	1	1	64
236	1	3	2	1	3	4	1	3	3	4	25	4	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	4	2	4	4	1	4	4	4	1	1	2	2	1	1	67
237	1	4	2	1	4	3	2	4	4	4	29	3	3	1	4	1	4	4	2	4	1	4	4	1	3	4	1	3	3	4	1	2	1	2	2	1	63
238	2	3	3	2	3	4	1	4	4	4	30	4	3	1	4	1	3	4	1	4	1	4	4	1	4	3	1	4	3	4	2	1	1	2	1	2	63
239	1	4	1	1	4	3	2	4	4	3	27	4	4	1	4	2	3	4	2	4	1	4	3	1	3	3	1	4	4	3	1	2	2	1	1	1	63

No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L
	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X .10		Y .1	Y .2	Y .3	Y .4	Y .5	Y .6	Y .7	Y .8	Y .9	Y .10	Y .11	Y .12	Y .13	Y .14	Y .15	Y .16	Y .17	Y .18	Y .19	Y .20	Y .21	Y .22	Y .23	Y .24	Y .25	
240	1	3	3	2	4	4	2	3	3	4	29	3	4	1	3	1	3	4	2	4	1	4	4	2	4	4	1	4	4	3	2	1	2	1	2	1	65
241	2	4	2	1	3	3	3	4	4	3	29	3	4	2	4	2	4	3	1	3	2	3	3	2	3	3	2	4	3	3	1	1	1	1	1	2	61
242	2	3	2	2	4	4	1	3	3	4	28	3	3	2	3	2	4	3	1	4	1	4	3	1	4	4	2	4	4	4	1	1	1	2	2	1	64
243	2	4	1	1	4	3	3	4	4	4	30	4	4	2	4	1	3	4	1	3	1	3	4	2	3	4	1	4	3	4	1	1	2	1	1	1	62
244	2	3	1	2	3	4	2	4	4	3	28	4	3	1	4	1	4	3	1	3	1	4	4	2	4	3	2	4	3	4	1	1	1	2	1	1	62
245	1	4	2	2	3	3	2	3	4	4	28	3	4	1	3	1	3	4	1	4	1	3	4	1	3	4	2	3	4	3	2	1	2	1	1	1	60
246	1	4	2	2	3	4	1	4	3	3	27	3	4	2	4	1	4	3	1	4	1	4	4	1	4	3	1	4	4	4	1	1	2	1	1	2	64
247	2	4	2	1	3	3	1	3	4	4	27	3	4	1	3	1	3	4	2	4	1	3	4	1	4	4	1	3	4	3	1	2	1	1	2	1	61
248	1	3	1	2	4	4	2	4	4	3	28	4	4	1	4	2	4	4	2	3	1	4	4	1	4	3	1	3	3	4	1	1	1	2	1	2	64
249	1	3	2	2	4	4	2	3	3	4	28	4	3	1	3	1	4	4	2	4	1	3	4	1	4	3	1	3	4	3	1	1	1	1	2	2	61
250	2	3	1	2	3	4	2	4	3	3	27	4	4	2	4	2	4	3	1	3	1	4	3	1	4	4	1	4	3	4	2	1	1	1	1	2	64
251	1	4	2	1	4	3	1	3	4	4	27	4	3	2	3	1	4	4	2	4	1	3	3	1	4	4	1	4	3	3	1	1	1	1	1	2	61
252	2	4	1	1	4	3	2	4	2	3	26	4	3	1	4	1	4	3	1	3	2	3	4	1	4	4	1	4	3	4	2	1	2	1	2	1	63
253	1	4	1	1	3	3	1	3	4	4	25	3	3	1	4	2	4	4	2	4	1	4	4	1	4	4	1	4	4	3	1	2	1	1	2	1	65
254	2	3	3	2	4	4	2	4	2	3	29	3	3	1	4	1	4	3	1	3	2	4	3	1	3	4	2	4	4	4	2	1	1	1	1	1	61
255	1	4	1	1	3	4	1	3	4	4	26	3	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	4	1	3	4	1	3	4	4	1	2	2	2	1	2	65
256	1	3	2	2	4	4	1	4	4	3	28	3	4	2	4	1	4	3	1	3	1	3	3	1	4	4	1	4	4	4	2	1	1	1	2	1	62
257	1	4	2	1	3	3	3	3	4	4	28	4	4	2	4	2	4	4	1	3	2	4	3	1	4	4	2	4	4	3	2	1	2	2	1	2	69
258	2	4	1	1	4	4	1	4	2	3	26	3	3	1	4	2	4	3	1	4	1	4	4	2	4	3	1	4	3	4	1	2	2	1	2	1	64
259	2	2	1	2	4	4	2	4	2	3	26	3	3	1	4	1	3	4	1	4	2	3	4	2	3	3	1	3	4	3	1	2	2	1	1	1	60
260	1	4	2	1	3	4	1	3	4	4	27	3	4	2	4	2	4	4	1	3	2	4	4	2	4	4	2	3	3	4	1	1	2	2	1	2	68
261	1	3	2	2	4	4	2	4	2	3	27	4	4	1	3	2	4	4	2	4	2	4	3	1	3	3	2	4	4	4	1	1	1	2	1	1	65

No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L
	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X .10		Y .1	Y .2	Y .3	Y .4	Y .5	Y .6	Y .7	Y .8	Y .9	Y .10	Y .11	Y .12	Y .13	Y .14	Y .15	Y .16	Y .17	Y .18	Y .19	Y .20	Y .21	Y .22	Y .23	Y .24	Y .25	
262	1	2	2	1	3	2	1	3	3	4	22	4	4	2	3	1	4	3	1	3	1	4	4	1	3	4	1	3	4	4	1	1	2	2	2	1	63
263	2	4	1	1	4	4	2	4	3	3	28	4	3	1	4	1	3	3	2	4	1	4	3	1	4	3	1	3	4	3	1	1	2	1	1	2	60
264	1	4	2	1	4	3	2	3	2	4	26	4	3	2	3	2	4	3	1	4	1	4	4	1	4	4	4	1	2	1	2	2	2	1	66		
265	1	4	1	2	4	2	2	4	3	4	27	3	4	1	4	1	3	4	1	4	2	4	3	1	4	4	1	4	4	3	1	1	2	1	1	2	63
266	1	4	3	1	3	4	1	4	4	3	28	3	3	2	4	2	4	4	1	4	1	4	4	1	4	4	4	4	1	2	1	1	1	1	1	65	
267	1	2	2	1	4	4	2	3	4	3	26	4	3	1	3	2	4	4	1	4	2	4	3	1	4	4	1	4	4	3	1	1	1	1	2	2	64
268	2	2	1	1	4	4	1	3	4	3	25	3	4	2	4	1	4	3	2	4	1	4	3	2	4	4	1	4	3	4	2	1	1	1	2	1	65
269	1	2	1	1	4	4	3	3	2	4	25	4	4	1	3	1	3	4	1	4	1	4	4	2	4	4	2	4	3	4	2	1	2	1	1	2	66
270	1	2	1	2	4	2	2	4	4	3	25	3	4	1	4	1	4	3	1	3	1	3	4	1	4	4	2	4	4	4	1	2	2	1	2	1	64
271	1	4	2	1	3	2	1	3	4	4	25	4	4	1	3	2	4	4	1	4	2	4	4	1	4	4	1	4	4	4	1	1	2	1	2	2	68
272	1	2	1	1	4	2	1	4	2	3	21	3	4	1	3	1	3	3	1	4	1	3	3	2	4	3	1	3	3	4	1	1	1	1	1	2	57
273	1	4	1	1	4	2	1	3	4	4	25	4	4	1	4	2	4	4	2	4	1	4	4	1	4	3	1	4	4	3	1	2	1	1	1	1	65
274	2	2	1	1	4	4	2	4	2	4	26	4	4	1	4	2	3	3	1	4	1	4	4	2	4	4	1	4	3	3	2	1	1	2	1	2	65
275	1	4	2	1	4	2	1	4	4	4	27	4	4	1	4	2	4	4	2	4	1	3	4	2	4	4	1	3	3	4	2	1	1	1	1	1	65
276	1	4	1	2	4	4	1	4	2	3	26	3	4	1	4	1	4	3	1	3	1	3	3	1	4	4	2	4	4	3	2	1	1	2	1	1	61
277	1	3	2	1	3	2	1	3	4	3	23	3	4	2	4	1	4	4	2	4	1	4	3	1	4	4	1	3	3	4	1	1	1	2	1	1	63
278	2	3	1	1	4	4	2	3	3	3	26	3	4	2	4	1	3	4	1	3	2	4	4	1	3	3	2	4	4	3	1	1	2	1	1	1	62
279	2	3	2	1	4	4	1	3	2	4	26	4	4	1	4	1	4	4	2	4	1	3	4	2	4	4	2	4	4	4	1	2	1	1	1	1	67
280	2	4	1	2	4	3	2	4	3	4	29	4	4	1	4	1	3	3	2	4	2	4	4	1	3	4	1	4	4	4	2	2	2	1	2	1	67
281	2	2	1	2	3	3	1	4	3	3	24	4	3	1	3	2	4	4	1	3	1	4	3	1	4	4	1	3	4	3	1	2	1	2	1	1	61
282	1	4	1	2	3	3	2	3	4	4	27	4	4	2	4	2	4	4	1	3	1	4	4	2	3	4	1	4	4	4	1	2	1	1	1	2	67
283	1	4	1	2	3	4	1	4	4	3	27	3	3	1	4	1	4	3	1	3	1	4	3	1	4	3	1	4	3	3	2	1	1	1	1	1	57

No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L
	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X .10		Y .1	Y .2	Y .3	Y .4	Y .5	Y .6	Y .7	Y .8	Y .9	Y .10	Y .11	Y .12	Y .13	Y .14	Y .15	Y .16	Y .17	Y .18	Y .19	Y .20	Y .21	Y .22	Y .23	Y .24	Y .25	
284	2	4	2	1	3	2	1	3	2	4	24	4	3	2	4	2	4	4	1	4	2	4	3	2	3	4	1	4	3	4	2	1	1	2	2	1	67
285	1	2	2	2	4	4	1	4	4	3	27	3	4	2	4	1	3	4	1	4	2	4	3	1	4	3	2	4	4	4	1	1	2	1	1	1	64
286	2	4	2	1	4	4	1	3	2	4	27	4	4	1	4	1	3	4	1	4	2	4	4	1	3	4	1	4	3	4	1	2	2	2	2	1	66
287	1	3	2	1	3	4	2	4	3	3	26	4	4	2	4	1	4	3	1	4	1	4	4	1	4	3	1	4	4	4	2	1	2	1	1	2	66
288	1	2	1	1	4	2	2	3	3	4	23	4	4	1	3	1	3	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	3	3	4	1	2	1	1	2	2	63
289	2	4	2	2	3	4	2	4	4	3	30	3	4	2	4	1	4	4	1	4	1	3	4	1	4	4	1	4	3	4	2	1	1	1	1	1	63
290	1	2	1	2	4	3	2	3	4	4	26	4	4	1	3	1	4	4	2	4	1	4	4	2	3	4	1	3	4	4	2	1	1	1	2	2	66
291	1	4	2	2	4	2	1	4	2	3	25	3	4	2	4	1	4	4	2	4	1	4	3	1	4	4	1	4	4	3	1	1	2	2	1	1	65
292	2	4	1	1	3	4	2	3	4	4	28	4	3	1	4	1	3	3	1	4	1	4	4	1	3	4	1	4	3	4	1	1	1	1	1	2	60
293	1	3	1	1	4	2	1	4	3	4	24	3	4	1	4	1	4	3	1	4	2	4	4	1	3	4	1	4	4	4	1	1	2	1	1	1	63
294	1	2	2	1	4	4	2	4	2	4	26	4	3	1	3	1	3	3	1	3	1	4	4	2	4	4	1	4	3	4	1	1	1	1	1	1	59
295	1	4	2	1	3	4	1	4	4	3	27	3	4	1	4	1	4	4	2	3	1	4	4	2	4	4	1	4	3	4	1	1	2	1	1	1	64
296	2	3	1	1	4	3	1	3	4	3	25	4	4	1	3	2	4	4	1	3	2	3	3	1	4	3	1	4	4	4	2	1	1	2	1	1	63
297	2	2	1	1	4	2	2	3	4	3	24	3	3	1	4	2	4	4	2	4	1	4	4	1	3	4	1	4	4	4	2	1	1	1	1	1	64
298	2	4	1	1	4	4	2	3	4	4	29	4	4	1	3	1	3	4	1	4	2	3	3	1	4	3	2	4	4	4	1	1	1	2	1	2	63
299	1	3	2	1	3	3	1	4	2	4	24	3	4	1	4	1	4	4	1	3	2	4	3	2	4	4	1	4	4	4	1	1	1	2	2	1	65
300	1	3	2	2	3	2	1	4	2	4	24	4	4	1	3	1	3	4	1	4	1	4	3	1	3	3	1	3	4	3	2	1	1	1	2	2	60
301	1	3	2	2	3	4	1	4	2	3	25	3	3	1	4	1	4	3	1	4	2	4	4	2	4	4	1	3	4	4	1	2	2	1	2	1	65
302	1	4	1	2	4	3	2	3	2	4	26	3	3	1	3	1	4	4	2	4	2	3	4	2	3	3	1	4	4	4	2	1	2	1	1	1	63
303	1	4	2	2	4	3	2	4	4	3	29	3	3	1	3	1	3	4	1	3	1	3	4	2	4	4	1	4	4	3	2	2	1	1	2	1	61
304	1	3	1	2	4	3	2	3	2	4	25	4	4	2	4	2	4	4	2	3	2	3	4	1	4	3	2	4	4	4	1	2	2	1	2	2	70
305	1	3	2	2	4	4	1	4	4	3	28	4	4	2	4	1	3	4	2	4	2	4	4	1	4	4	1	4	4	3	2	1	1	1	2	1	67

No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L
	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X .10		Y .1	Y .2	Y .3	Y .4	Y .5	Y .6	Y .7	Y .8	Y .9	Y .10	Y .11	Y .12	Y .13	Y .14	Y .15	Y .16	Y .17	Y .18	Y .19	Y .20	Y .21	Y .22	Y .23	Y .24	Y .25	
306	1	2	2	2	4	4	2	3	2	3	25	4	3	1	4	2	4	3	1	3	2	4	4	1	4	4	2	3	4	4	1	1	2	1	1	2	65
307	2	4	3	1	4	3	1	3	4	4	29	3	4	2	4	1	3	4	1	3	1	3	4	1	4	4	1	4	4	4	1	2	1	2	2	1	64
308	2	2	1	2	4	3	2	4	4	3	27	4	3	1	4	2	4	3	1	4	1	4	4	1	4	4	2	3	4	3	1	1	1	2	2	1	64
309	2	4	3	1	4	2	2	3	3	4	28	3	4	2	4	1	3	4	1	4	1	3	4	1	4	3	1	4	4	3	1	2	1	1	1	1	61
310	2	2	2	2	3	4	3	4	3	3	28	4	3	1	3	2	4	3	1	4	1	4	4	1	3	4	2	4	4	4	1	1	2	1	2	1	64
311	2	4	2	1	3	2	1	3	3	4	25	3	4	1	3	1	4	4	1	4	1	4	3	1	3	4	1	4	3	4	1	2	1	1	1	1	60
312	2	4	1	1	3	4	3	4	4	4	30	4	4	1	3	2	4	3	1	4	1	4	4	1	4	4	1	3	3	4	1	1	2	1	2	1	63
313	2	3	1	2	3	2	2	4	2	3	24	4	4	2	4	1	4	3	2	4	2	4	4	2	4	4	2	4	3	3	1	2	1	2	1	2	69
314	1	3	2	1	3	4	2	3	4	4	27	4	4	1	3	2	4	4	2	4	1	3	4	2	4	4	1	4	3	4	2	1	2	1	2	1	67
315	2	3	2	1	3	4	1	4	4	4	28	3	4	1	4	1	3	4	2	4	1	4	4	1	4	4	2	3	4	4	1	1	2	1	2	1	65
316	1	3	2	2	3	3	1	4	4	3	26	3	4	1	4	1	4	3	1	3	1	4	4	1	4	4	2	3	4	3	1	2	1	2	1	2	63
317	2	3	1	1	4	3	2	3	2	4	25	3	4	1	4	1	3	4	2	3	1	4	4	1	4	3	1	4	4	4	2	1	1	1	1	1	62
318	1	3	2	1	3	3	2	4	4	4	27	4	4	1	4	2	4	4	2	4	1	4	4	1	4	4	2	4	3	3	1	2	1	2	1	2	68
319	1	3	1	2	4	3	2	4	3	3	26	4	4	1	4	1	4	4	1	3	1	3	3	2	4	3	1	3	4	4	1	1	1	1	1	1	60
320	2	3	2	1	3	3	1	3	2	4	24	4	3	1	4	2	4	3	1	3	2	4	4	1	4	3	1	4	3	4	1	1	1	1	1	1	61
321	1	3	1	1	4	3	2	4	4	4	27	4	3	1	4	1	4	3	1	4	1	3	3	1	3	4	1	3	4	4	1	1	1	2	1	2	60
322	1	2	1	2	4	3	1	4	4	3	25	3	3	1	4	1	4	4	1	4	1	3	4	1	4	4	1	3	4	4	2	1	2	1	2	1	63
323	2	4	2	1	3	4	3	4	4	4	31	4	4	1	3	1	4	4	2	4	1	4	4	2	4	3	1	3	4	4	1	2	1	1	1	1	64
324	1	3	2	1	4	4	2	4	3	3	27	3	4	1	4	2	4	4	1	4	1	4	4	2	4	4	1	3	4	3	1	1	1	2	1	2	65
325	2	2	1	3	3	4	2	3	4	4	28	4	3	1	3	2	4	4	1	4	1	3	4	1	3	4	2	3	3	4	2	1	2	2	2	2	65
326	1	2	2	2	4	3	1	4	4	3	26	3	4	1	4	1	4	4	2	4	1	4	4	2	3	4	1	3	4	3	2	1	2	1	2	2	66
327	1	2	2	2	4	3	2	3	3	3	25	4	3	1	4	1	3	4	2	4	1	3	4	1	4	3	2	4	3	3	1	1	2	1	1	1	61

No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L
	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X .10		Y .1	Y .2	Y .3	Y .4	Y .5	Y .6	Y .7	Y .8	Y .9	Y .10	Y .11	Y .12	Y .13	Y .14	Y .15	Y .16	Y .17	Y .18	Y .19	Y .20	Y .21	Y .22	Y .23	Y .24	Y .25	
328	1	2	1	1	4	2	2	3	4	4	24	4	3	2	4	1	3	4	1	4	2	3	3	1	4	3	1	4	3	4	2	1	1	1	2	1	62
329	1	4	2	3	4	2	2	4	4	3	29	3	3	1	4	1	4	3	1	4	1	4	4	2	4	4	2	3	4	4	1	1	1	1	2	1	63
330	2	2	1	1	4	4	2	3	3	4	26	4	4	2	4	1	3	3	1	4	2	4	4	1	4	4	1	4	4	4	1	2	1	1	1	1	65
331	1	4	1	2	4	2	1	4	3	3	25	3	3	1	4	2	3	4	1	4	1	4	4	2	4	4	2	3	4	4	1	2	2	2	1	1	66
332	2	2	2	3	4	4	2	3	3	4	29	4	4	2	3	1	4	3	1	4	2	4	4	1	3	4	1	3	4	4	1	1	1	1	2	1	63
333	2	2	2	1	4	4	1	3	4	4	27	4	3	1	4	1	3	3	2	3	1	4	4	2	4	4	1	3	4	4	1	1	2	1	1	2	63
334	1	4	1	1	3	2	2	4	4	3	25	3	4	1	3	1	3	4	1	3	2	3	3	1	4	3	2	4	3	4	2	2	1	1	1	2	61
335	2	2	2	1	3	4	2	3	4	4	27	3	3	1	4	1	4	4	2	3	1	4	4	2	4	3	1	3	4	4	1	1	2	1	1	1	62
336	1	4	1	3	3	2	2	4	4	3	27	3	4	2	4	1	4	4	1	4	2	3	3	1	3	4	2	4	4	4	1	2	1	2	1	2	66
337	2	3	2	3	4	4	1	3	4	4	30	4	4	2	4	1	4	3	1	4	1	3	4	2	4	4	1	3	4	4	1	1	2	1	1	1	64
338	1	4	2	3	3	2	2	4	4	3	28	4	4	1	3	1	3	4	2	3	1	4	3	1	3	4	2	4	4	4	2	1	1	2	1	2	64
339	1	4	1	1	3	3	2	4	3	3	25	3	4	1	3	1	3	4	1	4	2	4	3	1	3	4	1	3	4	3	2	1	1	1	2	2	61
340	2	3	3	3	4	4	2	3	3	4	31	4	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	3	1	4	3	1	3	4	3	1	1	1	1	2	1	61
341	1	4	2	1	3	3	3	4	3	3	27	3	4	1	4	2	4	4	1	3	1	3	4	1	3	3	1	4	4	4	1	1	2	1	1	2	62
342	1	4	1	1	3	3	3	3	3	3	25	3	4	2	4	1	4	4	1	4	1	3	4	1	4	4	1	3	4	3	1	2	2	1	2	2	65
343	1	3	2	2	3	3	2	4	3	3	26	4	4	2	4	2	3	4	1	4	1	3	4	2	4	3	1	3	3	4	2	1	1	1	1	1	63
344	2	3	2	1	4	4	1	3	4	4	28	4	4	1	4	1	4	4	1	4	2	3	3	1	3	4	2	4	3	4	1	1	1	2	1	1	63
345	2	3	2	2	3	3	2	4	3	3	27	4	4	1	4	1	4	3	2	4	2	4	3	1	4	3	2	4	4	3	1	1	2	1	1	1	64
346	1	2	2	2	3	4	1	4	4	3	26	4	4	1	3	1	4	3	2	4	1	4	4	2	4	4	1	3	4	4	2	1	1	2	1	1	65
347	1	2	1	2	3	3	1	3	4	2	22	4	3	1	3	1	3	4	2	4	1	4	4	2	4	4	2	4	4	4	1	1	2	1	2	1	66
348	2	4	2	1	4	2	1	2	3	2	23	4	4	1	4	2	4	4	1	4	1	3	4	1	4	4	2	3	3	3	1	1	1	1	2	1	63
349	1	2	2	2	3	2	3	2	4	2	23	4	4	1	4	1	3	4	2	4	1	3	4	2	4	3	2	4	4	3	2	1	1	2	1	2	66

No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L
	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X .10		Y .1	Y .2	Y .3	Y .4	Y .5	Y .6	Y .7	Y .8	Y .9	Y .10	Y .11	Y .12	Y .13	Y .14	Y .15	Y .16	Y .17	Y .18	Y .19	Y .20	Y .21	Y .22	Y .23	Y .24	Y .25	
350	1	4	1	1	4	2	1	2	4	4	24	4	4	1	3	1	4	4	1	4	2	4	4	1	3	3	1	3	4	4	1	1	1	1	2	1	62
351	1	4	2	2	4	3	2	3	4	4	29	4	4	1	3	1	4	4	1	3	1	4	3	1	4	3	1	3	4	4	2	1	1	1	2	2	62
352	1	2	1	2	3	4	2	4	3	2	24	3	4	1	3	2	4	4	1	4	1	4	4	2	3	4	2	3	3	3	1	2	1	1	1	1	62
353	1	4	1	1	4	2	1	2	3	4	23	3	4	2	4	2	4	4	1	3	2	4	3	1	4	3	2	4	4	4	1	1	1	1	2	1	65
354	2	2	1	2	4	4	2	4	3	2	26	4	4	1	4	1	4	4	1	4	1	3	3	1	3	4	1	3	3	4	2	2	1	1	1	2	62
355	1	3	1	1	4	2	1	2	2	4	21	4	3	2	4	2	4	4	1	3	1	4	4	1	4	3	1	3	4	4	1	2	1	1	1	1	63
356	2	4	2	1	4	3	1	3	2	3	25	3	3	1	3	1	4	3	2	3	2	4	3	1	4	4	2	4	3	4	2	2	1	2	2	1	64
357	2	2	1	1	4	2	2	2	4	4	24	3	4	1	4	1	4	4	1	3	2	4	4	1	4	4	1	3	4	4	2	2	1	2	2	1	66
358	1	4	1	1	4	2	2	2	4	2	23	4	3	1	3	1	3	3	1	4	2	4	4	1	3	4	1	4	3	4	1	1	2	1	2	2	62
359	1	3	2	2	3	2	1	2	3	4	23	3	4	1	4	2	4	4	1	3	1	4	4	1	4	3	1	3	4	3	1	1	1	2	1	1	61
360	2	3	1	1	4	4	2	4	3	4	28	4	3	1	3	1	4	4	1	3	1	4	3	1	4	4	1	4	3	4	2	1	1	1	2	2	62
361	2	3	1	2	4	4	1	4	3	3	27	4	4	1	4	1	4	4	1	4	1	3	4	1	4	3	1	3	3	3	1	2	1	2	1	1	61
362	1	4	2	1	3	3	1	3	3	3	24	3	4	1	4	2	4	4	1	3	2	3	4	2	3	4	2	3	4	4	2	1	1	2	1	1	65
363	1	4	1	1	3	3	1	3	4	3	24	3	4	2	3	1	4	4	1	4	2	4	3	1	4	4	2	4	3	3	1	2	1	2	1	1	64
364	1	4	2	2	3	3	2	3	4	4	28	4	4	1	4	1	3	4	2	4	1	4	4	1	3	4	1	4	4	4	1	2	1	1	2	1	65
365	1	2	1	1	4	4	2	4	4	4	27	4	4	2	4	1	4	4	1	4	1	3	3	1	4	4	1	3	3	3	1	1	1	1	1	1	60
366	2	2	1	1	4	4	1	4	4	4	27	3	4	1	4	1	4	4	2	3	2	4	3	1	3	4	1	4	4	4	1	2	1	2	2	1	65
367	1	2	1	2	4	4	2	4	3	4	27	4	4	1	3	1	4	3	1	4	1	4	4	1	4	3	2	4	3	4	2	2	2	1	2	2	66
368	1	4	1	2	4	2	1	4	4	3	26	3	4	2	4	1	4	3	1	4	1	4	3	1	3	4	1	3	4	3	1	2	1	1	1	2	61
369	1	2	1	1	3	2	1	3	2	4	20	4	4	1	4	2	3	4	1	3	1	4	3	1	3	3	1	3	4	4	2	1	1	1	2	1	61
370	2	4	2	2	4	2	1	4	2	4	27	4	3	1	4	1	4	3	1	4	2	3	4	1	4	4	1	4	4	3	1	1	1	1	1	2	62
371	2	2	1	1	4	4	1	4	2	4	25	4	3	1	4	1	4	3	1	4	2	4	3	1	4	3	1	4	3	3	1	1	1	2	2	2	62

No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L
	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X .10		Y .1	Y .2	Y .3	Y .4	Y .5	Y .6	Y .7	Y .8	Y .9	Y .10	Y .11	Y .12	Y .13	Y .14	Y .15	Y .16	Y .17	Y .18	Y .19	Y .20	Y .21	Y .22	Y .23	Y .24	Y .25	
372	2	4	1	1	4	2	1	4	4	3	26	3	4	1	3	2	3	3	1	3	1	4	4	2	4	4	2	4	4	4	1	2	2	1	1	1	64
373	2	2	1	1	3	4	2	3	3	4	25	4	4	2	4	1	4	4	2	3	1	4	3	1	4	4	2	4	4	4	2	1	1	1	2	2	68
374	1	3	1	1	3	2	1	4	3	4	23	3	3	1	4	2	4	4	1	3	2	4	4	2	4	4	1	4	4	4	1	2	1	2	1	2	67
375	1	3	1	1	3	4	1	4	4	3	25	4	4	1	3	1	4	4	2	4	1	4	3	1	3	3	1	3	4	3	1	1	1	2	1	2	61
376	1	2	2	2	3	2	1	3	3	3	22	3	4	1	3	2	3	4	1	4	2	4	4	2	4	4	1	4	4	4	2	2	2	1	1	1	67
377	1	4	1	1	4	3	1	3	4	4	26	4	4	1	4	2	4	4	1	3	2	4	4	1	3	4	2	4	4	3	1	1	1	1	1	1	64
378	1	3	1	1	4	3	1	4	3	3	24	3	3	2	4	1	3	4	1	4	1	3	4	2	4	4	1	3	4	3	2	2	2	1	1	1	63
379	1	2	1	1	4	2	2	3	3	3	22	4	4	1	3	1	4	3	1	4	2	4	3	1	4	3	2	4	4	3	1	1	2	2	1	1	63
380	2	4	2	1	4	4	1	3	3	4	28	3	4	1	4	1	4	4	2	4	2	4	3	2	4	4	1	4	3	4	2	1	1	2	2	2	68
381	2	3	1	1	4	3	1	4	4	4	27	4	4	2	4	1	3	4	1	3	1	4	4	2	4	3	1	4	4	3	1	2	2	1	1	1	64
382	2	2	2	2	4	2	1	4	3	4	26	3	4	1	4	1	4	4	2	3	2	4	4	1	4	4	1	3	4	4	2	1	1	2	2	1	66
383	2	4	2	1	3	4	2	4	4	4	30	4	3	2	4	1	3	4	2	4	2	4	4	2	4	3	2	4	3	3	1	2	2	1	1	2	67
384	2	3	2	1	3	3	1	4	4	3	26	3	4	1	4	1	4	3	1	3	2	4	4	2	4	3	1	4	3	4	1	2	1	2	1	1	63
385	2	2	2	1	3	2	2	3	4	4	25	3	4	1	3	1	4	4	1	3	1	3	4	2	4	3	1	4	4	4	1	1	2	1	1	2	62
386	2	2	3	2	3	4	2	4	4	4	30	3	3	2	4	1	4	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	4	3	1	1	1	1	2	1	63
387	1	3	1	1	3	3	2	4	3	4	25	4	4	1	4	1	3	4	1	4	2	4	4	2	4	3	2	4	3	4	1	2	1	2	1	1	66
388	1	4	1	2	3	2	2	4	3	3	25	4	4	1	4	1	3	4	2	4	1	3	4	2	4	3	1	4	4	3	1	2	1	1	1	2	64
389	1	2	2	2	3	2	3	3	3	3	24	4	4	1	4	2	4	4	1	4	1	4	3	1	4	4	2	4	4	4	2	1	1	1	2	1	67
390	1	3	2	2	4	3	1	3	4	3	26	3	4	2	3	1	4	4	1	3	2	4	4	2	4	4	2	4	4	4	1	2	1	1	1	2	67
391	1	4	2	2	4	4	1	3	4	3	28	4	4	1	4	2	3	3	1	4	1	4	3	1	3	4	1	3	4	4	1	1	1	2	1	1	61
392	2	4	2	3	4	2	2	3	4	4	30	3	4	1	4	1	4	4	1	4	2	3	4	2	4	4	1	3	4	4	1	2	1	1	1	2	65
393	2	2	1	1	4	3	2	4	3	4	26	4	3	1	3	1	4	3	1	4	1	4	3	1	3	4	1	4	4	4	1	2	1	1	1	2	61

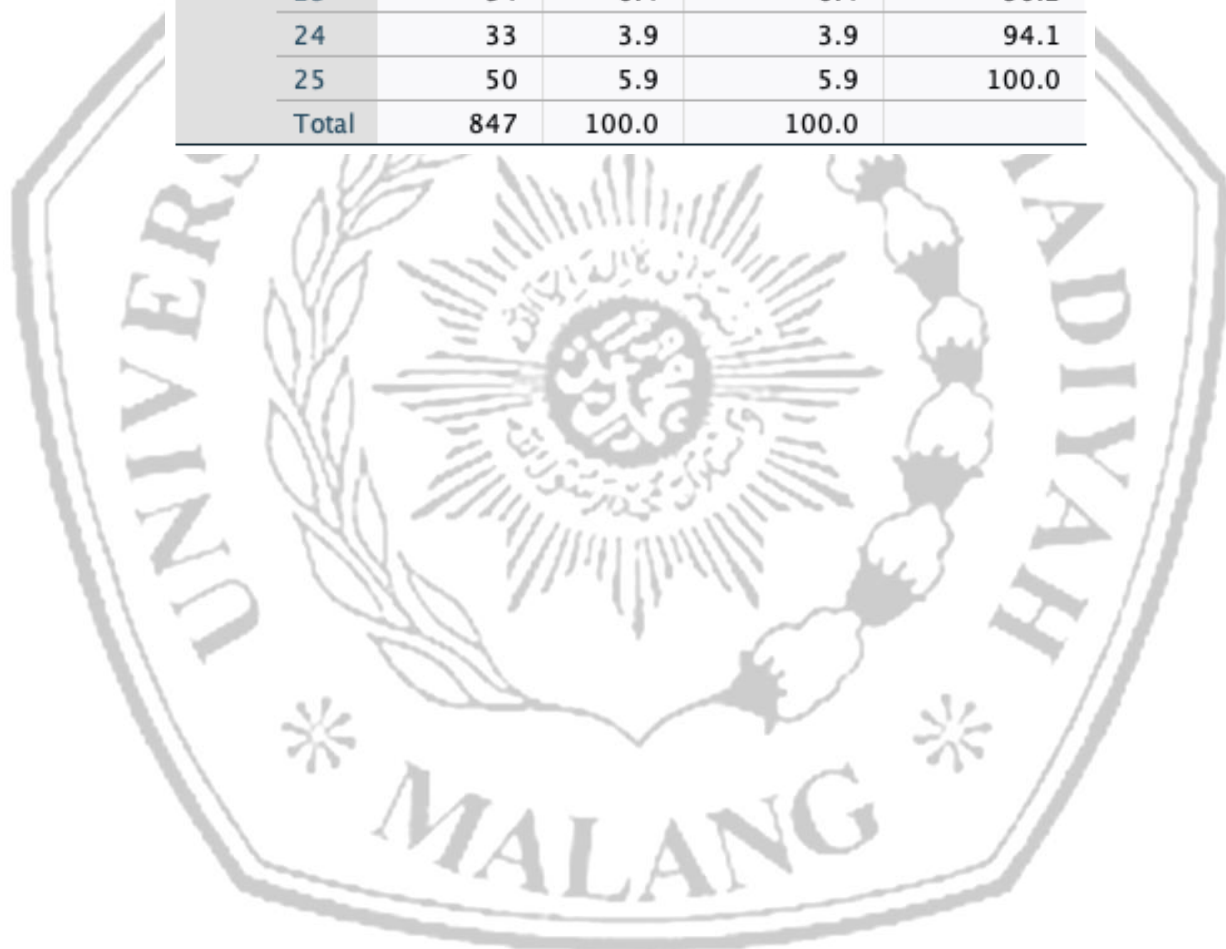
No	Citra Tubuh										T O T A L	Perilaku Diet (Y)																									T O T A L		
	X .1	X .2	X .3	X .4	X .5	X .6	X .7	X .8	X .9	X .10		Y .1	Y .2	Y .3	Y .4	Y .5	Y .6	Y .7	Y .8	Y .9	Y .10	Y .11	Y .12	Y .13	Y .14	Y .15	Y .16	Y .17	Y .18	Y .19	Y .20	Y .21	Y .22	Y .23	Y .24	Y .25		Y .26	
394	2	4	2	1	4	4	2	4	3	4	30	3	4	1	4	2	3	3	1	4	1	4	3	2	4	3	1	3	3	3	2	1	2	1	2	1	2	1	61
395	2	3	1	2	3	4	2	4	4	2	27	3	3	1	4	1	4	4	2	3	1	3	4	1	3	4	1	4	4	4	2	1	1	2	2	2	2	2	64
396	1	3	2	2	3	2	1	2	3	2	21	4	4	1	3	1	3	4	1	4	1	4	4	1	4	3	1	3	4	3	2	1	2	1	1	1	1	61	
397	1	4	2	2	3	4	2	2	2	4	26	4	4	2	3	1	3	4	1	4	1	4	4	1	4	3	2	4	4	4	2	1	1	2	2	1	1	66	
398	4	2	4	3	3	4	3	3	3	3	32	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	74	
399	1	1	1	4	4	1	3	4	2	1	22	4	3	1	3	2	3	3	2	3	2	3	3	1	2	3	4	2	2	3	1	1	1	2	2	1	1	57	
400	4	1	4	4	1	2	4	1	1	2	24	4	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	4	4	1	1	1	1	1	2	3	67	



Lampiran 2.1 Karakteristik Responden

Usia

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	447	52.8	52.8	52.8
18	22	2.6	2.6	55.4
19	34	4.0	4.0	59.4
20	44	5.2	5.2	64.6
21	65	7.7	7.7	72.3
22	98	11.6	11.6	83.8
23	54	6.4	6.4	90.2
24	33	3.9	3.9	94.1
25	50	5.9	5.9	100.0
Total	847	100.0	100.0	



Berat_Badan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 40	2	.2	.5	.5
41	1	.1	.3	.8
42	1	.1	.3	1.0
45	1	.1	.3	1.3
46	2	.2	.5	1.8
47	4	.5	1.0	2.8
48	5	.6	1.3	4.0
49	3	.4	.8	4.8
50	22	2.6	5.5	10.3
52	6	.7	1.5	11.8
53	11	1.3	2.8	14.5
54	8	.9	2.0	16.5
55	26	3.1	6.5	23.0
56	11	1.3	2.8	25.8
57	11	1.3	2.8	28.5
58	13	1.5	3.3	31.8
59	10	1.2	2.5	34.3
60	47	5.5	11.8	46.0
61	5	.6	1.3	47.3
62	10	1.2	2.5	49.8
63	10	1.2	2.5	52.3
64	4	.5	1.0	53.3
65	36	4.3	9.0	62.3
66	4	.5	1.0	63.2
67	15	1.8	3.8	67.0
68	19	2.2	4.8	71.8
69	8	.9	2.0	73.8
70	26	3.1	6.5	80.3
71	6	.7	1.5	81.8
72	4	.5	1.0	82.8
73	5	.6	1.3	84.0
75	10	1.2	2.5	86.5
76	5	.6	1.3	87.8
77	2	.2	.5	88.3
78	12	1.4	3.0	91.3
79	1	.1	.3	91.5
80	13	1.5	3.3	94.8
85	1	.1	.3	95.0
86	3	.4	.8	95.8
87	1	.1	.3	96.0
88	2	.2	.5	96.5
89	3	.4	.8	97.3
90	10	1.2	2.5	99.8
115	1	.1	.3	100.0
Total	400	47.2	100.0	

Tinggi_Badan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 150	7	.8	1.8	1.8
152	1	.1	.3	2.0
153	1	.1	.3	2.3
155	5	.6	1.3	3.5
156	3	.4	.8	4.3
157	4	.5	1.0	5.3
158	4	.5	1.0	6.3
159	5	.6	1.3	7.5
160	20	2.4	5.0	12.5
161	1	.1	.3	12.8
162	6	.7	1.5	14.2
163	6	.7	1.5	15.8
164	7	.8	1.8	17.5
165	43	5.1	10.8	28.2
166	7	.8	1.8	30.0
167	13	1.5	3.3	33.3
168	22	2.6	5.5	38.8
169	19	2.2	4.8	43.5
170	63	7.4	15.8	59.3
171	6	.7	1.5	60.8
172	21	2.5	5.3	66.0
173	10	1.2	2.5	68.5
174	10	1.2	2.5	71.0
175	28	3.3	7.0	78.0
176	7	.8	1.8	79.8
177	4	.5	1.0	80.8
178	20	2.4	5.0	85.8
179	12	1.4	3.0	88.8
180	19	2.2	4.8	93.5
181	2	.2	.5	94.0
182	8	.9	2.0	96.0
183	3	.4	.8	96.8
184	3	.4	.8	97.5
185	4	.5	1.0	98.5
187	1	.1	.3	98.8
188	1	.1	.3	99.0
189	1	.1	.3	99.3
190	1	.1	.3	99.5
200	1	.1	.3	99.8
273	1	.1	.3	100.0
Total	400	47.2	100.0	

Pekerjaan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	447	52.8	52.8	52.8
Admin	1	.1	.1	52.9
Apoteker	1	.1	.1	53.0
Barista	2	.2	.2	53.2
Buruh	4	.5	.5	53.7
Content Creator	1	.1	.1	53.8
Cook Helper	1	.1	.1	54.0
Customer Service	1	.1	.1	54.1
Driver	4	.5	.5	54.5
Fotografer	1	.1	.1	54.7
Freelance	13	1.5	1.5	56.2
Guru	2	.2	.2	56.4
Influencer	2	.2	.2	56.7
Karyawan	61	7.2	7.2	63.9
Kasir	3	.4	.4	64.2
Konstruksi Jalan	1	.1	.1	64.3
Kontraktor	1	.1	.1	64.5
Kurir	1	.1	.1	64.6
Mahasiswa	178	21.0	21.0	85.6
Manager	1	.1	.1	85.7
Operator	3	.4	.4	86.1
Pedagang	2	.2	.2	86.3
Pegusaha	3	.4	.4	86.7
Pelajar	7	.8	.8	87.5
Pengawas	2	.2	.2	87.7
Pengusaha	4	.5	.5	88.2
Penjahit	1	.1	.1	88.3
Perawat	2	.2	.2	88.5
PNS	15	1.8	1.8	90.3
Polisi	3	.4	.4	90.7
Porter	1	.1	.1	90.8
Pramuniaga	1	.1	.1	90.9
Pramusaji	1	.1	.1	91.0
Room Attendant	1	.1	.1	91.1
Sales	6	.7	.7	91.9
Security	2	.2	.2	92.1
Staf Pabrik	4	.5	.5	92.6
Staff	9	1.1	1.1	93.6
Staff Produksi	1	.1	.1	93.7
Staff Purchasing	1	.1	.1	93.9
Supervisor	1	.1	.1	94.0
Surveyor	1	.1	.1	94.1
Teknisi	3	.4	.4	94.5
Wiraswasta	47	5.5	5.5	100.0
Total	847	100.0	100.0	



Lampiran 2.2 Kategorisasi Variabel

kat_X

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	238	59.5	59.5	59.5
	2.00	162	40.5	40.5	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

kat_Y

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	202	50.5	50.5	50.5
	2.00	198	49.5	49.5	100.0
	Total	400	100.0	100.0	

kat_X * kat_Y Crosstabulation

		kat_Y		Total	
		1.00	2.00		
kat_X	1.00	Count	117	121	238
		Expected Count	120.2	117.8	238.0
		% within kat_X	49.2%	50.8%	100.0%
2.00	2.00	Count	85	77	162
		Expected Count	81.8	80.2	162.0
		% within kat_X	52.5%	47.5%	100.0%
Total	Total	Count	202	198	400
		Expected Count	202.0	198.0	400.0
		% within kat_X	50.5%	49.5%	100.0%

Lampiran 2.3 Uji Normalitas

Descriptives

Descriptive Statistics					
	N	Skewness		Kurtosis	
		Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
Citra Tubuh	400	.034	.122	-.025	.243
Perilaku Diet	400	.051	.122	.338	.243
Valid N (listwise)	400				

Lampiran 2.4 Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Perilaku Diet * Citra Tubuh	Between Groups	(Combined)	104.119	12	8.677	1.412	.157
		Linearity	.109	1	.109	.018	.894
		Deviation from Linearity	104.009	11	9.455	1.539	.115
	Within Groups		2378.319	387	6.146		
	Total		2482.437	399			

Lampiran 2.5 Uji Korelasi *Product Moment Pearson*

Correlations

Correlations			
		Citra Tubuh	Perilaku Diet
Citra Tubuh	Pearson Correlation	1	.007
	Sig. (2-tailed)		.895
	N	400	400
Perilaku Diet	Pearson Correlation	.007	1
	Sig. (2-tailed)	.895	
	N	400	400



Lampiran 3.1 Surat Hasil Verifikasi Analisis Data



LABORATORIUM FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang 65144 Telp. 0341-464318

SURAT KETERANGAN

No: E.6.a/767/Lab-Psi/UMM/XI/2023

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Yang bertanda tangan dibawah ini Tim Divisi Psikometri Laboratorium Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Maulida Eka Sabrina
NIM : 201910230311181
Dosen Pembimbing : 1) Diana Savitri Hidayati, M.Psi
2)

Yang bersangkutan telah melakukan :

1. Verifikasi Analisa Data.
Hasil: Lulus /Perbaikan

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



Malang, 2 November 2023

Petugas Cek


Navy Tri Indah Sari, M.Si

Lampiran 3.2 Surat Hasil Cek Plagiasi



LABORATORIUM FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
 Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang 65144 Telp. 0341-464318

SURAT KETERANGAN

No: E.6.a/870/Lab-Psi/UMM/XII/2023

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Yang bertanda tangan dibawah ini Tim Divisi Psikometri Laboratorium Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Maulida Eka Sabrina
 NIM : 201910230311181
 Dosen Pembimbing : 1) Diana Savitri Hidayati, M.Psi
 2)

Yang bersangkutan telah melakukan :

1. Cek Plagiasi
 Hasil: Lulus/Perbaikan
 Dengan keterangan sebagai berikut:

No	Judul Skripsi	Batas Maksimal	Hasil
1	Citra Tubuh dan Perilaku Diet Pria Dewasa Awal	25%	17%

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.
Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Malang, 14 Desember 2023
 Petugas Cek

 Navy Tri Indah Sari, M.Si