

ABSTRAK**FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI DEIT SEIMBANG
REMAJA PUTRI KELAS 1 SMA NEGERI 3
BANJARMASIN**

Maisyarah*. Y.P Rahayu¹, Ahmad Hidayat²

¹STIKES Sari Mulia Banjarmasin

²AKBID Sari Mulia Banjarmasin

*Koresponden Penulis. Telpon: 081253260898, E-mail:

Maisyarahmm@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang Remaja putri melakukan diet berkisar 56,7 %, pada tahun 2002 dan terjadi peningkatan tahun 2007 mencapai 61,5 % remaja putri mencoba untuk menurunkan berat badan dan di Indonesia sendiri menunjukkan sekitar 88,78 % remaja putri yang melakukan diet yang akan menimbulkan kejadian perilaku penyimpangan makan.

Tujuan Mengetahui faktor- faktor pengaruh diet seimbang remaja putri kelas 1 Banjarmasin.

Metode Desain penelitian yang digunakan adalah metode analitik dengan menggunakan pendekatan *survei cross sectional* teknik pengambilan sampel dengan teknik *random sampling*. Tempat penelitian yaitu di SMA Negeri 3 Banjarmasin dengan jumlah populasi sebanyak 49 sampel, dan pengumpulan data menggunakan kuesioner, dianalisis dengan uji korelasi *Chi Square*.

Hasil Berdasarkan hasil didapatkan terdapat 29 (65,9%) remaja putri melakukan diet seimbang berdasarkan pola hidup yang melakukan diet seimbang ada 23 (60,5%) remaja dan berdasarkan dari perilaku diet ada 22 (64,7%) remaja yang melakukan diet seimbang

Kesimpulan Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna yang mempengaruhi deit seimbang remaja putri.

Kata Kunci : Diet seimbang, Remaja Putri, Berat badan, Pola Hidup dan Perilaku Diet.