

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN PERILAKU DIET DAN STATUS GIZI PADA MAHASISWI TAHUN 2015
(STUDI KASUS PADA MAHASISWI DI FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS
DIPONEGORO)

RABIATUL AMALIAH – 25010111120002

(2015 - Skripsi)

Body image merupakan suatu hal yang penting, karena pada masa remaja seseorang banyak mengalami perubahan, baik secara fisik maupun psikis. Perubahan yang pesat ini menimbulkan respon tersendiri bagi remaja berupa tingkah laku yang sangat memperhatikan perubahan bentuk tubuhnya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan persepsi *body image* dengan perilaku diet dan status gizi pada mahasiswa di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro. Jenis penelitian yang digunakan survei dengan pendekatan *crosssectional*. Populasi dari penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2014 yang berusia 18-19 tahun. Penentuan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan wawancara menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan menggunakan uji *Rank Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 76,8% mahasiswa memiliki persepsi *body image* positif, 58,6% mahasiswa melakukan perilaku diet ketat, 53,5% memiliki aktivitas fisik yang ringan. Sebanyak 61,6% mahasiswa mengalami status gizi baik. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan persepsi *body image* dengan perilaku diet ($p = 0,010$ dan koefisien korelasi ($\rho = 0.256$), serta terdapat hubungan antara *body image* dengan aktivitas fisik. Penelitian ini merekomendasikan agar responden yang memiliki *body image positif* agar dikembangkan karena bermanfaat pada perkembangan kepribadian yang positif dan melakukan diet yang sehat serta mengatur jenis makanan yang akan dikonsumsi

Kata Kunci: *Body Image, Perilaku Diet, Mahasiswa, Status Gizi.*