

Perbedaan proporsi faktor individu dan faktor lingkungan terhadap perilaku diet penurunan berat badan pada remaja putri SMAN 34 Jakarta tahun 2014 = The proportion of individual and environmental factors on the behavior of a weight loss diet at SMAN 34 Jakarta 2014

Melia Indriyani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20386410&lokasi=lokal>

---

Abstrak

**ABSTRACT**

Skripsi ini membahas tentang perilaku diet penurunan berat badan yang dilakukan terhadap remaja putri di SMAN 34 Jakarta tahun 2014. Penelitian yang ada, masih menunjukkan tingginya perilaku diet, khususnya pada remaja putri. Tujuan dari penelitian skripsi ini adalah untuk mengetahui perbedaan proporsi antara faktor individu (status gizi, citra tubuh, penghargaan diri, dan pengetahuan gizi) dan faktor lingkungan (pengaruh keluarga, pengaruh teman sebaya, dan pengaruh media massa) terhadap perilaku diet penurunan berat badan. Metode yang dilakukan adalah kuantitatif dengan alat ukur kuesioner dan menggunakan desain cross sectional. Sampel dalam penelitian ini adalah 187 responden remaja putri di SMAN 34 Jakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 44,4% responden melakukan diet dengan tujuan paling banyak adalah untuk menurunkan berat badan, yaitu sebanyak 68,7%. Cara diet yang paling banyak dilakukan adalah diet sehat, yaitu 57,83% responden. Penelitian ini menunjukkan bahwa faktor status gizi, citra tubuh, pengaruh keluarga, pengaruh teman sebaya, dan pengaruh media massa adanya hubungan bermakna dengan diet penurunan berat badan. Saran dari peneliti, pemberian edukasi mengenai gizi seimbang dan pengetahuan tentang diet penurunan berat badan yang melibatkan dinas kesehatan dan pendidikan serta menjalin kerja sama dengan media massa.

---

**ABSTRACT**

The focus of this study is the weight-loss dieting behavior among adolescent girls of SMAN 34 Jakarta 2014. Recent studies show that the numbers of weight-loss dieting have been increased, mostly in adolescent girls. The purpose of this study is to understand the proportion of individual factors (nutritional status, body image, self esteem, and nutritional knowledge) and environmental factors (family, peer, and media mass influences) to the weight-loss dieting behavior. This study is a quantitative and measured with questionnaire, and using cross sectional design. The study participants included 187 adolescent girls of SMAN 34 Jakarta. The result of this study found that proportion who are dieting was 44,4% with purpose of that behavior was to lose weight at most (68,7%). Healthy diet is the most common which was 57,83% respondents. The results of analysis showed that nutritional status, body image, influences of family, peer, and media mass are significantly related to the weight-loss dieting behavior. The author suggest the health institution and school to have a role to do intervention through education to balance nutrition and nutritional knowledge to adolescent girls and also cooperation with media mass.