

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN PERILAKU SELF CARE PADA LANSIA DIABETES MELITUS DI PUSKESMAS BAAMANG 2

Patricia Relawati¹, Karmitasari Yanra Kantimenta², Agustina Nugrahini³
Stikes Eka Harap Palangkaraya

Email : patriciakspt@gmail.com¹, karmitasari24@gmail.com², agustinanugrahini22@gmail.com³

ABSTRAK

Latar Belakang : Diabetes melitus merupakan penyakit atau gangguan metabolisme kronis yang ditandai dengan tingginya kadar gula dalam darah yang sebagai akibat dari insufisiensi fungsi insulin. Seiring dengan proses penurunan, semakin banyak lansia yang beresiko terhadap terjadinya Diabetes Melitus. Penerapan self care pada lansia diabetes yang terpenting adalah dukungan keluarga. Berdasarkan fenomena di wilayah kerja Puskesmas Baamang 2, pasien menyatakan tidak mendapatkan dukungan dari keluarga dimana ketika pasien berobat tidak diantar.

Kata Kunci: Dukungan Keluarga, Perilaku Self Care, Diabetes Melitus.

ABSTRACT

Background: Diabetes mellitus is a chronic metabolic disease or disorder characterized by high blood sugar levels as a result of insulin function insufficiency. Along with the decline process, more elderly are at risk of developing Diabetes Mellitus. The most important application of self-care for elderly people with diabetes is family support. Based on the phenomenon in the Baamang 2 Primary Health Care, patients stated that they did not receive support from their families, where when patients sought treatment they were not accompanied.

Keywords: Family Support, Self Care Behavior, Diabetes Mellitus.

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus rentan terjadi pada lansia diakibatkan karena menurunnya fungsi organ pankreas dalam tubuh untuk memproduksi insulin dan terjadi peningkatan intoleransi glukosa akibat proses penuaan (Siloam Hospital, 2023). Penerapan self care pada lansia diabetes yang terpenting adalah dukungan keluarga. Dukungan keluarga sebagai faktor mendasar yang memberi pengaruh pada individu untuk membuat keputusan dalam melaksanakan self care management (Meo, 2023). Lansia yang mendapat dukungan keluarga dalam melaksanakan self care management mengalami peningkatan kemampuan self care management serta pandangan lansia untuk perilaku self care management dilakukan dengan baik sehingga tingkat kesejahteraan lansia meningkat (Mahfud, 2019). Berdasarkan fenomena lansia yang mengalami diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Baamang 2, pasien yang penulis temui menyatakan tidak mendapatkan dukungan dari keluarga, berupa Ketika pasien berobat tidak diantar, ini terbukti kurang memberi dukungan lansia yang datang seorang diri, tanpa keluarga.

Keberhasilan pasien dalam melakukan perilaku perawatan diri (self care) diabetes tidak terlepas dari dukungan keluarga seperti orangtua, suami/isteri, mertua, saudara dan lainnya. Dukungan dapat diberikan dalam bentuk seperti menganjurkan makan makanan yang sehat (sesuai intruksi tenaga kesehatan), mendampingi pasien saat ke puskesmas, memberikan pujian saat pasien dapat melakukan perawatan dengan baik atau sesuai, memberikan informasi mengenai kapan harus melakukan kontrol gula darah dan kontrol ke fasilitas kesehatan serta memberikan biaya untuk melakukan perawatan diabetes di

fasilitas kesehatan (Hidayah, 2020). Lansia yang tidak mendapatkan dukungan keluarga akan menjalani perawatan dirumah dengan perasaan asing dan merasa sendiri, merasa tidak ada yang mengerti dengan kekhawatiran menghadapi penyakit dan menjalani perawatan. (Rahmi, 2019).

Lansia memandang anggota keluarga sebagai orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan. Dukungan keluarga yang diberikan berupa manajemen diabetes dalam berbagai kegiatan perawatan dirumah berkontribusi pada kualitas hidup lansia. Dukungan keluarga memberikan rasa nyaman bagi lansia yang menderita diabetes melitus dan mencegah terjadinya stres sehingga memotivasi lansia untuk melakukan perawatan diri sehingga tercapai kualitas hidup yang baik. (Ratnawati, 2019) Lansia yang tidak mendapatkan dukungan keluarga akan menjalani perawatan dirumah dengan perasaan asing dan merasa sendiri, merasa tidak ada yang mengerti dengan kekhawatiran menghadapi penyakit dan menjalani perawatan. (Rahmi, 2019).

Dukungan keluarga dengan memberikan penghargaan lewat ungkapan hormat (penghargaan) positif untuk lansia dengan diabetes melitus, Dukungan emosional yang diberikan keluarga lansia dengan diabetes melitus akan mendorong lansia untuk dapat menjalani perawatan secara teratur dikarenakan dengan dukungan yang diterimanya dijadikan lansia sebagai energi penggerak bagi penderita dalam menjalankan suatu program terapi dan dapat melakukan self care berupa keteraturan minum obat, mengontrol pola makan, rutin melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit sehari, melakukan pemeriksaan kaki dan perawatan kaki serta melakukan kontrol tekanan darah sesuai dengan jadwal. Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Self care Pada Lansia Diabetes Melitus Di Puskesmas Baamang 2. Dengan tujuan untuk menganalisa Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Self care Pada Lansia Diabetes Melitus di Puskesmas Baamang 2

METODE

Metode yang digunakan Cross Sectional merupakan jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran/observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali satu saat, untuk mengetahui bagaimana hubungan dukungan keluarga dengan perilaku self care pada lansia diabetes melitus di Puskesmas Baamang 2, dengan jumlah populasi sampel 73 responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

1. Distribusi responden berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase
45-54 tahun	12	16.4
55-65 tahun	34	46.6
>65 tahun	27	37.0
Total	73	100.0

Hasil penelitian responden yang berusia pada rentang 45-54 tahun sebanyak 12 responden (16.4%), yang berusia pada rentang 55-65 tahun 34 responden (46.6%) dan yang berusia >65 tahun sebanyak 27 responden (37%).

2. Distribusi responden berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	13	17.8
Perempuan	60	82.2
Total	73	100.0

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin; laki-laki 13 responden (17.8%) sedangkan perempuan sebanyak 60 responden (82.2%).

3. Distribusi responden berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Jumlah	Persentase
SD/ sederajat	32	43.8
SMP/ sederajat	22	30.1
SMA/ sederajat	15	20.5
Perguruan Tinggi	4	5.5
Total	73	100.0

Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan; SD/ sederajat 32 responden (43.8%), SMP/ sederajat sebanyak 22 responden (30.1%), SMA/ sederajat sebanyak 15 responden (20.5%) dan perguruan tinggi sebanyak 4 responden (5.5%).

4. Dukungan Keluarga dengan perilaku self care pada lansia diabetes melitus

Dukungan Keluarga	Jumlah	Persentase
Baik	18	24.7
Tidak Baik	55	75.3
Total	73	100.0

Responden yang memberikan dukungan keluarga secara baik 18 responden (24.7%) serta responden yang memberikan dukungan keluarga secara tidak baik 55 responden (75.3%).

5. Perilaku Self Care pada Lansia yang menderita diabetes melitus

Perilaku <i>self care</i>	Jumlah	Persentase
Baik	17	23.3
Cukup	31	42.5
Kurang	25	34.2
Total	73	100.0

Responden yang memiliki perilaku *self care* baik sebanyak 17 responden (23.3%), yang memiliki perilaku *self care* cukup baik 31 responden (42.5%) serta responden yang memiliki perilaku *self care* kurang baik 25 responden (34.2%).

6. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku self care pada lansia diabetes melitus

Dukungan Keluarga	Baik		Cukup		Kurang		Jumlah		P- value	Koefisien korelasi
	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%		
Baik	6	8,2	6	8,2	6	8,2	18	24,7	0,514	0,078 (7,8%)
Tidak Baik	11	15,1	25	34,2	19	26,0	55	75,3		
Jumlah	17	23,3	31	42,5	25	34,2	73	100		

Dukungan keluarga kepada lansia dengan diabetes melitus baik 18 responden (24,7%) dengan perilaku self care lansia baik sebanyak 6 responden (8,2%), Perilaku self care lansia cukup baik sebanyak 6 responden (8,2%) serta perilaku self care lansia kurang baik sebanyak 6 responden (8,2%).

Dukungan keluarga kepada lansia dengan diabetes melitus tidak baik sebanyak 55 responden (75,3%) dengan perilaku self care lansia baik sebanyak 11 responden (15,1%),

perilaku self care lansia cukup baik sebanyak 25 responden (34,2%) serta perilaku self care lansia kurang baik sebanyak 19 responden (26%).

Hasil tingkat kekuatan (keeratan) hubungan variabel dukungan keluarga dan perilaku self care diperoleh angka koefisien korelasi sebesar 0,078 yang berarti hubungan sangat lemah.

Hasil arah (jenis) hubungan variabel dukungan keluarga dan perilaku self care bernilai positif yaitu 0,078 sehingga hubungan kedua variabel tersebut bersifat searah (jenis hubungan searah) yang berarti dukungan keluarga yang semakin baik maka perilaku self care lansia juga akan membaik.

Hasil signifikansi (Sig. (2-tailed) hubungan dua variabel dukungan keluarga dan perilaku self care diperoleh angka $0,514 > 0,05$ berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel dukungan keluarga dan perilaku self care.

PEMBAHASAN

1. Identifikasi Dukungan Keluarga pada Lansia Diabetes Melitus di Puskesmas Baamang 2

Berdasarkan hasil penelitian dari 73 responden dukungan keluarga pada lansia diabetes melitus di Puskesmas Baamang 2, bahwa sebagian responden yang memberikan dukungan keluarga secara tidak baik sebanyak 55 responden (75,3%) serta responden yang memberikan dukungan keluarga secara tidak baik sebanyak 18 responden (24,7%).

Dukungan keluarga merupakan proses yang terjadi seumur hidup dimana sumber dan jenis dukungan keluarga berpengaruh terhadap tahap lingkaran kehidupan keluarga (Mangera, 2019). Dukungan keluarga dipengaruhi oleh faktor pengetahuan keluarga dimana semakin tinggi tingkat pengetahuan dan dukungan keluarga maka tingkat keparahan penyakit anggota keluarga akan menurun sedangkan jika tingkat pengetahuan keluarga rendah dan dukungan keluarga rendah maka resiko tingkat keparahan penyakit pada anggota keluarga semakin tinggi (Prabaadzamajah, 2021). Tingkat sosial ekonomi juga menjadi faktor dukungan keluarga dimana ekonomi berhubungan dengan kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga lansia. Ekonomi keluarga merupakan salah satu dukungan sosial yang penting diberikan pada usia lanjut terkait dengan pemberian pelayanan kesehatan. (Aryati, 2021). Faktor pengetahuan dan ekonomi menjadi faktor eksternal terjadinya dukungan keluarga kepada lansia diabetes sedangkan faktor internal meliputi tahap perkembangan dimana faktor usia anggota keluarga berhubungan terhadap pemahaman dan respon anggota keluarga terhadap perubahan kesehatan anggota keluarga serta pemahaman peran anggota keluarga untuk merawat lansia diabetes, faktor emosi berhubungan dengan cara seseorang merespon stres atau perubahan yang terjadi dalam hidupnya. (Arini, 2021)

Pada penelitian ini terdapat kesenjangan antara teori dan fakta. Pada penelitian ini dominan dukungan keluarga pada lansia yang mengalami Diabetes Melitus adalah kurang baik. Tindakan, penerimaan keluarga terhadap lansia dengan Diabetes Melitus baik dukungan emosional, instrumental, pengetahuan dan penghargaan masih kurang baik. Sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa permasalahan dukungan keluarga yang dialami penderita diabetes melitus diantaranya keluarga belum bisa menjalankan perannya dengan baik, kurangnya pengetahuan keluarga serta keluarga kurang memiliki respon emosional dan psikologis terhadap penderita diabetes (Suardana, 2015). Sedangkan peran dan dukungan keluarga menjadi penting terutama dalam mencegah dan memperbaiki gaya hidup penderita dalam mengatasi kekhawatiran dan beban emosional penderita diabetes melitus. (Rahmi, 2019) Penelitian lainnya menyatakan bahwa tidak semua keluarga memiliki dukungan yang efektif dalam menghadapi setiap masalah anggota keluarga dengan suatu penyakit sehingga perlu adanya bantuan dari keluarga kepada penderita yang

memiliki masalah kesehatan guna meningkatkan kualitas hidup penderita. (Serena, 2021)

Faktor penyebab dukungan keluarga kurang baik disebabkan karena lansia yang sakit atau ke puskesmas dominan keluarga tidak mengantar tetapi lansia berangkat sendiri saja. Faktor usia terutama pada lansia 45 – 54 tahun (usia pertengahan) yang berarti aktivitas lansia masih aktif melaksanakan kegiatan hariannya atau sedang dalam masa peralihan pensiun dengan tingkat kemandirian yang masih tinggi sehingga anggota keluarga merasa lansia mampu untuk melakukan pemeriksaan kesehatan sendiri dan mampu untuk bertanggungjawab terhadap dirinya sendiri. Lansia pada usia 45-54 tahun belum mengalami banyak perubahan mental yang akan berkaitan dengan perubahan fisik, kesehatan serta situasi lingkungannya. Lansia juga ada dengan pendidikan SMA sebanyak 15 responden (20,5%) dan perguruan tinggi ada 4 responden (5,5%). Pendidikan tinggi yang dimiliki oleh sebagian responden berkaitan dengan kesadaran khususnya dalam masalah kesehatan. Semakin rendah tingkat pendidikan maka cenderung tidak mengetahui gejala-gejala terkait diabetes melitus. (Milita, 2021) Lansia dengan diabetes yang memiliki pendidikan tinggi memiliki banyak pengalaman hidup yang dilalui sehingga lebih siap untuk menghadapi masalah yang terjadi terutama ketika memasuki usia lanjut serta lansia dengan pendidikan tinggi masih dapat terus produktif mengikuti keahlian yang dimilikinya. (Sholihuddin, 2018)

baik tercermin dalam jawaban kuesioner responden yang sebagian besar menyatakan bahwa lansia diingatkan untuk selalu mengontrol gula darahnya, menyediakan makanan diet diabetes serta membantu membayar pengobatan diabetes. Keluarga yang memberikan dukungan baik mempunyai keteraturan waktu yang baik sehingga mampu membagi waktu untuk dirinya sendiri dan juga anggota keluarga lainnya serta kemudahan akses informasi mengenai diabetes yang diperoleh oleh anggota keluarga mampu untuk menambah pengetahuan sehingga anggota keluarga tahu tindakan yang dibutuhkan oleh penderita diabetes. Dukungan keluarga tidak baik tercermin dalam jawaban kuesioner responden dimana responden tidak pernah punya kesempatan untuk bercerita mengenai diabetes yang dideritanya, lansia tidak memahami kecemasan yang dialami oleh lansia, tidak menyediakan makanan diet khusus lansia diabetes serta tidak mengingatkan keteraturan waktu diet dan minum obat yang terjadi akibat ketidakmampuan anggota keluarga untuk mengakses informasi mengenai diabetes sehingga tidak mengerti panduan perawatan lansia diabetes dirumah serta kesibukan masing-masing anggota keluarga.

Dukungan keluarga dikatakan baik apabila anggota keluarga memberikan penguatan satu sama lain pada pasien lansia, memberikan kenyamanan secara fisik dan psikologis saat lansia mengalami diabetes melitus sehingga dalam keluarga tercipta suasana saling memiliki. (Ratnawati, 2019) Sedangkan lansia dengan dukungan keluarga tidak baik tercermin dari ketidak hadirannya anggota keluarga untuk menemani lansia ke posyandu lansia dikarenakan kesibukan serta jarang mengingatkan kebutuhan lansia serta tidak menyediakan makanan sesuai diet, tidak mengontrol gula darah serta tidak menemani lansia untuk berolahraga yang berakibat penurunan kualitas hidup lansia serta meningkatkan kejadian stress pada lansia. (Lidia, 2021) Dukungan keluarga merupakan proses yang terjadi seumur hidup dimana sumber dan jenis dukungan keluarga berpengaruh terhadap tahap lingkaran kehidupan keluarga (Mangera, 2019). Dukungan keluarga berperan dalam proses pengobatan pasien sejak awal dirawat hingga sembuhnya pasien, keluarga bertugas untuk memberikan kasih sayang dan bantuan sehingga pasien dapat berfokus pada kesembuhannya. Dukungan keluarga dapat mengurangi efek negatif dan stres terhadap kesehatan dan efek yang ditimbulkan dari penyakitnya sehingga dukungan keluarga secara langsung mempengaruhi peningkatan kesehatan. (Mangera, 2019). Dukungan keluarga yang diberikan dapat membantu kemandirian dan perilaku self

care, dukungan yang bisa diberikan oleh keluarga untuk lansia diabetes melitus meliputi ikut serta mengontrol kesehatan lansia ke fasilitas kesehatan, pengaturan pola makan, kontrol minum obat serta memberikan informasi terkait pengobatan diabetes melitus. (Fadli, 2023)

Pada saat penelitian responden memiliki self care activity paling tinggi pada manajemen obat sedangkan paling rendah pada monitoring gula darah. Perilaku lansia yang menerapkan self care belum optimal dapat diakibatkan kurangnya kesadaran lansia akan pengelolaan penyakitnya. Kurangnya kesadaran pengelolaan diabetes dibuktikan dengan kurangnya lansia dalam melakukan pemeriksaan kadar gula darah, tidak rutin meminum obat diabetes melitus serta tidak mengontrol makanan. Pengetahuan menjadi landasan yang kuat untuk pasien diabetes melitus menjadi mandiri sehingga pemberian edukasi menjadi hal yang mutlak diberikan kepada pasien diabetes untuk meningkatkan pengetahuannya sehingga pasien termotivasi untuk mengubah perilaku hidupnya menjadi lebih sehat. Dimensi motivasi menjadi salah satu komponen pembentuk perilaku self care pasien diabetes. Motivasi berhubungan dengan kejiwaan, perasaan daemosi untuk bertindak untuk melakukan sesuai yang dapat terlaksana dengan baik jika didukung oleh adanya dukungan keluarga.

Seseorang dengan penyakit kronis memerlukan dukungan baik dari keluarga, orang terdekat atau yang lain sehingga pasien dapat menerima penyakitnya, keyakinan diri dan efikasi dirinya meningkat dan akhirnya perawatan dirinya dapat dilakukan dengan baik. (Noviyanti, 2021) Kehadiran keluarga memberikan perawatan kesehatan berpengaruh terhadap kondisi psikologis pasien yang sedang menjalani perawatan diabetes melitus dimana pasien akan merasa cukup mendapatkan kekuatan untuk mengendalikan kesehatan dengan menjaga dan mengendalikan aktivitas diet. Hasil pengisian kuesioner responden menyatakan bahwa dukungan yang diberikan oleh keluarga dalam hal mengontrol kadar gula darah serta menyiapkan makanan diet diabetes dirasa kurang dikarenakan anggota keluarga sibuk dengan kegiatan masing-masing dan kegiatan memasak makanan keluarga dan lansia diabetes tidak dibedakan karena keterbatasan waktu oleh anggota keluarga yang menyiapkan makanan tersebut. Lansia juga menyatakan melalui jawaban kuesioner bahwa masih terdapat lansia yang masih meminum minuman manis beberapa kali. Ketidakpatuhan lansia dalam penerapan self care tidak sejalan dengan pengetahuan lansia akan penyakit diabetes yang dimiliki dikarenakan penerapan yang tidak optimal.

Dampak dukungan keluarga yang baik pada lansia dengan diabetes melitus akan mempengaruhi pelaksanaan program pengobatan diabetes melitus yang dijalani pasien. Penderita diabetes melitus dengan dukungan keluarga yang baik mempunyai kepatuhan dalam pengobatan dan kontrol gula darah lebih baik daripada penderita tanpa dukungan keluarga. Lansia dengan diabetes melitus mempunyai kemungkinan empat kali lebih besar untuk memiliki dukungan keluarga dibandingkan penderita diabetes dengan usia < 60 tahun. (Arini, 2021) Lansia dengan diabetes melitus yang dirawat oleh keluarga selama sakit mempunyai perkembangan yang lebih baik dibandingkan lansia yang dirawat oleh orang lain. Orang yang berada dalam lingkungan yang suportif, kondisinya jauh lebih baik. Dukungan keluarga menyediakan bantuan praktis bagi penderita dan membantu mengurangi beban hidup dengan penyakit. Anggota keluarga mempunyai peran penting dalam meningkatkan semangat penderita, menunjukkan rasa empati dan mengurangi tekanan (Pesantes, 2018).

Pentingnya peranan keluarga terhadap perawatan lansia diabetes melitus menjadi gambaran bahwa anggota keluarga perlu untuk meningkatkan pengetahuannya terkait diabetes melitus guna dapat memberikan dukungan berupa empati, perhatian, pemberian semangat, kehangatan pribadi, arahan sebagai upaya meningkatkan status kesehatan, serta

bantuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Peningkatan pengetahuan anggota keluarga dapat dimulai dari layanan pendidikan kesehatan komunitas oleh tenaga kesehatan kepada keluarga dengan diabetes melitus mengenai pentingnya dukungan keluarga guna meningkatkan perilaku self care lansia sehingga meningkatkan angka harapan hidup lansia serta mengurangi resiko komplikasi akibat diabetes melitus.

2. Indetifikasi Perilaku self care lansia yang menderita diabetes melitus di Puskesmas Baamang 2

Berdasarkan hasil penelitian responden yang memiliki perilaku self care baik sebanyak 17 responden (23.3%), responden yang memiliki perilaku self care cukup baik sebanyak 31 responden (42.5%) serta responden yang memiliki perilaku self care kurang baik sebanyak 25 responden (34.2%).

Perilaku self care adalah Self care merupakan kebutuhan manusia dalam tindakan yang dilakukan secara mandiri untuk meningkatkan kesehatan, mencegah penyakit dan mempertahankan kesehatan. Perawatan diri secara mandiri dapat dilakukan dengan atau tanpa dukungan dari tenaga kesehatan dalam mencapai hasil yang lebih optimal. (Putra, 2021) Self care diabetes terdiri dari berbagai kegiatan yang harus dilakukan oleh pasien antara lain pengaturan pola makan, aktivitas fisik/latihan jasmani, monitoring kadar glukosa darah, perawatan kaki dan terapi farmakologis/pengobatan. Kegiatan self care yang dilakukan dengan baik akan meminimalkan resiko komplikasi sehingga pasien dapat mempertahankan kualitas hidupnya. (Istiyawanti, 2019) Perilaku self care dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, lama menderita diabetes serta dukungan keluarga. Usia memiliki keertan dengan faktor yang mempengaruhi self care dimana semakin tinggi usia seseorang semakin terbentuk pola pikir dewasa sehingga dengan pemikiran yang mulai memahami pentingnya kebutuhan yang harusnya dipenuhi begitu pula dengan perilaku self care yang seharusnya dilakukan. Jenis kelamin laki-laki memiliki perilaku self care yang lebih baik dibandingkan perempuan hal tersebut terjadi akibat tanggung jawab dan motivasi seorang laki-laki sedangkan perempuan memiliki keterbatasan berupa komposisi tubuh, perbedaaan kadar hormon, gaya hidup yang berbeda, tingkat stres sehingga mudah putus asa terhadap diabetes melitus dan membuat perempuan menarik diri dari lingkungannya. Seseorang dengan pengetahuan yang memadai akan membantu seseorang memahami pentingnya aktivitas self care. Hal ini perlu diterapkan oleh anggota keluarga dalam rangka mendukung anggota keluarga dengan diabetes memahami penyakitnya dengan memberikan pengetahuan hal apa saja yang dapat dilakukan untuk pencegahan diabetes melitus. Kemampuan untuk memperoleh informasi lebih banyak mempengaruhi pengetahuan anggota keluarga dan pasien dalam upaya menerapkan perilaku self care. Pasien yang baru menderita penyakit diabetes perlu memahami lebih banyak hal terkait dengan penyakit yang baru saja dideritanya. Pasien yang lebih lama mengalami diabetes telah lebih dahulu menerapkan self care sehingga lebih banyak mengetahui bagaimana harus berperilaku untuk menurunkan angka keparahan dibandingkan dengan pasien yang baru menderita diabetes melitus. (Umihanik, 2021) Keberadaan keluarga yang mendukung pasien diabetes meningkatkan efisiensi diri serta motivasi pasien dan menurunkan depresi terutama pada masa awal post diagnosa. Keluarga yang mendukung juga bertindak sebagai primary caretaker yang menggantikan peran tenaga medis dilingkungan rumah dengan melakukan pengawasan, membantu penatalaksanaan perilaku perawatan diri (self care) serta memberikan dukungan emosional untuk membantu pasien mencapai kualitas hidup yang lebih baik (Hidayah, 2020).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki perilaku self care cukup baik sebanyak 31 responden (42.5%). Kemampuan lansia dalam penerapan self care tidak terlepas dari pengetahuan responden mengenai diabetes melitus tercermin dari

19 responden (SMA 15 responden/20.5% dan Perguruan Tinggi 4 responden/5.5%) mempunyai pendidikan minimal sekolah menengah atas sehingga responden memiliki kesadaran yang baik dalam masalah kesehatan. Semakin rendah tingkat pendidikan maka cenderung tidak mengetahui gejala-gejala terkait diabetes melitus. (Milita, 2021) Lansia dengan diabetes yang memiliki pendidikan tinggi memiliki banyak pengalaman hidup yang dilalui sehingga lebih siap untuk menghadapi masalah yang terjadi terutama ketika memasuki usia lanjut serta lansia dengan pendidikan tinggi masih dapat terus produktif mengikuti keahlian yang dimilikinya. (Sholihuddin, 2018) Lansia dengan penerapan self care yang cukup baik juga didasari oleh kesadaran akan pentingnya pengelolaan diabetes sehingga terjadi kepatuhan pada praktik manajemen diri meliputi diet diabetes melitus, perawatan kaki, aktifitas fisik, kontrol gula darah, kepatuhan pengobatan.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden menerapkan perilaku self care yang cukup baik yang dipengaruhi oleh jenis kelamin dimana hasil penelitian responden perempuan terdapat sebanyak 60 responden (82,2%). Jenis kelamin perempuan lebih dapat mengontrol pola makan/diet dibandingkan laki-laki, selain itu perempuan banyak melakukan aktifitas fisik sebagai ibu rumah tangga di rumah. Hasil penelitian berbanding terbalik dengan Umihanik, 2021 yang menyatakan bahwa laki-laki memiliki perilaku self care yang lebih baik dibandingkan perempuan hal tersebut terjadi akibat tanggung jawab dan motivasi seorang laki-laki sedangkan perempuan memiliki keterbatasan berupa komposisi tubuh, perbedaan kadar hormon, gaya hidup yang berbeda, tingkat stres sehingga mudah putus asa terhadap diabetes melitus dan membuat perempuan menarik diri dari lingkungannya.

Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa semakin lama durasi diabetes, maka semakin rendah praktik perawatan diri pasien diabetes melitus sehingga pada tahap awal sangat penting untuk memastikan pasien memiliki praktik perawatan diri yang baik dimana termasuk upaya untuk meningkatkan kesadaran akan manajemen diabetes yang baik dan pentingnya mempertahankan kontrol gula darah yang baik serta pemantauan dan pengendalian komplikasi yang terkait dengan diabetes melitus. (Selano, 2023). Pengetahuan yang dimiliki lansia meliputi lima pilar yakni diet, olahraga, monitoring gula darah dan minum obat yang dalam pelaksanaan diabetes melitus sangat membantu pasien selama hidupnya sehingga dengan pengetahuan yang baik tersebut akan berpengaruh terhadap gaya hidup responden. Tingkat pengetahuan yang baik oleh pasien diabetes melitus berpengaruh terhadap terbentuknya perilaku kepatuhan dalam menjalani terapi diabetes melitus sehingga kualitas hidup pasien meningkat serta penatalaksanaan mencegah resiko komplikasi. (Qusyairi, 2022) Lama menderita diabetes melitus berperan terhadap terjadinya distress pada penderita diabetes melitus. Penderita yang sudah lama cenderung memiliki tingkat distress yang lebih ringan dikarenakan pasien tersebut sudah memiliki mekanisme koping atau kemampuan adaptasi yang lebih baik dengan penyakitnya. Pasien diabetes melitus yang menderita lebih lama akan lebih mampu memahami kondisi yang dirasakan baik segi fisik, psikologis, hubungan sosial dan lingkungan sehingga pasien mampu mengantisipasi terjadinya kegawatan atau sesuatu hal yang mungkin akan terjadi pada diri pasien suatu saat nanti. (Laili, 2019)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga kepada lansia dengan diabetes melitus tidak baik sebanyak 55 responden (75,3%) dengan perilaku self care lansia baik sebanyak 11 responden (15,1%) ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan self care pada penderita hipertensi. Self care memainkan peran penting pada penderita hipertensi. (Surani, 2022). Kemampuan pasien untuk melakukan Self management pada penderita hipertensi berkorelasi dengan pengetahuan tentang tekanan darah. Informasi

yang dimiliki penderita hipertensi mempengaruhi perilaku penderita hipertensi dalam hal asupan garam, aktivitas fisik, penurunan berat badan dan konsumsi buah dan sayur. (Moradi, 2019)

Hasil penelitian saat ini mengenai dukungan keluarga menyatakan bahwa sebagian besar responden menyatakan bahwa kurang mendapatkan dukungan dari keluarganya. Keluarga pasien tidak memberikan dukungan kepada lansia sehingga pasien merasa kesepian, putus asa, depresi bahkan stress dikarenakan keluarga memiliki kesibukan masing-masing sehingga jarang berada dirumah dan jarang bersama pasien seperti mengobrol, mengawasi pasien atau memberikan informasi mengenai kesehatan pasien. Hasil lainnya menyatakan bahwa lansia memiliki dukungan keluarga baik namun kurang baik dalam penerapan self care diabetes, hal tersebut dipengaruhi oleh persepsi yang keliru dari keluarga terhadap penerapan self care sehingga pasien memiliki dukungan keluarga baik tetapi pasien belum mampu menerapkan self care dengan baik, persepsi yang salah terhadap manfaat diet, latihan fisik serta perawatan kaki.

Dukungan keluarga yang cukup dapat mencegah perasaan putus asa pada pasien karena penyakit yang dideritanya merupakan penyakit kronis dan memerlukan pengobatan secara rutin. Dukungan keluarga yang cukup akan meningkatkan perasaan yang berarti karena pasien akan merasa dirinya berarti bagi keluarga sehingga meningkatkan perawatan diri pada pasien diabetes melitus. (Marlinda, 2019).

Dampak keberhasilan lansia dalam penerapan self care akan terjadi perubahan pada penerapan pengaturan diet dimana lansia dan anggota keluarga sadar bahwa penderita diabetes penting untuk memiliki asupan gizi yang sesuai dengan anjuran penderita diabetes melitus, lansia juga dapat melakukan perawatan kaki atau senam kaki sehingga meminimalkan resiko terjadinya ulkus diabetikum sehingga resiko amputasi juga minimal.

3. Identifikasi Hubungan Dukungan keluarga dengan perilaku self care lansia yang menderita diabetes melitus di Puskesmas Baamang 2

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan Spearman Rank menunjukkan nilai p-value sebesar angka $0,514 > 0,05$, maka H_1 ditolak dan H_0 diterima maka hubungan antara variabel dukungan keluarga dan perilaku self care tidak signifikan. Koefisien korelasi sebesar $0,078$ yang menunjukkan korelasi positif yang sangat lemah antara kedua variabel. Artinya $7,8\%$ artinya hanya $7,3\%$ dukungan keluarga berhubungan dengan perilaku self care, $92,2\%$ lainnya oleh faktor lain. Hasil penelitian sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa dukungan keluarga terbanyak dikategori cukup sedangkan penerapan self care management terbanyak dikategorikan cukup dengan hasil analisis bivariat $p = 0,257$ ($p > 0,05$) yang berarti dukungan keluarga tidak berkaitan antara penerapan self care management lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Nita. Hasil penelitian yang berbeda menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga terhadap self care lansia dengan Diabetes Melitus. Dukungan emosional merupakan bentuk dukungan keluarga yang mempunyai nilai korelasi paling kuat dengan self care. Dukungan emosional yang diberikan keluarga kepada lansia Diabetes Melitus akan mendorong lansia tersebut untuk dapat menjalani perawatan secara teratur. Dukungan keluarga mempunyai dampak positif pada lansia diabetes melitus, diantaranya berpengaruh pada praktik manajemen diri meliputi diet Diabetes Melitus, perawatan kaki, aktifitas fisik, kontrol gula darah, kepatuhan pengobatan, peningkatan mekanisme koping, kualitas hidup lansia, self care dan efikasi diri lansia (Heriyanti, H. (2020).

Faktor yang mempengaruhi penerapan self care selain dukungan keluarga yakni usia, pendidikan, suku, jenis pekerjaan dan jenis kelamin. Usia termasuk faktor terpenting pada self care management karena secara fisiologis seiring bertambah usia lansia. Dalam

penelitian ini responden mayoritas dikategorikan rentang usia 60-69 tahun, dimana pada masa ini lansia mulai mengalami kemunduran fisik seperti penglihatan kabur, pendengaran mulai berku-rang, melemahnya daya ingat dan daya tahan tu-buh mulai menurun sehingga apa yang disampai-kan oleh keluarga tidak dapat dipahami oleh lan-sia (Meo, M. Y. (2023)). Jenis kelamin laki-laki memiliki perilaku self care yang lebih baik dibandingkan perempuan hal tersebut terjadi akibat tanggung jawab dan motivasi seorang laki-laki sedangkan perempuan memiliki keterbatasan berupa komposisi tubuh, perbedaaan kadar hormon, gaya hidup yang berbeda, tingkat stres sehingga mudah putus asa terhadap diabetes melitus dan membuat perempuan menarik diri dari lingkungannya. Seseorang dengan pengetahuan yang memadai akan membantu seseorang memahami pentingnya aktivitas self care. Hal ini perlu diterapkan oleh anggota keluarga dalam rangka mendukung anggota keluarga dengan diabetes memahami penyakitnya dengan memberikan pengetahuan hal apa saja yang dapat dilakukan untuk pencegahan diabetes melitus. Kemampuan untuk memperoleh informasi lebih banyak mempengaruhi pengetahuan anggota keluarga dan pasien dalam upaya menerapkan perilaku self care. Pasien yang baru menderita penyakit diabetes perlu memahami lebih banyak hal terkait dengan penyakit yang baru saja dideritanya. Pasien yang lebih lama mengalami diabetes telah lebih dahulu menerapkan self care sehingga lebih banyak mengetahui bagaimana harus berperilaku untuk menurunkan angka keparahan dibandingkan dengan pasien yang baru menderita diabetes melitus. (Umihanik, 2021)

Dukungan keluarga yang cukup dapat mencegah perasaan putus asa pada pasien karena penyakit yang dideritanya merupakan menyakit kronis dan memerlukan pengobatan secara rutin. Dukungan keluarga yang cukup akan meningkatkan perasaan yang berarti karena pasien akan merasa dirinya berarti bagi keluarga sehingga meningkatkan perawatan diri pada pasien diabetes melitus. (Marlinda, 2019). Dukungan penilaian keluarga dapat meningkatkan kemampuan adaptif dan kognitif termasuk meningkatnya optimisme pasien ulkus diabetik. Pasien yang menerima penerimaan positif dari keluarganya akan mempengaruhi kehidupan pasien dalam menjalani pengobatan dan perawatan luka pada kaki. Semakin baik dukungan keluarga yang diberikan maka semakin baik pula perilaku self care pada pasien ulkus diabetik (Putri, 2016). Keberhasilan pasien dalam melakukan self care diabetes tidak terlepas dari dukungan keluarga seperti orang tua, suami/istri, mertua, saudara dan lainnya. Dukungan dapat berikan dalam berbagai bentuk seperti menganjurkan makan makanan yang sehat sesuai intruksi tenaga kesehatan, mendampingi pasien saat ke fasilitas kesehatan, memberikan pujian saat pasien dapat melakukan perawatan dengan baik atau sesuai dan lainnya yang dapat disebut sebagai dukungan nyata, emosional, penghargaan dan informasi. (Djawa, 2018)

Dukungan keluarga yang tinggi tentunya akan memberikan ketenangan dan kenyamanan pada pasien Diabetes Melitus tersebut. Pendapat ini sesuai dengan Friedman yang menyatakan bahwa dukungan sosial keluarga yang adekuat terbukti berhubungan dengan menurunnya mortalitas lebih mudah sembuh dari sakit, dan kesehatan emosi (Suardana, 2015). Keluarga bertindak sebagai sebuah bimbingan umpan balik, membimbing dan menengahi pemecahan masalah, serta sebagai sumber dan validator identitas anggota keluarga. Dukungan perhatian juga merupakan suatu bentuk penghargaan yang diberikan kepada seseorang, bisa berupa penghargaan positif pada individu, pemberian semangat, persetujuan pada pendapat individu, perbandingan yang positif dengan individu lain. Keluarga merupakan sebuah sumber pertolongan praktis dan konkrit, diantaranya dalam hal pengawasan, keteraturan pengobatan, kebutuhan kesehatan penderita seperti makan dan minum, istirahat dan tidur. Fasilitator mencari sarana kesehatan yang tepat sehingga individu merasa ada perhatian dan kepedulian yang nyata

dari lingkungannya. Kondisi dukungan instrumental dari keluarga sebagian besar baik juga disebabkan karena mudahnya mengakses pelayanan kesehatan untuk pasien. (Suardana, 2015)

Dampak dukungan keluarga yang baik pada lansia dengan diabetes melitus akan mempengaruhi pelaksanaan program pengobatan diabetes melitus yang dijalani pasien. Penderita diabetes melitus dengan dukungan keluarga yang baik mempunyai kepatuhan dalam pengobatan dan kontrol gula darah lebih baik daripada penderita tanpa dukungan keluarga. Penting untuk lansia memiliki kesadaran dalam menerapkan perilaku self care berpedoman pada perawatan diabetes untuk meningkatkan angka harapan hidup serta penting untuk keluarga meningkatkan dukungan keluarga dalam bentuk penghargaan, pemberian informasi, pemberian fasilitas penunjang yang dibutuhkan lansia ketika mengalami diabetes melitus serta dukungan penghargaan sangat membantu lansia dalam kepercayaan diri sehingga lansia mampu untuk melakukan perawatan self care secara mandiri. Penting pula untuk pihak tenaga medis atau fasilitas kesehatan memberikan kemudahan kepada masyarakat untuk mengakses informasi seperti menyiapkan lembar balik, contoh makanan/diet diabetes melitus dan poster-poster.

KESIMPULAN

Hasil indentifikasi Hubungan dukungan keluarga dengan perilaku self care lansia yang menderita diabetes melitus di Puskesmas Baamang 2. Didapat hasil signifikan (Sig.2-tailed) dengan koefisien korelasi 0,078 (7,8%). Yang berarti hasil tingkat kekuatan (keeratn) hubungan variabel sangat lemah, hasil arah atau arah (jenis) hubungan bernilai positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik Kabupaten Kotawaringin Timur. (2021). Kecamatan Baamang dalam rangka Baamang Subdistrict in Figures 2021. Kotawaringin Timur: Badan Pusat Statistik Kabupaten Kotawaringin Timur.
- Djawa, O. (2018). Hubungan dukungan keluarga dengan self care pada pasien DM tipe 2 di Puskesmas Depok III Sleman Yogyakarta. Yogyakarta: Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Fadli, S. N. (2023). Perilaku perawatan diri dan diabetes self management education (DSME) pada pasien diabetes melitus tipe 2. Surabaya: Pustaka Aksara.
- Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Khasanah, U. (2020). Hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan penatalaksanaan pengelolaan diabetes melitus pada lansia klub prolanis di Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur. Indonesian Journal of Nursing Sciences and Practice, 70-82.
- Kurniawati, N. (2023). Hubungan perilaku self management dengan kadar gula darah puasa pada lansia diabetes melitus tipe 2 di Posbindu Mawar Jatibening Baru tahun 2022. Jurnal Afiat Kesehatan dan Anak Vol 9 No 1, 35-46.
- Laili, F. (2019). Hubungan faktor lama menderita DM dan tingkat pengetahuan dengan distres diabetes pada penderita diabetes melitus tipe 2 tahun 2017 (studi di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari Kota Semarang). Media Kesehatan Masyarakat Indonesia Vol 18 No 2, 35-38.
- Lidia, F. (2021). Dukungan keluarga pada pasien lansia dengan penyakit diabetes melitus tipe 2 : literature review. Yogyakarta: Universitas "Aisyiyah.
- Noviyanti, L. W. (2021). Peningkatan perilaku perawatan diri pasien melalui diabetes self management education and support. Media karya kesehatan vol 4 no 1, 67-77.
- Nugraha, M. D. (2023). Hubungan dukungan
- Qusyairi, R. (2022). Hubungan pengetahuan dengan aktivitas self care pada penderita diabetes melitus di Puskesmas Batua. Window of Public Health Journal Vol 3 No 4, 595-606.
- Rahmi, H. (2019). Peran dukungan keluarga dalam menurunkan diabetes distress pada pasien

Diabetes Melitus Tipe II. Jurnal Kesehatan Andalas Vol 8 No 4 DOI:
<https://doi.org/10.25077/jka.v8i4.1129>, 127-133.