

**HUBUNGAN *BODY DISSATISFACTION*
DENGAN PERILAKU DIET PADA REMAJA PUTRI
DI JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA FKIK ULM**

TUGAS AKHIR

Diajukan guna memenuhi sebagian syarat
untuk memperoleh derajat Sarjana Keperawatan
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat

Diajukan Oleh
Karimatun Nisa
2210913220018



**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
JURUSAN KEPERAWATAN
BANJARBARU**

Juli, 2026

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir

HUBUNGAN *BODY DISSATISFACTION* DENGAN PERILAKU DIET PADA REMAJA PUTRI DI JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA FKIK ULM

Dipersiapkan dan disusun oleh

Karimatun Nisa

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Pada tanggal 14 Juli 2026

Susunan Dewan Penguji

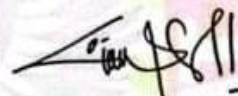
Pembimbing Utama



Windy Yuliana Budianto, S. Kep., Ns., M. Biomed

NIP. 199107252025062005

Ketua Penguji



Dr. Anggi Setyowati, S. Kep., Ns., M.Sc.

NIP. 198908302022032007

Pembimbing Pendamping



Rieh Firdausi, S. Kep., Ns., M. Kep.

NIP. 199406062022032021

Anggota Penguji



Sapariah Anggraini, S. Kep., Ns., M. Kep.

NIP. 198810042024062001

Karya Tulis ilmiah ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk
memperoleh gelar Sarjana Keperawatan



Dr. Herawati, S. Kep., Ns., M. Kep

Koordinator Program Studi Keperawatan

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan limpahan karunia dan rahmat-Nya sehingga penulisan skripsi berjudul “Hubungan *Body Dissatisfaction* dengan Perilaku Diet pada Remaja Putri di Jurusan Keperawatan Program Sarjana FKIK ULM” dapat diselesaikan sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan.

Penyusunan skripsi ini dilakukan sebagai salah satu persyaratan akademik dalam rangka meraih gelar Sarjana Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat. Penulis menyadari bahwa waktu merupakan aset yang sangat bernilai, sehingga semua orang yang telah meluangkan tenaga, pikiran, dan waktunya dalam membantu proses penyelesaian skripsi ini layak memperoleh rasa hormat serta ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISPH., FISCM. atas kesempatan serta fasilitas yang memungkinkan terselenggaranya skripsi ini.
2. Koordinator Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Dr. Herawati, S.Kep., Ns., M.Kep. yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.
3. Kedua dosen pembimbing, Ns. Windy Yuliana Budianto, S.Kep., M.Biomed. dan Ns. Rieh Firdausi, S.Kep., M.Kep, yang telah memberikan bimbingan serta masukan selama proses penyusunan tugas akhir ini dari awal sampai selesai.

4. Kedua dosen penguji, Dr. Anggi Setyowati, S.Kep., Ns., M.Sc. dan Ns. Sapariah Anggraini, S.Kep., M.Kep., atas masukan dan evaluasi yang diberikan sehingga penyusunan skripsi ini dapat disempurnakan.
5. Kepada orang tua tercinta dengan penuh cinta, kesabaran, dan doa yang tak pernah terputus senantiasa menemani setiap langkah, serta menjadi alasan utama penulis bertahan hingga tugas akhir ini dapat diselesaikan.
6. Saudari penulis, Meisha Ayu Ningtias S.Pd., Gr., yang selalu hadir memberi semangat dan menemani penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
7. Teman-teman seperjuangan yang telah bersama melalui setiap proses perkuliahan dari awal hingga tahap akhir, di mana saling menguatkan dan berbagi semangat serta motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.
8. Kepada seluruh responden, yang telah dengan sukarela meluangkan waktu dalam proses pengumpulan data pada penelitian ini.
9. Kepada Karimatun Nisa, selaku penulis karya ini. Terima kasih telah memilih untuk tetap melangkah meski keraguan sempat datang menghampiri. Terima kasih atas setiap perjuangan yang mungkin tidak banyak terlihat oleh orang lain namun tak pernah berhenti diperjuangkan. Adapun baik dan burukmu, telah menjadi bagian dari perjalanan hingga akhirnya bermuara pada titik penghujungnya. Hari ini, mari rayakan pencapaian kecil ini sebagai penutup dari satu babak perjalanan sekaligus awal dari petualangan baru yang dipenuhi harapan, keberanian, dan keberkahan dalam setiap ikhtiar yang akan ditempuh.
10. Kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah menjadi bagian dari perjalanan dan proses dari karya ini.

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam karya tulis ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 11 Juni 2026



Karimatun Nisa

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, karunia, serta ridho-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Hubungan *Body Dissatisfaction* dengan Perilaku Diet pada Remaja Putri di Jurusan Keperawatan Program Sarjana FKIK ULM” dengan baik. Penyusunan karya tulis ilmiah ini dilakukan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat.

Dalam proses penyusunan karya tulis ilmiah ini, penulis menyadari bahwa banyak pihak yang telah memberikan bantuan, dukungan, arahan, serta motivasi baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada kedua orang tua dan keluarga yang senantiasa memberikan doa, semangat, perhatian, dan dukungan selama proses penyusunan penelitian ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat, Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISPH., FISCM. beserta Koordinator Program Studi Keperawatan Dr. Herawati, S.Kep., Ns., M.Kep. yang telah memberikan kesempatan, fasilitas, dan dukungan selama penulis menjalani pendidikan dan proses penelitian. Ucapan terima kasih turut penulis sampaikan kepada Ns. Windy Yuliana Budianto, S.Kep., M.Biomed., selaku dosen pembimbing utama dan Ns. Rieh Firdausi, S.Kep., M.Kep., selaku dosen pembimbing pendamping yang dengan penuh kesabaran telah memberikan bimbingan, arahan, serta saran yang membangun sehingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada para dosen penguji yaitu Dr. Anggi Setyowati, S.Kep., Ns., M.Sc. dan Ns. Sapariah Anggraini, S.Kep., M.Kep., yang telah memberikan masukan, koreksi, kritik, dan saran demi penyempurnaan karya tulis ilmiah ini. Tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan berpartisipasi dalam penelitian ini, serta kepada seluruh pihak yang telah membantu dan mendukung proses penyusunan karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih memiliki keterbatasan dan jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan dan penyempurnaan karya tulis ilmiah ini di masa mendatang. Semoga karya tulis ilmiah ini dapat memberikan manfaat serta menjadi tambahan pengetahuan bagi perkembangan ilmu keperawatan.

ABSTRAK

HUBUNGAN *BODY DISSATISFACTION* DENGAN PERILAKU DIET PADA REMAJA PUTRI DI JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA FKIK ULM

Nisa, Karimatun

Latar Belakang: Remaja putri mengalami perubahan fisik yang dapat memengaruhi persepsi terhadap bentuk tubuh. Pada masa ini, perhatian terhadap penampilan cenderung meningkat sehingga standar tubuh ideal sering dijadikan acuan dalam menilai diri. Kondisi tersebut dapat menimbulkan *body dissatisfaction*. *Body dissatisfaction* dapat mendorong munculnya perilaku diet sebagai upaya mengontrol berat badan dan mencapai bentuk tubuh yang dianggap ideal.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan *body dissatisfaction* dengan perilaku diet pada remaja putri di Jurusan Keperawatan Program Sarjana Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* dengan sampel sebanyak 140 responden berusia 17-22 tahun. Data dikumpulkan menggunakan skala *body dissatisfaction* dan skala perilaku diet serta dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat *body dissatisfaction* pada kategori rendah (42,9%) dengan nilai rata-rata sebesar 82,60. Sementara itu, perilaku diet pada responden sebagian besar berada pada kategori sedang (65%) dengan nilai rata-rata sebesar 67,24. Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan nilai $p = 0,297$ ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *body dissatisfaction* dan perilaku diet.

Diskusi: *Body dissatisfaction* tidak menunjukkan keterkaitan dengan perilaku diet pada responden. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku diet tidak hanya dipengaruhi oleh *body dissatisfaction*, tetapi juga oleh faktor lain seperti pola makan, aktivitas fisik, pengetahuan gizi, dan lingkungan sosial.

Kata Kunci: *Body Dissatisfaction*, Perilaku Diet, Remaja Putri

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY DISSATISFACTION AND DIETING BEHAVIOR AMONG FEMALE ADOLESCENTS IN THE UNDERGRADUATE NURSING PROGRAM

Nisa, Karimatun

Background: Female adolescents experience physical changes that may influence their perception of body shape. During this period, concern about appearance tends to increase, and ideal body standards are often used as a reference for self-evaluation. This condition may lead to body dissatisfaction. Body dissatisfaction may encourage dieting behavior as an effort to control body weight and achieve a body shape that is perceived as ideal.

Objectives: This study aimed to analyze the relationship between body dissatisfaction and dieting behavior among female adolescents in the Undergraduate Nursing Program Faculty of Medicine and Health Sciences Lambung Mangkurat University.

Method: This study used a quantitative cross-sectional design with a sample of 140 respondents aged 17-22 years. Data were collected using the Body Dissatisfaction Scale and the Dieting Behavior Scale and analyzed using the Pearson correlation test.

Results: The results showed that most respondents had a low level of body dissatisfaction (42.9%) with a mean score of 82.60. Dieting behavior among respondents was mostly categorized as moderate (65%) with a mean score of 67.24. The Pearson correlation test showed a p-value of 0.297 ($p > 0.05$) indicating that there was no significant relationship between body dissatisfaction and dieting behavior.

Discussion: Body dissatisfaction was not associated with dieting behavior among the respondents. This finding suggests that dieting behavior is not only influenced by body dissatisfaction but also by other factors such as eating habits, physical activity, nutritional knowledge, and social environment.

Keywords: Body Dissatisfaction, Dieting Behavior, Female Adolescents

DAFTAR ISI

COVER.....	i
PENGESAHAN.....	ii
PERSEMBAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat bagi Peneliti.....	6
1.4.2 Manfaat bagi Responden.....	7
1.4.3 Manfaat bagi Institusi Pendidikan.....	7
1.4.4 Manfaat bagi Instansi Kesehatan.....	7
1.4.5 Manfaat bagi Peneliti Lain.....	7
1.5 Keaslian Penelitian.....	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	12
2.1 Konsep Remaja.....	12
2.1.1 Definisi Remaja.....	12
2.1.2 Klasifikasi Remaja.....	13
2.1.3 Tahap Perkembangan Remaja.....	13
2.1.4 Remaja Putri.....	15
2.2 Konsep Mahasiswi Keperawatan.....	16
2.3 Konsep Perilaku Diet.....	17

2.3.1	Definisi Perilaku Diet.....	17
2.3.2	Aspek Perilaku Diet.....	18
2.3.3	Klasifikasi Diet.....	19
2.3.4	Faktor yang Memengaruhi Perilaku Diet	20
2.3.5	Dampak Perilaku Diet	21
2.4	Konsep <i>Body Dissatisfaction</i>	23
2.4.1	Definisi <i>Body Dissatisfaction</i>	23
2.4.2	Aspek <i>Body Dissatisfaction</i>	25
2.4.3	Faktor yang Memengaruhi <i>Body Dissatisfaction</i>	27
2.5	Kerangka Teori	30
BAB 3	KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS.....	31
3.1	Kerangka Konsep	31
3.2	Hipotesis.....	33
BAB 4	METODE PENELITIAN	34
4.1	Rancangan Penelitian.....	34
4.2	Populasi dan Sampel	34
4.2.1	Populasi.....	34
4.2.2	Sampel	35
4.3	Instrumen Penelitian	37
4.3.1	Kuesioner A (Karakteristik Responden).....	37
4.3.2	Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	37
4.3.3	Skala Perilaku Diet.....	39
4.4	Variabel Penelitian	40
4.5	Definisi Operasional	41
4.6	Prosedur Penelitian.....	42
4.6.1	Tahap Persiapan	42
4.6.2	Tahap Pelaksanaan	43
4.7	Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data	44
4.7.1	Teknik Pengumpulan Data	44
4.7.2	Teknik Pengolahan Data	44
4.8	Analisis Data	46
4.8.1	Analisis Univariat.....	46
4.8.2	Analisis Bivariat.....	46
4.9	Tempat dan Waktu Penelitian	47
4.9.1	Tempat Penelitian	47

4.9.2	Waktu Penelitian	47
4.10	Etika Penelitian	47
BAB 5 HASIL PENELITIAN		50
5.1	Analisis Univariat.....	50
5.1.1	Karakteristik Responden Penelitian.....	50
5.1.2	<i>Body Dissatisfaction</i> pada Remaja Putri di Jurusan Keperawatan Program Sarjana FKIK ULM	52
5.1.3	Perilaku Diet pada Remaja Putri di Jurusan Keperawatan Program Sarjana FKIK ULM.....	54
5.2	Analisis Bivariat.....	56
5.2.1	Hasil Uji Normalitas.....	56
5.2.2	Hasil Uji Korelasi	56
BAB 6 PEMBAHASAN		59
6.1	Karakteristik Responden.....	59
6.1.1	Karakteristik Usia Responden	59
6.1.2	Karakteristik <i>Body Mass Index</i> Responden.....	60
6.1.3	Karakteristik Angkatan Responden	62
6.2	<i>Body Dissatisfaction</i> pada Remaja Putri di Jurusan Keperawatan Program Sarjana FKIK ULM	63
6.3	Perilaku Diet pada Remaja Putri di Jurusan Keperawatan Program Sarjana FKIK ULM.....	66
6.4	Hubungan <i>Body Dissatisfaction</i> dengan Perilaku Diet pada Remaja Putri di Jurusan Keperawatan Program Sarjana FKIK ULM	68
6.5	Keterbatasan Penelitian.....	72
BAB 7 PENUTUP		74
7.1	Kesimpulan	74
7.2	Saran.....	75
7.2.1	Bagi Peneliti	75
7.2.2	Bagi Responden.....	76
7.2.3	Bagi Institusi Pendidikan.....	76
7.2.4	Bagi Instansi Kesehatan	76
7.2.5	Bagi Peneliti Selanjutnya	76
DAFTAR PUSTAKA		78
LAMPIRAN		84

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi Diet.....	19
Tabel 4.1	Data Populasi Remaja Putri.....	34
Tabel 4.2	Kisi-Kisi Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	38
Tabel 4.3	Kisi-Kisi Skala Perilaku Diet.....	40
Tabel 4.4	Definisi Operasional.....	41
Tabel 5.1	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	50
Tabel 5.2	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan BMI.....	51
Tabel 5.3	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Tahun Angkatan..	51
Tabel 5.4	Deskripsi Skor Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	52
Tabel 5.5	Distribusi <i>Body Dissatisfaction</i> Berdasarkan Aspek.....	52
Tabel 5.6	Distribusi Frekuensi Kategori <i>Body Dissatisfaction</i>	53
Tabel 5.7	Deskripsi Skor Skala Perilaku Diet.....	54
Tabel 5.8	Distribusi Perilaku Diet Berdasarkan Aspek.....	54
Tabel 5.9	Distribusi Frekuensi Kategori Perilaku Diet.....	55
Tabel 5.10	Hasil Uji Normalitas <i>Body Dissatisfaction</i> dengan Perilaku Diet pada Remaja Putri di Jurusan Keperawatan Program Sarjana FKIK ULM.....	56
Tabel 5.11	Tabulasi Hubungan <i>Body Dissatisfaction</i> dengan Perilaku Diet pada Remaja Putri di Jurusan Keperawatan Program Sarjana FKIK ULM.....	57
Tabel 5.12	Hasil Uji Korelasi <i>Body Dissatisfaction</i> dengan Perilaku Diet pada Remaja Putri di Jurusan Keperawatan Program Sarjana FKIK ULM.....	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	30
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Biodata Peneliti
Lampiran 2	Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan
Lampiran 3	Permohonan Izin Penggunaan Instrumen
Lampiran 4	Lembar Penjelasan Penelitian
Lampiran 5	Lembar <i>Informed Consent</i>
Lampiran 6	Skala <i>Body Dissatisfaction</i>
Lampiran 7	Skala Perilaku Diet
Lampiran 8	Surat Pengantar <i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 9	<i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 10	Surat Keterangan Izin Penelitian
Lampiran 11	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 12	<i>Informed Consent</i> untuk Responden
Lampiran 13	Tabulasi Data Penelitian <i>Body Dissatisfaction</i>
Lampiran 14	Tabulasi Data Penelitian Perilaku Diet
Lampiran 15	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Hasil Pengolahan Data SPSS
Lampiran 16	Hasil Uji Normalitas
Lampiran 17	Hasil Uji Korelasi
Lampiran 18	Persentase Hasil pada Setiap Item dari Kedua Variabel
Lampiran 19	Persentase Hasil pada Setiap Aspek dari Kedua Variabel
Lampiran 20	Lembar Konsultasi Bimbingan Proposal
Lampiran 21	Lembar Konsultasi Bimbingan KTI Hasil
Lampiran 22	Keterangan Bebas Uji Plagiasi
Lampiran 23	Keterangan Lulus Uji Typo
Lampiran 24	Keterangan Lulus Uji Format