

HUBUNGAN ANTARA INTENSI MAKAN SEHAT DENGAN PERILAKU MAKAN SEHAT PADA DEWASA AWAL YANG BERESIKO MENDERITA DIABETES TIPE 2 DI BANDUNG DAN JATINANGOR

Rufaida Ats-Tsiqoh¹

¹Universitas Padjadjaran

ABSTRAK

Makan sehat adalah hal yang penting dilakukan oleh mereka yang beresiko untuk mencegah diabetes tipe 2, namun walaupun penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa intensi untuk makan sehat kuat, pada kenyataannya perilaku makan sehat belum dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan intensi dengan perilaku makan sehat pada dewasa awal yang beresiko menderita diabetes tipe 2. Penelitian ini menggunakan metode studi korelasional yang dilakukan pada 32 orang dewasa awal yang beresiko menderita diabetes tipe 2 di Bandung dan Jatinangor dengan pengisian dua buah kuesioner tentang intensi untuk makan sehat dan perilaku makan sehat yang disusun berdasarkan konstruk *Theory of Planned Behavior* dan konsep 3J (jumlah, jenis, jadwal). Analisis korelasi pearson dan regresi linear dilakukan dengan menggunakan SPSS 17.0

Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan sedang yang positif antara intensi dengan perilaku makan sehat ($r = 0.370$). Hasil juga menunjukkan bahwa perilaku makan sehat berada pada tingkat menengah dan intensi tergolong kuat dengan sikap terhadap perilaku sebagai determinan yang memiliki kontribusi paling tinggi. Rendahnya hubungan yang ada mungkin dikarenakan adanya faktor lain seperti *background factor* yang berpengaruh terhadap perilaku makan sehat pada dewasa awal yang beresiko menderita diabetes tipe 2 di Bandung dan Jatinangor. Berdasarkan hasil penelitian perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor lain yang berpengaruh terhadap perilaku makan sehat dan dalam pembuatan program dapat memperhatikan faktor intensi dan sikap terhadap perilaku makan sehat.

Kata kunci – Intensi; Makan Sehat; Diabetes Tipe 2; Dewasa Awal

RELATIONSHIP BETWEEN INTENTION TO EAT HEALTHY AND HEALTHY EATING BEHAVIOR OF YOUNG ADULTS AT RISK OF DEVELOPING DIABETES TYPE 2 IN BANDUNG AND JATIANGOR

Rufaida Ats-Tsiqoh¹

¹Universitas Padjadjaran

ABSTRACT

Healthy eating is an important thing to do by those who are at risk to prevent themselves from Type 2 Diabetes. While previous study shows that there was a strong intention, in fact, not everyone at risk already eat healthy. This study aims to investigate the relationship between intention and healthy eating behavior of young adults at risk of developing Type 2 Diabetes in Bandung and Jatinangor. This study uses correlational study conducted on 32 young adults who are at risk of developing type 2 diabetes by giving two questionnaire which measure intention to eat healthy and behavior of healthy eating based on the Theory of Planned Behavior construct and the concept of number, type, and schedule of food intake. Pearson correlation and multiple regression analysis were performed using SPSS 17.0.

The results showed that there was a positive moderate relationship between intention and healthy eating behavior ($r = 0.370$). The results also showed that healthy eating behaviors were at moderate level and the intention was considered strong with attitudes toward behavior as a determinant which has the biggest contribution. This low correlation between intention and healthy eating behavior might be due to other factors such as background factors that influence healthy eating behavior of early adulthood at risk of developing Type 2 Diabetes in Bandung and Jatinangor. According to this research, further research about other factors that influence healthy eating behavior needs to be conducted and in developing a program, intention and attitudes toward behavior needs to be considered.

Keywords – Intention; Healthy Eating; Type 2 Diabetes; Early Adulthood