

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN *SELF-CARE ACTIVITIES* PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2

THE RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY SUPPORT AND SELF-CARE ACTIVITIES AMONG PATIENTS WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS

Desak Ketut Candrawati^{1*}, Theresia Anita Pramesti¹, Ni Kadek Yuni Lestari¹

¹STIKES Wira Medika Bali

*E-mail: desakcandrawati9@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit kronis yang menuntut pasien mampu menjalankan perawatan diri secara konsisten untuk mencegah terjadinya komplikasi. Salah satu faktor yang berperan penting dalam mendukung keberhasilan perawatan diri adalah dukungan keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan *self-care activities* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ubud I. Penelitian menggunakan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Sebanyak 106 responden dilibatkan dalam penelitian ini dan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* sesuai dengan kriteria inklusi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner HDFSS dan SDSCA yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga kategori baik (62,3%) dan *self-care activities* kategori baik (76,4%). Hasil uji *Rank Spearman* menunjukkan nilai $p = 0,001$ dengan koefisien korelasi $r = 0,577$, yang mengindikasikan adanya hubungan positif dengan kekuatan sedang antara dukungan keluarga dan *self-care activities*. Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga berhubungan signifikan dengan *self-care activities*, sehingga peningkatan peran keluarga diperlukan untuk mendukung pengelolaan diabetes melitus tipe 2 secara optimal.

Kata Kunci: Dukungan Keluarga, *Self-Care Activities*, Diabetes Melitus Tipe 2

ABSTRACT

Type 2 diabetes mellitus is a chronic disease that requires patients to consistently perform self-care activities to prevent complications. One of the important factors supporting the success of self-care is family support. This study aimed to determine the relationship between family support and self-care activities among patients with type 2 diabetes mellitus in the working area of Ubud I Public Health Center. This study employed a descriptive correlational design with a cross-sectional approach. A total of 106 respondents were involved and selected using a purposive sampling technique based on inclusion criteria. Data were collected using the HDFSS and SDSCA questionnaires, which had been tested for validity and reliability. The results showed that most respondents had good family support (62.3%) and good self-care activities (76.4%). The Spearman rank test indicated a p -value of 0.001 with a correlation coefficient (r) of 0.577, suggesting a positive relationship with moderate strength between family support and self-care activities. This study concludes that family support is significantly associated with self-care activities; therefore, strengthening the role of family members is necessary to support optimal management of type 2 diabetes mellitus.

Keywords: Family Support, *Self-Care Activities*, Type 2 Diabetes Mellitus

Pendahuluan

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit kronis yang memerlukan pengelolaan jangka panjang untuk mencegah terjadinya komplikasi. *International Diabetes Federation* (IDF) melaporkan bahwa pada tahun 2024 terdapat sekitar 588,7 juta penduduk dewasa usia 20–79 tahun yang hidup dengan diabetes, dan lebih dari 90% di antaranya merupakan diabetes melitus tipe 2 (IDF, 2024). Peningkatan prevalensi DM tipe 2 berkaitan erat dengan perubahan gaya hidup, seperti pola makan tidak sehat dan rendahnya aktivitas fisik. Di Indonesia, Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 mencatat prevalensi diabetes sebesar 2,2% pada penduduk usia ≥ 15 tahun. Data Dinas Kesehatan Provinsi Bali menunjukkan bahwa jumlah penderita DM terus meningkat, dengan Kabupaten Gianyar termasuk salah satu wilayah dengan kasus yang cukup tinggi. Pada tahun 2024, Puskesmas Ubud I mencatat jumlah penderita DM tipe 2 tertinggi di wilayah Gianyar, yaitu sebanyak 746 orang (Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar, 2024). Kondisi ini menunjukkan bahwa diabetes melitus masih menjadi masalah kesehatan penting di tingkat pelayanan primer.

Pengelolaan DM tipe 2 sangat bergantung pada kemampuan pasien dalam menjalankan perawatan diri (*self-care*), yang meliputi pengaturan pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan pengobatan, serta pemantauan kadar glukosa darah. *Self-care* yang tidak optimal dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi kronis, seperti retinopati, nefropati, dan neuropati (Pamungkas et al., 2025). Namun, berbagai penelitian menunjukkan bahwa kepatuhan terhadap *self-care activities* pada pasien DM tipe 2 masih tergolong rendah, terutama pada aspek pengaturan diet dan aktivitas fisik menurut Muhammad et al., (2022), Chantya & Harizon, (2023).

Keberhasilan *self-care* tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal pasien, tetapi juga oleh faktor eksternal, salah satunya dukungan keluarga. Dukungan keluarga berperan sebagai *reinforcing factor* yang dapat meningkatkan motivasi dan konsistensi pasien dalam menjalankan perilaku perawatan diri (Notoatmodjo, 2010). Dukungan tersebut dapat berupa dukungan emosional,

informasional, instrumental, maupun penghargaan, yang terbukti berhubungan dengan peningkatan *self-care activities* pada pasien DM tipe 2 (Mohebi et al., 2018 ; Hijriana et al., 2023).

Meskipun beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan *self-care activities* pada pasien diabetes melitus tipe 2, bukti empiris di tingkat pelayanan kesehatan primer masih terbatas, khususnya di wilayah Kabupaten Gianyar, Bali. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan *self-care activities* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ubud I.

Metodologi Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 30 September hingga 31 Oktober 2025 di wilayah kerja Puskesmas Ubud I, Kabupaten Gianyar, Bali. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien diabetes melitus tipe 2 yang terdaftar di wilayah kerja Puskesmas Ubud I. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *non-probability sampling* menggunakan metode *purposive sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 106 responden yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Responden yang dilibatkan merupakan pasien diabetes melitus tipe 2 yang memenuhi persyaratan usia, lama menderita penyakit, kemampuan berkomunikasi, serta kesediaan menjadi responden, dan tidak memiliki gangguan sensorik, gangguan mental, maupun komplikasi kronis berat yang dapat memengaruhi proses pengumpulan data.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Hensarling Diabetes Family Support Scale* (HDFSS) untuk mengukur tingkat dukungan keluarga dan *Summary of Diabetes Self-Care Activities* (SDSCA) untuk menilai *self-care activities* pasien. Skor HDFSS diklasifikasikan ke dalam dua kategori, yaitu dukungan keluarga baik dan dukungan keluarga buruk, sedangkan skor SDSCA dikategorikan menjadi buruk, cukup baik, dan

baik, yang mencerminkan tingkat pelaksanaan aktivitas perawatan diri pasien. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji statistik non-parametrik *Spearman rank correlation* untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan *self-care activities*, dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha \leq 0,05$).

Hasil Penelitian

Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menderita

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
≤1 tahun	2	1,9%
>1 tahun	104	98,1%
Total	106	100%

Berdasarkan pada table 1 diatas diketahui dari 106 responden, mayoritas responden yang sudah terkena penyakit diabetes melitus tipe 2 yaitu 104 (98,1%) responden.

Analisa Bivariat

Tabel 4. Hasil Analisis Hubungan Dukungan Keluarga Dengan *Self-Care Activities* Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Ubud I

Self-Care Activities											
No	Dukungan Keluarga	Baik		Cukup baik		Buruk		Total		p value	Correlation Coefficient
		F	%	F	%	F	%	F	%		
1	Baik	63	59,4%	3	2,8%	0	0%	66	60,4%	0,001	0,577
2	Buruk	18	17%	20	18,9%	2	1,9%	40	39,6%		
Total		81	76,4%	23	21,7%	2	1,9%	106	100 %		

Berdasarkan tabel 4.4 di atas menyatakan bahwa dari 66 responden yang memiliki dukungan keluarga baik 63 orang diantaranya memiliki *self-care activities* baik, kemudian dari 40 responden yang memiliki dukungan keluarga buruk sebanyak 2 responden yang memiliki *self-care activities* buruk. Berdasarkan hasil uji *rank spearman* dengan $\alpha = 5\%$ didapatkan p value sebesar 0,001 ($<0,05$) hasil ini menunjukkan bahwa adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan *self-care activities* pada responden penelitian. Nilai *Correlation Coefficient*

Tabel 2. Identifikasi Frekuensi Dukungan Keluarga Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2

No	Dukungan Keluarga	Hasil Penelitian	
		Frekuensi	%
1	Buruk	40	37,7%
2	Baik	66	62,3%
Total		106	100%

Berdasarkan tabel 2 diatas, dapat diketahui dari 106 responden mayoritasnya memiliki dukungan keluarga yang masuk ke dalam kategori baik sebanyak 66 orang (62,3%).

Tabel 3. Frekuensi *Self-Care Activities* Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2

No	<i>Self-Care Activities</i>	Hasil Penelitian	
		Frekuensi	%
1	Buruk	2	1,9%
2	Cukup Baik	23	21,7%
3	Baik	81	76,4%
Total		106	100%

Berdasarkan tabel 3 diatas, dapat diketahui dari 106 responden mayoritasnya memiliki *self-care activities* yang masuk ke dalam kategori baik sebanyak 81 orang (76,4%).

sebesar 0,577 yang berarti terdapat hubungan yang sedang antara dukungan keluarga dengan *self-care activities* pada pasien diabetes melitus tipe 2. *Coefficient* yang tidak memiliki tanda negatif melainkan bertanda positif menunjukkan arah korelasi positif, yang artinya semakin baik dukungan keluarga yang diberikan maka semakin baik *self-care activities* penderita.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan

keluarga dengan *self-care activities* pada pasien diabetes melitus tipe 2. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin baik dukungan keluarga yang diterima pasien, semakin optimal pula pelaksanaan aktivitas perawatan diri. Dukungan keluarga berperan sebagai faktor penguat yang membantu pasien mempertahankan perilaku kesehatan secara konsisten dalam pengelolaan penyakit kronis.

Secara konseptual, hasil penelitian ini sejalan dengan teori Lawrence Green dalam Notoatmodjo, (2010) yang menyatakan bahwa dukungan sosial, termasuk dukungan keluarga, berfungsi sebagai *reinforcing factor* yang memperkuat dan mempertahankan perilaku kesehatan. Dukungan keluarga tidak hanya memberikan dorongan emosional, tetapi juga membantu pasien dalam aspek praktis perawatan, seperti pengaturan pola makan, kepatuhan minum obat, aktivitas fisik, serta pemantauan kadar glukosa darah. Kondisi ini memungkinkan pasien merasa lebih termotivasi dan percaya diri dalam menjalankan *self-care activities* secara berkelanjutan.

Temuan penelitian ini juga konsisten dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan *self-care activities* pada pasien diabetes melitus tipe 2 Marlinda et al., (2020). Kesamaan hasil ini memperkuat bukti bahwa keterlibatan keluarga merupakan komponen penting dalam pengelolaan diabetes, khususnya pada pasien yang menjalani perawatan di tingkat pelayanan primer. Peran keluarga sebagai *primary caretaker* di rumah dapat membantu mengisi keterbatasan layanan kesehatan formal dalam pemantauan harian kondisi pasien (Mayberry & Osborn, 2012).

Meskipun demikian, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa pelaksanaan *self-care activities* tidak sepenuhnya ditentukan oleh dukungan keluarga. Hal ini mengindikasikan adanya peran faktor internal pasien, seperti motivasi, pemahaman terhadap penyakit, dan kesiapan individu dalam mengelola kondisi kesehatannya. Dengan demikian, dukungan keluarga perlu dipahami sebagai faktor pendukung yang bekerja bersama dengan faktor internal pasien untuk menghasilkan perilaku perawatan diri yang optimal.

Implikasi dari temuan ini bagi praktik keperawatan adalah pentingnya melibatkan keluarga secara aktif dalam edukasi dan pendampingan pasien diabetes melitus tipe 2. Perawat tidak hanya berfokus pada peningkatan kemampuan *self-care* pasien, tetapi juga perlu memberdayakan keluarga sebagai mitra dalam perawatan, sehingga dukungan yang diberikan dapat lebih terarah dan berkelanjutan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan dukungan keluarga dengan *self-care activities* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ubud I yang telah dilaksanakan oleh peneliti, dapat ditarik kesimpulan yaitu sebagai berikut:

1. Dukungan keluarga pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ubud I yaitu sebanyak 66 responden (62,3%) memiliki dukungan keluarga yang masuk ke dalam kategori baik, dan sebanyak 40 responden (37,7%) memiliki dukungan keluarga yang masuk ke dalam kategori buruk.
2. *Self-care activities* pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ubud I yaitu sebanyak 81 responden (76,4%) memiliki *self-care activities* yang masuk ke dalam kategori baik, 23 responden (21,7%) masuk ke dalam kategori cukup baik, dan 2 responden (1,9%) memiliki *self-care activities* yang masuk ke dalam kategori buruk.
3. Berdasarkan hasil uji *Rank Spearman* dengan $\alpha = 5\%$ diperoleh nilai *p value* sebesar 0,001 ($<0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan *self-care activities* pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ubud I. Nilai *Correlation Coefficient* sebesar 0,577 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sedang dan positif, artinya semakin baik dukungan keluarga yang diberikan maka semakin baik pula *self-care activities* yang dilakukan oleh penderita diabetes melitus tipe 2.

Saran

1. Bagi Pasien Diabetes Melitus

Diharapkan pasien dapat meningkatkan *self-care activities* secara konsisten, terutama pada aspek yang ditemukan memiliki nilai terendah, yaitu pengontrolan kadar gula darah. Pasien diharapkan lebih rutin melakukan pemeriksaan gula darah sesuai anjuran, baik pemeriksaan harian maupun pemeriksaan HbA1c secara berkala. Selain itu, pasien diharapkan tetap menjaga pola makan, mematuhi pengobatan, dan menjalankan aktivitas fisik secara teratur. Peningkatan kesadaran diri dalam mengelola kadar gula darah dan perilaku perawatan diri lainnya sangat penting untuk mencegah komplikasi serta meningkatkan kualitas hidup pasien.

2. Bagi Perawat Puskesmas

Diharapkan tenaga kesehatan dapat memberikan edukasi berkelanjutan mengenai pentingnya dukungan keluarga dan *self-care activities* bagi penderita diabetes melitus. Perawat juga diharapkan dapat melakukan pendekatan secara holistik kepada pasien dan keluarganya, agar mampu membangun dukungan emosional dan motivasi yang lebih kuat. Selain itu Perawat diharapkan dapat memberikan edukasi mengenai kontrol gula darah yang rutin setiap bulannya dan kapan waktu yang tepat untuk kontrol HbA1c.

3. Bagi Keluarga Pasien

Keluarga diharapkan dapat terus berperan aktif dalam memberikan dukungan emosional, instrumental, informasional, maupun penghargaan kepada anggota keluarga yang menderita diabetes melitus. Dukungan yang positif akan sangat membantu pasien dalam mempertahankan perilaku hidup sehat serta meningkatkan keberhasilan pengelolaan penyakitnya. Tidak hanya dukungan emosional dan instrumental, tetapi dukungan informasional dan penghargaan juga menjadi faktor penting dalam kehidupan sehari-hari pasien, seperti mengingatkan jadwal kontrol rutin, membantu pasien dalam menjalankan pola makan yang sesuai, serta memberikan motivasi dan apresiasi atas usaha pasien dalam merawat dirinya. Oleh karena itu, dukungan informasional dan dukungan penghargaan perlu terus ditingkatkan agar pasien mampu menjalankan *self-care* secara optimal.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian berikutnya dapat memperluas cakupan wilayah penelitian atau menggunakan desain penelitian yang berbeda, seperti desain longitudinal, untuk melihat pengaruh dukungan keluarga terhadap *self-care activities* dalam jangka waktu yang lebih panjang. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan kajian ini dengan meneliti faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi kemampuan pasien dalam melakukan *self-care*, mengingat bahwa dukungan keluarga bukan satu-satunya faktor yang berperan. Pendekatan tersebut diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai determinan perilaku perawatan diri pada pasien diabetes melitus.

Daftar Pustaka

- Chantya, L., & Harizon, N. (2023). Hubungan Kepatuhan Diet Dan Aktivitas Fisik Dengan Kenaikan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Umum Tais Kabupaten Seluma. *Nursing Journal*, 3(1).
- Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar. (2024). *Profil Kesehatan Gianyar Tahun 2024*.
- Hijriana, I., Yusnita, Y., & Wati, S. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga dan *Self Care Management* dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Keperawatan*, 15(2), 653–660.
- IDF. (2024). *Annual Report 2024*.
- Marlinda, N. W. Y., Nuryanto, I. K., & Noriani, N. K. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perawatan Diri (Self Care Activity) Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 3(2), 82–86.
- Mayberry, L. S., & Osborn, C. Y. (2012). Family support, medication adherence, and glycemic control among adults with type 2 diabetes. *Diabetes Care*, 35(6), 1239–1245.
- Mohebi, S., Parham, M., Sharifirad, & Gharlipour, Z. (2018). *Relationship between perceived social support and self-care behavior in type 2 diabetics: A cross-sectional study*. *J Edu Health Promot*, 7(48).
- Muhammad, W. A., Takahepis, N. F., & Baco, N. H. (2022). Hubungan Pengetahuan

Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(1), 58–71.

Notoatmodjo, S. (2010). *Modifikasi teori Lawrence Green*. Rineka Cipta.

Pamungkas, B., Danismaya, I., Andriani, R., & Novryanthi, D. (2025). Implementasi *Self Care Asctifity* terhadap tingkat resiko pada remaja dalam upaya pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2. *Journal of Health Research Science*, 5(1), 1–7.