

# HUBUNGAN OBESITAS SENTRAL DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN PENINGKATAN KADAR GULA DARAH PADA IBU RUMAH TANGGA DI WILAYAH KELURAHAN LIMO SELAMA COVID-19

Alda Amatus Syahidah

## Abstrak

Kadar gula darah meningkat merupakan tanda gejala yang khas dari diabetes melitus. Kondisi kadar gula darah tinggi yang dibiarkan terus menerus akan berdampak terhadap kerusakan saraf, pembuluh darah, dan organ. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan obesitas sentral dan aktivitas fisik dengan peningkatan kadar gula darah pada ibu rumah tangga di wilayah Kelurahan Limo selama Covid-19. Penelitian menggunakan desain *study cross sectional* dan teknik sampling yaitu *purposive sampling* dengan jumlah sampel 145. Data diambil dengan menggunakan pita ukur, kuesioner GPAQ, dan glukometer dengan merk *easy touch* yang sudah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil penelitian dengan Uji *Chi-Square* didapatkan hasil tidak terdapat hubungan antara obesitas sentral dengan peningkatan kadar gula darah (*p value* 0,149) dan terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan peningkatan kadar gula darah (*p value* 0,025). Rekomendasi pada penelitian ini adalah perlu adanya kolaborasi yang baik dari masyarakat, pelayanan kesehatan, perawat dan para peneliti untuk melakukan berbagai upaya dalam pencegahan penyakit diabetes melitus agar dapat meningkatkan derajat kesehatan yang optimal.

**Kata kunci :** Aktivitas Fisik, Obesitas Sentral, Peningkatan Kadar Gula Darah

# **THE RELATIONSHIP OF CENTRAL OBESITY AND PHYSICAL ACTIVITY WITH INCREASED BLOOD SUGAR LEVELS IN HOUSEWIVES IN KELURAHAN LIMO DURING THE COVID-19**

**Alda Amatus Syahidah**

## **Abstract**

Elevated blood sugar levels are a typical symptom of diabetes mellitus. Conditions of high blood sugar levels that continue to have an impact on nerve damage, blood vessels, and organs. This study aims to determine the relationship of central obesity and physical activity with increased blood sugar levels in housewives in Kelurahan Limo during the Covid-19. The study used a cross-sectional study design and sampling technique, namely purposive sampling with a sample size of 145. Data were taken using a measuring tape, GPAQ questionnaire, and a glucometer with the easy touch brand which had been tested for validity and reliability. The results of the study using the Chi-Square Test showed that there was no relationship between central obesity and increased blood sugar levels (p value 0.149) and there was a significant relationship between physical activity and increased blood sugar levels (p value 0.025). The recommendation in this study is that there is a need for good collaboration from the community, health services, nurses and researchers to make various efforts to prevent diabetes in order to improve optimal health status.

**Keywords** : Physical Activity, Central Obesity, Increased Blood Sugar Levels