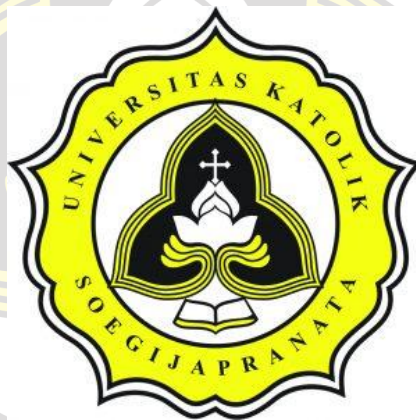


**HUBUNGAN LITERASI KESEHATAN MENGENAI DIABETES
MELITUS DENGAN SEDENTARY LIFESTYLE PADA
DEWASA AWAL**

SKRIPSI

Mellina Mila Natalanta

20.E1.0070



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2024

HUBUNGAN LITERASI KESEHATAN MENGENAI DIABETES MELITUS DENGAN SEDENTARY LIFESTYLE PADA DEWASA AWAL

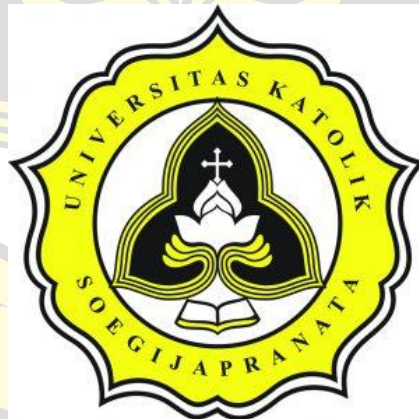
SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk
Memenuhi Sebagian Syarat Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Mellina Mila Natalanta

20.E1.0070



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2024

Hubungan Literasi Kesehatan Mengenai Diabetes Melitus dengan *Sedentary Lifestyle* Pada Dewasa Awal

(*The Relationship Between Health Literacy Regarding Diabetes Melitus and A
Sedentary Lifestyle in Early Adulthood*)

Mellina Mila Natalanta, Margaretha Sih Setija Utami

Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, Indonesia

Abstrak

Perkembangan zaman khususnya pada bidang teknologi dan informasi mengarahkan individu kepada kehidupan yang instan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hubungan literasi kesehatan mengenai diabetes melitus dengan *sedentary lifestyle* pada kelompok usia dewasa awal. Adapun hipotesis dari penelitian ini adalah ada hubungan negatif literasi kesehatan mengenai diabetes melitus dengan *sedentary lifestyle* pada kelompok usia dewasa awal. Metode penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif korelasional dengan teknik accidental sampling. Dalam penelitian ini subjek berjumlah 131 individu yang merupakan kelompok usia dewasa awal. Alat ukur yang digunakan yaitu *Sedentary Behaviour Questionnaire* (SBQ) dan *Diabetes Health Literacy Scale* (DHLS). Teknik analisis data menggunakan korelasi rank Spearman. Penelitian ini menunjukkan adanya korelasi yang negatif antara kedua variabel dengan $r = -0.199$ dan $p < 0.05$ sehingga dapat diartikan hipotesis diterima.

Kata Kunci: Literasi Kesehatan, Diabetes Melitus, *Sedentary Lifestyle*, Dewasa Awal

Abstract

The development of the times, especially in the fields of technology and information, directs individuals to instant life. This study aims to determine the extent of the relationship between health literacy regarding diabetes melitus and *sedentary lifestyle* in the early adulthood age group. The hypothesis of this research is that there is a negative relationship between health literacy regarding diabetes melitus and *sedentary lifestyle* in the early adulthood age group. The research method used is quantitative correlational with accidental sampling technique. In this study, the subjects were 131 individuals who were in the early adulthood age group. The measuring tools used are the *Sedentary Behavior Questionnaire* (SBQ) and the *Diabetes Health Literacy Scale* (DHLS). The data analysis technique uses Spearman rank correlation. This research shows that there is a negative correlation between the two variables with $r = -0.199$ and $p < 0.05$ so it can be interpreted that the hypothesis is accepted.

Keywords: Health Literacy, Diabetes Melitus, *Sedentary Lifestyle*, Early Adulthood