

ABSTRAK

Nama : Yulianti Kurnianingsih
Program Studi : Sarjana Kesehatan Masyarakat
Judul : Hubungan Faktor Individu dan Lingkungan Terhadap Diet
Penurunan Berat Badan pada Remaja Putri di 4 SMA Terpilih di
Depok Tahun 2009

Skripsi ini membahas tentang perilaku diet penurunan berat badan yang dilakukan remaja putri di 4 SMA terpilih di Depok tahun 2009. Tujuan dari penelitian skripsi ini adalah untuk mengetahui hubungan antara faktor individu (status gizi, citra tubuh, pengetahuan gizi dan diet, rasa percaya diri) dan faktor lingkungan (pengaruh keluarga, teman sebaya, media massa dan tokoh idola) terhadap diet penurunan berat badan. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan alat ukur kuesioner dan menggunakan desain *cross-sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah 235 responden remaja putri dari 4 SMA terpilih (SMAN 2, SMAN 6, SMA Muhammadiyah 1 dan SMAIT NF) di Depok. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 37.4% responden berdiet untuk menurunkan berat badan. Faktor status gizi, citra tubuh, pengetahuan gizi, pengaruh keluarga, teman sebaya, media massa dan tokoh idola menunjukkan adanya hubungan yang bermakna dengan diet penurunan berat badan. Saran dari peneliti adalah mengembangkan peran Dinas Kesehatan Depok, pihak sekolah dan media massa dalam pelaksanaan program edukasi gizi pada remaja putri tentang perilaku diet, gambaran bentuk tubuh ideal dan pentingnya asupan gizi pada masa remaja.

Kata Kunci : citra tubuh, diet penurunan berat badan, perilaku diet, remaja putri

ABSTRACT

Name : Yulianti Kurnianingsih
Study Program: Bachelor of Public Health
Title : Individual and Environmental Factors in Relation to the Weight-Loss Dieting Behavior among Adolescent Girls of 4 Selected High Schools in Depok 2009

The focus of this study is the weight-loss dieting behavior among adolescent girls of 4 selected high schools in Depok 2009. The purpose of this study is to understand individual factors (nutritional status, body image, nutritional and dieting knowledge, self esteem) and environmental factors (family, peer, media mass and idol figure influences) to the weight loss dieting behavior. This study is a quantitative and was measured with questionnaire, and using cross-sectional design. The study participants included 235 adolescent girls from 4 selected high schools (SMAN 2, SMAN 6, SMA Muhammadiyah 1 dan SMAIT NF) in Depok. The result shows that 37.4% of the girls dieting to loss weight. Nutritional status, body image, nutritional knowledge, influences of family, peer, media mass and idol figure are significantly related to the weight-loss dieting behavior. The author suggests the Depok Ministry of Health, schools, and mass medias to have a role in implementing the nutrition education for the adolescent girls especially about dieting behavior, body image perception, and the importance of nutrition intake in adolescent age.

Key words: Adolescent girls, body image, dieting behavior, weight loss dieting behavior