



**HUBUNGAN *BODY COMPARISON* TERHADAP *IDOL K-POP*  
DENGAN PERILAKU MAKAN TIDAK SEHAT PADA  
REMAJA PUTRI DI JAKARTA**

**SKRIPSI**

**IRFANTY AYU WIDHIANJANI**

**1610714073**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA  
2020**



**HUBUNGAN *BODY COMPARISON* TERHADAP *IDOL K-POP*  
DENGAN PERILAKU MAKAN TIDAK SEHAT PADA  
REMAJA PUTRI DI JAKARTA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Gizi**

**IRFANTY AYU WIDHIANJANI**

**1610714073**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA  
2020**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Irfanty Ayu Widhianjani

NRP : 1610714073

Tanggal : 13 Juli 2020

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 13 Juli 2020

Saya Menyatakan,



Irfanty Ayu Widhianjani

## **PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Irfanty Ayu Widhianjani  
NRP : 1610714073  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Gizi Program Sarjana

Demi mengembangkan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**“HUBUNGAN *BODY COMPARISON* TERHADAP *IDOL K-POP* DENGAN  
PERILAKU MAKAN TIDAK SEHAT PADA REMAJA PUTRI DI  
JAKARTA”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 13 Juli 2020

Yang menyatakan,



Irfanty Ayu Widhianjani

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Irfanty Ayu Widhianjani  
NRP : 1610714073  
Program Studi : Gizi Program Sarjana  
Judul Skripsi : Hubungan *Body Comparison* Terhadap *Idol K-Pop* dengan Perilaku Makan Tidak Sehat pada Remaja Putri di Jakarta.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



Luh Desi Puspareni, S.T.Gizi, M.Gizi  
Ketua Penguji



Dian Luthfiana Sufyan, S.Gz, M.Gizi  
Penguji II (Pembimbing)



Muh. Nur Hasan Syah, S.Gz., M.Kes  
Penguji I



Taufik Maryusman, S.Gz, M.Pd, M.Gizi  
Ka. Prodi Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 13 Juli 2020

# HUBUNGAN *BODY COMPARISON* TERHADAP *IDOL K-POP* DENGAN PERILAKU MAKAN TIDAK SEHAT PADA REMAJA PUTRI DI JAKARTA

Irfanty Ayu Widhianjani

## Abstrak

Masa remaja merupakan masa peralihan menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, kejiwaan serta kognitif. Mayoritas dari remaja putri memperhatikan bentuk tubuhnya dan membandingkannya dengan panutannya, seperti idol K-Pop. Beberapa remaja putri tersebut ada yang berupaya untuk terlihat seperti idola mereka dengan merubah perilaku makannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *body comparison* terhadap *idol K-Pop* dengan perilaku makan tidak sehat (*restraint eating*, *emotional eating* dan *external eating*) pada remaja putri di Jakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan jenis metode *nonprobability sampling* yaitu *volunteer sampling* melalui sosial media twitter kepada 222 remaja putri dengan uji *chi-square*. Instrumen penelitian *body comparison* menggunakan *Body Comparison Scale (BCS)* dan perilaku makan tidak sehat menggunakan *Dutch Eating Behaviour Questionnaire (DEBQ-32)*. Hasil analisis menunjukkan bahwa *body comparison* terhadap *idol K-pop* tidak memiliki hubungan bermakna dengan jumlah *restraint eating* sebanyak 116 responden (52,3%) ( $p=0,286$ ), jumlah *emotional eating* sebanyak 119 responden (53,6%) ( $p=0,780$ ) dan jumlah *external eating* sebanyak 116 responden (53,6%) ( $p=0,286$ ). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara *body comparison* dengan idol K-pop terhadap *restraint eating*, *emotional eating*, dan *external eating* pada remaja putri di Jakarta.

**Kata Kunci** : Remaja Putri, *Body Comparison*, *Idol K-Pop*, *Restraint Eating*, *Emotional Eating*, *External Eating*.

# **RELATIONSHIP BETWEEN BODY COMPARISON TOWARD K-POP IDOL WITH UNHEALTHY EATING BEHAVIOR IN FEMALE ADOLESCENTS IN JAKARTA**

**Irfanty Ayu Widhianjani**

## **Abstract**

Adolescence is a transition to adulthood that is marked by physical, psychological and cognitive changes. The majority of young women pay attention to their body shapes and compare them with their role models, such as K-Pop idols. Some of these young women try to look like their idols by changing their eating behavior. This study aims to determine the relationship of body comparison toward K-Pop idols with unhealthy eating behavior (restraint eating, emotional eating and external eating) in female adolescents in Jakarta. This research uses a quantitative approach with cross sectional design. The sampling technique uses a type of nonprobability sampling method that is volunteer sampling through social media twitter to 222 female adolescents using the chi-square test. The body comparison research instrument uses the Body Comparison Scale (BCS) and unhealthy eating behavior using the Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ-32). The analysis showed that body comparison with K-pop idols did not have a significant relationship with total 116 respondents restraint eating (52.3%) ( $p = 0.286$ ), total 119 respondents emotional eating (53.6%) ( $p = 0.780$ ) and total 116 respondents external eating (53.6%) ( $p = 0.286$ ). This shows that there is no relationship between body comparison with K-pop idols on restraint eating, emotional eating, and external eating in female adolescents in Jakarta.

**Keywords** : Female Adolescents, Body Comparison, Kpop Idol, Restraint Eating, Emotional Eating, External Eating.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah “Hubungan *Body Comparison* Terhadap *Idol K-Pop* dengan Perilaku Makan Tidak Sehat pada Remaja Putri di Jakarta”. Pengerjaan Skripsi ini dilakukan guna memenuhi salah satu persyaratan kelulusan Program Studi Gizi Program Sarjana. Terima kasih kepada Bapak Taufik Maryusman, S.Gz, M.Pd, M.Gizi selaku Kepala Program Studi Gizi Program Sarjana Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Terima kasih penulis ucapkan kepada Ibu Dian Luthfiana Sufyan, S.Gz. M.Gizi selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan waktu, saran, bimbingan dan motivasi bagi penulis, serta Bapak Muh. Nur Hasan Syah, S.Gz., M.Kes selaku dosen pembimbing II dan Ibu Luh Desi Puspareni, S.T,Gizi. M.Gizi selaku ketua penguji.

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada kedua orang tua Amrih Priyo Widodo (Papa), Budi Edhiati (Mama), dan Hadrian Irfandy Widhitama (Kakak) serta saudara yang tidak henti-hentinya memberikan penulis semangat dan doa. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada Septa, Nida, Aisah, Jasmine, Arruum yang telah mendukung saya, terima kasih juga kepada Amira dan Intan yang selalu memotivasi dan mendengar keluh kesah penulis serta teman-teman lain yang telah membantu memberi dukungan dan terima kasih pula kepada X1, DAY6 dan Stray Kids yang telah memberikan dukungan moril serta telah banyak membantu dalam penulisan skripsi ini.

Jakarta, 13 Juli 2020

Penulis

Irfanty Ayu Widhianjani



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
ABSTRAK .....	ii
ABSTRACT .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	5
I.3 Tujuan Penelitian .....	5
I.4 Manfaat Penelitian .....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	8
II.1 Remaja .....	8
II.2 <i>Body Comparison</i> .....	13
II.3 <i>Idol K-Pop</i> .....	14
II.4 Perilaku Makan Tidak Sehat .....	15
II.5 Status Gizi.....	17
II.6 Matriks Penelitian Terdahulu .....	19
II.7 Kerangka Teori .....	22
II.8 Kerangka Konsep.....	22
II.9 Hipotesis .....	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	24
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian .....	24
III.2 Desain Penelitian.....	24
III.3 Populasi dan Sampel .....	24
III.4 Pengumpulan Data .....	26
III.5 Etik Penelitian .....	30
III.6 Definisi Operasional.....	30
III.7 Analisis Data .....	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	34
IV.1 Gambaran Umum Lokasi.....	34
IV.2 Validitas Kuesioner .....	35
IV.3 Reliabilitas Kuesioner.....	36
IV.4 Analisis Normalitas .....	37
IV.5 Analisis Univariat .....	38
IV.6 Analisis Bivariat.....	42

IV.7 Keterbatasan dalam Penelitian.....	46
BAB V PENUTUP.....	47
V.1 Kesimpulan.....	47
V.2 Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA.....	49
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Matriks Penelitian Terdahulu .....	19
Tabel 2	Definisi Operasional.....	30
Tabel 3	Validitas <i>Body Comparison Scale</i> .....	35
Tabel 4	Reliabilitas <i>Body Comparison Scale</i> .....	35
Tabel 5	Hasil Uji Normalitas Data .....	37
Tabel 6	Rekapitulasi Hasil Analisis Univariat .....	38
Tabel 7	Hasil Data Kuesioner <i>Body Comparison Scale</i> .....	40
Tabel 8	Hasil Analisis Bivariat <i>Body Comparison – Restraint Eating</i> .....	42
Tabel 9	Hasil Analisis Bivariat <i>Body Comparison – Emotional Eating</i> .....	44
Tabel 10	Hasil Analisis Bivariat <i>Body Comparison – External Eating</i> .....	45

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori .....	22
Gambar 2	Kerangka Konsep .....	22
Gambar 3	Alur Pengumpulan Data .....	28

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Keterangan <i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 2	Kartu Monitor
Lampiran 3	Penjelasan
Lampiran 4	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 5	Karakteristik Responden
Lampiran 6	Kuesioner <i>Body Comparison Scale</i> (BCS)
Lampiran 7	Kuesioner <i>Restraint Eating</i> (DEBQ)
Lampiran 8	Kuesioner <i>Emotional Eating</i> (DEBQ)
Lampiran 9	Kuesioner <i>External Eating</i> (DEBQ)
Lampiran 10	Hasil Analisis Validitas dan Reliabilitas
Lampiran 11	Hasil Analisis Normalitas
Lampiran 12	Hasil Analisis Univariat
Lampiran 13	Hasil Analisis Bivariat
Lampiran 14	Dokumentasi
Lampiran 15	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 16	Hasil Turnitin