



# Jurnal Ilmu Kesehatan Bhati Husada: *Health Science Journal*

VOL 14 No 2 (2023): 299-308

DOI: [10.34305/jikbh.v14i02.775](https://doi.org/10.34305/jikbh.v14i02.775)

E-ISSN: [2623-1204](https://doi.org/10.34305/jikbh.v14i02.775) P-ISSN: [2252-9462](https://doi.org/10.34305/jikbh.v14i02.775)

Journal Homepage: <https://ejournal.stikku.ac.id/index.php/stikku>

## Dukungan keluarga dan kepatuhan menjalankan diet pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Ratahan

<sup>1</sup>Frendy Fernando Pitoy, <sup>2</sup>Reagen Jimmy Mandias, <sup>3</sup>Lea Andy Shintya, <sup>4</sup>Kenny Julisa Manawan

<sup>1,2,4</sup>Fakultas Keperawatan, Program Studi Profesi Ners, Universitas Klabat

<sup>3</sup>Fakultas Keperawatan, Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Universitas Klabat

### How to cite (APA)

Pitoy, F. F., Mandias, R. J., Shintya, L. A., & Manawan, K. J. (2023). Dukungan keluarga dan kepatuhan menjalankan diet pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Ratahan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 14(02), 299-308.  
<https://doi.org/10.34305/jikbh.v14i02.775>

### History

Received: 5 Juni 2023

Accepted: 4 November 2023

Published: 1 Desember 2023

### Corresponding Author

Frendy Fernando Pitoy, Fakultas Keperawatan, Program Studi Profesi Ners, Universitas Klabat;  
[frendypitoy@unklab.ac.id](mailto:frendypitoy@unklab.ac.id)



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Salah satu cara untuk menangani penyakit DM adalah dengan melakukan diet yang ketat dimana bukanlah hal yang mudah untuk tetap konsisten dalam menjalankannya. Dukungan dari keluarga merupakan suatu kontribusi nyata yang sangat berperan aktif dalam mempengaruhi pelaksanaan diet DM. Diet yang dilakukan terus-menerus dengan jangka waktu yang lama dan disertai dengan kurangnya dukungan dari keluarga sering kali menimbulkan perasaan bosan sehingga mengakibatkan kelalaian dalam menjalankannya. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan menjalankan diet pada pasien DM di wilayah kerja Puskesmas Ratahan.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel diambil menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 94 responden. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner Dukungan Keluarga dan Kuesioner Kepatuhan Diet DM. Analisis data menggunakan rumus *Spearman's Rho* dengan menggunakan program *Statistical Package For The Social Science (SPSS) 21*.

**Hasil:** Ditemukan bahwa sebagian besar responden masuk dalam kategori dukungan keluarga baik dengan jumlah 67 (71,3%) responden dan memiliki kepatuhan diet DM dalam kategori patuh dengan jumlah 59 (62,8%) responden. Lebih lanjut, hasil analisis bivariat menggunakan rumus *Spearman's rho* menunjukkan nilai  $p=0,271$ .

**Kesimpulan:** Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kepatuhan menjalankan diet DM di wilayah kerja Puskesmas Ratahan.

**Kata Kunci :** Dukungan Keluarga, Kepatuhan Diet, Diabetes Melitus.

## **Pendahuluan**

Penyakit Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit tidak menular yang banyak diderita. DM adalah penyakit gangguan metabolik akibat adanya gangguan pada sekresi ataupun kinerja insulin (Williams dan Hopper 2015). Insulin merupakan hormon yang berperan dalam penyerapan glukosa ke dalam sel. Ketika terjadi gangguan, maka penyerapan glukosa pun akan terganggu. Hal ini membuat glukosa yang tidak masuk ke dalam sel tetap beredar dalam darah yang membuat kadar gula darah menjadi tinggi (hiperglikemik).

Data penderita DM pada tahun 2021, terdapat 537 juta orang dewasa didunia yang menderita DM dan diperkirakan pada tahun 2030 menjadi 643 juta, dan di tahun 2045 diperkirakan akan menjadi 783 juta penderita (International Diabetes Federation, 2021). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 mengumumkan bahwa di Indonesia terdapat 1.017.290 penderita DM yang terdiagnosa oleh dokter untuk semua umur (Tim Riskesdas 2018, 2019a). Lebih lanjut Riskesdas mengemukakan bahwa di Sulawesi Utara didapati bahwa sebanyak 25.661 orang terdiagnosa DM (Tim Riskesdas 2018, 2019b). Lebih khusus di Minahasa Tenggara terdapat 1.147 orang terdiagnosa DM (Tim Riskesdas 2018, 2019b).

Data kejadian kasus diatas menunjukkan bahwa penyakit DM ini menjadi masalah kesehatan yang serius. Berbagai kebijakan dilakukan oleh berbagai kalangan kesehatan di berbagai negara sebagai upaya penanganan untuk menekan atau mengontrol komplikasi dari penyakit ini (World Health Organization, 2016). Salah satu cara untuk mengatasi komplikasi adalah dengan menjalankan diet yang ketat (Tandra, 2014). Diet untuk pasien DM bukanlah hal yang mudah untuk dijalankan, dibutuhkan usaha dan komitmen untuk dapat terus konsisten saat menjalankannya (Toruan, 2012).

Dalam sebuah penelitian yang dilakukan di salah satu puskesmas di Sumatera Barat, ditemukan bahwa terdapat

lebih dari separuh (57,4 %) pasien DM yang tidak patuh menjalankan diet DM (Febriyanti dan Yusri 2021). Dilansir dari Banjarmasin Post bahwa masih banyak penderita DM yang tidak patuh dalam menjalankan program dietnya (Sari, 2022). Dalam sebuah penelitian yang dilakukan di rumah sakit Wolter Mongisidi Tk II Manado ditemukan bahwa 37,1 % pasien DM tipe 2 yang tidak patuh menjalani diet DM (Muhammad, Takahepis, dan Baco 2022). Dari data-data di atas menandakan bahwa masih banyak pasien yang tidak patuh dalam melaksanakan program diet DM.

Kepatuhan jangka panjang terhadap diet DM menjadi tantangan yang perlu diperhatikan. Diet yang dilakukan secara terus menerus akan membentuk perasaan bosan dan lama-kelamaan akan mengalami kelalaian saat menjalankan dietnya (Rohani, 2018). Prinsip dasar diet DM yang tepat yaitu mengarah pada ketepatan jumlah kalori, jadwal makan dan jenis makanan yang dikonsumsi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021; Tjokroprawiro, 2006)

Terdapat berbagai faktor yang dapat mempengaruhi kepatuhan diet DM, diantaranya pengetahuan, sikap, dukungan petugas kesehatan dan dukungan keluarga (Dwibarto dan Anggoro 2022). Menurut Niven (2013) kepatuhan pasien dalam menjalani diet DM dapat dipengaruhi oleh faktor lingkungan yaitu keluarga. Keluarga yang adalah orang terdekat dengan pasien dapat memberi dukungan kepada pasien sehingga pasien termotivasi dan dapat patuh saat menjalankan diet. Keluarga sebagai penolong pertama yang ada di samping pasien yang akan selalu mendampingi dan bersama-sama dengan pasien saat menjalani pengobatan atau perawatan. Solekhah dan Sianturi (2020) mengemukakan bahwa dukungan keluarga dapat meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan atau penilaian, dukungan instrumental dan dukungan informasional.

Beberapa penelitian telah dilakukan terkait keterhubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan menjalankan

diet bagi pasien DM. Penelitian yang dilakukan oleh (Hisni, Widowati, dan Wahidin 2017) menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien DM tipe 2 di Puskesmas Limo Depok dengan nilai  $p = 0.05$ . Penelitian yang lain juga menunjukkan hasil yang sama dimana Solekhah dan Sianturi (2020) telah melakukan penelitian pada pasien DM tipe 2 di salah satu rumah sakit di Jakarta dan hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet DM tipe 2 dan dukungan keluarga dengan nilai  $p = 0.000$ .

Teori keperawatan yang menjadi landasan dalam penelitian ini adalah teori dari Joyce Travelbee dengan model keperawatan "*Human to human relationship*" atau hubungan manusia ke manusia. Travelbee mengatakan bahwa hubungan yang terjalin antar individu, keluarga dan komunitas yang terbentuk selama sakit dapat mencegah atau mengurangi pengalaman penyakit dan penderitaan (Risnah dan Irwan 2021). Keluarga sebagai orang yang terdekat dengan penderita diharapkan dapat saling membangun hubungan yang baik. Melalui hubungan yang terjalin maka dukungan yang diberikan dari keluarga dapat diterima oleh pasien serta bermanfaat untuk kesehatan pasien.

Studi pendahuluan telah dilakukan oleh sebelumnya di Ratahan dengan mewawancarai beberapa penderita DM. terdapat 10 pasien DM yang ditemui, mereka menyatakan bahwa keluarga tidak memberikan perhatian khusus mengenai penyakit yang diderita oleh penderita.

Sejauh ini, penyediaan makanan untuk diet DM hanya dilakukan sendiri oleh penderita. Penderita juga mengemukakan bahwa mereka tidak dapat menahan diri untuk makan jika berada dalam satu acara jamuan makan. Penelitian mengenai dukungan keluarga dan kepatuhan diet DM walaupun telah banyak diteliti di berbagai daerah, namun belum pernah dilakukan di Ratahan khususnya dalam wilayah kerja Puskesmas Ratahan. Berdasarkan latar belakang dan fakta tersebut maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mencari tahu hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan menjalankan diet pasien diabetes mellitus di Puskesmas Ratahan.

#### Metode

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu semua pasien DM tipe 2 yang tercatat dalam rekam medis di wilayah kerja Puskesmas Ratahan yang berkunjung ke Puskesmas mulai tanggal 20 Juni 2021 - 11 Maret 2022 yaitu sebanyak 123 penderita DM. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling dengan* kriteria inklusi yaitu pasien yang sedang tinggal dengan keluarga dalam satu rumah, terdiagnosa DM, dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian dengan menandatangani *informed consent*. Dalam menentukan besar sampel, telah digunakan rumus Slovin dan di dapati 94 responden berpartisipasi dalam penelitian. Agar jumlah sampel dapat terwakilkan dari setiap wilayah kerja, maka peneliti menggunakan *sampling frame* seperti yang tertulis pada tabel 1.

Tabel 1. Jumlah sampel minimal di setiap wilayah kerja (*sampling frame*)

Kelurahan (Wilayah Kerja)	Populasi (N)	Sampel (n)
Lowu Satu	15	11
Lowu Dua	16	12
Lowu Utara & Kalatin	15	11
Nataan	14	11
Tosuraya	10	8
Tosuraya Selatan	6	5
Tosuraya Barat	14	11

Kelurahan (Wilayah Kerja)	Populasi (N)	Sampel (n)
Wawali	15	11
Wawali Pasan	13	10
Rasi	5	4
Rasi Satu	0	0
Total	123	94

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Dukungan keluarga diukur dengan menggunakan kuesioner dukungan keluarga yang diadopsi dari Sulanjari (2018) dengan nilai *cronbach alpha* 0,957. Kuesioner ini terdiri dari empat komponen diantaranya Dukungan Informasional, Dukungan Penilaian, Dukungan Instrumental dan Dukungan Emosional. Skala yang digunakan dalam kuesioner ini yaitu skala Likert dengan pilihan jawaban selalu, sering, jarang dan tidak pernah. Jumlah item pertanyaan yaitu 16 item pertanyaan yang terdiri dari pertanyaan positif dan negatif. Untuk pernyataan positif jika responden menjawab selalu maka diberi nilai 4, jika responden menjawab sering maka diberi nilai 3, jika responden menjawab jarang, maka diberi nilai 2 dan jika responden menjawab tidak pernah maka diberi nilai 1. Pada pernyataan negatif skor yang diberikan terbalik dengan skor pada pernyataan positif. Semua skor yang didapatkan dari responden diubah kedalam bentuk persentase. Jika persentase yang didapatkan responden 76%-100% maka diklasifikasikan dukungan baik, jika persentase yang didapatkan responden 60%-75% maka diklasifikasikan dukungan cukup, dan jika persentase yang didapatkan responden <60% maka diklasifikasikan dukungan kurang. Sedangkan kepatuhan diet DM diukur dengan menggunakan kuesioner kepatuhan diet DM yang diadopsi dari Sulanjari (2018) dengan nilai *cronbach's alpha* 0,957. Kuesioner kepatuhan diet DM terdiri dari Jenis, Jumlah dan Jadwal Diet DM. Skala yang digunakan dalam kuesioner ini menggunakan skala Guttman dengan pilihan jawaban ya dan tidak. Terdapat 10 item pertanyaan yang harus dijawab oleh responden yang terdiri dari pertanyaan

positif dan negatif. Pada pernyataan positif jika responden menjawab ya diberi skor 1, dan jika responden menjawab tidak maka diberi skor 0. Pada pernyataan negatif skor yang diberikan terbalik dengan skor pada pernyataan positif. Penentuan skor akhir dari kuesioner ini dilakukan dengan cara semua skor yang didapatkan dari responden dijumlahkan. Penentuan skor akhir menggunakan T skor dengan mencari tahu terlebih dahulu mean dan standar deviasi. T skor merupakan skor standar yang menghasilkan persebaran dengan mean = 50 dan standar deviasi = 10

$$T = 50 + 10 \left( \frac{x - \bar{x}}{s} \right)$$

Dari hasil perhitungan yang didapatkan maka langkah selanjutnya adalah menentukan interpretasikan nilai tersebut. Jika nilai  $T > MT$  maka responden dikategorikan patuh, sedangkan jika nilai  $T \leq MT$  maka responden dikategorikan tidak patuh. T yang ditemukan adalah 50.

Analisis data telah dilakukan, untuk menemukan hasil analisis univariat telah dilakukan analisis frekuensi dan persentase. Sedangkan untuk menganalisis bivariante telah menggunakan analisis dengan rumus *Spearman's Rho* karena data berdistribusi tidak normal. melakukan uji normalitas data menggunakan metode analitik parameter Kolmogorov Smirnov karena subjek berjumlah lebih dari 50 orang. Penelitian ini telah mendapatkan ijin dari Fakultas Keperawatan Universitas Klabat dengan nomor keputusan 146/KP-FKEP.UNKLAB/PJP/III/22, dan pihak layanan kesehatan Puskesmas Ratahan dengan nomor surat keputusan 440/DINKES-MT/PKM RTHN/SKT?II/2023/29.

## Hasil

Hasil analisis univariat mengenai gambaran dukungan keluarga dan kepatuhan menjalankan diet pasien DM di wilayah kerja Puskesmas Ratahan dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 2. Hasil analisis univariat mengenai gambaran dukungan keluarga dan kepatuhan menjalankan diet pasien DM di wilayah kerja Puskesmas Ratahan**

Variabel	Klasifikasi	Frekuensi	Persentase (%)	Nilai <i>r</i>	Nilai <i>p</i>
Kepatuhan Diet DM	Patuh	59	62,766		
	Tidak Patuh	35	37,234		
Dukungan Keluarga	Baik	67	71,277	,115	,271
	Cukup	23	24,468		
	Kurang	4	4,255		

Tabel 2 menunjukkan hasil analisis gambaran dukungan keluarga dan kepatuhan menjalankan diet pasien DM di wilayah kerja Puskesmas Ratahan. Hasil analisis gambaran dukungan keluarga menunjukkan bahwa dari 94 responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini, sebagian besar responden masuk dalam kategori dukungan keluarga baik dengan total responden sebanyak 67 (71,277%). Sisanya berada dalam kategori dukungan keluarga cukup yaitu 23 (24,468%) responden, dan kategori dukungan keluarga kurang dengan jumlah 4 (4,255%) responden. Sedangkan hasil analisis kepatuhan menjalankan diet pasien DM menunjukkan bahwa dari 94 responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini, sebagian besar responden memiliki kepatuhan dalam kategori patuh yaitu terdapat sebanyak 59 (62,766%) responden. Dan untuk responden yang memiliki kepatuhan dalam kategori tidak patuh yaitu sebanyak 35 (37,234%) responden.

Lebih lanjut, tabel 2 menunjukkan hasil analisa hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan menjalankan diet pasien DM di wilayah kerja Puskesmas Ratahan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat nilai signifikansi yaitu  $p=0,271$  yaitu lebih besar dari 0,05. Hal tersebut memberi arti bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kepatuhan menjalankan diet DM di wilayah kerja puskesmas Ratahan.

## Pembahasan

Partisipasi keluarga mempunyai peran penting dalam pelaksanaan manajemen diabetes, dalam hal ini diet DM (Gupta et al., 2019). Kehadiran keluarga yang mendampingi baik dalam keadaan sehat atau sakit sangat diperlukan bagi setiap anggota keluarga masing-masing. Patuh tidaknya pasien dapat dipengaruhi oleh seberapa besar dukungan yang didapatkan dari keluarga (Solekhah dan Sianturi 2020). Jika seseorang menerima dukungan yang baik dari keluarga, maka kepatuhan diet DM akan baik pula dan sebaliknya jika dukungan keluarga buruk yang orang tersebut terima, maka buruk pula kepatuhan diet yang dihasilkan dari orang tersebut (Bangun et al., 2020).

Tidak mendukung hal tersebut dibuktikan oleh hasil penelitian yang telah dilakukan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga tidak berhubungan secara signifikan dengan kepatuhan menjalankan diet DM. Berdasarkan data penelitian, peneliti menemukan bahwa ada beberapa responden yang memiliki dukungan keluarga yang baik namun masih belum patuh menjalankan diet DM. Berdasarkan hasil analisa kuesioner, terdapat data yang menunjukkan bahwa responden selalu diberitahu dampak apabila tidak mengikuti diet dengan benar, diberikan pujian ketika ada kemajuan kesehatan, dan selalu diperhatikan kondisi kesehatannya. Hal tersebut menunjukkan dukungan yang diberikan oleh keluarga sudah baik, namun

tidak patuh dalam menjalankan diet penderita DM. Hal tersebut dibuktikan dengan jawaban responden pada kuesioner dimana responden tersebut lupa menjaga diet saat menghadiri pesta dengan makan sesuka hati dan makan tidak sesuai dengan jadwal makan. Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan beberapa responden, dimana ditemukan bahwa walaupun keluarga selalu menasihati anggota keluarga yang sakit, tetap saja diabaikan dengan alasan responden lebih tahu tentang penyakitnya sendiri dari pada orang lain, bisa mengurus diri sendiri, dan meyakini usaha yang dilakukan tidak akan dapat menyembuhkan penyakit mereka. Betania dan Purnama (2016) mengatakan bahwa keyakinan, sikap dan kepribadian dapat mempengaruhi pelaksanaan diet pasien. Sikap pesimis seseorang membuat orang tersebut merasa suatu hal menjadi sulit untuk dilakukan terutama pada saat menjalankan diet (Manalu et al., 2020). Seseorang dapat memahami dan memutuskan mengenai masalah kesehatan dari pengalaman hidup yang dilalui setiap hari (Munir, 2021).

Pada kesempatan tersebut juga Peneliti mewawancarai beberapa keluarga responden dan mereka mengatakan bahwa jenis makanan yang dikonsumsi sehari-hari oleh responden adalah jenis makanan yang berminyak seperti gorengan dan santan. Hal ini didukung dengan data dari jawaban responden pada kuesioner kepatuhan, dimana 79,8% responden mengkonsumsi jenis makanan yang berminyak seperti santan, cake, kulit ayam dan gorengan. Hal ini sangat berhubungan dengan diet penderita, karena makanan yang dikonsumsi oleh penderita DM mencerminkan ketatan dalam menjalankan diet DM (Savitri et al., 2022). Berdasarkan uraian yang peneliti paparkan maka disimpulkan bahwa dukungan keluarga saja belum cukup untuk menunjang kepatuhan menaati diet penderita DM.

Terdapat beberapa penelitian memiliki hasil yang sejalan dengan hasil

penelitian ini. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Putri et al. (2022) pada penderita DM di wilayah kerja puskesmas Kalibaru menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan diet penderita DM dengan nilai signifikansi  $p=0,671$  ( $>0,05$ ). Hasil yang sama juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh Febriyanti dan Yusri (2021) yang dilakukan pada penderita DM di wilayah kerja puskesmas Ambacang Kuranji Padang dan didapati hasil yaitu  $p$  value 0,137 ( $>0,05$ ) yang menandakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet DM. Penelitian yang dilakukan oleh Ernawati et al. (2020) pada pasien DM di kecamatan Sumbang Banyumas menemukan hasil yang sama, dimana terdapat nilai  $p=0,314$  yaitu lebih besar dari 0,05 yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien DM.

Hasil analisis univariat mengenai dukungan keluarga bagi penderita DM menunjukkan hasil bahwa sebagian besar responden berada pada kategori memiliki dukungan yang baik dilatar belakangi oleh beberapa faktor. Setelah dilakukan analisa lebih lanjut berdasarkan data pada kuesioner, ditemukan bahwa dari keempat aspek dukungan keluarga, nilai rata-rata dukungan keluarga yang paling tinggi berada pada aspek dukungan penilaian. Pada aspek tersebut keluarga selalu memperhatikan kebutuhan anggota keluarga, mengetahui penyakit anggota keluarga, dan memberikan pujian atas usaha yang dilakukan untuk menaati diet DM ataupun ketika ada kemajuan kesehatan. Mela dan Barkah (2022) mengemukakan bahwa dukungan penghargaan yang diberikan oleh keluarga sebagai orang terdekat dapat memberikan motivasi, semangat, peningkatan harga diri, sehingga penderita merasa dirinya berarti dalam keluarga dan lebih semangat lagi untuk meningkatkan kesehatannya. Aspek lain juga dalam dukungan keluarga yang tinggi adalah aspek dukungan emosional. Pada aspek ini keluarga selalu menerima keadaan anggota keluarganya, selalu

memperhatikan kondisi kesehatan anggota keluarga yang sakit, dan keluarga selalu meluangkan waktu untuk mendengarkan cerita atau keluhan dari anggota keluarga yang sakit. Mamahit et al. (2018) mengemukakan bahwa penderita DM sangat memerlukan dukungan dari keluarga dengan cara selalu menyediakan waktu untuk mendengar keluhan pasien, memberi perhatian dan memotivasi pasien.

Dukungan keluarga yang baik adalah bentuk dukungan secara emosi yang sangat diharapkan dapat diberikan oleh anggota keluarga. Dukungan keluarga yang baik adalah ketika penderita merasa termotivasi agar bisa sembuh melalui dukungan yang diberikan oleh keluarga seperti memberikan perhatian dan memotivasi penderita agar tetap semangat untuk pulih (Irawati dan Firmansyah 2020). Memberikan perhatian, perasaan mencintai, menghargai merupakan bentuk dukungan keluarga yang baik sehingga penderita lebih yakin untuk patuh menjalankan diet (Savitri et al., 2022).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya terkait dukungan keluarga pada penderita DM. Penelitian yang dilakukan oleh Putri, Nuzula, dan Haswita, (2022) menemukan bahwa dari total 103 penderita DM di wilayah kerja puskesmas Kalibaru, sebagian besar mendapat dukungan yang baik dari keluarga saat menjalankan diet DM dengan persentase 96,1%. Hasil yang sama juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh Ernawati, Harini, dan Gumilas & Ayugita (2020) di kecamatan Sumbang Banyumas dimana 65,63% dari 32 penderita DM mendapatkan dukungan yang baik dari keluarga saat menjalankan diet DM.

Hasil analisis univariat selanjutnya adalah kepatuhan menjalankan diet pasien DM. Hasil analisis menemukan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori patuh menjalankan diet pasien DM. Berdasarkan analisis kuesioner yang dilakukan, ditemukan bahwa dari ketiga aspek kepatuhan diet pasien DM, nilai rata-rata kepatuhan menjalankan diet DM yang paling tinggi terdapat pada aspek jadwal

makan. Pada aspek tersebut 71,3% responden mengatakan bahwa mereka makan malam pada jam yang telah ditentukan dan 81,9% responden tiga kali makan makanan utama dan diselingi dengan makan kecil. Astiyah (2022) mengemukakan bahwa patuh terhadap jadwal makan adalah mengikuti semua ketentuan waktu yang telah ditentukan, untuk menjaga waktu makan dengan tujuan agar penderita DM dapat mengurangi beban kerja tubuh dalam mencerna makanan. Aspek lain dalam kepatuhan menjalankan diet DM yang tinggi adalah aspek jumlah makanan. Pada aspek ini menunjukkan bahwa 93,6 % responden mengkonsumsi susu kental manis sehari kurang dari 2 gelas. Jumlah yang dianjurkan dalam mengkonsumsi suatu jenis makanan sesuai dengan ketentuan Daftar Bahan Makanan Penukar (DBMP) untuk susu kental manis hanya setengah gelas saja per hari (Pritasari et al., 2017).

Dalam menerapkan diet DM agar mendapatkan hasil yang memuaskan, tentu saja penderita harus patuh dalam pelaksanaan diet DM. Seseorang dapat dikatakan patuh menjalankan diet DM jika dia melaksanakan aspek kepatuhan diet DM dengan benar. Irawati dan Firmansyah (2020) mengemukakan bahwa patuh terhadap diet DM adalah ketika penderita menjalankan diet dengan disiplin dan taat. Keberhasilan pengobatan dan terapi bergantung pada kepatuhan penderita menjalankan regimen terapi (Solekhah dan Sianturi 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya terkait kepatuhan diet pasien DM. Penelitian yang dilakukan oleh Bangun et al. (2020) menemukan bahwa dari 48 penderita DM yang berada di puskesmas Cimahi Utara, sebagian besar masuk dalam kategori patuh dalam menjalankan diet DM dengan persentase 56,3%. Hasil yang sama juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh Oktavera, Putri, dan Dewi (2021) dimana dari 50 orang pasien DM yang berada di wilayah kerja puskesmas Sumerap Kabupaten Kerinci pada umumnya termasuk

dalam kategori patuh saat menjalankan diet DM dengan persentase 58%. Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Parendrawati et al (2013) yang menemukan 66% penderita DM tipe 2 yang dirawat di Rumah sakit Umum Daerah 45 Kuningan patuh dalam melakukan pengobatan.

### Kesimpulan

Setelah dilakukan analisis data, ditemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan menjalankan diet pasien DM di wilayah kerja puskesmas Ratahan. Lebih lanjut hasil menunjukkan bahwa sebagian besar penderita DM memiliki dukungan keluarga yang baik dan patuh terhadap diet pasien DM.

### Saran

Dalam penelitian ini masih terdapat partisipan yang tidak patuh terhadap diet DM, sehingga diharapkan penderita DM dapat mengatur jumlah, jenis, dan jadwal makan agar dapat sesuai dengan ketentuan diet yang baik. Direkomendasikan bagi penderita agar mengurangi konsumsi jenis makanan yang berminyak seperti santan dan gorengan. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan untuk meneliti lebih jauh mengenai jenis makanan yang baik bagi penderita DM. Selain itu, direkomendasikan juga untuk meneliti variabel lain seperti motivasi dan pengetahuan yang dapat mempengaruhi kepatuhan menjalankan diet DM.

### Daftar Pustaka

- Astiyah, S. C. (2022). *Prinsip 3J penderita diabetes*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Bangun, A. V., Jatnika, G., & Herlina. (2020). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 3(1), 66–76.  
<https://doi.org/10.32584/jikmb.v3i1.368>
- Betania, & Purnama. (2016). Hubungan Lama sakit, Pengetahuan, Motivasi Pasien Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 329–340.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26630/jk.v7i2.211>
- Dwibarto, R., & Anggoro, S. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Penderita Diabetes Mellitus Dalam Melaksanakan Diet Dan Terapi Olahraga Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 14(3), 105–109.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.52022/jikm.v14i3.77>
- Ernawati, D. A., Harini, I. M., Gumilas, N. S. A., & Ayugita. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Kecamatan Sumbang Banyumas. *Journal of Bionursing*, 2(1), 63–67.  
<https://doi.org/10.20884/1.bion.2020.2.1.40>
- Febriyanti, & Yusri, V. (2021). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus Dalam Diet Selama Masa Pandemi COVID 19. *Jurnal Menara Medika*, 3(2), 117–128.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.31869/mm.v3i2.2439>
- Gupta, L., Khandelwal, D., Lal, P. R., Gupta, Y., Kalra, S., & Dutta, D. (2019). Factors Determining The Success Of Therapeutic Lifestyle Interventions In Diabetes – Role Of Partner And Family Support. *European Endocrinology*, 15(1), 18–24.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.17925%2FEE.2019.15.1.18>
- Hisni, D., Widowati, R., & Wahidin, N. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Puskesmas Limo Depok. *Jurnal Ilmu Dan Budaya, Edisi Khusus Fakultas Ilmu Kesehatan*, 40(57), 6659–6668.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.47313/jib.v40i57.429>

- International Diabetes Federation. (2021). *IDF Diabetes Atlas* (10th ed.). Diabetes Research and Clinical Practice.
- Irawati, P., & Firmansyah, A. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Cipondoh Kota Tangerang. *Jurnal JKFT*, 5(2), 62–67. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31000/jkft.v5i2.3924>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Yuk, Simak Pola Makan Diet DM Dengan Aturan 3J*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Mamahit, G., Katuuk, M., & Hamel, R. (2018). Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Terapi Insulin Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan*, 6(1), 1–7. <https://doi.org/https://doi.org/10.35790/jkp.v6i1.18782>
- Manalu, R. M., Manurung, T., & Manurung, Y. (2020). Hubungan Motivasi Dengan Kepatuhan Pelaksanaan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus. *Jurnal Keperawatan Priority*, 3(2), 53–61. <https://doi.org/10.34012/jukep.v3i2.970>
- Mela, C., & Barkah, A. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Menjalani Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Di Di Jorong Koto Kaciak Nagari Batu Balang Kecamatan Harau Kabupaten Lima Puluh Kota Tahun 2022. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(3), 1716–1724. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i3.4949>
- Muhammad, W. A., Takahepis, N. F., & Baco, N. H. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(1), 58–71. <https://doi.org/https://doi.org/10.55606/jrik.v2i1.528>
- Munir, N. W. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Self Care Pada Pasien Diabetes Melitus. *Borneo Nursing Journal*, 3(1), 7–13.
- Niven, N. (2013). *Psikologi kesehatan* (2nd ed.). Penerbit Buku Kedokteran ECG.
- Oktavera, A., Putri, L. M., & Dewi, R. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Tipe-II. *REAL in Nursing Journal (RNJ)*, 4(1), 6–16. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.32883/rnj.v4i1.1126>
- Pritasari, Damayanti, D., & Lestari, N. T. (2017). Gizi Dalam Daur Kehidupan. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia* (1st ed.). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Putri, N., Nuzula, F., & Haswita. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Anggota Keluarga Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 09(01), 56–65. <https://doi.org/https://doi.org/10.55500/jikr.v9i1.163>
- Risnah, & Irwan, M. (2021). Falsafah Dan Teori Keperawatan Dalam Integrasi Keilmuan. In *Alauddin University Press*. Alauddin University Press.
- Rohani, A. (2018). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus. *Jurnal Proteksi Kesehatan*, 7(2), 61–67. <https://doi.org/https://doi.org/10.36929/jpk.v7i2.132>
- Sari, M. (2022). RSUD Ulin Banjarmasin Beri Pengarahan Untuk Penderita Diabetes Yang Belum Disiplin Diet. *Banjarmasin Post*.
- Savitri, N. N., Umar, N., Sipatu, L., Supetran, I. W., & Ndama, M. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 5(12), 1540–1547. <https://doi.org/https://doi.org/10.5638/mppki.v5i12.3094>
- Solekhah, & Sianturi, S. R. (2020). Dukungan Keluarga Meningkatkan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Idea Nursing Journal*, 11(1), 17–23. <https://doi.org/https://doi.org/10.52199/inj.v11i1.19786>
- Sulanjari, E. (2018). *Hubungan Dukungan*

- Keluarga Dengan Kepatuhan Menjalankan Diet Diabetes Mellitus.* Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Insan Cendekia Medika.
- Tandra, H. (2014). *Strategi Mengalahkan Komplikasi Diabetes Dari Kepala Sampai Kaki* (1st Ed.). PT Gramedia Pustaka Utama.
- Tim Riskesdas 2018. (2019a). *Laporan Nasional Riskesdas 2018.* Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Tim Riskesdas 2018. (2019b). *Laporan Provinsi Sulawesi Utara Tahun 2018.* Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Tjokroprawiro, A. (2006). *Hidup Sehat Dan Bahagia Bersama Diabetes Mellitus* (1st ed.). PT Gramedia Pustaka Utama.
- Toruan, P. (2012). *Fat-Loss Not Weight-Loss For Diabetes: Sakit Tapi Sehat* (1st ed.). TransMedia Pustaka.
- Williams, L., & Hopper, P. (2015). *Understanding Medical Surgical Nursing* (5th ed.). F. A. Davis Company.
- World Health Organization. (2016). *Global Report On Diabetes.* World Health Organization.