

# Hubungan Paparan Informasi Fad diets di Media Sosial terhadap Perilaku Diet Mahasiswa Fakultas Non-Kesehatan Universitas Indonesia di Tahun 2022 = Relationship of Fad diets Information Exposure on Social Media to Dietary Behavior of Non-Health Faculty Students, Universitas Indonesia in 2022

Agnes Gabe, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20519297&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Pengaruh dari media sosial serta permasalahan terkait penampilan dan citra tubuh yang dialami remaja putri membuat mereka mempunyai keinginan yang kuat untuk mendapatkan berat badan ideal serta penampilan diri yang menarik dengan cara yang mudah dan cepat (fad diets). Namun, umumnya fad diets tidak didasari oleh dasar ilmiah yang jelas (pseudoscientif) sehingga keamanannya tidak terjamin dan dapat menyebabkan masalah gizi seperti malnutrisi dan anemia yang dapat mengarah ke status gizi serta prestasi belajar. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan paparan informasi fad diets di media sosial dan faktor lainnya terhadap perilaku diet mahasiswa fakultas non kesehatan di Universitas Indonesia pada tahun 2022. Desain penelitian yang digunakan adalah cross sectional melibatkan 175 responden dari mahasiswa fakultas non-kesehatan Universitas Indonesia semester 2 dan 4. Data diambil dengan pengisian kuesioner online dan diolah menjadi analisis data univariat, bivariat, dan multivariat berupa uji Chi Square dan uji Regresi Logistik Ganda yang dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS. Hasil penelitian menunjukkan 74,3% responden pernah atau sedang melakukan upaya penurunan berat badan dengan metode fad diets. Hasil analisis bivariat menyatakan bahwa jenis kelamin, citra tubuh, dorongan diet dari keluarga, dorongan diet dari teman sebaya, frekuensi paparan informasi fad diets di media sosial, serta pengaruh paparan informasi fad diets di media sosial secara signifikan berhubungan dengan perilaku fad diets. Variabel citra tubuh merupakan faktor dominan dari perilaku fad diets dengan OR sebesar 9,6 setelah dikontrol dengan variabel frekuensi paparan informasi fad diets di media sosial sebagai variabel perancu.

<hr>

The influence of social media and problems related to appearance and body image experienced by young women make them have a strong desire to get ideal body weight and attractive appearance in an easy and fast way (fad diets). However, generally, fad diets are not based on a clear scientific basis (pseudoscientific) so their safety is not guaranteed. It can cause nutritional problems such as malnutrition and anemia that can lead to nutritional status and learning achievement. This study aimed to determine the relationship between exposure to fad diets information on social media and other factors on the dietary behavior of non-health faculty students at the University of Indonesia in 2022. The research design used was cross-sectional involving 175 respondents from non-health faculty students at the University of Indonesia. semesters 2 and 4. The data were taken by filling out online questionnaires and processed into univariate, bivariate, and multivariate data analysis in the form of Chi Square test and Multiple Logistics Regression test which were carried out using SPSS software. The results showed that 74.3% of respondents had or are currently trying to lose weight using the fad diet method. The results of the bivariate analysis stated that gender, body image, dietary encouragement from family, dietary encouragement from peers, frequency of exposure to fad diets information on social media, and the influence of exposure to fad diets information on social media was

significantly related to fad diets behavior. Body image is the dominant factor in fad diet behavior with an OR of 9.6 after controlling for the frequency of exposure to fad diet information on social media as a confounding variable.