

Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus (DM) Tipe 2

Family Support and Dietary Adherence in Type 2 Diabetes Mellitus Patients

Ratih Desy Dwi Rahmawati¹, Yeni Rusyani¹, Lia Fadhillah¹

¹ Universitas Safin Pati, Jawa Tengah, Indonesia

Informasi Artikel

Kata kunci:

Dukungan Keluarga;
Kepatuhan Diet; Diabetes
Melitus Tipe 2

Keywords:

Family Support; Dietary
Adherence; Diabetes mellitus
Type 2

Abstrak

Tatalaksana diabetes melitus mencakup lima pilar antara lain edukasi, pengaturan diet, kegiatan fisik, pengawasan kadar gula dan terapi farmakologi. Kepatuhan diet merupakan pilar utama dalam pengelolaan DM, dukungan keluarga dianggap sebagai salah satu faktor eksternal yang mampu memotivasi pasien dalam mempertahankan perilaku diet yang sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus (DM) tipe 2. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan metode deskriptif analitik. Teknik pengumpulan data didapatkan secara langsung dengan wawancara kepada responden yang terdiri dari identitas, karakteristik responden, dan pengisian kuesioner *Hensarling Diabetes Family Support Scale* (HDFSS) dan *Perceived Dietary Adherence Questionnaire* (PDAQ). Pengolahan data penelitian ini menggunakan *pearson product moment*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus (DM) tipe 2 yang ditunjukkan dengan hasil $p\text{-value } 0,001 \alpha < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus (DM) tipe 2.

Abstract

Management of diabetes mellitus includes five pillars including education, diet management, physical activity, blood sugar monitoring and pharmacological therapy. Diet adherence is a key pillar in the management of Diabetes mellitus, and family support is considered of the external factors that can motivate patients to maintain healthy dietary behaviors. The goal of this study was to determine the relationship of family support to dietary adherence in type 2 diabetes mellitus (DM) patients. This research method uses a quantitative approach with a descriptive analytical method design. Data collection techniques were obtained directly by interviewing respondents, which consisted of the identity, characteristics of respondents, and filling out the *Hensarling Diabetes Family Support Scale* (HDFSS) and *Perceived Dietary Adherence Questionnaire* (PDAQ) questionnaires. And the data processing technique in this study used *Pearson product moment*. The results of the study showed a relationship between family support and dietary compliance in type 2 diabetes mellitus (DM) patients which was shown by the $p\text{-value of } 0.001 \alpha < 0.05$. The study shows a relationship between family support and dietary compliance in type 2 diabetes mellitus (DM) patients.

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) adalah penyakit progresif yang berkembang secara bertahap sepanjang hidup. Julukan pembunuh senyap berasal dari fakta bahwa kejadiannya terus meningkat setiap tahun. Ketidakmampuan atau produksi insulin yang tidak memadai oleh pankreas atau penggunaannya yang tidak efektif oleh tubuh menyebabkan perkembangan kondisi ini. Insulin mengatur kadar gula darah. (Perkumpulan Endokrinologi Indonesia, 2021). Di provinsi Jawa Tengah, pada tahun 2023 tercatat sebanyak 624.082 orang yang menderita diabetes melitus, di mana 101,6% di antaranya telah menerima perawatan kesehatan yang memenuhi standar. Ada 25 kabupaten atau kota yang menunjukkan persentase layanan kesehatan bagi penderita diabetes melitus lebih dari 100%, di mana pencapaian tertinggi terdapat di Purworejo dan yang terendah di Pekalongan (Kementrian Kesehatan, 2016) Untuk prevalensi diabetes di Kabupaten Kudus tahun 2023, sebanyak 18.329 orang terdata, dengan 95,1% telah mendapatkan layanan kesehatan yang sesuai standar (Dinkes Jateng, 2023). Sedangkan kasus diabetes melitus tipe 2 di RSUD Nurussyifa terjadi peningkatan 27,3% dari bulan juli 2025 sampai September 2025. Diabetes melitus berpengaruh ke seluruh tubuh akibat gangguan dalam aktivitas metabolisme yang disebabkan faktor genetik serta pola hidup buruk atau manajemen perawatan diri yang tidak memadai, hal ini yang kemudian menyebabkan peningkatan kadar gula darah (Astuti, Sari and Merdekawati, 2022) Dukungan keluarga merujuk pada cara anggota keluarga orang yang sakit berperilaku, berpikir, dan menerima satu sama lain. Tanpa dukungan anggota keluarga, tidak ada pengobatan, baik di rumah sakit maupun di rumah, yang akan berarti. Sikap yang menunjukkan perilaku patuh atau taat disebut kepatuhan. Pengetahuan, sikap, perspektif, jenis kelamin, motivasi, dan dukungan sosial adalah beberapa karakteristik yang memengaruhi kepatuhan. Cara terbaik untuk mencegah diabetes melitus memburuk adalah dengan minum obat sesuai resep.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif analitik. Rancangan penelitian bersifat *cross-sectional*, yaitu pengumpulan data pada variabel independen berupa dukungan keluarga dan variabel dependen berupa kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus dilakukan secara bersamaan dalam satu waktu pengukuran. Penelitian ini dilaksanakan selama periode September hingga Desember 2025. Tempat penelitian berlokasi di RSUD Nurussyifa Kudus. Populasi penelitian adalah seluruh pasien diabetes melitus tipe 2 yang menjalani perawatan di ruang rawat inap RSUD Nurussyifa Kudus, dengan jumlah populasi sebanyak 60 pasien yang dirawat mulai bulan Oktober 2025. Instrumen penelitian yang digunakan meliputi kuesioner *Hensarling Diabetes Family Support Scale* (HDFSS) untuk mengukur tingkat dukungan keluarga. Kuesioner ini mencakup indikator dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan. Sementara itu, kepatuhan diet diukur menggunakan *Perceived Dietary Adherence Questionnaire* (PDAQ), yaitu kuesioner standar yang dirancang untuk menilai persepsi kepatuhan pasien terhadap pengaturan diet diabetes, yang dikembangkan oleh Asaad. Instrumen tersebut telah digunakan secara luas dalam penelitian kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti mengenai mengetahui hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus (DM) tipe 2 sebagaimana berikut:

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur

Usia (Tahun)	Frekuensi	Persentase (%)
30-40	17	44,7%
41-50	17	44,7%
51-60	4	10,6%
Total	38	100%

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	16	42,1%
Perempuan	22	57,9%
Total	38	100%

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak sekolah	11	28,9%
SD	22	57.9%
SMP	5	13,2%
Total	38	100%

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Responden Dukungan Keluarga

Kategori dukungan	Frekuensi	Persentase (%)
Dukungan keluarga baik	26	68,5%
Dukungan keluarga buruk	12	31.5%
Total	38	100%

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe 2

Kategori Kepatuhan	Frekuensi	Persentase (%)
Patuh	26	31,5%
Tidak patuh	12	68,5%
Total	38	100%

Tabel 6
Hubungan Dukungan Keluarga dan Kepatuhan Diet

Dukungan Keluarga	Kepatuhan Diet		%		<i>p-value</i>
	Patuh	Tidak Patuh			
Dukungan Baik	17	8	44,7%	21,1%	0.001

Berdasarkan data tersebut menunjukkan dukungan keluarga baik dengan patuh terhadap diet sebanyak 17 responden (44,7%) dukungan keluarga baik dengan tidak patuh terhadap diet sebanyak 8 responden (21,1%), dukungan keluarga buruk dengan patuh terhadap diet sebanyak 9 responden (23,7%)dan dukungan keluarga buruk dengan tidak patuh terhadap diet sebanyak 4 responden (10.5%). Berdasarkan uji statistik menunjukkan bahwa nilai $p\text{-value} = 0.001 < \alpha 0.05$ yang berarti H_0 diterima yang menunjukkan adanya hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet terhadap pasien diabetes melitus tipe 2 di RSUD Nurussyifa Kudus.

Hasil peneltian menunjukkan bahwa 17 orang dewasa muda (44,7%), 17 orang dewasa paruh baya (44,7%), dan 4 orang dewasa lanjut usia (10,6%) merupakan mayoritas responden. Beberapa jurnal mendukung penelitian ini. Penelitian Oktavia dkk. (2022) yang melibatkan 108 orang tentang variabel sosiodemografis dan kejadian diabetes melitus tipe 2 adalah contohnya. Karena kadar insulin menurun seiring bertambahnya usia, sebagian besar responden adalah orang dewasa paruh baya berusia 40 tahun ke atas (74 orang) (68,5%). Temuan ini sesuai dengan penelitian Aryndra

(2019) yang melibatkan 37 responden tentang Faktor Risiko Diabetes Melitus Tipe 2 di Rumah Sakit Bhayangkara di Kota Kupang. Sebagian besar pasien diabetes melitus berusia paruh baya (36,4%). Semakin bertambah usia menyebabkan risiko tinggi terkena diabetes melitus hal ini karena penuaan menciptakan resistensi insulin dan masalah pengendalian glukosa darah Handayani (2020).

Berdasarkan jenis kelamin, 16 responden (42,1%) adalah laki-laki dan 22 responden perempuan (57,9%). Banyak publikasi mendukung penelitian ini, seperti studi Oktavia (2022) tentang variabel sosiodemografis dan kejadian diabetes melitus tipe 2 di antara 108 responden. Responden perempuan mendominasi penelitian dengan 72 responden (66,6%). Studi Rahmawati (2019) tentang Hubungan antara Usia, Jenis Kelamin, dan Hipertensi dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Tugu, Kecamatan Cimanggis, Kota Depok, yang mencakup 264 responden, sesuai dengan penelitian ini. Sebagian besar responden (172, 65,2%) adalah perempuan (Rosita, 2022) meneliti aktivitas fisik lansia dengan diabetes tipe 2 di Puskesmas Balaraja, Kabupaten Tangerang. Dari 45 responden, 33 (31,1%) adalah perempuan. Jenis kelamin perempuan memengaruhi prevalensi diabetes melitus. Hal ini karena peningkatan indeks masa tubuh (obesitas), gaya hidup yang tidak sehat, dan hormon (kehamilan & menopause) memengaruhi distribusi lemak dan pertumbuhan. Hal ini dapat mengganggu produksi insulin (Aniska, 2022).

Berdasarkan jenis pendidikan, 22 responden (57,9%) bersekolah di sekolah dasar, 11 tidak bersekolah, dan 5 bersekolah di sekolah menengah pertama. Penelitian tentang faktor sosiodemografis yang berkaitan dengan diabetes melitus tipe 2 dengan 108 responden (Oktavia, 2022). Dari 76 responden tersebut, 70,3% memiliki tingkat pendidikan di bawah perguruan tinggi. Hasil penelitian Yulia (2022) melaporkan bahwa 78 dari 98 responden Puskesmas Pasar Rebo memiliki pendidikan kurang dari perguruan tinggi, yang konsisten dengan penelitian ini. Dalam penelitian Ruku (2022) lainnya tentang faktor risiko diabetes tipe II di Desa Lilang, Minahasa Utara, 41 (67,2%) dari 61 responden memiliki pendidikan kurang dari perguruan tinggi. Insiden diabetes sangat dipengaruhi oleh pendidikan. Tingkat pendidikan yang tinggi memberi masyarakat informasi dan kesadaran untuk mengatur dan menjaga kesehatan (Oktavia, 2022).

Sebagian besar 26 responden (68,5%) memiliki dukungan keluarga yang baik dan dukungan keluarga buruk 12 responden (31,5%). Banyak penjelasan yang menjelaskan dan mendukung penelitian ini. Penelitian tentang dukungan keluarga dan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe II, 26 responden (52,0%) melaporkan dukungan keluarga yang baik (Oktavera, 2021). Penelitian lain (Gamia, 2023) tentang dukungan keluarga dan kepatuhan diet DM pada pasien diabetes tipe 2 menemukan bahwa sebagian besar memiliki dukungan keluarga yang baik (40 responden, 52,6%). Manajemen diabetes di rumah sangat dipengaruhi oleh dukungan keluarga. Keluarga sangat penting dalam memantau dan menjaga diet untuk memenuhi kebutuhan energi pasien diabetes melitus. Pasien diabetes harus memperhatikan batasan makanan bergizi di rumah, yang juga harus dikelola oleh keluarga. Menurut peneliti berpendapat bahwa dukungan keluarga merupakan bantuan dari anggota keluarga yang berbentuk motivasi dan berperan sangat penting untuk meningkatkan semangat dalam menjalankan pengobatan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kepatuhan diet yang baik, yaitu sebanyak 26 responden (68,5%), sedangkan 12 responden (31,5%) tergolong tidak patuh terhadap diet yang dianjurkan. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien diabetes melitus tipe 2 telah menerapkan pengaturan diet sebagai bagian dari upaya pengendalian penyakit. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang bervariasi dan mendukung temuan ini. Penelitian mengenai kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di RSUD Lasinrang menemukan bahwa sebagian besar responden (63,7%) tidak patuh terhadap diet (Mulyani dan

Patimah, 2022). Hasil serupa juga menunjukkan bahwa 60,0% responden tidak patuh terhadap diet diabetes meskipun telah mendapatkan dukungan keluarga (Susanti, 2022). Kepatuhan diet merupakan salah satu strategi utama dalam pengendalian kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus. Rendahnya motivasi diri serta kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar dapat menjadi faktor yang berkontribusi terhadap ketidakpatuhan diet, sebagaimana dikemukakan oleh Irawati dan Firmansyah (2020). Menurut peneliti, kepatuhan terhadap pengobatan dan pengaturan diet sangat berperan dalam memperbaiki kondisi tubuh pasien serta membantu mengoptimalkan efektivitas terapi yang diberikan.

Studi ini menunjukkan korelasi yang kuat antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet pada pasien diabetes (nilai $p = 0,001 < \alpha 0,05$). Berdasarkan hasil penelitian (Oktavera, 2021) tentang dukungan keluarga dan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2 didapatkan hasil (nilai $p 0,002 < 0,05$), yang melibatkan 50 responden. Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga yang memadai meningkatkan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus. Kepatuhan diet berasal dari dukungan keluarga dan motivasi responden. Dukungan keluarga sangat memengaruhi kepatuhan terhadap diet. Lingkungan utama penderita diabetes adalah keluarga. Keluarga memberikan kontrol diet, pendidikan, dukungan instrumental, dan pengakuan kepada penderita diabetes. Dukungan keluarga memengaruhi status psikologis dan memotivasi pasien untuk mengikuti terapi. Dukungan keluarga yang lebih baik memotivasi kepatuhan terhadap diet. (Citra Mela and Asep Barkah, 2022). Menurut peneliti berpendapat bahwa dengan adanya dukungan keluarga yang baik sehingga akan membantu penderita diabetes melitus (DM) tipe 2 untuk dapat meningkatkan keyakinan akan kemampuannya melakukan pengobatan. Penderita diabetes mellitus yang berada dalam lingkungan keluarga dan diperhatikan oleh anggota keluarganya akan dapat menimbulkan perasaan nyaman dan aman sehingga akan tumbuh rasa perhatian terhadap diri sendiri dan meningkatkan motivasi untuk melaksanakan pengobatan.

SIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara sikap pasien dengan kepatuhan minum obat dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ dan $p = 0,72$. Semakin positif sikap pasien terhadap pengobatan, maka semakin tinggi tingkat kepatuhan. Keluarga merupakan support penting dalam proses pengobatan pasien penderita diabetes mellitus, keterlibatan secara aktif akan membantu pasien untuk patuh dalam program pengobatan DM.

DAFTAR PUSTAKA

- Asniar, F., Darwis and Asdar, F. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Malaka Kecamatan Lalabata Kabupaten Soppeng. JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan, 3, pp. 148–155.
- Astuti, A., Sari, L. A. and Merdekawati, D. (2022). Perilaku Diet pada Diabetes Melitus Tipe 2.
- Ayunda, Wahyunah and Titin Hidayatin (2023). Hubungan Self Care Management Dengan Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus. MEJORA Medical Journal Awatara, 1(1), pp. 8–16. doi: 10.61434/mejora.v1i1.51.
- Bakhtiar Rifai (2023). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Sasaran Keselamatan Pasien Dengan Tingkat Kepatuhan Perawat Dalam Pelaksanaan Identifikasi Pasien Di RS Nasional Diponegoro. Ilmu Kesehatan. pp. 87–96.

- Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah. (2023). Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 2023. Semarang: BPS Provinsi Jawa Tengah.
- Heriyanti, H., Mulyono, S. and Herlina, L. (2020). Dukungan Keluarga Terhadap Self Care Pada Lansia Dengan Diabetes Melitus Tipe 2. Available at: <https://journal.uin-laualuddin.ac.id/index.php/join/article/view/14145>.
- Hildawati (2024). Buku Ajar Metodologi Penelitian Kuantitatif & Aplikasi Pengolahan Analisa.
- Irawati, P. and Firmansyah, A. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Cipondoh Kota Tangerang. Jurnal JKFT. 5(2), p. 62. doi: 10.31000/jkft.v5i2.3924.
- Kemenkes RI (2024). Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor Hk.01.07/Menkes/2009/2024 Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Klinis Tata Laksana Diabetes Melitus Pada Anak. Kementerian Kesehatan Indonesia, pp. 1–119. Available at: https://r.search.yahoo.com/_ylt=AwrPrNLzBdxn.AEApOLLQwx.;_ylu=Y29sbwNzZzMEcG9zAzIEdnRpZAMEc2VjA3Ny/RV=2/RE=1743682291/RO=10/RU=https%3A%2F%2Fkemkes.go.id%2Fapp_asset%2Ffile_content_download%2F1737347004678dcfbc66f892.86462222.pdf/RK=2/RS=RoTOzjBNabEq95pWP.
- Muhrisa (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dan Keterbukaan Diri Dengan Kesepian Pada Mahasiswa Perantauan. Available at: <https://repository.radenintan.ac.id/17341/>.
- Nuzula, F., Putri, N. K. and . H. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Kepatuhan Diet Anggota Keluarga Diabetes Mellitus. Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida. 9(1), pp. 56–65. doi: 10.55500/jikr.v9i1.163.
- Pengurus Besar Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI) (2021). Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia Tahun 2021. Pb Perkeni.
- Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (2021). Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021. Global Initiative for Asthma, p. 46. Available at: www.ginasthma.org.
- Rahman, Z., Pujiati, W. and Saribu, H. J. D. (2023). Self Care Berhubungan dengan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. Jurnal Keperawatan Silampari, 6(2), pp. 1336–1344. doi: 10.31539/jks.v6i2.2883.
- Sugiyono (2020). Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D.
- T.Eltrikanawati1 (2022). Dukungan Keluarga Dan Kepatuhan Pola Diet Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Lansia. Jurnal Endurance, 7(1), pp. 40–47. doi: 10.22216/jen.v7i1.792.
- Wiradijaya (2020). Hubungan Sikap, Akses Dukungan Keluarga dan Lingkungan Sekolah dengan Perilaku Makan Remaja dalam Pencegahan Hipertensi di Kelurahan Ngemplak Simongan Kota Semarang. Available at: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/26449>.