

## **Manajemen Diabetes: Bagaimana Dukungan Keluarga dan Efikasi Diri Mendorong Kepatuhan Pola Makan**

### *Empowering Diabetes Management: How Family Support and Self-Efficacy Drive Dietary Compliance*

**Elvana Leoni Agustina<sup>1</sup>, Anna Kurnia<sup>2</sup>, Khoiriyah<sup>3</sup>**

<sup>1, 2, 3</sup> Universitas Muhammadiyah Semarang

Corresponding author: [annakurnia@unimus.ac.id](mailto:annakurnia@unimus.ac.id)

#### **Abstrak**

**Pendahuluan:** Diabetes Melitus (DM) merupakan masalah kesehatan masyarakat serius. Penyakit ini menjadi salah satu penyakit paling tinggi dari empat penyakit tidak menular. Salah satu dari lima komponen dalam penatalaksanaan DM yaitu kepatuhan pola makan. Adapun faktor yang mempengaruhi pola makan merupakan efikasi diri dan dukungan keluarga. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan efikasi diri dan dukungan keluarga dengan kepatuhan pola makan pasien DM di Poli rawat jalan RSD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif, metode *crosssectional* dengan sampel 110 responden pasien DM. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner *Diabetes Management Self Efficacy Scale* (DMSES), *kuesioner Hensarling Diabetes Family Support Scale* (HDFSS), dan Kuesioner kepatuhan diet. Analisa data penelitian menggunakan *Rank Spearman*. **Hasil:** Ada hubungan efikasi diri dengan kepatuhan pola makan dengan nilai koefisien korelasi 0,782 dan nilai signifikan korelasi 0,001 (<0,05). Ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan pola makan dengan nilai koefisien korelasi 0,800 dan nilai signifikan korelasi 0,001 (<0,05). **Kesimpulan:** Penelitian ini menyimpulkan mayoritas responden memiliki efikasi diri baik, dukungan keluarga yang tinggi dan kepatuhan pola makan yang baik serta adanya hubungan efikasi diri dan dukungan keluarga dengan kepatuhan pola makan pasien DM.

**Kata Kunci:** Diabetes Melitus, Efikasi diri, Dukungan Keluarga, Kepatuhan pola makan pasien DM.

#### **Abstract**

*Introduction: Diabetes Mellitus (DM) is a significant public health issue and ranks among the top four non-communicable diseases. One of the five components in the management of DM is dietary adherence. Factors influencing dietary patterns include self-efficacy and family support. The aim of this study is to examine the relationship between self-efficacy and family support with dietary adherence among DM patients in the outpatient clinic of RSD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang. Methods: This study employs a quantitative design with a cross-sectional approach, involving a sample of 110 DM patients. The measurement instruments used include the Diabetes Management Self Efficacy Scale (DMSES), the Hensarling Diabetes Family Support Scale (HDFSS), and a dietary adherence questionnaire. Data analysis was performed using Spearman's Rank Correlation. Results: There is a significant relationship between self-efficacy and dietary adherence, with a correlation coefficient of 0.782 and a significance value of 0.001 (<0.05). Additionally, there is a significant relationship between family support and dietary adherence, with a correlation coefficient of 0.800 and a significance value of 0.001 (<0.05). Conclusion: This study concludes that the majority of respondents have good self-efficacy, high family support, and good dietary adherence, as well as a significant relationship between self-efficacy and family support with dietary adherence among DM patients.*

**Keywords:** Diabetes Mellitus, Self-efficacy, Family Support, Dietary compliance in DM patients

## PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit kronis yang terjadi pada saat tubuh tidak dapat secara efisien memanfaatkan insulin yang dihasilkan (Basri et al., 2021). Penyakit DM merupakan penyakit tertinggi dari empat penyakit tidak menular (Zanzibar & Akbar, 2023). Menurut data *World Health Organisation (WHO)*, di negara-negara berkembang dan negara maju jumlah penderita penyakit DM kurang lebih ada 30 juta yang menderita penyakit ini dikarenakan faktor keturunan dan gaya hidup masyarakat (Timah, 2019). Penderita DM saat ini sudah mencapai angka 9,1 juta orang penduduk. Data tersebut menjadikan Indonesia menduduki peringkat ke-5 di dunia. Penyakit DM menjadi salah satu penyebab utama penyakit tidak menular dari seluruh kematian yang terjadi (Nobel Bistara et al., 2018). Kasus tertinggi DM di Provinsi Jawa Tengah berada di Kota Semarang dengan penderita DM berjumlah 4,76 ribu (Basri et al., 2021).

Penatalaksanaan DM diperlukan untuk mencegah komplikasi DM. Terdapat lima komponen dalam penatalaksanaan DM yaitu dengan edukasi, kepatuhan pola makan, latihan fisik, intervensi farmakologis, dan pemeriksaan gula darah. Salah satu dari lima pilar DM adalah tentang kepatuhan dalam pengaturan pola makan. Pola makan dilakukan dengan menunjukkan konsumsi makanan dan menunjukkan jumlah, jadwal, dan jenis makanan. Peningkatan kadar gula darah dapat meningkat karena pengaturan pola makan yang tidak tepat (Susanti dan Bistara, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Zanti menjelaskan bahwa (53,1%) pasien DM tidak patuh pada standar pola makan DM berdasarkan pada 3J (jumlah, jenis, dan jadwal). Pasien yang tidak patuh terhadap pengontrolan pola makan dapat berdampak negatif terhadap kesehatan pasien (Zanti, 2017).

Kepatuhan pola makan pasien DM dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal bisa berupa interaksi profesional kesehatan dengan pasien, faktor lingkungan dan dukungan keluarga. Peran dukungan keluarga yang mempengaruhi kepatuhan pola makan yaitu dapat mengontrol, memotivasi dalam program diet yang telah di anjurkan oleh tenaga kesehatan sehingga penderita DM dapat mempertahankan atau memperbaiki kualitas hidupnya (Bangun et al., 2020). Dukungan keluarga menjadi bagian penting bagi penderita DM dalam mematuhi pola makan. Adanya dukungan keluarga dan efikasi diri untuk mengatur pola makan pasien DM maka harapannya pasien dapat patuh dalam mengontrol pola makannya sehingga pasien dan keluarga ada pada kondisi sejahtera (Sartika et al., 2022). Faktor internal yang dapat mempengaruhi kepatuhan pola makan pasien DM seperti pendidikan, pengetahuan, sifat kepribadian dan efikasi diri. Efikasi diri pasien DM berfokus kepada keyakinan dan kemampuan pasiennya untuk melakukan kegiatan yang dapat mendukung perbaikan penyakitnya dan meningkatkan manajemen perawatan dirinya seperti diet, latihan fisik, medikasi, kontrol gula darah, dan perawatan DM secara umum (Prihatin et al., 2019).

Berdasarkan studi pendahuluan di R.S.D KRMT Wongsonegoro Semarang jumlah pasien DM di poli rawat jawa pada bulan September 2023 sampai bulan November 2023 dengan jumlah pasien yaitu 401 dan mengalami peningkatan pada 3 bulan terakhir yaitu bulan Desember 2023 sampai bulan November 2024 yaitu 433 pasien. Maka dari itu peneliti melakukan penelitian ini yang bertujuan untuk menganalisa hubungan antara efikasi diri dan dukungan keluarga dengan kepatuhan pola makan pasien Diabetes Melitus.

## METODE

Pada Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *cross-sectional*. Populasi yang diteliti mencakup pasien diabetes melitus di RSD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang, dengan total 433 pasien rawat jalan selama tiga bulan terakhir (Desember 2023 – Februari 2024). Sampel diambil menggunakan teknik *consecutive sampling* sejumlah 81 responden. Namun, untuk meningkatkan akurasi data, penelitian ini melibatkan 110 responden.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner yang terdiri dari tiga bagian: Instrumen Efikasi Diri menggunakan *Diabetes Management Self Efficacy Scale* (DMSES), Instrumen Dukungan Keluarga menggunakan *Hansarling Diabetes Family Support Scale* (HDFSS), dan Instrumen Kepatuhan Pola Makan menggunakan kuesioner Kepatuhan Diet. Analisis data dilakukan dengan menguji normalitas menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov, dan kemudian dilakukan uji korelasi menggunakan Rank Spearman. Kesimpulan ditarik berdasarkan nilai p-value <0,05, yang mengindikasikan adanya hubungan antara efikasi diri, dukungan keluarga, dan kepatuhan pola makan pada pasien diabetes melitus. Penelitian ini telah mendapat persetujuan dari komite etik rumah sakit dengan bukti surat *ethical clearance* No. 032/Kom.EtikRSWN/VI/2024.

## HASIL

### 1. Karakteristik Responden

Data penelitian ini disajikan data hasil distribusi karakteristik responden yang mencakup usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, penyakit penyerta, lama menderita, indeks massa tubuh (IMT).

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Pasien DM (n=110)

Variabel	<i>f</i>	%	Mean	Median	Std	Min	Max
Usia responden			57,4	57,5	8,3	42	73
40-60	66	60%					
61-80	44	40%					
Total	110	100%					
Jenis Kelamin							
Perempuan	69	48,3%					
Laki-laki	41	28,7%					
Total	110	100%					
Riwayat keluarga DM							
Ada	89	62,2%					
Tidak ada	21	14,7%					
Total	110	100%					

Variabel	<i>f</i>	%	Mean	Median	Std	Min	Max
Penyakit penyerta							
Asan lambung	6	4,2%					
Asam urat	8	5,6%					
Gangguan pnglihatan	7	4,9%					
Hipertensi	24	16,8%					
Jantung	8	5,6%					
Kolestrol	10	7,0%					
Kulit gatal	3	2,1%					
Stroke	3	2,1%					
Vertigo	9	6,3%					
Tidak ada	32	22,4%					
<b>Total</b>	<b>110</b>	<b>100%</b>					
Lama menderita DM			7,74	8.00	2,667	2	14
Klasifikasi							
>5 tahun	90	62,9%					
≤5 tahun	20	14,0%					
<b>Total</b>	<b>110</b>	<b>100%</b>					
IMT							
Kurang (17,0-18,4)	1	0,9%					
Normal (18,5-25)	81	73,6%					
Berlebih (25,1-≥27)	28	25,5%					
<b>Total</b>	<b>110</b>	<b>100%</b>					

Tabel di atas menunjukkan bahwa usia responden mayoritas pada usia 40-60 tahun. Jenis kelamin pada responden mayoritas pada jenis kelamin perempuan dengan nilai 48,3%. Riwayat keluarga dengan DM pada responden mayoritas mempunyai riwayat keluarga dengan nilai 62,2%. Penyakit penyerta pada responden mayoritas responden tidak memiliki penyakit penyerta dengan nilai 22,4% dan yang memiliki penyakit penyerta mayoritas penyakit hipertensi dengan nilai 16,8%. Lama menderita pada responden mayoritas menderita DM >5 tahun dengan nilai 62,9%. IMT pada responden mayoritas responden memiliki berat badan normal dengan nilai 73,6%.

## 2. Efikasi Diri

Hasil perhitungan dengan spss data penelitian efikasi diri

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Efikasi Diri Pasien DM (n=110)

Variabel	<i>f</i>	%
Efikasi Diri		
Buruk	12	10,9%
Baik	98	89,1%
<b>Total</b>	<b>110</b>	<b>100%</b>

Tabel di atas menunjukkan bahwa efikasi diri pada pasien DM dikategorikan efikasi diri baik dengan nilai (89,1%).

### 3. Dukungan Keluarga

Hasil perhitungan dengan spss data penelitian dukungan keluarga

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga Pasien DM di Rumah Sakit K.R.M.T Wongsonegoro bulan Juli 2024 (n=110)

Variabel	<i>f</i>	%
Dukungan Keluarga		
Rendah	8	7,3%
Tinggi	102	92,7%
Total	110	100%

Tabel di atas menunjukkan bahwa dukungan keluarga pada pasien DM dikategorikan dukungan keluarga tinggi dengan nilai 92,7%.

### 4. Kepatuhan Pola Makan

Hasil perhitungan dengan spss data penelitian kepatuhan pola makan

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi kepatuhan pola makan Pasien DM di Rumah Sakit K.R.M.T Wongsonegoro bulan Juli 2024 (n=110)

Variabel	<i>f</i>	%
Kepatuhan pola makan		
Tidak patuh	15	13,6%
Patuh	95	86,6%
Total	110	100%

Tabel di atas menunjukkan bahwa kepatuhan pola makan pada pasien DM dikategorikan kepatuhan pola makan baik dengan nilai 86,4%.

### 5. Hubungan Efikasi Diri dengan Kepatuhan Pola Makan pasien DM

Sebelum dilakukan uji bivariat antar variabel, diperlukan uji normalitas. Hasil uji normalitas adalah tidak normal dimana nilai signifikansi sebesar  $0,001 < 0,05$ , selanjutnya dilakukan pengujian antara variabel efikasi diri dengan kepatuhan pola makan menggunakan uji rank spearman dengan hasil

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Hubungan efikasi diri dengan kepatuhan pola makan pasien DM di Rumah Sakit K.R.M.T Wongsonegoro bulan Juli 2024 (n=110)

Variabel	Mean	Standar Deviasi	Min	Max	<i>P-value</i>	<i>r</i>
Efikasi diri	79,75	15,6	34	98	0,001	0,782
Kepatuhan pola makan	62,01	10,7	33	72	0,001	0,782

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dengan menggunakan korelasi Rank Spearman menunjukkan nilai koefisien korelasi 0,782 dan nilai signifikan korelasi 0,001 ( $<0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kepatuhan pola makan pasien DM dengan kriteria tingkat kekuatan korelasi kuat dibuktikan dengan nilai  $r = 0,782$ .

## 6. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Pola Makan Pasien DM

Sebelum dilakukan uji bivariat antar variabel, diperlukan uji normalitas. Hasil uji normalitas adalah tidak normal dimana nilai signifikansi sebesar  $0,01 < 0,05$ , selanjutnya dilakukan pengujian antara variabel dukungan keluarga dengan kepatuhan pola makan menggunakan uji rank spearman dengan hasil:

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Hubungan dukungan keluarga diri dengan kepatuhan pola makan pasien DM di Rumah Sakit K.R.M.T Wongsonegoro bulan Juli 2024 (n=110)

Variabel	Mean	Standar deviasi	Mi n	Max	P-value	R
Dukunga n Keluarga	85,47	14,8	40	98	0,001	0,800
Kepatuha n pola makan	62,01	10,7	33	72	0,001	0,800

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dengan menggunakan korelasi Rank Spearman menunjukkan nilai koefisien korelasi 0,800 dan nilai signifikan korelasi 0,001 ( $<0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan pola makan pasien DM dengan kriteria tingkat kekuatan korelasi kuat dibuktikan dengan nilai  $r=0,800$ .

## PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

Hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa usia responden mayoritas berusia antara 40 hingga 60 tahun, dengan rata-rata usia 57,4 tahun. Hal ini disebabkan dengan fakta bahwa usia yang lebih tua dapat meningkatkan risiko terjadinya diabetes melitus, dan proses penuaan dapat mengurangi sensitivitas insulin, yang berdampak pada kadar glukosa dalam darah. Selain itu, penelitian juga mencatat bahwa sebagian besar responden adalah perempuan, dengan jumlah 69 orang (48,3%). Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang mengatakan bahwa perempuan memiliki risiko terkena diabetes melitus 2,777 kali lebih besar dibandingkan laki-laki (Milita et al., 2021). Sindrom pramenstruasi (premenstrual syndrome) dan kondisi pasca menopause menyebabkan akumulasi lemak tubuh yang lebih mudah akibat perubahan hormonal, sehingga perempuan memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami diabetes melitus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki riwayat keluarga yang menderita diabetes melitus, sebanyak 89 orang (62,2%). Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, yang mencatat hampir setengah dari total responden memiliki riwayat diabetes melitus, yaitu 20 orang (45,5%) (Etika, 2019).

Riwayat penyakit dalam keluarga dapat berfungsi sebagai indikator bagi individu yang memiliki anggota keluarga dengan diabetes melitus. Teori ini mengungkapkan bahwa orang dengan riwayat keluarga menderita diabetes melitus memiliki risiko lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki riwayat tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak memiliki penyakit

penyerta, dengan persentase 22,4%, sementara sebagian yang lain memiliki penyakit penyerta, dengan mayoritas menderita hipertensi, yaitu 16,8%. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang mencatat bahwa 61,86% pasien diabetes melitus tidak memiliki penyakit penyerta, sedangkan 38,14% lainnya disertai dengan penyakit penyerta (Pambudi et al., 2021). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden yang menderita diabetes melitus telah mengalami kondisi ini selama lebih dari 5 tahun, dengan jumlah 90 orang (62,9%). Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang mencatat bahwa 61,1% responden juga menderita diabetes selama lebih dari 5 tahun (Suryati, 2019). Peneliti berasumsi bahwa responden yang tidak melakukan upaya pencegahan untuk mengendalikan kadar gula darah, baik melalui pendekatan farmakologis maupun non-farmakologis, seperti perubahan gaya hidup, cenderung merupakan mereka yang sudah lama menderita diabetes melitus. Penyakit ini sebagian besar dipengaruhi oleh faktor keturunan dan juga oleh gaya hidup yang tidak sehat.

Hasil yang telah didapatkan dari penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki indeks massa tubuh (IMT) dalam kategori normal, dengan persentase sebesar 73,6%. Temuan ini serupa dengan penelitian sebelumnya, yang menyatakan bahwa sebagian besar sampel memiliki nilai IMT antara 18,5 hingga 25, di mana sebanyak 19 orang (51,4%) menunjukkan status gizi sedang (Adnan et al., 2013). Akumulasi lemak bebas yang tinggi dapat meningkatkan penyerapan sel terhadap asam lemak bebas dan merangsang oksidasi lemak, sehingga menghambat penggunaan glukosa di otot. Hal ini disebabkan oleh peran insulin sebagai reseptor untuk penyerapan glukosa melalui membran khusus yang sensitif terhadap insulin, yang dapat menyebabkan kadar glukosa darah meningkat peningkatkan kadar glukosa darah akibat penyerapan glukosa yang tertunda. Oleh sebab itu, terdapat hubungan antara berat badan dan kadar glukosa darah (Takeuchi, 2018).

## **2. Efikasi Diri**

Hasil penelitian didapatkan bahwa efikasi diri pada pasien diabetes melitus berada dalam kategori baik, dengan nilai 89,1% atau 98 pasien. Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu, yang mencatat bahwa mayoritas pasien diabetes melitus, sebanyak 61,7%, memiliki tingkat efikasi diri yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa responden memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuan mereka untuk mengatur dan menerapkan perilaku gaya hidup sehat (Manuntung, 2020). Hasil pada penelitian ini didapatkan sebagian besar responden memiliki efikasi diri yang baik, patuh dalam menjalankan diet, serta mampu menyesuaikan aktivitas melalui olahraga atau berkebun dan rutin melakukan kontrol kesehatan di rumah sakit. Penelitian di RSD K.R.M.T Wngsonegoro mengungkapkan bahwa efikasi diri yang baik terdapat pada komponen generalitas, yang berhubungan dengan berbagai perilaku yang dilakukan oleh responden. Keyakinan dan kemampuan yang dimiliki responden terkait dengan pemahaman mereka terhadap kemampuan diri dalam menghadapi aktivitas dan situasi tertentu, baik yang spesifik maupun yang lebih umum. Hal ini disebabkan oleh keinginan yang kuat untuk sembuh dari penyakit dan perhatian terhadap anjuran yang diberikan oleh petugas kesehatan.

## **3. Dukungan Keluarga**

Hasil penelitian yang didapatkan yaitu dukungan keluarga pada pasien DM dikategorikan dukungan keluarga tinggi dengan nilai 102 (92,7%). Hal tersebut sesuai

dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa sebanyak (53,3%) kategori dukungan keluarga tinggi (Mardiyanti et al., 2020). Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian responden menerima dukungan keluarga dengan kategori baik. Hal ini disebabkan oleh anggota keluarga yang selalu memperhatikan mereka, memilih bekerja di dekat responden, dan banyak di antaranya didampingi oleh anggota keluarga yang sudah pensiun, sehingga dapat terus bersama mereka dan membantu mengatur pola makan sesuai diet diabetes melitus. Hasil penelitian di RSD K.R.M.T Wongsonegoro mengungkapkan bahwa dukungan keluarga yang paling kuat berada pada aspek dukungan emosional, dengan persentase sebesar 86,4%. Dukungan emosional dari keluarga sangat penting untuk proses penyembuhan, di mana pasien memerlukan empati, perhatian, kasih sayang, penghargaan, dan kebersamaan agar mereka bisa menjalankan diet dengan baik, yang pada akhirnya meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup mereka.

#### **4. Kepatuhan Pola Makan**

Dari penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa kepatuhan pola makan pada pasien diabetes melitus masuk dalam kategori baik, dengan persentase sebesar 86,4% atau 95 pasien. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya, di mana kategori kepatuhan baik paling dominan dengan 36 responden (53,7%), sedangkan kategori cukup diwakili oleh 31 responden (46,3%) (Devita, 2021). Hasil ini didapat karena sebagian besar responden melaporkan bahwa mereka selalu diawasi oleh anggota keluarga, seperti anak, suami, atau istri, dalam mengikuti diet diabetes melitus sesuai dengan rekomendasi perawat dan dokter di rumah sakit. Berdasarkan penelitian, banyak responden telah mengonsumsi makanan sehat seperti buah dan sayuran setiap hari serta mengganti gula dengan pemanis khusus untuk diabetes. Hal ini membuat mereka patuh terhadap diet yang dianjurkan dan tetap dalam kondisi yang baik. Namun, beberapa responden masih mengonsumsi minuman tinggi gula, seperti kopi dan teh manis, serta makanan berlemak dengan pola makan yang tidak teratur. Hal ini disebabkan oleh kebiasaan sehari-hari yang jika dilewatkan membuat mereka merasa tidak nyaman, seperti mengalami pusing.

#### **5. Hubungan Efikasi Diri dengan Kepatuhan Pola Makan Pasien DM**

Dari hasil penelitian ini menyatakan bahwa terdapat adanya hubungan antara efikasi diri dengan kepatuhan pola makan pada pasien DM. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa adanya kaitan antara efikasi diri dan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sidomulyo, Kabupaten Lampung Selatan, dengan nilai p-value sebesar 0,000 (Jabbar, 2024). Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir semua responden secara rutin memeriksa kadar gula darah di puskesmas atau klinik, meskipun ada juga yang melakukannya di rumah karena memiliki alat sendiri. Sebagian besar responden mematuhi diet yang dianjurkan dokter dan dapat menyesuaikan diri dengan melakukan aktivitas fisik seperti olahraga, berkebun, serta selalu memantau kondisi tubuh mereka. Penelitian mengenai efikasi diri pada pasien diabetes melitus di RSD K.R.M.T Wongsonegoro mengungkapkan bahwa efikasi diri mereka tergolong baik, terlihat dari perilaku terkait diet, medikasi, dan aktivitas fisik. Keyakinan pasien DM terhadap kemampuannya untuk melakukan perubahan positif dalam kesehatan dan gaya hidup berpengaruh besar dalam bagaimana cara mereka mengelola diabetesnya.



## 6. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Pola Makan Pasien DM

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ditemukan adanya hubungan antara dukungan keluarga dan kepatuhan pola makan pada pasien diabetes mellitus (DM). Hal tersebut konsisten dengan penelitian sebelumnya yaitu adanya keterkaitan antara dukungan keluarga dan kepatuhan pola makan penderita DM di wilayah kerja Puskesmas Sei Besar Banjarbaru (Putri, N., Nuzula, F., 2022). Teori yang dikemukakan oleh Sarafirno menjelaskan bahwa dukungan keluarga terdiri dari empat dimensi, yaitu dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan instrumental, dan dukungan penghargaan. Hasil lain dari penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan penghargaan dari keluarga memberikan dampak positif bagi kepatuhan diet pasien. Peneliti berpendapat bahwa dorongan dari keluarga untuk mengingatkan pasien dalam mengontrol gula darah serta memeriksakan kesehatannya ke dokter berkontribusi pada peningkatan kepatuhan. Namun, beberapa responden mengeluhkan kesemutan dan pandangan kabur tetapi tidak memeriksakan diri ke dokter karena menganggap keluhan tersebut hal biasa dan kurangnya pengetahuan keluarga. Dukungan keluarga yang terus hadir, baik dalam keadaan sehat maupun sakit, sangat penting bagi setiap anggota keluarga. Tingkat kepatuhan pasien DM dapat dipengaruhi oleh sejauh mana dukungan keluarga yang diberikan (Solekhah, 2020).

## KESIMPULAN

Kesimpulan pada penelitian ini yaitu rerata usia responden 57,6 tahun, mayoritas berjenis kelamin perempuan, mayoritas memiliki riwayat keluarga dengan DM, mayoritas memiliki penyakit hipertensi, mayoritas responden sudah menderita DM >5 tahun dan IMT responden sebagian besar berada dalam kategori normal. Mayoritas responden memiliki efikasi diri baik, dukungan keluarga yang tinggi dan kepatuhan pola makan yang baik, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kepatuhan pola makan pasien DM serta terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan pola makan pasien DM. Masyarakat dan pelayanan kesehatan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai upaya promotif dalam kepatuhan pola makan pasien DM.

## DAFTAR PUSTAKA

- Basri M, Rahmatiah S, Andayani DS, K B, Dilla R. Motivasi dan Efikasi Diri (Self Efficacy) dalam Manajemen Perawatan Diri Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *J Ilm Kesehat Sandi Husada*. 2021 Dec 31;10(2):695–703.
- Anandarma SO, Asmaningrum N, Rosyidi K, Nur M, Studi P, Keperawatan I, et al. Hubungan Efikasi Diri Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Dengan Risiko Rawat Ulang Di Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Harjono Kabupaten Ponorogo. *Artik Penelit J Keperawatan Sriwij*. 2021;8(2).
- Zanzibar, Akbar MA. Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii. *Cendekia Med J Stikes Al-Ma`arif Baturaja*. 2023;8(1):107–13.
- Suciana F, Arifianto D. Penatalaksanaan 5 Pilar Pengendalian Dm Terhadap Kualitas Hidup Pasien Dm Tipe 2 Kata kunci : kualitas hidup , diabetes melitus

- management 5 pillar dm control of quality of life of dm type 2 patients pendahuluan. *J Ilm Permas J Ilm STIKES Kendal*. 2019;9(4):311–8.
- Bangun, A. V., Jatnika, G. & H. Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 3(1), 66– 76. 2020;
- Prihatin K, Suprayitna M, Fatmawati BR. Motivasi Terhadap Efikasi Diri Dalam Perawatan Diri Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *J Kesehat Qamarul Huda*. 2019;7(1):27–35.
- Sodikin, Rusana. Karakteristik Dan Faktor Yang Berhubungan Dengan Distres Diabetes Pada Penyandang DM Di Puskesmas Wilayah Pesisir Cilacap. *J Kesehat Al-Irsyad*. 2019;XII(1):40–6.
- Pambudi DB, Safitri WA, Muthoharoh A. Potensi Penyakit Penyerta Pada Pengobatan Pasien Diabetes Mellitus Perspektif Terhadap Antidiabetik Oral. *J Ilm Kesehat*. 2021;12(2):601–8.
- Ayutthaya SS, Adnan N. Faktor Risiko Hipertensi pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *J Ilmu Kesehat Masy*. 2020;9(02):60–71.
- Suryati, I., Primal, D., & Pordiati D. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Lama Menderita Diabetes Mellitus (Dm) Dengan Kejadian Ulkus Diabetikum Pada Pasien Dm Tipe 2. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 6(1), 1–8. 2019
- Takeuchi, F., Yamamoto, K., Katsuya T, Nabika, T., Sugiyama, T., Fujioka, A. ...., & Ikegami H. Association of genetic variants for susceptibility to obesity with type 2 diabetes in Japanese individuals. *Diabetologia*, 54(6), 1350- 1359. 2018;
- Manuntung A. Efikasi Diri Dan Perilaku Perawatan Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Puskesmas Pahandut. *Adi Husada Nurs J*. 2020;6(1):52.
- Yuwono P, Erna E, Marsito M, Wardani NR. Dukungan Emosional Dalam Perawatan Diabetes Mellitus Di Puskesmas Karangsembung. *J Manaj Asuhan Keperawatan*. 2023;7(1):17–21.
- Maya Cobalt Angio Septianingtyas, Danny Putri Sulistyanningrum, Juliana Dwi Puspita Widiati. Hubungan Self Efficacy Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Rendah Garam Penderita Hipertensi Pada Lansia Dengan Obesitas. *J Rumpun Ilmu Kesehat*. 2022;2(3):106–20.
- Putri, N., Nuzula, F. & H. Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Anggota Keluarga Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 09(01), 56– 65. 2022;
- Solekhah, & Sianturi SR. Dukungan Keluarga Meningkatkan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Idea Nursing Journal*, 11(1), 17–23. 2020