

## ABSTRAK

Perubahan pola makan dan aktivitas fisik yang terjadi selama masa pandemi Covid-19 dapat memicu terjadinya peningkatan kejadian DM. Ini dikarenakan terjadinya perubahan aktivitas selama tinggal di rumah dalam waktu yang lama, seperti peningkatan perilaku duduk dan berbaring sehingga energi yang keluar sedikit tetapi tidak diiringi dengan perubahan pola makan. Berdasarkan masalah tersebut, dilakukan penelitian untuk mengetahui ada tidaknya hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan Kejadian Diabetes Melitus pada saat pandemi Covid-19. Desain penelitian yang digunakan adalah survei analisis dengan pendekatan studi *cross-sectional*, menggunakan uji statistik *Kendall's tau-b* dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive Sampling*, sehingga diperoleh 55 responden. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 8-14 September 2021 di Puskesmas Mulyorejo. Instrumen penelitian adalah kuesioner identitas diri, *food recall 2x24 jam*, *GPAQ (Global Physical Activity Questionnaire)* dan SPSS. Berdasarkan hasil penelitian didapat 37 (67.3%) responden dengan pola makan yang tidak baik dan 18 (32.7%) responden dengan pola makan baik. Hasil uji statistik diperoleh nilai *P-Value* = 0,023 ( $P < 0,05$ ) dengan koefisien korelasi 0,309 (cukup berhubungan). Diketahui 34 (61.8%) responden dengan aktivitas fisik ringan, 18 (32.7%) responden dengan aktivitas fisik sedang, dan terdapat 3 (5.5%) responden dengan aktivitas fisik berat, nilai *P-Value* = 0,012 ( $P < 0,05$ ) dengan koefisien korelasi 0,335 (cukup berhubungan). Sehingga dapat disimpulkan, terdapat hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian diabetes melitus pada saat pandemi covid-19 di puskesmas mulyorejo kecamatan sunggal tahun 2021. Untuk kedepannya diharapkan dapat menjadi masukan dalam melakukan perbaikan sekaligus meningkatkan mutu pelayanan kesehatan masyarakat dalam program pencegahan penyakit tidak menular terutama penyakit diabetes melitus.

Kata Kunci : Diabetes Melitus, Pola Makan, Aktivitas Fisik  
Referensi : 68 (2015-2021)

## ABSTRACT

Changes in diet and physical activity that occur during the Covid-19 pandemic can trigger an increase in the incidence of DM. This is due to changes in activity during staying at home for a long time, such as an increase in sitting and lying behavior so that little energy comes out but is not accompanied by changes in eating patterns. Based on these problems, a study was conducted to determine whether there is a relationship between diet and physical activity with the incidence of Diabetes Mellitus during the Covid-19 pandemic. The research design used is an analytic survey with a cross-sectional study approach, using the Kendall's tau-b statistical test with sampling using purposive sampling technique, in order to obtain 55 respondents. This research was conducted on 8-14 September 2021 at the Mulyorejo Health Center. The research instrument is a self-identity questionnaire, food recall 2x24 hours, GPAQ (Global Physical Activity Questionnaire) and SPSS. Based on the results of the study obtained 37 (67.3%) respondents with a bad diet and 18 (32.7%) respondents with a good diet. The results of statistical tests obtained P-Value = 0.023 ( $P < 0.05$ ) with a correlation coefficient of 0.309 (fairly related). It is known that 34 (61.8%) respondents with light physical activity, 18 (32.7%) respondents with moderate physical activity, and there are 3 (5.5%) respondents with heavy physical activity, P-Value = 0.012 ( $P < 0.05$ ) with correlation coefficient 0.335 (fairly related). So it can be concluded, there is a relationship between diet and physical activity with the incidence of diabetes mellitus during the COVID-19 pandemic at the Mulyorejo Public Health Center, Sunggal District in 2021. And for further researchers, it is hoped that they can include implementation variables that were not examined in this study, such as compliance with pharmacological therapy.

Keywords: Diabetes Mellitus, Diet, Physical Activity

Reference: 68 (2015-2021)