

INTISARI

Latar belakang: Seseorang dengan yang sudah mengetahui bahwa dirinya memiliki risiko diabetes karena memiliki riwayat keluarga diabetes akan berusaha memiliki pola makan dan aktivitas fisik yang sehat.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan memiliki riwayat keluarga diabetes dengan pola makan dan aktivitas fisik remaja akhir di Yogyakarta, serta mengetahui faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pola makan dan aktivitas fisik tersebut.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian *concurrent* dimana penelitian dilakukan secara kuantitatif dan kualitatif. Sebanyak lima puluh remaja akhir (usia 18-24 tahun) terlibat dalam penelitian kuantitatif, dan empat belas remaja akhir terlibat dalam penelitian kualitatif. Penelitian kuantitatif mencari hubungan antara riwayat keluarga diabetes dengan pola makan dan aktivitas fisik. Wawancara mendalam digunakan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan dan aktivitas fisik responden.

Hasil: Terdapat 42% responden yang memiliki riwayat keluarga diabetes dari keluarga inti dan terdapat 28% responden yang tinggal satu rumah dengan anggota keluarga yang menyandang diabetes. Tidak terdapat hubungan signifikan antara tinggal satu rumah dengan anggota keluarga penyandang diabetes terhadap pola makan dan aktivitas fisik ($p = 0,310$ dan $p = 0,297$). Tidak pula terdapat hubungan antara kedekatan kekeluargaan dengan penyandang diabetes terhadap pola makan dan aktivitas fisik ($p = 0,276$ dan $p = 0,547$). Sebanyak 92% responden memiliki pola makan rendah serat juga tinggi gula dan lemak. Terdapat 38% responden memiliki aktivitas tingkat rendah, dan tidak ada responden yang memiliki aktivitas fisik tingkat tinggi. Faktor yang mempengaruhi pola makan dan aktivitas fisik antar lain persepsi kerentanan, persepsi manfaat, persepsi hambatan, serta kemampuan diri.

Kesimpulan: Tidak terdapat hubungan antara memiliki riwayat keluarga diabetes terhadap pola makan dan aktivitas fisik remaja akhir yang memiliki riwayat keluarga diabetes. Perlu diberikan edukasi pada masyarakat usia muda mengenai pentingnya pola makan dan aktivitas fisik dalam menurunkan risiko diabetes.

Kata kunci: Diabetes, Riwayat Keluarga, Remaja Akhir, Pola Makan, Aktivitas Fisik, *Health Belief Model*

ABSTRACT

Background: People who perceived having diabetes family history tend to have healthy eating habit and physical activity.

Aim: Determine relationship of having diabetes family history with diet and physical activity among late adolescent in Yogyakarta. This study also determine factors that influence diet and physical activity.

Method: This study was concurrent study, done in quantitative and qualitative study. Fifty late-adolescent (18-24 years old) involved in quantitative study, and fourteen late-adolescent involved in qualitative study. Quantitative study determine association of having diabetes family history with diet and physical activity, qualitative study determine factors that affect diet and physical activity.

Result: This study found 42% respondent have diabetes family history from first relative degree, and 28% respondent living with diabetes family members. There was not significant association between living with diabetes family members with diet and physical activity ($p = 0,310$ dan $p = 0,297$). Nor was there any association between having diabetes family history from first or second relatives degree with diet and physical activity ($p = 0,276$ dan $p = 0,547$). Low fiber, high sugar and high fat diet was reported by 92% respondent, also sedentary activity was reported by 38% respondent. Factors influenced diet and physical activity include perceive susceptibility, perceive benefit, perceive barrier and self-efficacy.

Conclusion: There was no association between having diabetes family history with diet and physical activity. It is necessary to educate young-age people about diet and physical activity as diabetes prevention.

Key words: Diabetes, Family History, Late-Adolescence, Diet, Physical Activity, Health Belief Model