

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA FAKTOR INTERNAL DAN  
EKSTERNAL DENGAN PERILAKU MENDAPATKAN  
BENTUK TUBUH IDEAL PADA MAHASISWI  
UNIVERSITAS AIRLANGGA**



FKM 41/08

Era  
h

Oleh :

**FEBRIANA RETNA ERAWATI**  
**NIM 100411483**

**UNIVERSITAS AIRLANGGA**  
**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**  
**SURABAYA**  
**2008**

## ABSTRACT

In effort to get the ideal body posture, many females especially teenagers, live unhealthy lifestyle which triggers medical conditions such as anorexia, bulimia nervosa, and anemia. Because of this, the factors causing them to do such lifestyle need to be explored.

The purpose of this research is to analyze internal and external factors i.e. resource, personal freedom, knowledge, attitude, reference group, access to information and intention. These factors will be combined with dependent variables i.e. student's behavior in getting the ideal, consisting of the student's diet and exercise routine.

Data were gathered using cross sectional method to the respondents consisting of female students from the 11 faculties of Universitas Airlangga, which samples was taken by simple random sampling technique amounted to 89 respondents. Whereas data was analyzed by Spearman correlation for data in ordinal scale, and Chi-square for data in nominal scale.

The research indicates that there are connections between resource with diet, attitude with diet, reference group with diet, personal freedom with exercise routine, knowledge with exercise routine, attitude with exercise routine, intention with exercise routine, and access to information with exercise routine. The research also indicates that there are no connections between personal freedom with diet, knowledge with diet, intention with diet, access to information with diet, resource with exercise routine, and reference group to exercise routine.

From these result it could be inferred that health promotion programs need to be utilized to increase female students' knowledge, access to information, intention, and attitude towards ideal body posture. Existing resources also need to be managed so it could be used more optimal.

*Keywords : internal and external factors, behaviour, ideal body posture, female students*

## ABSTRAK

Banyaknya perilaku yang salah pada perempuan, terutama remaja putri dalam mendapatkan bentuk tubuh ideal menyebabkan banyak terjadi kasus kesehatan seperti anoreksia, bulimia nervosa dan anemia. Oleh karena itu perlu ditelusuri faktor-faktor yang mendasari terbentuknya perilaku tersebut.

Penelitian yang dilakukan adalah untuk menganalisis faktor internal dan eksternal yaitu sumberdaya, kebebasan pribadi, pengetahuan, sikap, kelompok acuan, akses informasi, dan niat dengan variabel terikat yang terdiri dari perilaku mahasiswi dalam mendapatkan bentuk tubuh ideal melalui pola makan dan tindakan olahraga.

Pengambilan data dilakukan dengan metode *cross sectional* pada mahasiswi dari 11 fakultas di Universitas Airlangga. Yang mana digunakan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*, sehingga diperoleh 89 responden sebagai sampel. Sedangkan analisis data menggunakan korelasi spearman untuk data yang berskala ordinal dan *chi-square* untuk data yang berskala nominal.

Dari hasil penelitian diperoleh bahwa ada hubungan antara: sumberdaya dengan pola makan, sikap dengan pola makan, kelompok acuan dengan pola makan, kebebasan pribadi dengan tindakan olahraga, pengetahuan dengan tindakan olahraga, sikap dengan tindakan olahraga, niat dengan tindakan olahraga, akses informasi dengan tindakan olahraga. Sementara itu juga diketahui tidak ada hubungan antara: kebebasan pribadi dengan pola makan, pengetahuan dengan pola makan, niat dengan pola makan, akses informasi dengan pola makan, sumberdaya dengan olahraga, kelompok acuan dengan tindakan olahraga.

Dengan demikian diperlukan pemanfaatan promosi kesehatan kepada mahasiswi untuk meningkatkan pengetahuan, akses informasi, niat dan sikap mahasiswi terhadap bentuk tubuh ideal, serta penyiasatan sumberdaya yang ada agar bisa dimanfaatkan dengan lebih maksimal.

**Kata kunci:** faktor internal dan eksternal, perilaku, tubuh ideal, mahasiswi.