

PENGARUH DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KEPATUHAN DIET PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI RUMAH SAKIT PEKANBARU

Yunisman Roni*¹, Rizky Dwi Lestari², Nia Khusniyati³

¹Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Riau

²Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Tengku Maharatu

³Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Poltekkes Kemenkes Riau

*korespondensi penulis, e-mail: yunismanroni@gmail.com

ABSTRAK

Empat pilar dalam pengelolaan dan pencegahan penyakit diabetes mellitus yaitu edukasi, terapi gizi medis, latihan jasmani dan intervensi farmakologis. Diet bertujuan untuk mencegah terjadinya komplikasi diabetes mellitus, tetapi tantangan diet merupakan tantangan besar untuk mencapai kualitas hidup yang lebih baik. Kepatuhan diet dapat dipengaruhi oleh dukungan keluarga, karena keluarga memberikan motivasi, dukungan penuh, serta perhatian. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional* yang melibatkan 60 responden yang dipilih secara *purposive sampling* di sebuah Rumah Sakit Pekanbaru. Pengumpulan data menggunakan kuesioner HDFSS untuk dukungan keluarga dan PDAQ untuk kepatuhan diet. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 63,3% responden memiliki dukungan keluarga yang rendah dan 73,3% responden memiliki kepatuhan diet DM yang rendah sehingga terdapat pengaruh yang kuat antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus dengan *p-value* 0,000. Kepatuhan diet pasien DM akan semakin tinggi jika dukungan keluarga semakin tinggi namun begitupun sebaliknya. Simpulan dalam penelitian ini adalah adanya pengaruh yang kuat antara dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus.

Kata kunci: diabetes melitus, dukungan keluarga, kepatuhan diet

ABSTRACT

The four pillars in the management and prevention of diabetes mellitus are education, medical nutrition therapy, physical exercise, and pharmacological intervention. The goal of the diet is to prevent complications of diabetes mellitus, but dietary challenges represent a significant obstacle to achieving a better quality of life. Dietary adherence can be influenced by family support, as family provides motivation, full support, and care. The aim of this study was to determine the effect of family support on dietary compliance in diabetes mellitus patients. The research method used was quantitative research with a cross sectional design involving 60 respondents selected by purposive sampling at a Pekanbaru Hospital. Data collection used the HDFSS questionnaire for family support and PDAQ for adherence diet. The results of the study showed that 63,3% of respondents had low family support and 73,3% of respondents had low DM diet adherence so that there was a strong influence between family support and diet compliance in diabetes mellitus patients with a *p-value* of 0,000. DM patient diet compliance will be higher if family support is higher, but vice versa. The conclusion in this study is that there is a strong influence of family support on dietary compliance in diabetes mellitus patients.

Keywords: diabetes mellitus, diet adherence, family support

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit yang menyebabkan kematian di dunia. DM merupakan penyakit kronis, hal ini terjadi karena peningkatan glukosa dalam darah. Peningkatan gula darah disebabkan karena tubuh tidak dapat memproduksi hormon insulin atau tubuh tidak bisa menggunakan insulin dengan efektif (*International Diabetes Federation*, 2019). *World Health Organization* (WHO) memprediksi kenaikan jumlah penyandang DM di dunia dari 463 juta pada tahun 2019 menjadi 700 juta pada tahun 2042 naik menjadi 51% (WHO, 2019). *International Diabetes Federation* (IDF) memperkirakan terjadi peningkatan kejadian DM pada tahun 2045, diperkirakan 700 juta orang yang berusia 20-79 tahun menderita DM. Indonesia pada tahun 2019 kasus DM sebanyak 10,7 juta dan diperkirakan pada tahun 2045 akan meningkat hingga 16,6 juta. Indonesia menempati peringkat ke-7 dunia penderita DM terbanyak (IDF, 2019).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas Kementerian Kesehatan RI, 2018) prevalensi DM mengalami peningkatan dari tahun 2018 dari 10,2% menjadi 38,0% di tahun 2020. Prevalensi penderita DM di Provinsi Riau sebesar 5,3%. Jumlah tersebut sedikit di bawah rata-rata nasional yaitu 6% berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2021. Riau berada pada posisi ke-10 di Indonesia. Riau mengalami peningkatan dari 10,2% pada tahun 2018 menjadi 37,1% setelah 3 tahun terakhir. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Riau, Kota Pekanbaru mempunyai kunjungan kasus DM urutan ke-10 dengan 18.245 kunjungan data terbaru (Dinas Kesehatan Provinsi Riau, 2021).

Penyakit DM merupakan penyakit yang kompleks dan serius serta menjadi sebuah tantangan untuk setiap harinya untuk pengobatan dan perawatan penyakit ini. Penanganan DM dapat dilakukan dengan beberapa cara seperti edukasi, latihan fisik, diet DM, dan medikasi.

Pengaturan diet dapat mencegah terjadinya komplikasi diabetes mellitus. Tantangan besar bagi penderita DM adalah kemampuan untuk melaksanakan diet. Sebagian penderita DM mengeluh bosan dalam melaksanakan diet DM secara rutin. Namun ada sebagian pasien DM mengetahui pentingnya menjalankan diet DM, tapi mereka sengaja melanggar program diet tersebut. Alasan mereka bahwa DM dapat diatasi dengan minum obat saja.

Konsumsi makanan yang tidak terkontrol dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik (Fauzia *et al.*, 2020). Penelitian Kartika (2020) sebanyak 78% responden belum patuh dalam pengaturan jadwal makan. Karena sebagian besar responden tidak terbiasa makan pagi. Hasil penelitian Norita (2019) memaparkan bahwa sebagian besar responden tidak patuh terhadap diet DM. Hal ini disebabkan karena pasien masih kurang mengerti dalam mengontrol makanan yang dikonsumsi.

Diet pada pasien DM sangatlah penting untuk dilakukan. Diet pada pasien DM lini pertama yang dianjurkan adalah diet tinggi karbohidrat dan diet tinggi lemak dan lipid. Pada kenyataannya diet penderita DM sebagian besar dipengaruhi oleh budaya dan latar belakang keluarga tersebut, sehingga pengetahuan dan dukungan perihal diet DM sangatlah penting bagi penderita DM. Diet DM yang tidak dilakukan akan mengakibatkan komplikasi pada penderitanya, diantaranya retinopati, kebutaan, nefropati, *cardiovascular disease*, stroke, neuropati, dan masalah pada kaki (ulkus). Keberhasilan pengelolaan pola makan/diet penderita DM memerlukan dukungan dan pengetahuan perihal kepercayaan budaya, keluarga, dan komunitas sekeliling penderita DM (Sami *et al.*, 2017).

Dukungan keluarga yang diberikan kepada penderita diabetes mellitus dapat berupa dukungan emosional seperti meningkatkan penderita untuk mengonsumsi insulin atau obat dengan

teratur, memberikan perhatian, kepedulian, dan dukungan. Rendahnya angka kepatuhan terhadap diet membuat meningkatnya angka kejadian diabetes mellitus sehingga dalam hal ini dukungan

keluarga berperan penting dalam menjalankan kepatuhan diet diabetes mellitus (Sinaga, 2021).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif analitik, dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dan rancangan penelitian korelasi. Populasi adalah pasien diabetes mellitus dengan sampel menggunakan rumus Slovin didapatkan sebanyak 60 pasien diabetes mellitus.

Adapun kriteria inklusi responden penelitian ini adalah a) usia > 18 tahun, b) penderita DM tipe 2, c) mampu berkomunikasi, d) mempunyai keluarga. Sedangkan kriteria eksklusi: a) pasien sulit berkomunikasi, b) pasien yang tidak tinggal dengan keluarga.

Instrumen yang digunakan adalah *Hensarling Diabetes Family Support Scale* (HDFSS) untuk dukungan keluarga yang terdiri dari 29 pertanyaan dengan penilaian

0-49 dukungan rendah dengan nilai *r* hitung 0,790-0,996 dengan nilai *Cronbach Alpha* 0,997 dan 50-100 dukungan tinggi dan *Perceived Dietary Adherence Questionnaire* (PDAQ) menilai kepatuhan diet yang terdiri dari 7 pertanyaan dengan skoring 0-31 termasuk kepatuhan diet rendah dan 32-63 termasuk kepatuhan diet tinggi, dengan nilai uji validitas dengan nilai *r* > 0,632 dengan nilai *Cronbach Alpha* 0,976.

Pengumpulan data dilakukan di ruang Poliklinik Penyakit Dalam di RS Pekanbaru. Kemudian data diolah menggunakan program komputer dan dianalisis dengan uji *Pearson*. Penelitian ini telah mendapatkan surat keterangan laik etik dari Komisi Etik Penelitian STIKes Tengku Mahartau.

HASIL PENELITIAN

Data yang diambil pada penelitian ini meliputi variabel independen (dukungan keluarga) dan variabel dependen

(kepatuhan diet) yang diukur menggunakan kuesioner. Hasil penelitian disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian

Variabel	Kategori	n	%
Usia (tahun)	30-39	8	13,3
	40-49	11	18,3
	50-59	18	30,0
	60-69	11	18,3
	70-79	12	20,0
Jenis Kelamin	Laki-laki	26	43,3
	Perempuan	34	56,7
Pekerjaan	Ibu Rumah Tangga	24	40,0
	Tidak Bekerja	14	23,3
	Wiraswasta	10	16,7
	PNS	12	20,0
Dukungan Keluarga	Rendah	38	63,3
	Tinggi	22	36,7
Kepatuhan Diet	Rendah	44	73,3
	Tinggi	16	26,7

Tabel 1 menunjukkan sebagian besar responden berada pada rentang usia 50-59 tahun yaitu 30%. Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu 56,7%. Sebagian besar responden

memiliki dukungan keluarga yang rendah yaitu 63,3% dan sebagian besar responden memiliki kepatuhan diet yang rendah yaitu 73,3%.

Tabel 2. Hasil Analisis *Chi-Square* ($\alpha < 0,05$)

Dukungan Keluarga	Kepatuhan Diet DM				Total		POR (95% CI)	p-value
	Rendah		Tinggi					
	N	%	N	%	N	%	31,500	0,000
Rendah	36	81,8	2	12,5	38	100		
Tinggi	8	18,2	14	87,5	22	100		
Total	44	100	16	100	60	100		

Tabel 2 menunjukkan pada dukungan keluarga sebanyak 38 responden memiliki dukungan keluarga rendah, dengan 36 orang (81,8%) responden kepatuhan diet DM rendah. sebanyak 22 responden memiliki dukungan keluarga tinggi, dengan 14 orang (87,5%) responden memiliki kepatuhan diet DM tinggi.

Hasil uji statistik didapatkan bahwa *p-value* 0,000, dapat disimpulkan bahwa

PEMBAHASAN

Sebagian besar usia penderita DM pada penelitian ini berada pada rentang usia 46-55 tahun (60%). Usia merupakan faktor utama pada pre-diabetes dan diabetes mellitus. Usia lanjut mempunyai persentase besar untuk mengalami diabetes dan pre-diabetes dibandingkan usia remaja, dan usia dewasa madya dan lanjut usia mempunyai persentase besar untuk mengalami komplikasi diabetes mellitus (Shakya *et al.*, 2021).

Sebagian besar penderita DM dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan yaitu 39 orang (65%). Hal ini disebabkan adanya perbedaan aktivitas laki-laki dan perempuan. Aktivitas laki-laki lebih besar dibandingkan perempuan, termasuk dalam hal berolahraga, sehingga proses pembakaran lemak cenderung lebih banyak pada laki-laki dibandingkan perempuan. Hal ini yang menyebabkan lemak pada perempuan lebih banyak dan hal tersebut dapat menjadi salah satu faktor resiko DM (Aprianti, 2019).

Ansori (2019) menyatakan bahwa sebagian besar penderita DM yaitu ibu rumah tangga sebanyak 24 orang (40,0%). Seorang perempuan apalagi ibu rumah tangga lebih beresiko tinggi munculnya komplikasi. Munculnya komplikasi dapat disebabkan karena seorang perempuan lebih sering memasak, mencicipi, menghabiskan sisa makanan anaknya, serta

ada pengaruh yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet DM. Kemudian hasil analisis diperoleh OR (*Odd Ratio*) = 31,500 artinya pasien DM yang dukungan keluarganya rendah mempunyai risiko 31,500 kali lebih tinggi memiliki kepatuhan diet yang rendah juga dibandingkan dengan pasien DM yang dukungan keluarganya tinggi.

kurangnya aktivitas fisik yang dapat menyebabkan penumpukan kalori dalam tubuh.

Sebagian besar responden memiliki tingkat dukungan keluarga yang rendah sebanyak 38 orang (63,3%). Mardhatillah (2022) menyatakan bahwa kepatuhan diet yang rendah dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pemahaman mengenai diet yang rendah, dukungan keluarga, serta keyakinan dan sikap pasien. Kepatuhan diet tinggi dapat dipengaruhi karena responden sudah mendapatkan pemahaman tentang diet DM dan responden memperoleh dukungan keluarga dalam mematuhi diet.

Domain sosial, psikologis, dan lingkungan hanya sedikit berdampak dibandingkan dengan domain kesehatan fisik. Hal ini disebabkan adanya dukungan yang didapatkan pasien DM dari keluarga, teman, serta lingkungan yang baik sehingga kualitas hidup pasien DM dikategorikan tinggi pada ketiga domain (Mardhatillah, 2022).

Ansori (2019) mengungkapkan bahwa ketidakpatuhan diet pasien DM dapat disebabkan oleh lamanya penyakit responden, dan bosan dalam mematuhi diet. Mayoritas disebabkan karena pasien DM merasa kadar gula yang ada pada dirinya telah normal. Padahal, stabilitas kadar gula darah pasien DM dipengaruhi

obat yang mereka minum, sehingga pola makan pasien menjadi tidak teratur. Anggapan ini yang menyebabkan tingginya ketidakpatuhan diet pasien. Semakin lama pasien menderita DM, maka pasien semakin tidak patuh pada diet DM dengan alasan bosan berobat.

Hasil uji statistik didapatkan *p-value* 0,000 maka dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet DM. Responden yang tinggi dukungan keluarganya akan memiliki tingkat kepatuhan diet DM yang tinggi dan responden yang dukungan keluarganya rendah akan memiliki tingkat kepatuhan diet DM yang rendah.

Dukungan keluarga merupakan suatu sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap salah satu anggota keluarga berupa jenis dukungan keluarga yaitu informasional, penilaian, instrumental, dan emosional. Adanya dukungan keluarga akan berdampak pada peningkatan rasa percaya diri pada penderita dalam

menghadapi proses pengobatan penyakitnya (Khusniyati *et al.*, 2023).

Kesabaran dan motivasi dapat diperoleh dari hubungan dengan orang terdekat seperti keluarga, teman, ataupun petugas kesehatan. Keluarga sebagai orang terdekat sebaiknya ikut andil dalam memberikan dukungan kepada penderita DM. Dukungan yang didapat dari keluarga terdekat akan meningkatkan keinginan penderita dalam mencapai derajat kesehatan yang paling tinggi (Purwandari & Susanti, 2017).

Aprianti (2019) juga menemukan adanya hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus. Adanya dukungan keluarga begitu membantu pasien DM agar bisa meningkatkan keyakinan mampunya dia melakukan perawatan diri atau kesehatan, serta perasaan tenang yang muncul disebabkan dukungan baik penghargaan, emosional, instrumental, maupun informasi, yang berasal dari keluarga.

SIMPULAN

Sebagian besar responden memiliki tingkat dukungan keluarga rendah yaitu sebanyak 38 orang (63,3%). Sebagian besar responden memiliki tingkat kepatuhan diet DM rendah yaitu sebanyak 44 orang (73,3%). Adanya pengaruh yang kuat antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprianti. R, dkk. (2019). *Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus*. Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat
- Benjamin, W. (2019). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitu Tipe 2. *Jurnal of Legal Cultural Analytics (JLCA)*, 75-78.
- Dewi. (2022). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe IIDi Wilayah Kerja Puskesmas*. Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Jember.
- Fauzia, dkk. (2020). Dalam: Lestari, Tri Suci. *Hubungan Psikososial dan Penyuluhan Gizi dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Rawat Jalan di RSUP Fatmawati Tahun 2012*. Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Friedman, Marilyn, M. (2020). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, Teori dan Praktek*. Jakarta: EGC.
- International Diabetes Federation*. (1019). *Diabetes Atlas 2019*. Diakses di <http://www.diabetesatlas.org/resources/2019-atlas.html>.
- Khusniyati, N., Forwaty, E., & Delvira, W. (2023). *Pengaruh Kepatuhan Batasan Cairan,*

- Dukungan Keluarga terhadap Kualitas Hidup pada Pasien Hemodialisa. *Jkep*, 8(2), 137–156.
<https://doi.org/10.32668/jkep.v8i2.1353>
- Kurniawaty dan Yanita, Bella. (2016). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II*. Bagian Biokimia, Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
- Manurung, Nixson, S.Kep., Ns., S.Kom., M.Kep. (2018). *Keperawatan Medikal Bedah Konsep, Mind Mapping dan Nanda Nic Noc*. Jakarta Timur: Trans Info Media.
- Mardhatillah, G, dkk. (2022). *Kepatuhan Diet, Status Gizi Dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Posbindu Ptm Puskesmas Ulee Kareng*. Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Syah Kuala, Indonesia Departemen Ilmu Penyakit Dalam, Rumah Sakit Umum Daerah dr. Zainoel Abidin, Banda Aceh.
- Meidikayanti, Wulan dan Wahyuni, Chataruna Umbul. (2017). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Pademawu*. Departemen Epidemiologi FKM UA.
- Purbosarito T, Yulistika D. (2019). *Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan menjalankan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Kalibagor*. Banyumas: Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Riskesdas Kementrian Kesehatan RI. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes*.
- Sami, W., Ansari, T., Butt, N. S., Rashid, M., & Hamid, A. (2017). Effect Of Diet Counseling on Type 2 Diabetes Mellitus: A Review. *International Journal of Health Sciences*, 11(2), 65–71.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5426415/pdf/IJHS-11-65.pdf>
- Saufunurmazah, D. (2020). *Kepatuhan penderita diabetes melitus dalam menjalankan terapi olahraga dan diet*. Skripsi Mahasiswa Universitas Negri Semarang.
- Shakya, P., Shrestha, A., Karmacharya, B. M., Shrestha, A., Kulseng, B. E., Skovlund, E., & Sen, A. (2021). Diabetes Prevention Education Program in a population with pre-diabetes in Nepal: A study protocol of a cluster randomised controlled trial (DiPEP). *BMJ Open*, 11(11).
<https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-047067>
- Smeltzer SC, Bare BG, Hinkle JL, Cheever KH. (2010). *Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing 12th ed*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Susanti, Sulistyarini. (2019). *Hubungan peran keluarga dengan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus rawat jalan di RS PKU muhammadiyah Jakarta*. Naskah Publikasi Mahasiswa Aisyiyah Jogjakarta.
- World Health Organization. (2016). *Diabetes mellitus: global report of a WHO study group*. Geneva: World Health Organization. Diunduh dari: <http://www.who.int/publication/>