

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
STIKES PAYUNG NEGERI PEKANBARU
SKRIPSI, JULI 2017**

**RIAN SYAPUTRA
154110006**

**Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Diet Pada Mahasiswi
Remaja Akhir Prodi IKM STIKes Payung Negeri Pekanbaru Tahun 2017**

xiv + 53 halaman + 16 tabel + 2 skema + 5 lampiran

ABSTRAK

Perilaku diet dengan membatasi atau mengatur asupan makanan dapat memiliki dampak yang merugikan bila dilakukan dengan cara yang salah. Diet yang sebenarnya adalah cara mengkombinasi antara 60-70% karbohidrat, 10-15% protein, dan 20-25% lemak. Berdasarkan studi pendahuluan mahasiswi di lingkungan perkuliahan sebanyak 10 dari 15 mahasiswi remaja akhir (60%) prodi IKM STIKes Payung Negeri Pekanbaru yang telah di wawancara mengaku pernah menjalankan diet dengan alasan ingin memiliki penampilan yang kurus ideal.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku diet pada mahasiswi remaja akhir prodi IKM STIKes Payung Negeri Pekanbaru tahun 2017.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik kuantitatif dengan Desain korelasi dengan pendekatan *cross sectional* peneliti menggunakan teknik *Total Sampling*. Analisa data secara univariat dan bivariat dengan uji *chi-square*.

Dalam penelitian didapatkan hasil pengetahuan perilaku diet dengan nilai *p value* $0,323 > 0,05$, pengaruh teman sebaya dengan nilai *p value* $0,280 > 0,05$, pengaruh keluarga dengan nilai *p value* $0,152 > 0,05$, pengaruh paparan media sosial dengan nilai *p value* $0,070 > 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku diet pada mahasiswi remaja akhir Prodi IKM STIKes Payung Negeri Pekanbaru tahun 2017. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah tidak ada hubungan yang signifikan antara faktor-faktor yang berhubungan dengan diet antara perilaku diet pada mahasiswi remaja akhir Prodi IKM STIKes Payung Negeri Pekanbaru. Diharapkan bagi STIKes Payung Negeri Pekanbaru untuk dapat menambah bahan bacaan mengenai informasi dan promosi kesehatan khususnya yang berkaitan dengan perilaku diet dan seputar gaya hidup sehat untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

Kata Kunci : Perilaku Diet, Pengetahuan, Teman Sebaya, Keluarga, Media massa

Referensi : 17 (2003-2015)