



## Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus di Rumah Sakit Royal Prima

Dwight Mahaputera M. Hutapea<sup>1</sup>, Nurhayati Gulo<sup>2</sup>, Juwita Anzelina<sup>3</sup>, Farah Utama<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Prima Indonesia

Correspondence Email: [dwighthutapea@gmail.com](mailto:dwighthutapea@gmail.com).

### ABSTRAK

Hingga saat ini Diabetes Melitus merupakan sebuah penyakit yang tidak menular dan masih menjadi masalah kesehatan secara umum (global). Diabetes merupakan sebuah penyakit yang memiliki masalah metabolik kronis, ditandai dengan meningkatnya kadar glukosa darah (atau gula dalam darah), yang semakin lama bisa menyebabkan gangguan fungsi atau kerusakan ginjal, pembuluh darah, jantung, mata, dan saraf. Umumnya adalah diabetes tipe 2. Meningkatnya efektivitas dukungan keluarga terhadap perawatan diri penderita diabetes memiliki pengaruh yang lebih besar dibandingkan hanya dengan penanganan pengobatan saja. Oleh karena itu, keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam menumbuhkan motivasi dalam diri penderita diabetes dan juga memantau, menyediakan, serta mengingatkan makanan yang sesuai dengan anjuran petugas kesehatan. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui peran dukungan yang diberikan keluarga dengan kepatuhan diet diabetes di RSU Royal prima Medan. Dalam penelitian ini, metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah pasien yang menderita diabetes. Dengan menggunakan total sampling, didapatkan sebanyak 30 sampel. Adapun hasil yang di dapatkan setelah melakukan penelitian yaitu terdapat atau tidak hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet diabetes menggunakan uji *chi square*, dan didapatkan nilai  $p=0,000<0,005$ . Nilai ini menyatakan bahwa hasil penelitian yang didapatkan jauh lebih rendah dari standar signifikan atau  $p < \alpha$  ( $0,000 < 0,005$ ), yang memiliki arti bahwa terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 di RSU Royal Prima.

Kata Kunci: *Diabetes, Dukungan Keluarga, Kepatuhan Diet.*

### ABSTRACT

*Diabetes mellitus is a non-communicable disease that remains a global health problem. Diabetes is a chronic metabolic disease characterized by elevated blood glucose (or blood sugar) levels, which over time can result in impaired function or damage to the kidneys, blood vessels, heart, eyes, and nerves. Type 2 diabetes is most common. Increasing the effectiveness of family support for diabetes self-care has a greater impact than medication alone. Therefore, families have a very important role in fostering motivation in diabetics and also monitoring, providing, and reminding food in accordance with health worker recommendations. This study aims to determine the role of support provided by the family with diabetes diet adherence at Royal prima Medan General Hospital. In this study, the method used was quantitative research with a cross sectional approach. The population in this study were patients suffering from diabetes. By using total sampling, 30 samples were collected. The results that are obtained after researching whether or not there is a relationship between family support and diabetes diet adherence using the chi square test, and obtained a value of  $p = 0.000 < 0.005$ . This value states that the research results*

*obtained are much lower than the significant standard or  $p < \alpha$  ( $0.000 < 0.005$ ), which means that there is a relationship between family support and dietary compliance in patients with type 2 diabetes mellitus at Royal Prima Hospital.*

*Keywords: Diabetes, Family Support, Diet Adherence.*

## **PENDAHULUAN**

Hingga saat ini Diabetes Melitus merupakan sebuah penyakit yang tidak menular dan masih menjadi masalah kesehatan secara umum (global). Diabetes merupakan sebuah penyakit yang memiliki masalah metabolik kronis, ditandai dengan meningkatnya kadar glukosa darah (atau gula dalam darah), yang semakin lama bisa menyebabkan gangguan fungsi atau kerusakan ginjal, pembuluh darah, jantung, mata, dan saraf. Umumnya adalah diabetes tipe 2, pada orang dewasa biasanya terjadi ketika tubuh tidak menghasilkan insulin yang cukup atau resistan terhadap insulin (Sevilla, 2024).

Untuk menurunkan angka prevalensi diabetes salah satu hal yang dapat dilakukan adalah diet diabetes. Pengaturan pola makan atau konsumsi makanan serta minuman yang di larang tetapi dibatasi jumlahnya atau di perbolehkan dengan jumlah tertentu untuk tujuan terapi penyakit yang diderita, untuk menurunkan berat badan yang berlebihan, penurunan tekanan darah tinggi, kesehatan, atau penurunan tingginya kadar gula, kadar lemak/kolesterol adalah pengertian Diet. Pencegahan dan pengobatan diabetes masih belum optimis di Indonesia, serta masih rendahnya tingkat kontrol diabetes.

Berdasarkan dari beberapa jurnal penelitian yang menyajikan mengenai kepatuhan diet diabetes yang berasal dari dukungan keluarga didapatkan banyak yang mengatakan kadar gula darah sering meningkat karena kesulitan dalam menaati aturan pola makan, konsumsi obat, tidak patuh menjalankan diet diabetes, dan juga merasa tidak mendapatkan perhatian lebih dari keluarga seperti keluarga tidak memantau atau mengingatkan untuk minum obat secara teratur, keluarga jarang mengingatkan penderita untuk mematuhi aturan diet diabetes dan mengantar untuk kontrol kesehatannya. Kepatuhan diet diabetes yang masih rendah menyebabkan peningkatan angka kejadian diabetes dan yang memiliki peran sangat penting dalam menjalankan kepatuhan diet untuk penderita diabetes adalah keluarga (Notoarmodjo, 2019).

Dalam penelitiannya, Ayuni (2020) mengemukakan bahwa penderita sebuah penyakit kronik misalnya diabetes melitus sangat perlu akan hal perhatian dan dukungan dari keluarga dalam memenuhi kebutuhan perawatan diri. Meningkatnya efektivitas dukungan keluarga terhadap perawatan diri penderita diabetes memiliki pengaruh yang lebih besar dibandingkan hanya dengan penanganan pengobatan saja. Sebab itu, dukungan keluarga menjadi hal utama atau penting dalam pemenuhan kebutuhan perawatan diri penderita diabetes melitus. Dapat dikatakan bahwa keluarga mempunyai peran yang penting dalam memberikan dukungan psikologis serta fisik kepada anggota keluarga yang sakit. Dukungan dari keluarga sebenarnya secara langsung dapat mempengaruhi peningkatan kesehatan.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di RSUD Royal Prima Medan. Dalam penelitian ini

populasi yang digunakan adalah seluruh pasien yang mengalami Diabetes. Dengan jumlah sampel 30 orang yang diambil menggunakan teknik total sampling. Kemudian, data akan dianalisis secara *univariat* dan *bivariat* menggunakan uji *Chi Square*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### *Karakteristik Responden*

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin,Usia dan Pekerjaan Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di RSU Royal Prima Medan 2025

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	<b>Jenis Kelamin</b>		
	Perempuan	18	60
	Laki-laki	12	40
	<b>Total</b>	30	100
2	<b>Usia</b>		
	40-49	10	33,3
	50-59	14	46,7
	60-69	6	20
	<b>Total</b>	30	100
3	<b>Pekerjaan</b>		
	Tidak Bekerja	14	46,7
	Bekerja	16	53,3
	<b>Total</b>	30	100

Berdasarkan data dari Tabel 1 diketahui bahwa responden terbanyak dalam penelitian ini yaitu berjenis kelamin laki-laki sebanyak 18 orang (60%) dan sisanya berjenis kelamin perempuan sebanyak 12 orang (40%). Tabel 1 juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden pada penelitian ini adalah kelompok usia 50-59 Tahun sebanyak 14 orang (46,7%), selanjutnya responden dengan usia rentang antara 40-49 Tahun sebanyak 10 orang (33,3%) dan sisanya berusia antara 60-69 Tahun sebanyak 6 orang (20%). Terakhir, dilihat dari pekerjaan sebagian besar responden pada penelitian ini adalah responden yang bekerja sebanyak 16 orang (53,3%), dan sisanya tidak bekerja sebanyak 14 orang (46,7%).

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
	<b>Dukungan Keluarga</b>		
1	Baik	23	76,7
2	Cukup	6	20
3	Kurang	1	3,3
	<b>Total</b>	30	100

Dari tabel di atas diketahui 23 responden (76,7%) mendapatkan dukungan keluarga yang baik, 6 responden (20%) mendapatkan dukungan keluarga yang cukup dan sisanya 1 responden (3,3%) mendapatkan dukungan keluarga yang kurang.

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Kepatuhan Diet

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<b>Kepatuhan Diet</b>			
1	Baik	24	80
2	Cukup	5	16,7
3	Kurang	1	3,3
<b>Total</b>		30	100

Tabel di atas menunjukkan mayoritas responden patuh akan diet yakni 24 responden (80%) memiliki kepatuhan diet yang baik, 5 responden (16,7%) memiliki kepatuhan diet yang cukup dan sisanya 1 responden (3,3%) memiliki kepatuhan diet yang kurang.

Tabel 4. Tabulasi Silang Antara Hubungan

No	Variabel Dukungan Keluarga	Kepatuhan Diet Pasien Diabetes						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang		F	%
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	Kurang	23	76,7	1	3,3	0	0	24	80
2	Cukup	0	0	5	16,7	0	0	5	16,7
3	Baik								
Total		23	76,7	6	20	1	3,3	30	100

$p = 0.000$        $\alpha = 0.05$

Tabel 4 menunjukkan, penderita diabetes tipe 2 yang menerima dukungan yang baik dari keluarga memiliki kepatuhan diet yang baik juga sebanyak 23 responden (76,7%), dan penderita diabetes tipe 2 yang menerima dukungan yang cukup dari keluarga memiliki kepatuhan diet cukup sebanyak 6 responden (20%). Sisanya sebanyak 1 responden (3,3%) dengan dukungan yang kurang dari keluarga memiliki kepatuhan diet yang kurang juga.

Berdasarkan uji *chi-square* yang dilakukan diperoleh nilai  $p = 0,000 < 0,05$ , nilai ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga ada hubungannya atau berpengaruh terhadap kepatuhan diet lebih khusus pasien yang menderita diabetes melitus tipe 2. Dapat diartikan, semakin mendukung dan baik *support* keluarga/lingkungan sekitar, semakin baik juga ataupun semakin patuh penderita diabetes melitus tipe 2 terhadap diet yang sudah dianjurkan. Analisis yang telah dilakukan mendapatkan/memberikan hasil yakni penderita diabetes tipe 2 yang secara psikologis (dukungan moral) maupun materi (Berupa obat-obatan) sebanyak 22 responden menerima dukungan dengan baik.

Terdapat juga penderita diabetes tipe 2 yang menerima dukungan dengan cukup, hal ini disebabkan oleh kondisi keluarga yang sehari-hari berada di luar dikarenakan pekerjaan dan kondisi keuangan (ekonomi) yang kurang memadai sebanyak 6 responden. Dan sisanya yaitu 4 responden adalah penderita diabetes tipe 2 yang menerima dukungan dengan kurang dikarenakan kondisi ekonomi (keuangan) yang kurang memadai, kondisi keluarga yang sehari-hari berada di luar dikarenakan pekerjaan dan juga kurangnya pengetahuan keluarga seputar pentingnya peran dan dukungan keluarga dalam mengendalikan kadar gula penderita diabetes tipe 2.

Keluarga dapat memberikan dukungan dalam bentuk semangat, dorongan, perhatian dan pemberian nasehat, kepercayaan. Hal ini dapat memberi dampak bagi diri seseorang sehingga memiliki perasaan dipedulikan, nyaman, yakin, dan dicintai oleh keluarga sehingga dapat menghadapi masalah dan melaksanakan kepatuhan diet diabetes dengan baik (Nur, 2017). Haryati (2016) mengemukakan bahwa dukungan psikologis (emosional) merupakan sebuah hal penting dan menjadi fokus utama kepada penderita diabetes selama memberikan dorongan, sehingga tetap menjaga kesehatan. Kita ketahui, sebuah keluarga sangat membutuhkan dukungan dari lingkungan sekitar atau orang lain yang dapat berupa dukungan empatik dan simpatik, kepercayaan, penghargaan dan cinta. Selain itu dengan perhatian yang diberikan oleh keluarga juga dapat mengingatkan dan melakukan kontrol sehingga apabila pasien lupa untuk merubah gaya hidup sesuai dengan petunjuk medis, dan melaksanakan diet dengan baik dapat segera diatasi untuk mempercepat proses kesembuhannya.

Dalam pemeliharaan kesehatan sangat penting adanya dukungan keluarga, karena adanya dukungan keluarga pencapaian keluarga sehat akan tercapai. Dalam memelihara kesehatan peran keluarga yaitu: 1) Sadar akan gangguan kesehatan yang ada dalam keluarganya; 2) Dapat mengambil sikap atau putusan untuk menentukan tindakan kesehatan yang tepat; 3) melakukan perawatan dan pendampingan terhadap anggota keluarga yang sakit; 4) Mengatur suasana ataupun situasi rumah yang baik, dan mendukung untuk kesehatan serta perkembangan kepribadian anggota keluarga serta 5) Selalu menjaga interaksi, komunikasi atau hubungan yang baik/harmonis antara keluarga dan fasilitas kesehatan. (Siti & Prawira, 2018). Dengan kata lain, semakin bagus dukungan psikologis yang diberikan keluarga kepada penderita diabetes mellitus tipe 2, semakin tinggi juga tingkat kepatuhan diet yang didapatkan pada penderita diabetes. Simpulannya, dukungan psikologis (emosional) dari keluarga memiliki peran yang sangat penting terhadap kepatuhan pasien dalam menjalani diet.

Komala (2016) mengungkapkan, yang menjadi faktor utama dan berpengaruh terhadap terjadinya Diabetes Melitus T. 2 yaitu pola makan yang tidak sehat, dapat dikatakan demikian karena penderita diabetes akan lebih dominan untuk terus-menerus mengonsumsi makanan berat yang mengandung karbohidrat dan mengandung glukosa dalam skala berlebih, yang dapat mempengaruhi kenaikan kadar gula dalam darah, sehingga memerlukan pengaturan pola makan atau diet. Dalam mengonsumsi makanan, penderita diabetes harus menerapkan kebiasaan makan sehari-hari dengan jumlah dan takaran yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Kurangnya kepatuhan dalam menjalankan diet, diakibatkan karena pasien merasa jenuh dalam mengikuti terapi diet, hal ini didasari oleh menu diet yang serba dibatasi dan diatur sesuai takaran yang dianjurkan (Bertalina and Purnama 2016).

Selain itu, ketidakpatuhan penderita Diabetes T.2 juga dapat disebabkan karena kesulitan menjalani 3j (jenis makanan, jumlah, dan waktu makan). Membatasi makanan, kemudian takaran yang harus tepat dan waktu makan yang harus diikuti menjadi penyebab jenuh dan bosan yang dirasakan pasien. Satu hal yang sulit dilakukan yaitu pemilihan jenis makanan, dimana biasanya tidak ada batasan untuk makanan yang diminati misalnya goreng-gorengan, minuman atau makanan manis dan juga adanya batasan konsumsi sehingga penderita sering melanggar aturan diet.

Kepatuhan diet dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara seperti dukungan keluarga, pendidikan, motivasi, modifikasi faktor lingkungan dan sosial, perubahan model terapi, serta meningkatkan interaksi profesional tenaga kesehatan

dengan pasien. Ketidakpatuhan diet juga dapat diakibatkan oleh kurangnya peran keluarga dalam memberi dukungan untuk mengontrol makan makanan yang dikonsumsi oleh penderita diabetes tipe 2 dalam mencegah kejadian komplikasi. Sebagian besar lansia memiliki dukungan keluarga dalam kategori cukup karena dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah faktor emosi.

Menurut Hestiana (2017) dalam penelitiannya, dukungan keluarga memiliki hubungan yang erat dengan pengelolaan diet pasien diabetes disebabkan oleh peran keluarga yang selalu menjaga makanan yang dikonsumsi setiap hari sesuai dengan saran petugas kesehatan. Oleh karena itu, keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam menumbuhkan motivasi dalam diri penderita diabetes dan juga memantau, menyediakan, serta mengingatkan makanan yang sesuai dengan anjuran petugas kesehatan. Sehingga terdapat kepatuhan dalam menjalankan diet yang mengakibatkan kadar glukosa darahnya menjadi stabil dan memperlambat terjadinya komplikasi. Yang menjadi faktor kepatuhan pasien terhadap terapi yakni dukungan keluarga, persepsi, motivasi diri, kepercayaan diri, dan dukungan dari petugas kesehatan. Dengan adanya dukungan dari keluarga diharapkan penderita diabetes akan merasa senang, nyaman dan tenteram, karena dukungan tersebut dapat menimbulkan kepercayaan dirinya untuk menghadapi atau mengelola penyakitnya menjadi meningkat atau lebih baik.

## SIMPULAN

Hasil penelitian yang dilakukan menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet Diabetes di RSUD Royal Prima pada tahun 2025, yang dapat dilihat dari nilai  $p$  yang diperoleh, yaitu  $p=0,000<0,05$ . Berarti, dukungan dari keluarga atau lingkungan kita berada sangat berpengaruh pada kepatuhan diet pasien diabetes. Baik itu dalam bentuk dukungan materiil, emosional, bahkan fasilitas yang disediakan atau usahakan oleh keluarga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ardhiyanto, M. D. A. (2019). *Hubungan Kecerdasan Spiritual dan Lama Menderita Dengan Self-Management Pada Pasien Diabetes Melitus (Dm) Tipe 2 di Poli Penyakit Dalam Rsu Haji Surabaya*. Universitas Airlangga Surabaya.
- Arifin, & Damayanti, S. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet diabetes Melitus Tipe 2 di Poli Penyakit Dalam RSUD Dr. Soeradji Tirtonegoroklaten. *Jurnal Keperawatan Respati*, 2(2), 54–66. <http://nursingjurnal.respati.ac.id/index.php/JKRY/article/view/174>.
- Choirunnisa, L. (2018). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Melakukan Kontrol Rutin pada Penderita Diabetes Mellitus di Surabaya*. Universitas Airlangga.
- Donsu, J. D. (2017). *Psikologi Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Fatimah, P. (2018). Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Penatalaksanaan Diabetes. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan Volume 3 Nomor 5, 2023; 155 ISSN: 2797-0019| E-ISSN: 2797-0361 Mellitus pada Pasien Diabetes Mellitus di RSUD Dr. Pirngadi Medan*. Universitas Sumatera Utara.
- Felicia. (2017). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Amplas Medan*. Universitas Sumatera Utara.

- Friedman, M., Bowden, V., & Jones, E. (2018). *Keperawatan Keluarga Teori dan Praktik*. Jakarta: EGC.
- Hartono, S. P. (2016). *Analisis Data pada Bidang Kesehatan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Hidayat, A. A. A. (2017). *Metodologi Penelitian Kesehatan dan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Empat.
- Indriyani, D. (2018). *Keperawatan Maternitas pada Area Perawatan Antenatal*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Isnaini, N., & Ratnasari, R. (2018). Faktor risiko mempengaruhi kejadian Diabetes mellitus tipe dua. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah*, 14(1), 59–68. <https://doi.org/10.31101/jkk.550>.
- Komariah, S. R. (2020). Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Klinik Pratama Rawat Jalan. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, (Dm), 41–50.
- Kurniawaty, Evi; Yanita, B. (2016). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe II. *Majority*, 5(2), 27–31.
- Lufthiani, Karota, E., & Sitepu, N. F. (2020). *Panduan Konseling Kesehatan dalam Upaya Pencegahan Diabetes Mellitus*. Penerbit Deepublish.
- Luthfa, I., & Fadhilah, N. (2019). Self-Management Menentukan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Endurance*, 4(2), 402. <https://doi.org/10.22216/jen.v4i2.4026>.
- Mirza, R. (2017). Memaksimalkan Dukungan Keluarga Guna Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal JUMANTIK*, 2(2), 12–30.
- Nuraini, H. Y., & Supriatna, R. (2019). Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Riwayat Penyakit Keluarga Terhadap Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Ilmu Kesehatan*
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Empat.
- Pramayudi, N. (2021). *Gambaran Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Poto Tano Kabupaten Sumbawa Barat Tahun 2020*. Universitas Andalas.
- Prawirasatra, W. A., Wahyudi, F., & Nugraheni, A. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Pasien Dalam Menjalankan 4 Pilar Pengelolaan Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Rowosari. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 6(2), 1341–1360.
- Srywahyuni, R., Waluyo, A., & Azzam, R. (2019). Perbandingan Senam Tai Chi dan Senam Diabetes Mellitus Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. *Journal of Telenursing (JOTING) Volume*, 1(1).
- Sujarweni, W. (2015). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta: Gav Media.
- Widiyoga, C. R., Saichudin, & Andiana, O. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Penyakit Diabetes Melitus pada Penderita terhadap Pengaturan Pola Makan dan Physical Activity. *Sport Science and Health*, 2(2), 152–161.
- Yulia, S. (2015). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan dalam Menjalankan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2*. Universitas Negeri Semarang.