



JOURNAL OF Qualitative Health Research
& Case Studies Reports

ISSN 28079094 (Print)

ISSN 28078489 (Online)



INFORMASI ARTIKEL

Received: September , 24, 2025

Revised: November, 26, 2025

Available: November, 26, 2025

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/qlt>

Hubungan dukungan keluarga dengan *self management* pada pasien diabetes melitus

Yulita Ramadani*, Nur Sefa Arief Hermawan, William Arisandi

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Yulita Ramadani. *Email: yulitaramadani1@gmail.com

Abstract

Background: Way Halim II Community Health Center (Puskesmas) experienced a surge in Diabetes Mellitus (DM) cases, from 20 patients (1.88%) in 2020 to 473 patients (33.8%) in 2024. This surge highlights the importance of optimal self-management in patients with diabetes mellitus.

Purpose: To determine the relationship between family support and self-management in DM patients.

Method: This quantitative study used a cross-sectional approach, with a sample of 105 out of 141 patients selected using the Slovin formula and purposive sampling technique. Data were collected through interviews using a questionnaire and analyzed using the Chi-Square test.

Results: Univariate analysis revealed 50 respondents (47.6%) with good family support and 57 respondents (54.3%) with good self-management. The Chi-Square test showed a significant relationship between family support and self-management ($p\text{-value} = 0.000$).

Conclusion: There is a relationship between family support and self-management in patients with diabetes mellitus.

Keywords: Diabetes Mellitus; Family Support; Self-Management.

Pendahuluan: Puskesmas Way Halim II mengalami lonjakan kasus Diabetes Mellitus (DM) dari 20 pasien 1.88% tahun 2020 dan menjadi 473 pasien 33.8% pada tahun 2024. Lonjakan ini menyoroti pentingnya pengelolaan mandiri (self-management) yang optimal pada pasien dengan diabetes mellitus.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan self-management pada pasien DM.

Metode: Penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional dengan sampel sebanyak 105 orang dari 141 pasien yang dipilih menggunakan rumus Slovin dan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan uji Chi-Square.

Hasil: Uji analisis univariat diperoleh sebanyak 50 responden (47.6%) dengan dukungan keluarga yang baik dan 57 responden (54.3%) dengan self-management yang baik. Uji Chi-Square menunjukkan hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan self-management ($p\text{-value} = 0.000$).

Simpulan: Ada hubungan antara dukungan keluarga dengan self management pada pasien diabetes melitus.

Kata Kunci: Diabetes Mellitus; Dukungan Keluarga; Self-Management.

PENDAHULUAN

Menurut International Diabetes Federation, prevalensi diabetes melitus pada tahun 2021 tercatat sebanyak 537 (10.5%) juta orang didunia hidup dengan diabetes, sedangkan Indonesia menempati peringkat kelima dengan jumlah penderita diabetes terbanyak di dunia yang mencapai 19.5 juta orang (National Institutes of Health, 2021). Tahun 2022, data IDF menunjukkan bahwa dari total penderita Diabetes tipe 1 (T1D) sebanyak 64% berusia 20-59 tahun, 17.0% <20 tahun, dan 19.9% >60 tahun.

Selain itu, pada tahun 2024 tercatat sebanyak 589 juta orang di seluruh dunia hidup dengan diabetes dan jumlah ini diprediksi akan meningkat menjadi 853 juta pada tahun 2050 dengan sekitar 635 juta orang dewasa berusia 20-79 tahun mengalami gangguan toleransi glukosa. Indonesia masih menempati peringkat kelima yaitu sebanyak 20.4 juta (World Health Organization, 2024).

Berdasarkan hal tersebut, jumlah penderita diabetes melitus mencapai 89.981 penderita dengan angka tertinggi penderita diabetes melitus berada di Bandar Lampung sebanyak 20.72% kasus dengan jumlah 18.644 penderita (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2023). Tren ini berlanjut pada tahun 2023 mencapai 91.693 kasus atau sekitar 95.33% dari total sasaran yang ada. Angka tertinggi berada di Bandar Lampung 19.003 penderita, dan angka terendah berada di wilayah Pesisir Barat dengan jumlah 927 penderita (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2023).

Fenomena ini didasari oleh urgensi untuk meninjau dan meningkatkan upaya pengelolaan mandiri (*self-management*) pasien DM demi mengendalikan prevalensi dan meningkatkan kualitas hidup penderita (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2023). Berdasarkan hal tersebut, dukungan keluarga berperan penting dalam keberhasilan *self-management* pasien dengan kekuatan korelasi yang rendah dan arah korelasi positif. Dukungan tersebut meliputi pendampingan saat kontrol, pemberian informasi, penyediaan makanan sesuai diet, serta dukungan emosional yang

dapat meningkatkan motivasi pasien dalam mengelola penyakitnya (Anbiya, Susanti, & Ayatullah 2024).

Penelitian selanjutnya menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan *self-management* pada pasien diabetes mellitus (Nurhayati, Veronika, Ambarsari, Rustini, & Farida, 2022). Selain itu, penelitian lainnya mengindikasikan hubungan yang positif dan kuat antara dukungan keluarga dan perilaku *self-management* (Damayanti, Subiyanto, & Febriani, 2023). Kedua penelitian ini menegaskan pentingnya peran keluarga dalam membantu pasien mengelola penyakitnya

Berdasarkan hasil wawancara pra survei kepada 12 pasien diabetes melitus di UPT Puskesmas Way Halim II Kota Bandar Lampung, teridentifikasi bahwa masih terdapat permasalahan signifikan dalam implementasi *self-management* yang optimal. Kurangnya inisiatif pasien untuk melakukan cek gula darah dan kontrol rutin secara mandiri menunjukkan rendahnya kepatuhan terhadap rekomendasi medis.

Permasalahan ini diperburuk oleh kurangnya dukungan aktif dari keluarga, hanya 7 (58%) pasien yang diantar untuk kontrol rutin. Hal ini mengindikasikan bahwa peran keluarga dalam mendukung *self-management* belum sepenuhnya optimal. Selain itu, aspek diet yang merupakan pilar utama manajemen diabetes juga menjadi tantangan serius, terbukti sebanyak 8 (67%) pasien yang tidak menerapkan diet rendah garam dan tidak memisahkan makanan di rumah yang berpotensi memperburuk kondisi kesehatan dan kontrol glikemik mereka.

Kondisi ini menunjukkan bahwa keberhasilan *self-management* tidak hanya ditentukan oleh faktor individu pasien, tetapi juga dipengaruhi oleh lingkungan sosial terdekat, khususnya keluarga. Berdasarkan hal tersebut, penting untuk menelusuri lebih lanjut bagaimana peran dukungan keluarga dapat memengaruhi kemampuan pasien dalam mengelola penyakitnya secara mandiri.

Yulita Ramadani*, Nur Sefa Arief Hermawan, William Arisandi

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Yulita Ramadani. *Email: yulitaramadani1@gmail.com

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan analitik observasional, menggunakan pendekatan cross sectional. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 8 – 18 Juli 2025 di UPT Puskesmas Way Halim II Kota Bandar Lampung. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pasien diabetes melitus berjumlah 141 jiwa. Sampel penelitian ini diambil menggunakan rumus Slovin yaitu sebanyak 105 responden.

Kriteria Inklusi dalam penelitian ini berupa pasien diabetes melitus tipe 1 dan 2 yang terdaftar di Puskesmas Way Halim II (periode Jan-Apr 2025), berusia >20 tahun, bersedia berpartisipasi (informed consent), dan pasien yang tinggal serumah dengan anggota keluarga inti (suami/istri, anak kandung, atau orang tua kandung) yang terlibat aktif dalam memberikan dukungan dan pendampingan terkait manajemen diabetes sehari-hari.

Sedangkan kriteria eksklusi diantaranya pasien dengan gangguan komunikasi berat (tuli, afasia), pasien dengan gangguan kognitif atau mental (misalnya demensia, gangguan jiwa berat) yang mengganggu pemahaman terhadap pertanyaan kuesioner, pasien yang tidak didampingi atau tidak memiliki anggota keluarga yang dapat memberikan dukungan secara langsung atau tidak langsung, pasien

diabetes melitus dengan komplikasi akut atau kondisi kesehatan yang tidak stabil (misalnya, ketoasidosis diabetik, stroke akut, gagal ginjal stadium akhir yang memerlukan hemodialisa rutin, atau amputasi berat) yang dapat memengaruhi kemampuan berpartisipasi dalam penelitian.

Variabel independen pada penelitian ini adalah dukungan keluarga dan Variabel dependen pada penelitian ini adalah self management pada pasien diabetes melitus. Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner tertutup berskala Likert, terdiri dari 20 item untuk mengukur dukungan keluarga yang mencakup empat dimensi yaitu dukungan informasional, instrumental, emosional, dan penghargaan, serta 20 item untuk mengukur self-management pasien Diabetes Mellitus yang mencakup pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pemantauan gula darah, kepatuhan minum obat.

Analisis univariat adalah teknik analisis yang menggambarkan karakteristik masing-masing variabel penelitian dengan hasil yang disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan keluarga sebagai variabel independen dengan self-management sebagai variabel dependen, dilakukan analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square (χ^2).

HASIL

Yulita Ramadani*, Nur Sefa Arief Hermawan, William Arisandi

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Yulita Ramadani. *Email: yulitaramadani1@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i6.1550>

Tabel 1. Data Karakteristik Responden (N=105)

Variabel	Hasil
Umur (n/%)	
30-39	12/11.4
40-49	17/16.2
50-59	33/31.4
60-69	31/29.5
70-79	12/11.4
Jenis Kelamin (n/%)	
Laki-Laki	31/29.5
Perempuan	74/70.5
Kadar Glukosa Darah (n/%)	
10-120	19/18.1
121-139	12/11.4
140-159	11/10.5
160-179	19/18.1
180-200	22/21.0
>200	22/21.0
Lama Menderita DM (n/%)	
1-2	1/1.0
3-5	26/34.3
6-10	61/58.1
>10	7/6.7
Pendampingan Kontrol (n/%)	
Sendiri	61/58.1
Suami/Istri	14/13.3
Anak	30/28.6
Kontrol Rutin (n/%)	
Ya	48/45.7
Tidak	57/54.3
Penghasilan Keluarga (n/%)	
≤2.500.000	58/55.2
≥2.500.000	47/44.8
Dukungan Keluarga (n/%)	
Kurang Baik	55/52.4
Baik	50/47.6
Dukungan Informasional (n/%)	
Baik	62/59.0
Kurang Baik	43/41.0

Yulita Ramadani*, Nur Sefa Arief Hermawan, William Arisandi

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Yulita Ramadani. *Email: yulitaramadani1@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i6.1550>

Hubungan dukungan keluarga dengan *self management* pada pasien diabetes melitus

Dukungan Instrumental (n/%)	
Baik	56/53.3
Kurang Baik	49/46.7
Dukungan Emosional (n/%)	
Baik	67/63.8
Kurang Baik	38/36.2
Dukungan Penghargaan (n/%)	
Baik	87/82.9
Kurang Baik	18/17.1
Self Management(n/%)	
Kurang Baik	48/45.7
Baik	57/54.3
Manajemen Glukosa (n/%)	
Baik	68/35.2
Kurang Baik	37/64.8
Kontrol Diet (n/%)	
Baik	66/62.9
Kurang Baik	39/37.1
Aktivitas Fisik (n/%)	
Baik	58/55.2
Kurang Baik	47/44.8
Penggunaan perawatan kesehatan (n/%)	
Baik	77/73.3
Kurang Baik	28/26.7

Tabel 1. diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 50-59 tahun sebanyak 33 responden (31.4%) dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 74 responden (70.5%). Selain itu, kadar glukosa darah responden diabetes sebagian besar berada pada tingkat 180–200 dan >201 dengan masing-masing 22 responden (21.10%). Lama menderita diabetes melitus paling banyak selama 6-10 tahun (58.1%), tidak memiliki pendamping saat kontrol atau melakukan kontrol sendiri sebanyak 61 responden (58.1%). Data responden yang tidak melakukan kontrol rutin sebanyak 57 orang (45.7%).

Selain itu, mayoritas keluarga pasien memiliki pendapatan >2.500.000 sebanyak 58 responden (55.2%) dengan dukungan keluarga yang baik sebanyak 55 responden (52.4), namun mengalami dukungan instrumental yang kurang baik sebanyak 49 orang. Berdasarkan Tabel 1. dapat dijelaskan bahwa mayoritas responden memiliki Self Management baik sebanyak 57 responden, dengan aktivitas fisik yang kurang baik sebanyak 47 responden. Penggunaan perawat kesehatan berdasarkan data Tabel 1. menunjukkan mayoritas berada pada kategori baik sebanyak 77 (73.3) responden.

Tabel 2. Hubungan Dukungan Keluarga dengan *Self Management*

Yulita Ramadani*, Nur Sefa Arief Hermawan, William Arisandi

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Yulita Ramadani. *Email: yulitaramadani1@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i6.1550>

Hubungan dukungan keluarga dengan *self management* pada pasien diabetes melitus

Dukungan Keluarga	Self Management				P-Value	OR	Confidence Interval (95%)
	Kurang Baik		Baik				
	n	%	n	%			
Kurang Baik	43	78.2	12	21.8	0.000	32.250	10.482 - 99.226
Baik	5	22.9	45	90.0			
Jumlah	48	45.7	57	54.3			

Berdasarkan Tabel 2. dijelaskan bahwa dari 105 responden didapatkan hasil dukungan keluarga kurang baik sejumlah 55 responden yang terbagi menjadi 43 responden (78.2%) memiliki *self management* kurang baik dan 12 responden (21.8%) memiliki *self management* yang baik. Sedangkan responden yang memiliki dukungan keluarga yang baik berjumlah 50 responden dengan 45 responden (90.0%) memiliki *self management* yang baik dan 5 responden (22.9%) lainnya memiliki *self management* yang kurang baik.

Berdasarkan hasil uji *Chi-Square* diperoleh nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.05$) dari perhitungan *Odds Ratio* diperoleh nilai OR sebesar 32.25. Berdasarkan hal ini responden yang mendapatkan dukungan keluarga yang kurang baik memiliki peluang 32.25 kali lebih besar untuk mengalami *self management* yang kurang baik dibandingkan dengan responden yang mendapatkan dukungan keluarga baik.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian dari 105 responden diabetes melitus yang memiliki dukungan keluarga yang baik sebanyak 50 responden (45.7%) dan 55 responden (52.4%) dengan dukungan keluarga yang kurang baik. Penelitian ini selaras dengan penelitian lain dengan judul hubungan dukungan keluarga dengan *self management* pada pasien DM Tipe 2 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan sangat signifikan antara dukungan keluarga dengan *self management* (Nurhayati et al., 2022).

Semakin tinggi dukungan keluarga maka semakin tinggi *self management* pasien diabetes melitus tersebut. Begitu juga penelitian lain yang menunjukkan bahwa terdapat hasil yang signifikan, artinya lansia yang memperoleh dukungan keluarga yang baik cenderung memiliki perilaku perawatan diri yang lebih baik (Nabila & Hasanuddin, 2022).

Dukungan keluarga merupakan bentuk bantuan yang diberikan oleh anggota keluarga lain guna memberikan kenyamanan secara fisik maupun psikologis kepada individu yang sedang menghadapi situasi stres akibat penyakit, membantu dalam pengendalian kadar gula darah, serta meningkatkan kepercayaan diri.

Berdasarkan pendapat tersebut dukungan keluarga adalah suatu tindakan yang diberikan untuk keluarga yang sedang sakit baik secara fisik maupun psikologis. Dukungan keluarga yang diteliti pada penelitian ini adalah dukungan informasional, dukungan instrumental, dukungan emosional, dan dukungan penghargaan. Jenis dukungan yang diterima dan dibutuhkan oleh seseorang sangat bergantung pada situasi yang menyebabkan stres akibat penyakit, seperti dukungan emosional dan informasi yang lebih dibutuhkan oleh individu dengan kondisi sakit yang serius (Wahyudi, Rohrohmana, & Kwando, 2023).

Indikator ini penting bagi pemberi dukungan karena berkaitan dengan persepsi penerima terhadap keberadaan dan ketepatan dukungan yang diberikan. Dukungan keluarga bukan hanya sekadar pemberian bantuan, melainkan juga bagaimana makna bantuan tersebut dipahami oleh penerimanya. Persepsi ini memiliki keterkaitan yang erat dengan ketepatan jenis dukungan, artinya seseorang yang menerima dukungan akan merasakan manfaatnya apabila bantuan tersebut dirasa sesuai karena sesuatu yang nyata dan tepat sasaran akan memberikan

Yulita Ramadani*, Nur Sefa Arief Hermawan, William Arisandi

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Yulita Ramadani. *Email: yulitaramadani1@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i6.1550>

kepuasan tersendiri (Brunner & Suddarth, 2020).

Keterlibatan pasien dan keluarga dalam pengelolaan penyakit diabetes mellitus sangatlah krusial, mengingat DM merupakan kondisi kronis yang berlangsung seumur hidup. Oleh karena itu, dibutuhkan edukasi yang tepat bagi pasien dan keluarganya agar mereka memahami proses perjalanan penyakit, upaya pencegahan, potensi komplikasi, serta langkah-langkah penatalaksanaan diabetes mellitus (Perhimpunan Endokrinologi Indonesia, 2021).

Indikator dukungan informasi di UPT Puskesmas WAY Halim II Kota Bandar Lampung dari 105 responden yang memiliki dukungan informasi kurang baik terdapat 43 responden. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh terbatasnya pengetahuan keluarga mengenai penyakit diabetes mellitus yang dialami oleh pasien. Program PROLANIS di Puskesmas Way Halim II memang ditujukan untuk memfasilitasi pasien diabetes mellitus, namun belum mencakup keterlibatan keluarga dalam aspek edukasi. Akibatnya, keluarga kurang memahami peran penting mereka dalam membantu meningkatkan kondisi kesehatan pasien serta memberikan dukungan dan motivasi.

Dukungan instrumental atau material yang diterima oleh pasien diabetes mellitus dari keluarganya mencakup bantuan dalam bentuk finansial, pelayanan terhadap keluhan, serta kesediaan untuk mendengarkan ungkapan perasaan pasien selama menjalani proses pemulihan penyakit Friedman 2013 dalam (Wahyudi et al., 2023).

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh sebanyak 49 responden yang mendapatkan dukungan instrumental berupa ketersediaan menanggung biaya pengobatan dan turut serta dalam proses perawatan. Namun, masih ditemukan pasien yang menjalani pemeriksaan sendiri tanpa pendampingan keluarga serta mengalami kendala dalam akses transportasi untuk kontrol kesehatan.

Faktor pendapatan keluarga turut memengaruhi bentuk dukungan instrumental yang diberikan. Mayoritas

responden (55.2%) memiliki pendapatan di bawah Rp 2.500.000 per bulan yang dapat membatasi kemampuan keluarga dalam menyediakan biaya transportasi, mendampingi saat pemeriksaan, maupun membiayai pengobatan. Walaupun ada keluarga yang aktif terlibat, keterbatasan finansial tetap menjadi hambatan dalam memaksimalkan dukungan instrumental bagi pasien.

Dukungan emosional kepada pasien diabetes meliputi dorongan, pendampingan, motivasi, serta kasih sayang dari keluarga yang bertujuan untuk menjaga semangat individu dalam menjalani kehidupannya meskipun mengidap diabetes mellitus. Bentuk dukungan ini juga berperan dalam mengurangi dampak negatif seperti stres atau depresi yang mungkin dialami (Wahyudi et al., 2023). Berdasarkan hasil wawancara di dapatkan hasil keluarga berperan dalam memberikan perhatian saat sakit, serta kasih sayang, dan penerimaan terhadap kondisi penyakit. Meskipun terdapat sedikit hambatan emosional seperti sikap kurang sabar keluarga saat mendengar keluhan, namun secara umum keluarga tetap menunjukkan perhatian dan pengertian yang membantu secara psikologis dalam proses perawatan diabetes.

Dukungan penghargaan dari keluarga kepada pasien diabetes mellitus berupa tanggapan positif, dukungan, perhatian, serta apresiasi terhadap upaya atau pencapaian yang telah dilakukan oleh pasien dalam menjalani pengobatan dan perawatan Friedman 2013 dalam (Wahyudi et al., 2023). Dukungan keluarga pada indikator penghargaan terdapat 87 responden yang memiliki dukungan penghargaan yang baik, artinya pasien diabetes mellitus merasakan adanya respons positif dari keluarga yang ditunjukkan melalui pemberian tanggapan atau umpan balik setiap kali mereka membutuhkan bantuan atau mengajukan pertanyaan.

Berdasarkan Tabel 1. dukungan keluarga terhadap pasien diabetes mellitus terdiri dari empat indikator, yaitu dukungan informasi, dukungan emosional & harga diri, dukungan penghargaan, dan dukungan instrumental.

Yulita Ramadani*, Nur Sefa Arief Hermawan, William Arisandi

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Yulita Ramadani. *Email: yulitaramadani1@gmail.com

Hubungan dukungan keluarga dengan *self management* pada pasien diabetes melitus

Indikator dengan responden tertinggi adalah indikator penghargaan dengan total 87 responden yang menunjukkan bahwa keluarga cenderung memberikan apresiasi positif terhadap usaha pasien.

Sementara itu, responden dengan dukungan keluarga rendah paling banyak yaitu indikator instrumental dengan 49 responden dan indikator informasi yaitu 43 responden. Rendahnya dukungan instrumental ini disebabkan oleh minimnya keterlibatan keluarga dalam edukasi kesehatan di Puskesmas, khususnya banyaknya pasien yang tidak didampingi saat ada anggota keluarga yang ingin kontrol, terdapat 61 responden (58.1) yang melakukan kontrol tanpa didampingi oleh anggota keluarga, dan masih adanya responden yang mengalami kesulitan dalam transportasi terutama lansia.

Berdasarkan beberapa hasil penelitian, dapat dipahami bahwa keluarga merupakan elemen penting dalam proses penyembuhan. Dukungan keluarga yang baik mempermudah individu untuk mengungkapkan perasaan mereka terkait penyakit yang dialami. Hal ini berperan dalam mengurangi risiko stres maupun penolakan terhadap kondisi kesehatannya. Oleh karena itu, dukungan keluarga memiliki pengaruh besar terhadap penanganan berbagai penyakit, terutama pada pasien diabetes mellitus dalam berbagai aspek kehidupan mereka.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masih adanya pasien diabetes mellitus yang kurang akan kesadaran dalam mengelola penyakitnya sendiri. Berdasarkan 105 responden yang memiliki self management baik, terdapat 57 responden (54.3%) dan 48 responden (45.7%) memiliki self management yang kurang baik. Mayoritas responden yang memiliki self management baik berusia 30-49 tahun.

Selaras dengan penelitian lain yang menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia di atas 30 tahun memiliki self-management yang baik (Hartono, 2020). Usia memiliki hubungan positif dengan kemampuan self-management pada pasien diabetes mellitus, artinya semakin

bertambahnya usia seseorang cenderung memiliki lebih banyak pengalaman dalam merawat dan mengelola penyakitnya. Penerapan self-management yang optimal berperan penting dalam upaya pencegahan komplikasi akibat diabetes.

Self-management merupakan upaya individu dalam memperhatikan dan menjaga kondisi kesehatan serta mencegah terjadinya komplikasi penyakit. Upaya ini dilakukan melalui pengaturan dan penerapan perilaku hidup sehat, seperti pengendalian kadar gula darah, pengaturan pola makan, aktivitas fisik, penggunaan obat, dan edukasi kesehatan. Diabetes mellitus adalah penyakit kronis yang membutuhkan pemantauan harian dan pengobatan yang kompleks. Oleh karena itu, pasien diabetes memiliki tanggung jawab utama dalam pengelolaan penyakitnya (Perhimpunan Endokrinologi Indonesia, 2021).

Self-management pada penelitian ini terdiri dari 5 indikator diabetes mellitus yaitu Manajemen glukosa, kontrol diet, aktivitas fisik, dan penggunaan perawatan Kesehatan. Untuk mencapai keberhasilan dalam mengubah perilaku menuju gaya hidup sehat, diperlukan edukasi yang menyeluruh serta peningkatan motivasi. Pasien perlu diberikan pengetahuan mengenai pemantauan gula darah secara mandiri, tanda dan gejala hiperglikemia, serta cara penanganannya. Berdasarkan hal tersebut, penerapan self-management menjadi hal yang sangat penting bagi pasien diabetes mellitus.

Indikator manajemen glukosa terdapat sebanyak 68 responden yang memiliki manajemen glukosa baik, banyaknya responden rutin memantau kadar gula darah sehingga kondisinya tetap terjaga, dan rutin dalam mengkonsumsi obat diabetes melitus. Namun masih ditemukan responden yang hanya melakukan pemeriksaan kadar gula saat gejala mulai terasa atau sudah parah. Selain itu, terdapat juga pasien yang tidak mengonsumsi obat diabetes secara teratur karena sering lupa.

Kondisi ini berisiko menyebabkan kadar gula darah menjadi tidak stabil atau tidak

Yulita Ramadani*, Nur Sefa Arief Hermawan, William Arisandi

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Yulita Ramadani. *Email: yulitaramadani1@gmail.com

terkontrol. Hal ini sejalan dengan temuan dalam penelitian lainnya yang menyatakan sebagian responden mengungkapkan bahwa mereka hanya rutin mengonsumsi obat ketika kadar gula darah melebihi ambang normal atau saat muncul gejala tertentu (Galuh & Prabawati, 2021). Padahal, obat antihiperlikemik seharusnya dikonsumsi secara teratur guna menjaga kestabilan kadar gula darah. Meskipun demikian, hasil data menunjukkan bahwa responden memiliki tingkat monitoring kadar gula darah yang tergolong baik.

Self Management pada indikator kontrol diet menunjukkan sebanyak 66 responden memiliki indikator kontrol diet baik. Perilaku self-management pada aspek pengendalian pola makan sebagian besar berada dalam kategori baik karena para responden cenderung mengikuti anjuran dari tenaga kesehatan, seperti dokter, perawat, atau bidan, mengenai jenis makanan yang dianjurkan maupun yang harus dihindari. Pola makan memiliki hubungan secara signifikan terhadap keberhasilan pengelolaan diabetes mellitus (Sholikhah, Widiarini, & Wibowo, 2021). Individu yang memiliki pola makan baik akan meningkatkan kemungkinan 4 kali untuk berhasil dalam pengelolaan diabetes melitus dibandingkan dengan individu dengan pola makan tidak baik.

Self Management indikator aktivitas menunjukkan sebanyak 47 responden yang memiliki aktivitas fisik yang baik, namun banyaknya pasien yang masih menyepikan akan olahraga rutin bagi pasien penyakit diabetes melitus. Pasien yang tergabung dalam Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) cenderung rutin melakukan aktivitas fisik, seperti senam yang dilakukan setiap hari Selasa dan Jumat. Sebaliknya, banyak pasien non-PROLANIS yang masih kurang memperhatikan olahraga secara teratur, seperti berjalan kaki setiap hari. Akibatnya, kadar gula darah mereka menjadi tidak terkontrol yang disebabkan oleh kesibukan pekerjaan pada sebagian responden serta kurangnya motivasi, terutama pada lansia, untuk melakukan aktivitas ringan seperti

jalan kaki.

Aktivitas fisik memiliki peran penting dalam pengelolaan diabetes mellitus karena mampu menurunkan kadar glukosa darah dan menurunkan risiko penyakit kardiovaskular (Brunner & Suddarth, 2020). Melakukan latihan fisik selama 30 menit setiap hari dapat membantu menurunkan gula darah serta meningkatkan penyerapan glukosa oleh otot. Selain itu, latihan seperti resistance training dapat meningkatkan massa otot tanpa lemak yang pada gilirannya dapat mempercepat metabolisme tubuh. Manfaat lain dari aktivitas fisik ini meliputi penurunan berat badan, pengurangan stres, dan peningkatan kebugaran tubuh.

Self management Indikator penggunaan perawatan Kesehatan menunjukkan sebanyak 77 responden yang memiliki penggunaan perawatan Kesehatan yang baik, terlihat dari tingginya kesadaran responden untuk menjalani pemeriksaan kesehatan secara berkala. Mayoritas responden juga aktif mengikuti Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) dan telah terdaftar sebagai anggotanya. Namun, terdapat pula pasien yang bukan bagian dari program tersebut. Secara umum, sebagian pasien baru menjalani kontrol ketika gejala penyakit sudah memburuk, bukan sebagai bentuk evaluasi rutin. Tercatat sebanyak 63 responden (60%) masih belum konsisten dalam melakukan kontrol secara teratur.

Dari beberapa penelitian diatas dapat dipahami bahwa self-management pada pasien diabetes mellitus itu sangat penting, tingkat self-management yang cukup dan kurang dapat menyebabkan komplikasi dan dapat menurunkan status kesehatan pasien diabetes mellitus. Hal ini dikarena pasien kurang memperhatikan self-management pada penyakitnya maka dapat memperburuk pasien itu sendiri dan pola hidupnya. Self-management diabetes mellitus ada 4 indikator kontrol manajemen glukosa, kontrol diet, aktivitas fisik, kemudian indikator yang paling dominan atau yang paling tinggi adalah indikator penggunaan perawatan kesehatan, mungkin dikarenakan

Yulita Ramadani*, Nur Sefa Arief Hermawan, William Arisandi

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Yulita Ramadani. *Email: yulitaramadani1@gmail.com

Hubungan dukungan keluarga dengan *self management* pada pasien diabetes melitus

mayoritas responden lama menderita diabetes mellitus sudah lebih dari 5 tahun, dan usia responden yang mayoritas lebih dari 30 tahun. Lama durasi penyakit akan meningkatkan kepatuhan dalam melakukan pemantauan gula darah dan dalam self-management ada beberapa responden memiliki self-management yang baik ada 57 (54.3%) responden dan yang memiliki self management kurang baik ada 48 responden (45.7%) dan yang paling rendah pada indikator aktivitas fisik dan manajemen glukosa.

Hal ini mungkin dikarenakan beberapa responden jarang aktif dalam Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) dan beberapa responden yang tidak menjadi anggota Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) yang jarang memeriksakan penyakitnya atau kontrol cek gula darah, jarang mengkonsumsi obat-obatan diabetes melitus sesuai anjuran dokter, masih mengkonsumsi makanan tinggi karbohidrat, dan minuman yang tinggi gula. Rata-rata pasien tidak minum obat jika tidak ada gejala apapun yang dirasakan pasien diabetes mellitus dan pasien kurang paham tentang penyakit yang pasien alami, kurang melakukan aktivitas fisik seperti olahraga atau kegiatan sehari-hari.

Hal ini juga sesuai dengan hasil wawancara pada perawat yang menyebutkan bahwa masih ada beberapa responden yang kurang aktif dalam PROLANIS. Begitu juga pada pasien umum yang kurang aktif dalam pemeriksaan ke pelayanan kesehatan setempat. Berdasarkan hasil uji Chi-Square diperoleh nilai Pearson Chi-Square sebesar 49.062 dan signifikansi p-Value = 0.000 ($p < 0.05$), nilai OR 32.250, nilai confidence interval 10.482 – 99.226, yang artinya terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan self management (Damayanti et al., 2023).

Tingkat self-management dipengaruhi oleh dukungan keluarga, semakin baik dukungan keluarga yang dirasakan, maka akan semakin baik pula self management responden diabetes mellitus. Begitu pula dengan penelitian lain yang mengatakan

adanya dukungan keluarga dengan perilaku self-management pasien diabetes melitus tipe 2 dengan nilai hubungan yang signifikan, positif, dan kuat yang artinya semakin tinggi dukungan keluarga yang diterima oleh pasien diabetes melitus tipe 2, semakin tinggi pula self-management-nya.

Salah satu faktor yang berkontribusi cukup besar dalam self-management pasien diabetes mellitus adalah dukungan keluarga (Nurhayati et al., 2022). Dukungan keluarga merupakan salah satu komponen penting dalam proses perawatan suatu penyakit, terutama diabetes mellitus. Secara umum, individu yang memperoleh perhatian dan bantuan dari orang terdekat atau lingkungan sosialnya cenderung lebih patuh terhadap anjuran medis dibandingkan dengan mereka yang tidak mendapatkan dukungan tersebut (Brunner & Suddarth, 2020).

Berdasarkan penelitian lainnya menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan self-management yang baik umumnya memperoleh dukungan keluarga yang baik, yaitu sebesar 70%. Sementara itu, responden dengan self-management yang kurang baik cenderung mendapatkan dukungan keluarga yang kurang baik sebesar 83.3% (Galuh & Prabawati, 2021). Penelitian ini juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan self-management (p value 0.00). Namun, tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kadar gula darah (p value > 0.05).

Begitu juga dengan hasil lainnya yang didapatkan hasil penelitian dari total 81 responden diketahui bahwa 38 responden (46.9%) tidak memperoleh dukungan keluarga, sedangkan 43 responden (53.1%) mendapatkan dukungan dari keluarganya. Melalui uji hipotesis dengan analisis statistik, ditemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan perilaku self-management pada pasien diabetes melitus tipe 2 dengan nilai $p = 0.019$ ($p < 0.05$) (Azhari, 2018).

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan dukungan keluarga dengan self management diabetes mellitus karena salah

Yulita Ramadani*, Nur Sefa Arief Hermawan, William Arisandi

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Yulita Ramadani. *Email: yulitaramadani1@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i6.1550>

Hubungan dukungan keluarga dengan *self management* pada pasien diabetes melitus

satunya adalah pasien atau keluarga mendapatkan informasi dari berbagai arah atau berbagai macam sumber sehingga informasi masyarakat tentang penyakit diabetes mellitus ini meningkat oleh karena itu mereka pun mendapatkan informasi bagaimana cara mendukung atau memberikan dukungan keluarga pasien yang mengalami diabetes mellitus.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas keluarga mendukung pasien dalam melakukan penerapan self-management diabetes mellitus, karena keluarga mengetahui hal-hal yang terkait dengan self-management diabetes mellitus yang harus dilakukan oleh pasien serta keluarga telah bersama pasien dalam waktu yang cukup lama. Sebaliknya pasien dengan dukungan keluarga yang kurang mendukung terjadi kemungkinan karena ketidaktahuan keluarga mengenai self-management yang harus dijalani pasien diabetes mellitus sehingga tidak dapat menegur pasien ketika tidak mematuhi penerapan self management diabetes mellitus yang dianjurkan.

Selain itu, masih terdapat sejumlah pasien diabetes melitus yang menjalani kontrol kesehatan tanpa didampingi anggota keluarga. Kondisi ini dapat berdampak pada menurunnya kemampuan self-management karena pasien merasa kurang mendapat perhatian dan menjadi kurang termotivasi untuk melakukan kontrol secara rutin.

SIMPULAN

Terdapat hubungan dukungan keluarga dengan self-management pada pasien diabetes melitus dengan nilai signifikansi $p\text{-value} = 0.000$ ($p\text{-value} = < 0.05$), nilai OR 32.250 yang artinya ada hubungan dukungan keluarga dengan self-management. Semakin baik dukungan keluarga yang diterima, maka semakin baik pula self-management yang dijalankan oleh pasien diabetes melitus.

DAFTAR PUSTAKA

Yulita Ramadani*, Nur Sefa Arief Hermawan, William Arisandi

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Yulita Ramadani. *Email: yulitaramadani1@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i6.1550>

Anbiya, N., Susanti, S., & Ayatullah. (2024). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Self-Care Management Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Galesong. *NERSMID: Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 7(2), Article 2.

Azhari, R. (2018). Dukungan keluarga dan perilaku self-management pada pasien diabetes melitus tipe II di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi. *Riset Informasi Kesehatan*, 7(1), 76–83.

Brunner, S., & Suddarth, D. (2020). Buku ajar keperawatan medikal bedah. *Jakarta: Egc*.

Damayanti, A. E., Subiyanto, P., & Febriani, D. H. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Self-Management Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Prolanis Puskesmas Depok III. *Jurnal Keperawatan*, 21(2), 188–200.

Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2023). Profil Kesehatan Tahun 2023. Diakses dari: <https://dinkes.lampungprov.go.id/kontak/>

Galuh, L., & Prabawati, D. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Self-Management dan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes. *Jurnal Keperawatan BSI*, 9(1), 49–55.

Hartono, D. (2020). *Hubungan self care dengan komplikasi diabetes mellitus tipe II di poli penyakit dalam RSUD dokter Mohamad Saleh Kota Probolinggo*. STIKES Maharani

Nabila, F. A. S., & Hasanuddin, H. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan peningkatan self care management pasien DM tipe 2 di Puskesmas Tamalanrea Kota Makassar. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 2(1), 111–116.

National Institutes of Health. (2021). IDF Diabetes Atlas. Diakses dari:

Hubungan dukungan keluarga dengan *self management* pada pasien diabetes melitus

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK581934/>

- National Institutes of Health. (2024). IDF Diabetes Atlas & 10th edition. Diakses dari: <https://diabetesatlas.org/resources/previous-editions/>
- Nurhayati, C., Veronika, F., Ambarsari, N., Rustini, S. A., & Farida, I. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Self Management Pada Pasien DM Tipe 2. *Jurnal Ilmiah Keperawatan SHT*, 17(1), Article 1.
- Perhimpunan Endokrinologi Indonesia. (2021). Pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 di Indonesia. Diakses dari: <https://pbperkeni.or.id/wp-content/uploads/2021/11/22-10-21-Website-Pedoman-Pengelolaan-dan-Pencegahan-DMT2-Ebook.pdf>
- Sholikhah, A., Widiarini, R., & Wibowo, P. A. (2021). Hubungan antara dukungan keluarga dan perilaku self-management dengan tingkat stres menjalani diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 di kelurahan nambangan lor kecamatan manguharjo kota madiun. *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 106–113.
- Wahyudi, K., Rohrohmana, B., & Kwando, P. S. (2023). *Monograf Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Lansia dalam Pengendalian Hipertensi*. Jakarta: Penerbit NEM.
- World Health Organization. (2024). *Monitoring health for the SDGs, sustainable development goals*. Diakses dari: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240094703>

Yulita Ramadani*, Nur Sefa Arief Hermawan, William Arisandi

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Yulita Ramadani. *Email: yulitaramadani1@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i6.1550>