

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN PERILAKU DIET TIDAK SEHAT PADA DEWASA AWAL

SKRIPSI

Aurelia Kaulika Putri
20.E1.0297



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2025

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN PERILAKU DIET TIDAK SEHAT PADA DEWASA AWAL

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk Memenuhi
Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Aurelia Kaulika Putri
20.E1.0297



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2025

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN PERILAKU DIET TIDAK SEHAT PADA DEWASA AWAL

Oleh:

Aurelia Kaulika Putri
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan perilaku diet tidak sehat pada dewasa awal. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “terdapat hubungan negatif antara *body image* dengan perilaku diet tidak sehat.” Subjek pada penelitian ini adalah dewasa awal yang berusia 18-40 tahun dengan jumlah responden keseluruhan sebanyak 170 dewasa awal. Data diambil dengan Skala Perilaku Diet dan Skala *Body Image*. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *accidental sampling*. Uji hipotesis menggunakan teknik korelasi analisis *Pearson Product Moment* dan diperoleh hasil $r_{xy} = -0,299$ dengan taraf signifikansi $p = 0,001$ ($p < 0,01$). Sehingga hipotesis diterima dengan penjelasan “terdapat hubungan negatif antara *body image* dengan perilaku diet tidak sehat.”

Kata kunci: *body image*, dewasa awal, perilaku diet tidak sehat

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE AND UNHEALTHY
DIETARY BEHAVIOR IN EARLY ADULthood

By:

Aurelia Kaulika Putri
Faculty of Psychology, Soegijapranata Catholic University

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between body image and unhealthy diet behavior in early adulthood. The hypothesis proposed in this study is "there is a negative relationship between body image and unhealthy diet behavior." The subjects in this study were early adults aged 18-40 years with a total of 170 responders. Data were taken with the Dietary Behavior Scale and Body Image Scale. Sampling was done by accidental sampling technique. Hypothesis testing using Pearson Product Moment correlation analysis technique and the results obtained $r_{xy} = -0.299$ with a significance level of $p = 0.001$ ($p < 0.01$). So that the hypothesis is accepted with the explanation "there is a negative relationship between body image and unhealthy diet behavior."

Keywords: body image, early adulthood, unhealthy diet behavior