

Hubungan Self Care dan Dukungan Keluarga Terhadap Kadar Gula Darah Klien (Prolanis) Diabetes Mellitus

Handono Fatkhur Rahman^{1*}, Astitin² dan Vivin Nur Hafifah³

^{1,2,3}Fakultas Kesehatan, Universitas Nurul Jadid, Probolinggo, Indonesia

*Email korespondensi : handono.hfc@gmail.com

Kata Kunci: Diabetes melitus, perawatan diri, dukungan keluarga	Abstrak: Diabetes Melitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular yang banyak dijumpai di masyarakat dan berisiko tinggi menyebabkan komplikasi serius hingga kematian jika tidak ditangani secara tepat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara self care (perawatan diri) dan dukungan keluarga dengan kadar gula darah pada klien Prolanis DM. Penelitian menggunakan desain analitik korelasi dengan pendekatan cross sectional, melibatkan 176 klien Prolanis yang dipilih melalui teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen penelitian meliputi kuesioner self care, kuesioner dukungan keluarga, serta pemeriksaan kadar gula darah puasa sesuai prosedur standar operasional (SOP). Analisis data menggunakan uji korelasi Spearman (ρ). Hasil menunjukkan terdapat hubungan yang kuat antara self care dan kadar gula darah ($r = 0,705$) serta antara dukungan keluarga dan kadar gula darah ($r = 0,632$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perawatan diri yang baik dan dukungan keluarga yang memadai berkontribusi positif dalam pengendalian kadar gula darah pada klien DM. Temuan ini menunjukkan pentingnya pendekatan holistik dalam asuhan keperawatan bagi penderita diabetes melitus.
Keywords: <i>Diabetes melitus, self care, family support</i>	
Info Artikel Tanggal dikirim: 02 Juni 2025	
Tanggal direvisi: 27 Juni 2025	<i>The Relationship Between Self-Care and Family Support on Blood Glucose Levels in Diabetes Mellitus Clients (Prolanis Program)</i>
Tanggal diterima: 05 Julii 2025	Abstrack: Diabetes Mellitus (DM) is one of the most common non-communicable diseases found in the community and poses a high risk of serious complications and death if not properly managed. This study aims to analyze the relationship between self-care and family support with blood glucose levels in DM Prolanis clients. The research employed a correlational analytic design with a cross-sectional approach, involving 176 Prolanis clients selected through purposive sampling based on inclusion and exclusion criteria. The research instruments included a self-care questionnaire, a family support questionnaire, and fasting blood glucose examinations conducted according to standard operating procedures (SOP). Data were analyzed using the Spearman rank correlation test (ρ). The results showed a strong relationship between self-care and blood glucose levels ($r = 0.705$), as well as between family support and blood glucose levels ($r = 0.632$). Therefore, it can be concluded that good self-care practices and adequate family support contribute positively to the control of blood glucose levels in DM clients. These findings highlight the importance of a holistic approach in nursing care for patients with diabetes mellitus.
DOI Artikel:	
Halaman: 221-236	

Pendahuluan

Pada saat ini penyakit yang sering terjadi adalah penyakit diabetes melitus yang apabila tidak segera ditangani atau tidak segera mendapatkan perawatan akan menyebabkan terjadinya kematian bagi penderita diabetes melitus. Diabetes melitus merupakan penyakit tidak menular yang kerap kali dijumpai di masyarakat. Diabetes masih menjadi tantangan serius dan terus berkembang kesehatan masyarakat dan memberikan beban besar pada individu yang terkena dampak dan juga keluarga mereka. Diabetes melitus (DM) merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama, yang menyerang orang-orang dari segala usia di seluruh dunia, serta penyakit diabetes melitus ini menempati peringkat 10 penyebab teratas kematian (Lambrinou, Hansen, and Beulens 2019).

International Diabetes Federation (IDF) Menyatakan bahwa pada tahun 2019 sekitar 463 juta orang diseluruh dunia diperkirakan menderita DM (Anon 1955). Diperkirakan akan terus mengalami peningkatan hingga 51% yaitu pada tahun 2030 penderita DM akan meningkat menjadi 578 juta dan pada tahun 2045 diperkirakan akan meningkat hingga angka penderita DM mencapai 700 juta. Jumlah kematian yang terjadi yaitu sebanyak 6,7 juta kematian, yang dapat diartikan bahwa antara tahun 2019 dan tahun 2021 mengalami peningkatan jumlah angka terjadinya kematian pada penderita diabetes melitus di dunia (Ogurtsova et al. 2022).

Berdasarkan pelayanan kesehatan terhadap diabetes melitus Dinas Kesehatan Jawa Timur jumlah penderita diabetes diseluruh Kabupaten Jawa Timur sebanyak 841,994 orang (Kemenkes RI 2019). Menurut data Dinkes Kabupaten Situbondo Puskesmas Panarukan menempati peringkat pertama sekabupaten situbondo dengan prevalensi penderita diabetes terbanyak yaitu 1.433 jiwa. kasus Diabetes Melitus di Kabupaten Situbondo adalah sebesar 16.940 jiwa (3,1% usia ≥ 15 tahun). Pada tahun 2019 puskesmas panarukan juga menempati peringkat pertama yakni 1.345 jiwa di puskesmas bungatan 801 jiwa dan di puskesmas mlandingan terdapat 734 jiwa yang menderita diabetes melitus (Dinas Kesehatan Kabupaten Situbondo 2020).

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara self care dan dukungan keluarga dengan kadar gula darah pada klien Prolanis DM di Puskesmas Kabupaten Situbondo. Diabetes Melitus dapat di kontrol dengan cara melakukan perawatan diri untuk melakukan pengelolaan dan memelihara kesehatan terhadap penyakitnya yaitu dengan melakukan tindakan Self Care.

Melakukan self care tentunya harus ada kemauan dan keinginan dari klien untuk mengontrol penyakitnya. Self care termasuk tindakan yang tidak mudah dilakukan apabila klien tidak memiliki minat dan keinginan untuk melakukan perawatan secara rutin yang biasanya pada tahap awal klien masih malas untuk melakukan pengecekan secara rutin dengan alasan ekonomi dan juga dukungan keluarga seperti pengingat minum obat dan pengelolaan diet. Banyaknya klien enggan melakukan self care dikarenakan proses dan tindakan yang dilakukan sangatlah panjang dan harus terus menerus. Tujuan dari melakukannya self care yaitu untuk mengontrol kadar glukosa dalam darah klien (prolanis) DM ini dalam rentang normal atau stabil. Manfaat dari tindakan self care ini tercapainya nilai normal dan kestabilan kadar glukosa dalam darah klien (prolanis) DM.

Dukungan keluarga sangat menunjang keberhasilan dari tindakan yang dilakukan oleh klien diabetes melitus. Upaya anggota keluarga dalam mendukung klien untuk melakukan tindakan pengobatan terhadap penyakitnya masih belum maksimal yang menjadi salah satu penghambat untuk klien melakukan tindakan dan pengobatan terhadap Diabetes melitus. Kurangnya dukungan keluarga kepada klien untuk melakukan tindakan self care akan membuat klien merasa bahwa dirinya berjuang sendiri untuk melakukan pengobatan. Berdasarkan riset terdahulu mengatakan bahwa self care pada pasien diabetes melitus memiliki hubungan bermakna terhadap dukungan keluarga (Galuh and Prabawati 2021; Nitarahayu 2019). Terdapat hubungan antara self care dan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus (Hidayatin 2023; Ramadhani et al. 2019). Terdapat hubungan antara dukungan keluarga dan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus (Safari, Nurlani, and Hermanto 2021).

Studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Panarukan Kabupaten Situbondo pada tanggal 29 desember 2023 didapatkan data bahwa jumlah klien DM sebanyak 127 jiwa, 100 jiwa di Puskesmas Bungatan dan 90 jiwa di Puskesmas Mlandingan dalam kurun waktu satu bulan terakhir pada tahun 2023. Berdasarkan uraian di atas peneliti perlu melakukan penelitian untuk memperkuat penelitian yang diteliti oleh peneliti sebelumnya yaitu tentang hubungan self care dan dukungan keluarga terhadap kadar gula darah klien (prolanis) DM di Puskesmas Kabupaten Situbondo. Dengan harapan dapat mengetahui tentang hubungan Self care dan

dukungan keluarga serta memperjelas adanya hubungan dengan penurunan kadar gula darah klien (prolanis) DM.

Metode

Penelitian menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain analitik korelasi dengan rancangan cross sectional. Populasi pada penelitian ini terdiri dari 3 Puskesmas, Puskesmas Panarukan pada bulan Desember 2023 yang berjumlah 127 klien. 100 klien DM di Puskesmas Bungatan dan 90 klien di Puskesmas Mlandingan. Sampel penelitian berjumlah 176 sampel klien rawat jalan di Puskesmas Panarukan yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi menggunakan rumus slovin. Teknik pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Adapun kriteria inklusinya ialah 1) Klien DM anggota PROLANIS di Puskesmas Panarukan, Puskesmas Bungatan dan Puskesmas Mlandingan, 2) Klien DM yang telah mengetahui sebelumnya bahwa dirinya mengidap Diabetes Melitus, 3) Klien mampu beraktifitas, sedangkan kriteria eksklusi 1) Klien yang tidak bisa membaca dan buta huruf, 2) Klien tidak mengikuti peraturan saat mengisi kuesioner, 3) Klien yang tidak mengisi kuesioner dengan lengkap, 4) Pada saat pengambilan data klien tiba-tiba sakit, 5) Klien yang tidak hadir dalam penelitian sampai akhir atau mengundurkan diri sebagai responden. Kuisoner yang digunakan yaitu kuisoner Self Care, kuisoner Dukungan Keluarga dan Pemeriksaan kadar gula darah puasa (GDP) menggunakan SOP pemeriksaan kadar gula darah. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrument kuesioner dengan jenis kuesioner tertutup. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan uji statistik parametrik dengan analisis korelasi dan menggunakan uji non parametrik dengan jenis uji statistik spearman, uji koefisien spearman.

Hasil Penelitian

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Pendidikan, Self Care klien DM, Dukungan Keluarga klien DM

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase %
Jenis Kelamin		
Laki-laki	76	43,2
Perempuan	100	56,8
Tingkat Pendidikan		
SD	44	25
SMP	64	36,4
SMA	40	22,7
Sarjana	28	15,9

Self Care		
Baik	110	62,5
Tidak baik	66	37,5
Dukungan Keluarga		
Tinggi	101	57,4
Rendah	75	42,6
Total	176	100

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat dilihat bahwa dari 176 rerata responden perempuan, tingkat pendidikan paling banyak berada di jenjang SMP, rerata self care klien adalah baik dan rerata dukungan keluarga klien DM ialah tinggi.

Univariat

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Lama Menderita DM

Karakteristik Responden	Mean±SD	95%CI	N
Usia			
Klien(prolanis) DM	41,41±9,935	39,93-42,89	176
Lama Menderita			
Klien(prolanis) DM	15,47±7,956	14,29-16,65	176
Kadar Gula Darah	122,11±15,140	119,86-124,36	176

Berdasarkan tabel 2 diatas, dapat diketahui bahwa rata-rata usia responden klien(prolanis) DM adalah 41,41 dengan standart deviasi 9,935, pada usia termuda ialah usia 20 tahun dan usia tertua 60 tahun. Hasil estimasi dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini rata-rata usia responden berada dalam rentang nilai 39,93-42,89. rata-rata lama menderita responden klien(prolanis) DM adalah 15,47 dengan standart deviasi 7,956, lama menderita paling sedikit yaitu menderita selama 3 bulan dan lama menderita terbanyak ialah 24 bulan, Hasil estimasi interval lower-upper yaitu 14,29-16,65. rata-rata kadar gula darah klien(prolanis) DM adalah 122,11 dengan standart deviasi 15,140 dengan nilai minimum 92 dan nilai maksimum 160. Hasil estimasi 95% diyakini rata-rata kadar gula darah klien(prolanis) DM berada pada rentang nilai 119,86-124,36.

Bivariat

Tabel 3 Hubungan Self care dan dukungan keluarga klien(prolanis) DM

Self care	Dukungan Keluarga				r	P Value
	Tinggi		Rendah			
	n	%	n	%		
Baik	83	47,2	27	15,3	0,47 2	0,000
Tidak baik	18	10,2	48	27,3		

Setelah dilakukan analisa data menggunakan uji korelasi spearman rank(rho) tentang

hubungan korelasi self care dan dukungan keluarga pada klien(prolanis) DM didapatkan signifikan sebesar 0,000 ($p < 0,005$), dan ($r = 0,472$). Maka disimpulkan bahwa ada hubungan yang cukup antara self care dan dukungan keluarga pada klien(prolanis) DM.

Tabel 4 Hubungan Self care terhadap Kadar gula darah klien(prolanis) DM dan Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Kadar gula darah klien(prolanis) DM

Variabel Independen	Variabel dependen	P Value
Self care	Kadar gula darah	0,000
Dukungan keluarga	Kadar gula darah	0,000

Berdasarkan tabel 4 diatas, setelah dilakukan analisa data menggunakan uji korelasi spearman rank(ρ) tentang hubungan korelasi self care terhadap kadar gula darah pada klien(prolanis) DM didapatkan bahwa nilai P sebesar 0,000. Karena nilai $P < 0,005$, maka disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara self care terhadap kadar gula darah klien(prolanis) DM di Puskesmas Kabupaten Situbondo. Sedangkan, hubungan korelasi dukungan keluarga terhadap kadar gula darah klien(prolanis) DM didapatkan nilai P sebesar 0,000. Karena $P < 0,005$, maka disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga terhadap kadar gula darah klien(prolanis) DM di Puskesmas Kabupaten Situbondo.

Multivariat

Tabel 5 Hubungan self care terhadap kadar gula darah dan dukungan keluarga terhadap kadar gula darah

Variabel Independen	Variabel dependen	r	P Value
Self care	Kadar gula darah	0,705	0,000
Dukungan keluarga	Kadar gula darah	0,632	0,000

Setelah dilakukan analisa data menggunakan uji korelasi spearman rank(ρ) tentang hubungan korelasi Self care terhadap kadar gula darah dan dukungan keluarga terhadap kadar gula darah klien(prolanis) DM didapatkan nilai P sebesar 0,000.

Pembahasan

Self care klien (prolanis) DM di Puskesmas Kabupaten Situbondo

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Kabupaten Situbondo tingkat self care klien(prolanis) DM menunjukkan nilai rata-rata dengan tingkat skor baik (38-70) sejumlah 110 orang (62,5%), skor tidak baik (0-37) sejumlah 66 orang (37,5%). didapatkan sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki aktivitas self care yang baik yaitu 110 responden dari pada responden yang memiliki aktivitas self care tidak baik hanya sebanyak 66

responden.

Perilaku self care mampu memelihara kadar glukosa darah dalam jangka panjang dan dapat mencegah untuk terjadinya komplikasi seperti penyakit jantung, gagal ginjal, stroke, kebutaan dan lain-lain. Self care pada penderita DM bertujuan untuk mengontrol kadar glukosa darah secara optimal dan mencegah komplikasi timbul (Basir, Paramatha, and Agustin 2022). Self care merupakan kebutuhan manusia terhadap kondisi dan perawatan diri sendiri yang pelaksanaannya dilakukan secara terus menerus dalam mempertahankan kesehatan dan kehidupan serta penyembuhan diri penyakit dan mengatasi komplikasi yang ditimbulkan (Paisal 2021). Aktivitas yang termasuk kedalam self care tersebut meliputi pengaturan pola makan(diet) yang mana pengaturan ini mempunyai tujuan untuk mengontrol metabolik sehingga kadar gula darah dapat dipertahankan dalam rentang normal. Latihan fisik juga dikenal sebagai olahraga yang penting dalam pengobatan DM tipe 2 juga dapat menurunkan kadar glukosa darah dan menurunkan faktor risiko penyakit kardiovaskular. Latihan fisik akan menurunkan kadar glukosa darah dengan meningkatkan pengambilan glukosa oleh otot, memperbaiki sirkulasi darah dan juga tonus otot, dan memperbaiki pemakaian insulin oleh jaringan tubuh yang lain (Lestari and Mundriyastutik 2023).

Minum obat sangat penting ketika melakukan pengobatan terhadap DM karena berpengaruh pada hasil pengobatan yang dilakukan oleh responden dalam pengobatannya dibutuhkan kepatuhan dalam meminum atau mengkonsumsi obat diabetes. Monitoring kadar glukosa darah pemantauan kadar gula darah, hal ini bertujuan untuk mengetahui aktivitas yang dilakukan dalam penatalaksanaan DM sudah efektif atau belum. Jadi dari pembahasan pengelolaan self care yang baik, maka akan mencegah ketidak stabilan kadar gula darah. Hal yang dapat terjadi bagi responden yang baru terdiagnosa diabetes melitus diharuskan memiliki keinginan dan tanggung jawab yang tinggi untuk melakukan pengontrolan terhadap penyakitnya dengan cara melakukan tindakan self care yang dapat mengoptimalkan kontrol metabolik, mengoptimalkan kualitas hidup, serta mencegah komplikasi akut dan kronis.

Dukungan Keluarga klien(prolanis) DM di Puskesmas Kabupaten Situbondo

Dari hasil penelitian dukungan keluarga dalam penelitian ini diperoleh hasil dukungan yang tinggi pada klien(prolanis) DM dengan rata-rata skor nilai (23-40) yaitu sebanyak 101 responden(57,4%), sedangkan yang mendapatkan dukungan rendah dengan skor rata-rata

senilai (10-22) yaitu sebanyak 75 responden(42,6%).

Kemampuan klien dalam usaha untuk mencapai keberhasilan memantau stabilitas kadar gula darah tidak terlepas dari lingkungan kelompok atau kata lain dari dukungan keluarga. Dukungan keluarga terdiri dari empat dimensi utama yaitu: dukungan informasional, penghargaan, instrumental, dan emosional, yang sangat penting untuk memotivasi klien untuk menyelesaikan dan melakukan pengelolaan terhadap penyakitnya dengan tepat, dukungan keluarga juga merupakan faktor paling signifikan yang memengaruhi kemampuan klien untuk keberhasilan dalam upaya yang dilakukan oleh klien (Ferawati, petrus j. Hasibuan 2018). Keluarga merupakan salah satu support system yang dapat dimanfaatkan dalam pemberian pelayanan keperawatan dan penatalaksanaan klien diabetes melitus. Dukungan dan perilaku keluarga yang baik dapat mempengaruhi kepatuhan klien untuk melakukan pengontrolan terhadap penyakitnya (Yanto and Setyawati 2017). Dukungan keluarga dapat didefinisikan sebagai informasi verbal atau nonverbal, saran, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungannya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional dan berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Dalam hal ini klien merasa memperoleh dukungan secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya (Al Munawaroh 2016).

Oleh karena itu masalah masalah yang dimiliki oleh klien diabetes melitus dapat diminimalkan jika klien memiliki dukungan yang tinggi dari keluarganya untuk melakukan pengontrolan dan pengelolaan terhadap penyakitnya yaitu dengan cara mendapatkan dukungan dari keluarga baik dukungan secara informasi, emosional, instrumental dan dukungan penghargaan kepada klien dalam upaya dan keinginan klien melakukan pengelolaan terhadap penyakitnya. Dimana jika dukungan keluarga terhadap klien itu rendah maka akan dapat berpengaruh kepada semangat dan keinginan klien untuk mengelola DM, dukungan keluarga sangatlah penting dan sangat berpengaruh terhadap pengelolaan kesehatan klien. Dukungan dari keluarga juga dapat dipengaruhi karena sebuah faktor yaitu faktor sosial ekonomi, apabila pendapatan dalam keluarganya terbelah menengah keatas maka akan tinggi dukungan keluarga terhadap klien.

Kadar gula darah klien(prolanis) DM di Puskesmas Kabupaten Situbondo

Dari hasil mengidentifikasi kadar gula darah klien(prolanis) DM didapatkan nilai rata-rata maksimum dari hasil pemeriksaan kadar gula darah senilai 122,11 mg/dl, dengan hasil minimum adalah 92 mg/dl dan hasil pemeriksaan kadar gula darah maksimum 160 mg/dl. Gula darah merupakan suatu karbohidrat terpenting yang dibutuhkan oleh tubuh yang berupa gula monosakarida, sebagai sumber energi bagi tubuh. Kadar gula darah yaitu suatu yang dikontrol oleh insulin yang dibutuhkan sebagai bahan akhir dan juga sebagai sumber energi bagi tubuh. Glukosa darah mengalami penurunan karena melakukan aktifitas fisik dengan intensitas sedang yang merupakan latihan aerobik yaitu seperti senam jantung sehat dengan jalan kaki. Untuk mengetahui perbedaan penurunan kadar gula darah setelah berolahraga senam jantung sehat dengan jalan kaki (Jiwintarum et al. 2019).

Gula darah tinggi sering dialami oleh penderita diabetes yang tidak menjalani gaya hidup sehat, misalnya terlalu banyak makan, kurang berolahraga, atau lupa mengonsumsi obat diabetes atau insulin. Tingginya kadar gula darah dapat disakan apabila badan terasa lelah, nafsu makan sangat tinggi, berat badan tubuh berkurang, sering merasa haus, dan sering buang air kecil dan lain-lain. Apabila tidak segera ditangani, kadar gula darah yang terlalu tinggi bisa menimbulkan ketoasidosis diabetik atau sindrom hiperglikemi hiperosmolar yang dapat berakibat fatal (Lalla and Rumatiga 2022). Kadar gula darah sewaktu merupakan suatu pemeriksaan gula darah yang dilakukan setiap waktu tanpa tidak harus memperhatikan makanan terakhir yang dimakan. Gula darah puasa dan 2 jam setelah makan Suatu pemeriksaan gula darah yang dilakukan pasien sesudah berpuasa selama 8 – 10 jam. Sedangkan pemeriksaan gula darah 2 jam sesudah makan yaitu pemeriksaan yang dilakukan 2 jam dihitung sesudah pasien menyelesaikan makan.

Klien(prolanis) DM akan dapat mengontrol kadar gula darahnya apabila sering melakukan pengontrolan atau pengecekan kadar gula darahnya secara teratur, akan tetapi usaha pengontrolan tersebut juga bisa dimaksimalkan lagi dengan melakukan tindakan self care(perawatan diri) yang meliputi pengaturan pola makan(diet), latihan fisik(olah raga), minum obat, perawatan kaki dan monitoring kadar gula darah. Tindakan pengontrolan kadar gula darah juga membutuhkan sebuah dukungan dari keluarga baik dari segi dukungan secara emosional, instrumental, informasi dan penghargaan kepada klien(prolanis) DM untuk dapat mencapai

tujuan dalam upaya melakukan pengontrolan terhadap kadar gula darahnya.

Hubungan self care dan dukungan keluarga klien(prolanis) DM di Puskesmas Kabupaten Situbondo

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti mendapatkan hasil bahwa ada hubungan self care dan dukungan keluarga pada klien(prolanis) DM di Puskesmas Kabupaten Situbondo dengan nilai signifikan $p=0,000(<0,005)$, didapatkan arah hubungan yang cukup dengan nilai $r=0,472$. Perawatan diri yang dimiliki responden dalam penelitian ini sebagian besar dapat dikatakan baik karena adanya keinginan dan tindakan yang dilakukan oleh klien untuk mengontrol kadar gula darahnya, seperti teratur dan rutinnnya klien melakukan diet makanan dan menghindari makanan atau minuman yang manis. Point tertinggi dalam self care terdapat pada point pengaturan pola makan pentingnya mengatur pola makan pada pasien diabetes mellitus seperti mengatur pola makan diet 3j seperti diet jumlah, jenis serta jadwal makan pada rata – rata klien(prolanis) DM diwilayah kerja UPTD Puskesmas Kabupaten Situbondo sudah mengerti akan bagaimana mengatur pola makan untuk menjaga kestabilan glukosa darah pasien diabetes melitus.

Hasil ini menunjukkan semakin tinggi dukungan keluarga makan semakin baik self care (perawatan diri) yang bisa dilakukan oleh klien yang mengalami diabetes melitus. Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Prasetyani (2018) dengan judul hubungan karakteristik, pengetahuan, dan dukungan keluarga dengan kemampuan self care pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Cilacap Tengah 1 dan 2 menyatakan terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kemampuan self care pada pasien diabetes mellitus tipe 2 ($pvalue=0,030$). Sejalan dengan hasil penelitian Ismonah (2009) yang menunjukkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan kemampuan self care pasien diabetes melitus, dimana pasien yang mendapat dukungan keluarga baik berpeluang 10 kali melakukan self care yang baik (Marlinda 2019). Dukungan keluarga adalah sebuah sikap dan tindakan penerimaan yang diberikan keluarga kepada anggota keluarga lainnya. Dukungan keluarga terendah terdapat pada dukungan emosional rendahnya dukungan emosional merupakan respon stres yang dapat mempengaruhi keyakinan seseorang terhadap dukungan keluarga.

Hal ini juga sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Nur Wahyuni Munir yang mengatakan bahwa dukungan keluarga yang baik akan mempengaruhi seseorang dalam

menjalankan dan mematuhi tindakan self care diabetes melitus yang dianjurkan. Semakin besar dukungan keluarga yang diberikan kepada klien diabetes melitus, maka semakin tinggi tingkat kepatuhan klien dalam menerapkan self care diabetes melitus yang dianjurkan pada klien (Ardan Al Ghozali 2023). Dan didukung oleh marlinda niwayan watik mengemukakan bahwa semakin baik dukungan keluarga pada klien diabetes melitus maka semakin baik tindakan perawatan diri (self care) (Niam 2020).

Hubungan self care terhadap kadar gula darah klien(prolanis) DM di Puskesmas Kabupaten Situbondo

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti mendapatkan hasil bahwa ada hubungan self care dengan kadar gula darah pada klien(prolanis) DM di Puskesmas Kabupaten Situbondo dengan nilai signifikan $p=0,000(<0,005)$, didapatkan arah hubungan yang kuat dengan nilai $r=0,632$. Penatalaksanaan self care itu sendiri sangat penting dalam meningkatkan kualitas hidup penderita DM dengan mengontrol glukosa darah agar tetap stabil untuk mengurangi terjadinya komplikasi dan menurunkan angka kematian akibat DM. Kepatuhan dalam mengontrol kadar gula darah yang baik dapat mengurangi risiko terjadinya komplikasi pada pasien DM. Tingginya konsumsi gula dapat memberikan efek yang buruk bagi kesehatan jika tidak diatur dengan baik. Konsumsi gula berlebih meningkatkan kadar plasma gula darah yang dapat mencetuskan penyakit DM tipe II.

Hal ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Priyanto and Juwariah (2021) dimana hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara self care dengan tingkat kestabilan gula darah pada pasien diabetes melitus type 2. Dan didukung oleh Agustina, Astuti, and Naranti (2022) yang mengatakan bahwa semakin baik aktivitas self-care yang dilakukan oleh penderita DM maka kadar glukosa darah akan semakin terkontrol, sebaliknya jika aktivitas self-care penderita DM rendah maka kadar glukosa darah akan buruk. Penelitian lain dilakukan oleh Muflihatin et al. (2024) menunjukkan adanya hubungan antara self care terhadap kepatuhan kontrol glukosa darah, kepatuhan minum obat DM, dan mekanisme koping pada kadar gula darah. Hal tersebut diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Sari, Widaryati, and Prihatiningsih (2022) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan, pola makan, aktivitas fisik dan kepatuhan minum obat dengan rerata kadar gula darah, karena sebagian besar responden dengan pengetahuan yang baik mampu melakukan penatalaksanaan

atau self care diabetes melitus itu sendiri sehingga kadar gula darah pasien dapat terkontrol dengan baik.

Hubungan dukungan keluarga terhadap kadar gula darah klien(prolanis) DM di Puskesmas Kabupaten Situbondo

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti mendapatkan hasil bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan kadar gula darah pada klien(prolanis) DM di Puskesmas Kabupaten Situbondo dengan nilai signifikan $p=0,000(<0,005)$, didapatkan arah hubungan yang kuat dengan nilai $r=0,705$. Rendahnya dukungan keluarga akan berdampak terhadap keterlaksanaannya pengelolaan diabetes melitus yang berisiko terhadap penurunan kadar gula darah. Hal ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Tia Adila et al. (2020) bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat dukungan yang baik dengan kadar gula darah yang baik. Jadi dengan demikian peneliti menyimpulkan bahwa pada pasien diabetes mellitus yang mendapat dukungan dari keluarganya berhubungan terhadap kadar gula darah.

Didukung oleh Rusdiannoor (2016) mengatakan bahwa dukungan keluarga yang baik akan mempengaruhi pelaksanaan program pengobatan diabetes melitus yang dialami klien. Penderita DM dengan dukungan keluarga yang baik mempunyai kepatuhan dalam pengobatan dan kontrol gula darah lebih baik daripada penderita tanpa dukungan keluarga. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Setiawan, Muflihatin, and Herlina (2019) yang mengatakan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga maka upaya pengendalian kadar gula darahnya semakin meningkat.

Hubungan self care terhadap kadar gula darah dan dukungan keluarga terhadap kadar gula darah

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti mendapatkan hasil bahwa setelah dilakukan analisa data menggunakan uji korelasi spearman rank(ρ) tentang hubungan korelasi Self care terhadap kadar gula darah dan dukungan keluarga terhadap kadar gula darah klien(prolanis) DM didapatkan nilai P sebesar 0,000. Karena $P<0,005$, dengan arah kekuatan hubungan dengan nilai $r(0,705)$ untuk nilai self care terhadap kadar gula darah dan arah kekuatan hubungan dengan nilai $r(0,632)$ untuk nilai dukungan keluarga terhadap kadar gula darah. Maka disimpulkan bahwa hubungan yang paling kuat antara self care terhadap kadar gula darah dan dukungan keluarga terhadap kadar gula darah yaitu hubungan yang kuat adalah hubungan self care terhadap kadar gula darah dari pada hubungan antara dukungan keluarga

terhadap kadar gula darah klien(prolanis) DM di Puskesmas Kabupaten Situbondo.

Dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa arah hubungan yang paling kuat antara self care terhadap kadar gula darah klien(prolanis) DM di Puskesmas Kabupaten Situbondo dengan nilai $r(0,705)$ dan arah hubungan dukungan keluarga terhadap kadar gula darah klien(prolanis) DM di Puskesmas Kabupaten Situbondo yaitu dengan nilai $r(0,632)$. Setelah dilakukan analitik korelasi self care terhadap kadar gula darah klien(prolanis)DM diperoleh angka koefisien korelasi sebesar 0,705 yang dapat diartikan memiliki kekuatan atau hubungannya yang kuat. Untuk nilai atau angka koefisien korelasi dukungan keluarga terhadap kadar gula darah klien(prolanis) DM diperoleh angka sebesar 0,632 yang dapat diartikan bahwa memiliki kekuatan atau hubungannya yang kuat.

Simpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya tindakan self care klien(prolanis) DM yang sudah maksimal terutama bagi klien(prolanis) DM yang sudah lama menderita DM, mereka sudah banyak yang terbiasa melakukan tindakan self care(perawatan diri) untuk prngontrolan terhadap penyakitnya, dukungan dari keluarga klien(prolanis) DM di Puskesmas Kabupaten Situbondo sudah maksimal dalam mendukung upaya yang dilakukan klien(prolanis) DM untuk mengontrol penyakitnya, dan penelitian ini menunjukkan adanya hubungan korelasi positif yang kuat antara self care dan dukungan keluarga terhadap kadar gula darah klien(prolanis) DM di Puskesmas Kabupaten Situbondo. Temuan ini menyoroti pentingnya melakukan tindakan self care dan adanya dukungan dari keluarga untuk mengontrol kadar gula darah klien(prolanis) DM.

Ucapan Terimakasih

Peneliti menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan dan penyelesaian penelitian ini. Ucapan terima kasih khusus disampaikan kepada pihak Puskesmas dan seluruh peserta Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) Diabetes Mellitus yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada keluarga, dosen pembimbing, serta seluruh rekan-rekan yang telah memberikan dukungan moril, motivasi, dan saran yang sangat berarti selama proses penelitian berlangsung. Semoga hasil penelitian ini dapat

memberikan kontribusi yang positif bagi pengembangan ilmu keperawatan dan peningkatan kualitas hidup pasien diabetes melalui peran aktif keluarga dan praktik self care yang optimal.

Daftar Pustaka

- Agustina, Venti, Nining Puji Astuti, and Hana Febi Naranti. 2022. "Hubungan Self Care Activities Terhadap Kadar Glukosa Darah Puasa Pasien Diabetes Mellitus (Dm) Tipe II Di Rsud Kelet Provinsi Jawa Tengah." *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)* 17(2):207–14.
- Anon. 1955. "Atlas IDFD. International Diabetes Federation." *The Lancet* 266:134–137.
- Ardan Al Ghozali, Rasyid. 2023. "HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN SELFCARE PADA PASIEN DIABETUS MELITUS TYPE II DI WILAYAH KERJA RSI SUNAN KUDUS."
- Basir, Ita Sulistiani, Nanang Roswita Paramatha, and Fika Dwi Agustin. 2022. "Self Care Pasien Diabetes Melitus." *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* 4(2):691–98.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Situbondo. 2020. "Dinas Kesehatan Kabupaten Situbondo, 'Profil Kesehatan Kabupaten Situbondo Tahun 2020.'" 1–125.
- Ferawati, petrus j. Hasibuan, arif wicaksono. 2018. "Dukungan Keluarga Dan Perilaku Pengelolaan Penyakit Diabetes Melitus Tipe 2 Kota Pontianak." 1–43.
- Galuh, Laurentia, and Dewi Prabawati. 2021. "Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Self-Management Dan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes." *Jurnal Keperawatan BSI* 9(1):49–55.
- Hidayatin, Titin. 2023. "Hubungan Self Care Management Dengan Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus." *Mejora Medical Journal Awatara* 1(1):8–16.
- Jiwintarum, Yunan, Iswari Fauzi, Maruni Wiwin Diarti, and Indriyani Novia Santika. 2019. "Penurunan Kadar Gula Darah Antara Yang Melakukan Senam Jantung Sehat Dan Jalan Kaki." *Jurnal Kesehatan Prima* 13(1):1–9.
- Kemenkes RI. 2019. "Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018."
- Lalla, N. S. Norma, and Jena Rumatiga. 2022. "Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II." *J. Ilm. Kesehat. Sandi Husada* 11:473–79.
- Lambrinou, Ekaterini, Tina B. Hansen, and Joline W. J. Beulens. 2019. "Lifestyle Factors, Self-Management and Patient Empowerment in Diabetes Care." *European Journal of Preventive Cardiology* 26(2_suppl):55–63.

- Lestari, Diana Tri, and Yayuk Mundriyastutik. 2023. "Motivasi Latihan Fisik Pada Penderita Diabetes Mellitus." *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan* 14(1):269–80.
- Marlinda, Y. 2019. "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perawatan Diri (Self Care Activity) Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Ii Denpasar Barat." *Skripsi. Denpasar: ITEKES Bali.*
- Muflihatin, Siti Khoiroh, Zulmah Astuti, Milkhatun Milkhatun, Nur Halimah, and Purwo Setiyo Nugroho. 2024. "Hubungan Perawatan Diri (Self Care) Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat* 16(1):1–6.
- Al Munawaroh, Annisa. 2016. "Analisis Dukungan Keluarga Dalam Kemandirian Lansia Di Desa Payungsari Kecamatan Pedes Kabupaten Karawang."
- NIAM, FATCHUN. 2020. "HUBUNGAN MOTIVASI DAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN MENJALANI REHABILITASI PASCA STROKE."
- Nitarahayu, Dyan. 2019. "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Self Care Activity Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo Samarinda."
- Ogurtsova, Katherine, Leonor Guariguata, Noël C. Barengo, Paz Lopez-Doriga Ruiz, Julian W. Sacre, Suvi Karuranga, Hong Sun, Edward J. Boyko, and Dianna J. Magliano. 2022. "IDF Diabetes Atlas: Global Estimates of Undiagnosed Diabetes in Adults for 2021." *Diabetes Research and Clinical Practice* 183:109118.
- Paisal, Ahmad. 2021. "Gambaran Self Care Pada Penderita Diabetes Mellitus Menurut Teori Orem Di Wilayah Kerja Puskesmas Batunadua Kota Padangsidempuan Tahun 2021."
- Priyanto, Agus, and Titik Juwariah. 2021. "Hubungan Self Care Dengan Kestabilan Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus Type Ii." *Jurnal Ilmu Kesehatan Vol* 10(1).
- Ramadhani, Syahrizal, Arie Fidiawan, Tri Murti Andayani, and Dwi Endarti. 2019. "Pengaruh Self-Care Terhadap Kadar Glukosa Darah Puasa Pasien Diabetes Melitus Tipe-2." *J Manaj DAN PELAYANAN Farm (Journal Manag Pharm Pract* 9(2):118–25.
- Rusdiannoor, Rusdiannoor. 2016. "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Kontrol Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas Pekauman Banjarmasin."
- Safari, Ganjar, Megga Siti Nurlani, and Eggi Juliar Hermanto. 2021. "Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Kontrol Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus." *Healthy Journal* 10(2):45–55.
- Sari, Luky Kurnia, S. Kep Widaryati, and Dwi Prihatiningsih. 2022. "Hubungan Penerapan Self Care Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus."

Setiawan, Candra Eko, Siti Khoiroh Muflihatin, and Hj Nunung Herlina. 2019. "Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Poliklinik PPK 1 Denkesyah."

Tia Adila, Nanda, Fahrur Nur Rosyid, Ns Dian Hudiawati, and M. Kep. 2020. "Hubungan Dukungan Keluarga Dan Sikap Penderita Dengan Upaya Pengendalian Kadar Gula Darah Pada Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Banyuwangi Surakarta."

Yanto, Arief, and Dewi Setyawati. 2017. "Dukungan Keluarga Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kota Semarang." in *prosiding seminar nasional & internasional*. Vol. 1.