

**PREDIKTOR *HEALTH BELIEF MODEL* (HBM) TERHADAP
INTENSI KEPATUHAN DIET PADA REMAJA YANG
MENGALAMI OBESITAS**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Universitas Airlangga Surabaya**

**DISUSUN OLEH
MUFIDA NUR ISNAINIA
NIM. 110911154**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2013**

SURAT PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang telah saya susun ini merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam skripsi yang saya peroleh dari hasil karya tulis orang lain, telah saya tuliskan sumbernya dengan jelas, sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah.

Apabila pada kemudian hari ditemukan adanya tindakan plagiasi dalam skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang telah saya sandang, beserta dengan segala konsekuensi sesuai dengan peraturan perundangan yang berlaku.

Surabaya, 11 Juli 2013

Penulis

Mufida Nur Isnainia

NIM. 110911154

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui oleh
Dosen Pembimbing Penulisan Skripsi

Triana Kesuma Dewi, S.Psi., M.Sc.

NIP. 198301022006042001

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan dewan penguji pada hari Kamis,
tanggal 11 Juli 2013 dengan susunan Dewan Penguji

Ketua,

Dra. Woelan Handadari, M.Si
NIP. 195205091986012001

Sekretaris,

Anggota,

Margaretha, S.Psi., G.Dip., Psych., M.Sc
NIP. 198010072005012003

Triana Kesuma Dewi S.Psi., M.Sc
NIP. 198301022006042001

MOTTO

Hidup adalah pilihan dan bahagia juga pilihan

Tersenyum adalah salah satu cara untuk bahagia 😊

Cinta butuh keikhlasan

Life must go on

Innallaaha Ma'ana

HALAMAN PERSEMBAHAN

Seluruh rasa dan karsa yang tertumpah dalam perjuangan ini semoga membuat kalian bangga. Umi, Abi, Mas, Ayos dan Mbah yang selalu menguatkanmu. Semoga Allah selalu menyayangimu.

Bahagiaku saat melihatmu tersenyum bahagia

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya yang tak terhingga dan sholawat serta salam kepada Nabi Muchammad SAW sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Prediktor *Health Belief Model* (HBM) terhadap Intensi Kepatuhan Diet pada Remaja yang Mengalami Obesitas” sebagai salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana Psikologi Universitas Airlangga Surabaya. Penulis menyadari tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak, skripsi ini tidak akan berjalan lancar. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Seger Handoyo, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga yang telah memberikan bimbingan dan dukungan selama penulis belajar di Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
2. Ibu Triana Kesuma Dewi, S.Psi., M.Sc selaku dosen pembimbing skripsi yang tak henti-hentinya memberi bimbingan dan dukungan bahkan disaat asa itu mulai menghilang.
3. Bapak Fathoni Budiharjo, S.Psi., dan Bapak Dr. Muhammad Ghazali Ani Putra, Psi. sebagai dosen pembimbing akademik.
5. Ibu Nurul Hartini, S.Psi., M.Kes, Bapak Ilham Nur Alfian, M.Psi., Ibu Ika Yuniar Cahyanti, M.Psi, Ibu Aryani Tri Wrastari, S.Psi., M.Ed (ReAssEv), Bapak Rudi Cahyono, M.Psi., Ibu Rizqy Amelia Zein, S.Psi. dan Ibu Meta Zahro Aurelia, S.Psi, M.Sc. terima kasih atas bimbingan dan dukungan selama penulis belajar di Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.

6. Ummi (Siti Khusniah), Abi (Syamsul Ma'arif), Mas (Muchammad Mufid), Ayos (Muchammad Machrus Arif) semoga aku bisa membahagiakan kalian suatu saat nanti.
7. Bapak, Emak dan segenap keluarga yang selalu mendukung perjuanganku dan membuat selalu tersenyum.
8. Beastudi Etos dan Beasiswa Bakti BCA yang telah memberikan beasiswa saya bisa melanjutkan studi dengan lancar. Keluarga besar beastudi Etos, D'Briellians, kalian adalah keluargaku yang telah banyak menginspirasi terutama Ella dan Hana. Aku sayang kalian.
9. Teman-teman BEM UNAIR 2010, INSIGTH Psikologi, SKI Psikologi, BLM Psikologi 2012, magangers UPP UNAIR dan teman-teman KKN Tematik Perak Timur banyak pelajaran yang kudapat dari kalian.
10. Seluruh dosen, karyawan dan keluarga besar Fakultas Psikologi Universitas Airlangga atas bantuannya selama ini.
11. Yang selalu ada buatku, Mami (Evi), Riki, Fatin, Elok terima kasih telah mewarnai hari-hariku dan "yang tak terlihat" akan selalu kuingat.
12. Phy, terima kasih telah memaksaku untuk menyelesaikan semuanya, semoga menjadi pelengkap suatu hari nanti.
13. Pihak-pihak yang membantu terselesaikannya tulisan ini serta semua yang kusayang dan menyayangiku.

Surabaya, Juli 2013

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	10
1.3 Batasan Masalah.....	12
1.3.1 Obesitas.....	12
1.3.2. Remaja.....	13
1.3.3. Intensi Kepatuhan Diet.....	13
1.3.4. <i>Health Belief Model</i> (HBM).....	13
1.4 Rumusan Masalah.....	13
1.5 Tujuan Penelitian.....	14
1.6 Manfaat Penelitian.....	14
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	14
1.6.2 Manfaat Praktis.....	14
BAB II LANDASAN TEORI	15
2.1 Remaja.....	15
2.1.1 Pengertian Remaja.....	15
2.1.2 Proses Perubahan Masa Remaja.....	16

2.1.3 Tugas Perkembangan Remaja.....	18
2.1.4 Pembagian Masa Remaja dan Ciri-ciri Perkembangan.....	19
2.2 Obesitas.....	21
2.2.1 Definisi Obesitas.....	21
2.2.2 Jenis-jenis Obesitas.....	21
2.2.3 Faktor Penyebab Obesitas.....	23
2.2.4 Dampak Obesitas.....	24
2.2.5 Cara Mengukur Obesitas.....	25
2.3 Intensi Kepatuhan Diet.....	26
2.3.1 Pengertian Kepatuhan.....	26
2.3.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan.....	27
2.3.3 Faktor-Faktor yang Mendukung Kepatuhan.....	30
2.3.4 Pendekatan Praktis untuk Meningkatkan Kepatuhan.....	31
2.3.5 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Ketidakpatuhan.....	32
2.3.6 Cara-cara Melakukan Diet.....	33
2.3.7 Pengertian Intensi Kepatuhan Diet.....	34
2.3.8 Komponen-komponen yang Membentuk Intensi.....	35
2.4 <i>Health Belief Model</i> (HBM).....	36
2.4.1 Pengertian <i>Health Belief Model</i>	36
2.4.2 Prediktor <i>Health Belief Model</i>	38
2.5 Hubungan antara <i>Health Belief Model</i> dan Kepatuhan Diet pada Remaja yang mengalami Obesitas.....	40
2.6 Kerangka Konseptual.....	43
2.7 Hipotesis Penelitian.....	44
BAB III METODE PENELITIAN.....	45
3.1 Tipe Penelitian.....	45
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	45
3.2.1 Variabel Bebas (X).....	46
3.2.2 Variabel Terikat (Y).....	46
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	47
3.3.1 <i>Health Belief Model</i>	47

3.3.2 Intensi Kepatuhan Diet.....	48
3.4 Subjek Penelitian.....	49
3.4.1 Populasi.....	49
3.4.2 Sampel.....	50
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	52
3.5.1 Instrumen Pengumpulan Data.....	52
3.6 Validitas dan Reabilitas.....	57
3.6.1 Validitas Alat Ukur.....	57
3.6.2 Reliabilitas Alat Ukur.....	63
3.7 Teknik Analisis Data.....	65
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	67
4.1 Gambaran Subjek Penelitian.....	67
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	67
4.1.2 Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	68
4.2 Pelaksanaan Penelitian.....	69
4.2.1 Persiapan Pengambilan Data.....	69
4.2.2 Penyusunan Instrumen Penelitian.....	70
4.2.3 Persiapan Administrasi.....	73
4.2.5 Pengambilan Data.....	73
4.3 Hasil Penelitian.....	75
4.3.1 Analisis Statistik Deskriptif.....	75
4.4 Uji Asumsi.....	85
4.4.1 Uji Normalitas.....	85
4.4.2 Uji Multikolinieritas.....	86
4.4.3 Uji Homoskedaisitas.....	87
4.4.4 Analisis Uji Regresi.....	88
4.5 Pembahasan.....	92
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	99
5.1 Kesimpulan.....	99
5.2 Saran.....	99
5.2.1 Saran Bagi Penelitian Selanjutnya.....	99

5.2.2 Saran Bagi Remaja yang Mengalami Obesitas.....	100
5.2.3 Saran Untuk Orang-Orang Di Sekitar Remaja yang Mengalami Obesitas.....	101
5.2.4 Saran Untuk Profesional.....	101
Daftar Pustaka.....	102
LAMPIRAN	106
Lampiran 1: Data Kasar.....	107
Lampiran 2: Kategorisasi Variabel.....	123
Lampiran3: Uji Reliabilitas.....	130
Lampiran 4: Uji Normalitas dan Uji Homoeskedaisitas	148
Lampiran 5: Uji Multikolinieritas.....	150
Lampiran 6: Uji Regresi Berganda.....	153
Lampiran 7: Kuesioner	154
Lampiran 8: <i>Professional Judgement</i>	161

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi IMT (WHO,2000).....	26
Tabel 3.1 <i>Blue Print</i> Prediktor HBM.....	54
Tabel 3.2 <i>Blue Print Attitude Toward Treatment Adherence Questionnaire</i> ..	56
Tabel 3.3 <i>Professional Judgment</i>	59
Tabel 3.4 <i>Blue Print</i> Skala Prediktor HBM Setelah Analisis Aitem.....	61
Tabel 3.5 <i>Blue Print</i> Skala Intensi Kepatuhan Diet Setelah Analisis Aitem.	62
Tabel 3.6 Reliabilitas masing-masing prediktor.....	63
Tabel 3.17 Reliabilitas Skala Intensi Kepatuhan Diet.....	64
Tabel 4.1. Karakteristik demografis sampel penelitian.....	68
Tabel 4.2 Statistik Deskriptif.....	75
Tabel 4.3 Norma Kategorisasi Variabel.....	79
Tabel 4.4 Norma kategorisasi masing-masing variabel.....	79
Tabel 4.5 Kategorisasi Subyek Berdasarkan penormaan.....	80
Tabel 4.6 Prosentase Kategori Intensi Kepatuhan Diet.....	81
Tabel 4.7 Prosentase Kategori <i>Perceived susceptibility</i>	82
Tabel 4.8 Prosentase Kategori <i>Perceived severity</i>	83
Tabel 4.9 Prosentase Kategori <i>Perceived barriers</i>	83
Tabel 4.10 Prosentase Kategori <i>Perceived benefits</i>	84
Tabel 4.11 Prosentase Kategori <i>Cues to action</i>	84
Tabel 4.12 Prosentase Kategori <i>Health motivation</i>	85
Tabel 4.13 Nilai <i>Standardized Residual</i> dan <i>Mahalanobis Distance</i>	86
Tabel 4.14 Tabel Nilai <i>Collinearity Statistic</i>	86
Tabel 4.15 Koefisien Korelasi masing-masing Prediktor.....	88
Tabel 4.16 Besar Kontribusi Tiap Prediktor terhadap Variabel Depeden.....	90
Tabel 4.17 Persamaan Regresi.....	91
Tabel 4.17 Nilai Koefisien Determinasi.....	92

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Komponen <i>Health Belief Model</i>	35
Gambar 2.2. Kerangka Konseptual Penelitian.....	43
Gambar 3.1 Skema Hubungan Antar Variabel.....	46
Gambar 4.1 Grafik normal <i>P-Plots</i>	87

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Data Kasar.....	107
Lampiran 2: Kategorisasi Variabel.....	123
Lampiran3: Uji Reliabilitas.....	130
Lampiran 4: Uji Normalitas dan Uji Homoeskedaisitas	148
Lampiran 5: Uji Multikolinieritas.....	150
Lampiran 6: Uji Regresi Berganda.....	153
Lampiran 7: Kuesioner	154
Lampiran 8: <i>Professional Judgement</i>	161