

ABSTRAK

Tujuan: Untuk mengetahui bagaimana penerapan diet penurunan berat badan pada pemuda, dalam rangka menerapkan gaya hidup sehat.

Desain: Penelitian kualitatif naratif dengan melakukan observasi, wawancara mendalam, kajian pustaka.

Analisis Data: Kode penulis, interpretasi data, kesimpulan.

Hasil: Diet penurunan berat badan memiliki fenomena yang dilakukan pemuda secara individual. Penerapan diet penurunan berat badan terjadi karena alasan pribadi dan dipengaruhi oleh konstruksi lingkungan di kalangan pemuda, seperti struktur, lembaga keluarga, dan ekonomi. Seperti yang dikatakan teori habitus melihat bahwa diet penurunan berat badan di kalangan pemuda berimplikasi pada rasa yang membuat pemuda mengatur preferensi diet, konstruksi aktivitas, dan citra tubuh. Meskipun penerapan diet penurunan berat badan di kalangan pemuda terjadi secara individu, ternyata terdapat implikasi dari *healthism* di kalangan pemuda sebagaimana dikatakan teori biopower dimana aspek biologis, khususnya *healthism*, di masyarakat telah diintervensi oleh negara untuk mengontrolnya.

Kata kunci: Diet penurunan berat badan pemuda, gaya hidup sehat, habitus, *healthism*

ABSTRACT

Objective: To identify how weight loss diet has been implemented in youth, in the context of applying a healthy lifestyle.

Design: Narrative qualitative research by doing the observation, in-depth interview, literature review.

Data Analysis: Author's coded, data interpretation, conclusion.

Results: Weight loss diet has a phenomenon of which the youth do it individualize. The application of weight loss diet happens by personal reason and it's influenced by the environment construction among the youth, such as structural, family institution, and economic. As the habitus theory has told seeing that weight loss diet among youth implicated by the taste which maket the youth sets up the preferences of dietary, activities construction, and body image. Despite of the weight loss diet application among youth happened individually, in fact there is an implication of healthism among the youth as biopower theory said where the biological aspect, especially healthism, in society has intervened by the state to control it.

Key words: Youth weight-loss diet, healthy lifestyle, habitus, healthism