

**TINGKAT PENGETAHUAN, MOTIVASI, DAN RUTINITAS  
KONSUMEN TERHADAP PENGGUNAAN PRODUK HERBAL  
PELANGSING TUBUH**

**SKRIPSI**



Oleh:  
**Alya Imara Aji**  
NIM: 1800023250

**FAKULTAS FARMASI  
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN  
YOGYAKARTA  
2023**

**TINGKAT PENGETAHUAN, MOTIVASI, DAN RUTINITAS  
KONSUMEN TERHADAP PENGGUNAAN PRODUK HERBAL  
PELANGSING TUBUH**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat dalam  
Mencapai derajat Sarjana Farmasi (S.Farm.)  
Program Studi Sarjana Farmasi  
Universitas Ahmad Dahlan  
Yogyakarta**

Oleh:

**Alya Imara Aji**

1800023250

**FAKULTAS FARMASI  
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN  
YOGYAKARTA  
2023**

## PENGESAHAN SKRIPSI

Berjudul

### TINGKAT PENGETAHUAN, MOTIVASI, DAN RUTINITAS KONSUMEN TERHADAP PENGGUNAAN PRODUK HERBAL PELANGSING TUBUH

Oleh:

**Alya Imara Aji**  
1800023250

Dipertahankan di hadapan Panitia Penguji Skripsi  
Fakultas Farmasi Universitas Ahmad Dahlan  
Pada tanggal : 6 Maret 2023

Mengetahui  
Fakultas Farmasi  
Universitas Ahmad Dahlan

Pembimbing Utama



Adnan, M.Sc., Apt.



Dekan



Dr. apt. Iis Wahyuningsih, M.Si.

Penguji :

1. Adnan, M.Sc., Apt.
2. Dr. dr. Akrom, M.Kes.
3. apt. Muh. Muhlis, Sp.FRS



## PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

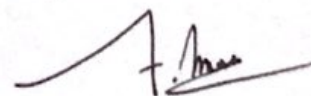
Nama : Alya Imara Aji  
NIM : 1800023250  
Fakultas : Farmasi Program Studi: S-1 Farmasi  
Judul tugas akhir : Tingkat Pengetahuan, Motivasi, dan Rutinitas  
Konsumen Terhadap Penggunaan Produk Herbal  
Pelangsing Tubuh

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan baik di Universitas Ahmad Dahlan maupun di institusi pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan saduran/terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan, dan hasil pelaksanaan penelitian/implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan disetujui oleh pembimbing.
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Ahmad Dahlan.

Yogyakarta, 20 Juni 2023



Alya Imara Aji

## PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

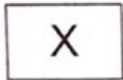
Nama : Alya Imara Aji

NIM : 1800023250

Fakultas : Farmasi Program Studi: S-1 Farmasi

Judul tugas akhir : Tingkat Pengetahuan, Motivasi, dan Rutinitas Konsumen  
Terhadap Penggunaan Produk Herbal Pelangsing Tubuh

Dengan ini saya menyerahkan hak sepenuhnya kepada Pusat Sumber Belajar Universitas Ahmad Dahlan untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dnegan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut:



Saya mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Pusat Sumber Belajar Universitas Ahmad Dahlan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Yogyakarta, 20 Juni 2023

Mengetahui,

Pembimbing



Adnan, M.Sc., Apt.

Mahasiswa



Alya Imara Aji

## PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Rasulullah ﷺ bersabda: “Siapa yang menempuh jalan untuk mencari ilmu, maka Allah akan memudahkan baginya jalan menuju surga.” (HR. Muslim).

Diriwayatkan oleh Imam Ahmad. Rasulullah ﷺ bersabda: “Barangsiapa yang hendak menginginkan dunia, maka hendaklah ia menguasai ilmu. Barangsiapa menginginkan akhirat hendaklah ia menguasai ilmu, dan barangsiapa yang menginginkan keduanya (dunia dan akhirat) hendaklah ia menguasai ilmu.”

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

Almamater saya Fakultas Farmasi  
Universitas Ahmad Dahlan

Abi dan Ummi tercinta,  
Kedua adik laki-lakiku tersayang,  
Dan diriku sendiri

*Yang selalu berusaha untuk selalu bangkit dan terus berjalan walau lambat.  
Terima kasih atas upaya untuk sampai garis akhir pada apapun yang sudah  
dimulai walaupun harus terjun ke lubang yang dalam berkali-kali.*

## KATA PENGANTAR

**Assalamu'alaikum Wr.Wb.**

Alhamdulillah Robbil alamin, segala puji bagi Allah atas ridhanya saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Adapun judul skripsi yang saya ajukan berjudul “Tingkat Pengetahuan, Motivasi, dan Rutinitas Konsumen Terhadap Penggunaan Produk Herbal Pelangsing Tubuh”. Skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana pada Proogram Studi Farmasi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.

Penulis tidak dapat menyangkal bahwa membutuhkan motivasi, semangat, dan usaha yang keras dalam penyelesaian penyusunan skripsi ini. Namun, karya ini tidak akan selesai tanpa bantuan orang-orang disekeliling saya yang terus mendukung dan membantu. Terima kasih saya sampaikan kepada:


1. Pak Adnan, M.Sc., Apt. selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberi arahan, bimbingan, dan pencerahan selama penyusunan skripsi.
2. Dr. dr. Akrom, M.Kes selaku dosen penguji 1 yang telah memberikan pengarahan, saran, dan koreksi dalam pengerjaan skripsi.
3. Apt. M. Muhlis, Sp.FRS selaku dosen penguji 2 yang telah memberikan pengarahan, saran, dan koreksinya dalam pengerjaan skripsi.
4. Dr. apt. Wahyu Widyaningsih, M.Si., selaku dosen pembimbing akademik yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan arahan, saran, dan motivasi selama proses perkuliahan.
5. Terakhir temanku Muthia Aqilla Ganda Putri, Nabilla Syifa, Alifia Diyah Kurniasari, Afifah Agustin, dan Rizki Halalia yang selalu meluangkan waktunya untuk memberikan arahan, saran, dan dukungannya selama pengerjaan skripsi ini.

Akhir kalimat, penulis memohon maaf atas berbagai kesalahan yang pernah penulis lakukan serta berterima kasih atas kepedulian semua pihak yang turut andil dalam penyelesaian skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu kritik dan saran sangat penulis

harapkan untuk menambah nilai manfaat dari skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat serta dapat menambah pengetahuan dan wawasan pembaca.

**Wassalamualaikum, Wr.Wb.**

Yogyakarta, 20 Juni 2023



Alya Imara Aji



## DAFTAR ISI

PENGESAHAN SKRIPSI .....	iii
PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT .....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES .....	v
PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
INTISARI.....	xiv
ABSTRACT.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
D. Kegunaan Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	2
A. Kajian Teori .....	2
1. Pengetahuan.....	2
2. Motivasi.....	9
3. Rutinitas.....	10
4. Produk Herbal Pelangsing Tubuh.....	12
B. Hasil Penelitian yang Relevan .....	19
C. Kerangka Berpikir.....	21
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
A. Jenis dan Rancangan Penelitian .....	22
B. Populasi.....	22
C. Sampel/Subyek Penelitian.....	22
D. Alat dan Bahan yang Digunakan.....	23

E. Definisi Operasional.....	23
F. Prosedur Penelitian.....	24
G. Analisis Data .....	28
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>29</b>
A. Karakteristik Demografi.....	29
B. Pengetahuan .....	37
C. Motivasi .....	37
D. Rutinitas .....	39
E. Kelemahan Penelitian.....	39
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>41</b>
A. Kesimpulan .....	41
B. Saran.....	41
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>42</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>46</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Persentase Jenis Kelamin Subyek .....	29
Gambar 2. Persentase Rentang Usia Subyek .....	30
Gambar 3. Persentase Bentuk Sediaan yang Digunakan Subyek .....	32
Gambar 4. Persentase Subyek Terpengaruh Oleh Iklan atau Rekomendasi .....	33
Gambar 5. Persentase Subyek Berkonsultasi dengan Ahli Kesehatan.....	34

## DAFTAR TABEL

Tabel I. Hasil Penelitian yang Relevan .....	19
Tabel II. Jumlah Item Pertanyaan pada Kuesioner .....	26
Tabel III. Persentase Pendidikan Terakhir Subyek .....	31
Tabel IV. Jumlah Subyek Berdasarkan Lama Penggunaan Produk Herbal Pelangsing Tubuh .....	32
Tabel V. Jumlah Subyek Terhadap Merk Produk Herbal Pelangsing Tubuh yang Pernah Digunakan .....	35
Tabel VI. Persentase Sumber Subyek Mencari Informasi Tambahan Produk Herbal Pelangsing Tubuh.....	36
Tabel VII. Persentase Alasan Subyek Berhenti Menggunakan Produk Herbal Pelangsing Tubuh .....	37
Tabel VIII. Persentase Alasan yang Mempengaruhi Subyek Menggunakan Produk Herbal Pelangsing Tubuh.....	38

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Ethical Clearence .....	46
Lampiran 2. Kuesioner.....	47
Lampiran 3. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner.....	48

## INTISARI

Kegemukan dan obesitas menjadi masalah yang sangat umum dikhawatirkan oleh masyarakat karena dapat mempengaruhi penampilan dan kesehatan. Diet, pola makan teratur dan olahraga rutin sulit dilakukan karena waktu dan kesempatan yang sulit didapat di waktu yang sibuk ini. Cara cepat dan praktis menjadi jalan alternatif untuk dilakukan, salah satunya dengan mengkonsumsi produk pelangsing tubuh. Sebagian dari mereka mengetahui akan kekhawatiran dari efek samping mengkonsumsi produk pelangsing tubuh, sehingga dipilihlah produk dari bahan alam (herbal). Akan tetapi, dengan bahan herbal sekalipun, apakah tidak akan ada efek samping? Apakah tidak perlu diimbangi dengan mengatur pola makan dan olahraga teratur? Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar gambaran pengetahuan, motivasi dan rutinitas konsumen produk herbal pelangsing tubuh terhadap produk herbal pelangsing tubuh yang dikonsumsinya.

Jenis penelitian ini adalah observasional deskriptif, data yang dikumpulkan menggunakan kuesioner dengan teknik sampling yang digunakan adalah total sampling. Kriteria inklusi penelitian ini adalah konsumen merk X yang pernah atau sedang mengkonsumsi produk herbal pelangsing tubuh minimal 1 bulan, berusia 16-30 tahun, bisa membaca dan mempunyai *smartphone/laptop/PC*. Analisis data dilakukan secara deskriptif terhadap tingkat pengetahuan, motivasi dan rutinitas konsumen produk herbal pelangsing tubuh merk X terhadap produk herbal pelangsing tubuh yang digunakannya.

Hasil penelitian menunjukkan subyek produk herbal pelangsing tubuh merk X mempunyai tingkat pengetahuan bernilai 72,92% yaitu cukup, tingkat motivasi bernilai 75% yaitu tinggi, dan tingkat rutinitas bernilai 21,88% yaitu kurang aktif.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah tingkat pengetahuan cukup, tingkat motivasi subyek termasuk tinggi dan rutinitas (aktivitas fisik) termasuk kurang aktif.

**Kata kunci:** *pengetahuan, motivasi, rutinitas, produk herbal pelangsing tubuh.*

## ABSTRACT

Overweight and obesity are a very common problem that people worry about because they can affect their appearance and health. Diets, regular eating patterns and regular exercise are difficult because time and opportunities are hard to come by in this busy time. A fast and practical way to be an alternative way to do it, one of which is by consuming body slimming products. Some of them are aware of the concern about the side effects of consuming body slimming products, so they choose products made from natural ingredients (herbs). However, even with herbal ingredients, won't there be side effects? Doesn't it need to be balanced by adjusting your diet and regular exercise? The purpose of this study was to find out how much the knowledge, motivation and routines of consumers of body slimming herbal products are related to the body slimming herbal products they consume.

The type of this research is descriptive observational, the data collected using a questionnaire with the sampling technique used is total sampling. The inclusion criteria for this study were brand X consumers who had consumed or are currently consuming herbal slimming products for at least 1 month, aged 16-30 years, could read and had a smartphone/laptop/PC. Data analysis was carried out descriptively on the level of knowledge, motivation and routines of consumers of brand X slimming herbal products on the body slimming herbal products they used.

The results showed that the subjects of brand X herbal slimming products had a knowledge level of 72,92%, namely enough, a motivational level of 75%, namely high, and a routine level of 21,88%, namely less active.

The conclusion of this study is that the level of knowledge and motivation of the subjects is low and the routine (physical activity) is less active.

**Keywords:** *knowledge, motivation, routine, herbal slimming products.*