



GAMBARAN MANAGEMEN DIRI DAN DUKUNGAN KELUARGA PASIEN DIABETES MELLITUS

Ganik Sakitri¹⁾, Kholifah Hasnah²⁾.

¹Prodi DIII Keperawatan, Politeknik Insan Husada Surakarta

Email: ganiksakitri2312@gmail.com

² Prodi DIII Keperawatan, Politeknik Insan Husada Surakarta

Abstrak

Managemen diri pasien DM adalah Tindakan yang dilakukan oleh pasien DM untuk mengelola dan mengendalikan DM yang meliputi aktivitas, pengaturan makan (diet), olahraga, pemantauan gula darah, pengontrolan obat dan perawatan kaki. Tujuan dari managemen diri untuk mengoptimalkan control metabolic dalam tubuh, mencegah komplikasi akut dan kronis, mengoptimalkan kualitas hidup pasien serta dapat menekan biaya yang dikeluarkan untuk perawatan penyakit DM.

Penelitian ini dilakukan untuk mencari gambaran managemen diri pasien DM dan dukungan keluarga. Sampel pada penelitian ini sebanyak 34 responden. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner managemen diri dan dukungan keluarga. Data diolah dengan univariat.

Hasil penelitian mengenai managemen diri secara keseluruhan sebanyak 58,8% masuk kategori tinggi. Hasil penelitian mengenai gambaran dukungan keluarga tinggi sebanyak 79,4%.

Kesimpulan Penelitian ini menunjukkan bahwa Sebagian besar dari responden mempunyai managemn diri yang baik baik dari segi aspek diet, medikasi, pemantauan kadar gula darah, aktifitas dan perawatan kaki.

Kata Kunci: *managemen diri, dukungan keluarga, diabetes mellitus*

Received : Desember 21, 2022 Accepted : January 16, 2023

How to cite : Sakitri, G. and Hasnah, K. (2023) 'GAMBARAN MANAGEMEN DIRI DAN DUKUNGAN KELUARGA PASIEN DIABETES MELLITUS', Intan Husada : Jurnal Ilmiah Keperawatan, 11(1), pp. 42–50.

(DOI: 10.52236/ih.v11i1.262)

OPEN ACCESS @ Copyright Politeknik Insan Husada Surakarta 2023

IMAGE OF SELF MANAGEMENT AND FAMILY SUPPORT DIABETES MELLITUS PATIENTS

Ganik Sakitri¹⁾, Kholifah Hasnah²⁾.

^{*1}Diploma of Nursing, ² Diploma of Nursing
Politeknik Insan Husada Surakarta
Email: ganiksakitri2312@gmail.com

Abstract

DM patient self-management is an action taken by DM patients to manage and control DM which includes activity, diet, exercise, monitoring blood sugar, drug control and foot care. The goal of self-management is to optimize metabolic control in the body, prevent acute and chronic complications, optimize the patient's quality of life and reduce costs incurred for the treatment of DM.

This research was conducted to find an overview of self-management of diabetes mellitus patients and family support. The sample in this study were 34 respondents. The instruments used were self-management and family support questionnaires. Data is processed with univariate.

The results of research on self-management as a whole as much as 58.8% are in the high category. The results of the study regarding the description of high family support were as much as 79.4%.

Conclusion This study shows that most of the respondents have good self-management both in terms of aspects of diet, medication, monitoring blood sugar levels, activities and foot care.

Keyword : self management; family support; diabetes mellitus

Pendahuluan

Penyakit diabetes melitus atau dikenal juga sebagai penyakit gula merupakan salah satu penyakit yang perlu mendapatkan perhatian khusus sehingga pasien DM harus mendapat perawatan dan pengelolaan yang baik agar dapat hidup normal dan sehat . World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2030 jumlah penyandang diabetes di Indonesia akan berjumlah 21,3 juta orang, menempati urutan keempat setelah Amerika Serikat, Cina, dan India dalam jumlah penyandang DM terbanyak (PERKENI, 2011).

Sebagian besar pasien diabetes melitus mengalami diabetes distress sebesar 73,3% terjadi pada perempuan dan 61,4% pada laki-laki. Sebanyak 52,5% pasien dengan diabetes melitus tipe 2 mengalami diabetes distress yang disertai dengan meningkatnya kadar HbA1c (Tang, 2017). Hasil penelitian lain mengatakan 18,0% pasien diabetes melitus mengalami diabetes distress yang disertai dengan meningkatnya nilai HbA1c (Gupta, 2018).

Penelitian di RSUD dr Soebandi Jember pada pasien diabetes mellitus mengalami distress sedang dan Sebagian besar pasien membutuhkan dukungan untuk perawatan dan manajemen diri yang bagus untuk mengontrol kadar gula darahnya (Solehati, 2014). Dukungan

keluarga dapat dipersepsikan sebagai dorongan/ kekuatan dari anggota keluarga yang dapat memberikan rasa nyaman baik fisik maupun psikologis pada anggota keluarga yang mengalami stress. Dukungan keluarga dapat dijadikan salah satu faktor penting dalam melaksanakan manajemen diri penyakit untuk remaja, dewasa serta lansia dengan penyakit kronis, dukungan keluarga ini termasuk indikator terkuat dalam memberikan dampak yang positif pada manajemen diri pasien DM Tipe II (Hensaling, 2009).

Managemen diri pasien DM adalah tindakan yang dilakukan oleh pasien DM untuk mengelola dan mengendalikan DM yang meliputi aktivitas, pengaturan makan (diet), olahraga, pemantauan gula darah, pengontrolan obat dan perawatan kaki. Tujuan dari manajemen diri untuk mengoptimalkan control metabolic dalam tubuh, mencegah komplikasi akut dan kronis, mengoptimalkan kualitas hidup pasien serta dapat menekan biaya yang dikeluarkan untuk perawatan penyakit DM.

Penelitian yang dilakukan Windani, 2019 menunjukkan hasil manajemen diri sedang pada aspek perilaku diet (48,6%). Sebanyak 44,2% dari responden memiliki perilaku manajemen diri baik pada aspek medikasi, sebagian besar responden memiliki perilaku manajemen diri sedang pada aspek (98,6%), 50% responden memiliki perilaku manajemen diri sedang pada aspek pemantauan gula darah, dan 94,9% responden memiliki perilaku manajemen diri sedang pada aspek.

Manajemen diri dapat melatih diri seseorang untuk dapat mengevaluasi, mengatur, memonitor, dan bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri terkait dengan kondisi yang dialami. Hasil penelitian terdapat hubungan dukungan keluarga dengan manajemen diri hasil penelitian hubungan dukungan keluarga dengan manajemen diri pada penderita Diabetes Mellitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda (Riyadi, 2020).

Dukungan keluarga merupakan sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap penderita yang sakit yang berasal dari orang tua, anak, suami, istri atau saudara yang berupa informasi, tingkah laku tertentu atau materi yang menjadikan individu merasa disayangi dan dicintai (Ali, 2009). Dukungan yang dapat diberikan untuk penderita diabetes melitus salah satunya adalah bentuk dukungan secara emosional. bentuk dukungan keluarga ini dapat berupa dukungan simpati dan empati, cinta, kepercayaan, penghargaan House (dalam Setiadi 2008). Dengan demikian seseorang yang mengalami diabetes melitus ini tidak menanggung beban sendiri, merasa diperhatikan, selalu ada yang mendengarkan keluh kesah, dan merasa selalu dicintai dan dihargai oleh orang lain maupun oleh keluarga.

Menurut Friedman (1998) dukungan keluarga adalah sikap, tindakan, dan penerimaan keluarga dengan penderita yang sakit. Keluarga juga berfungsi sebagai sistem pendukung bagi anggotanya dan anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung, selalu siap memberikan pertolongan dengan bantuan jika di perlukaan . Penelitian sebelumnya yang di lakukan oleh Tamara, Bayhakki, Nauli (2014), tentang hubungan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe dua di RSUD Arifin Ahmad propinsi Riau, dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe dua di RSUD Arifin Ahmad, propinsi Riau.

Dukungan keluarga sangat membantu pasien DM tipe dua untuk dapat meningkatkan keyakinan dan kemampuannya melakukan tindakan perawatan diri. Pasien DM tipe dua yang berada dalam lingkungan keluarga dan diperhatikan oleh anggota keluarganya akan dapat menimbulkan perasaan aman dan nyaman sehingga akan menumbuhkan motivasi untuk melaksanakan perawatan diri. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Susanti & Sulistyarini (2013), tentang dukungan keluarga meningkatkan kepatuhan diet pasien diabetes melitus di ruang inap RS. Baptis Berdasarkan hasil penelitian, dukungan keluarga pada pasien diabetes melitus tipe dua di ruang rawat inap di RS. Baptis Kediri dari 25 responden lebih dari 50% responden memiliki dukungan keluarga yang baik yaitu 68%.

Manajemen diri merupakan keterampilan perilaku yang dilakukan dalam mengelola penyakit sendiri (Goodall & Halford 1991; Wu et al., 2007). Manajemen diri menurut Xu et al. (2010) adalah manajemen diri pada diabetes merupakan seperangkat perilaku yang dilakukan oleh individu dengan diabetes untuk mengelola kondisi mereka, termasuk minum obat, mengatur diet, melakukan latihan fisik, pemantauan glukosa darah mandiri, dan mempertahankan perawatan kaki. Manajemen diri pada diabetes juga didefinisikan sebagai perilaku manajemen diri yang mencakup pengaturan pola makan, olahraga, pemantauan glukosa darah secara mandiri, dan minum obat, yang secara keseluruhan berhubungan dengan perbaikan yang signifikan dalam mengontrol status metabolik (Jones et al., 2003; Sousa et al., 2005; Hunt et al., 2012). Manajemen diri pada diabetes merupakan serangkaian rejimen yang rumit dan individu harus mengambil keputusan kritis untuk memahami cara menyeimbangkan obat, diet, dan olahraga untuk mencapai kontrol glikemik yang optimal (Xu, Pan & Liu, 2010).

Tujuan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran managemn diri dan dukungan keluarga pada pasien diabetes mellitus tipe II.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran tentang suatu keadaan secara objektif (Notoatmodjo, 2010). Penelitian ini dilakukan untuk mencari gambaran manajemen diri pasien diabetes mellitus dan dukungan keluarga .

Penelitian ini dilakukan di desa Gambirejo kecamatan Banjarsari Surakarta pada kelompok penyakit diabetes mellitus. Responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 34 responden. Penelitian ini dilakukan dengan memberikan kuesioner tentang manajemen diri dan dukungan keluarga yang diisi oleh responden dan keluarga. Hasil penelitian diolah menggunakan univariat karena untuk mengetahui distribusi frekuensi dari masing-masing variable penelitian.

Hasil

Hasil penelitian

Penelitian ini dilakukan pada pasien diabetes mellitus yang bertujuan untuk mengetahui gambaran manajemen diri dan dukungan keluarga. Gambaran manajemen diri pasien diabetes mellitus dapat dilihat pada tabel di bawah ini

Tabel 1. Manajemen diri pasien diabetes mellitus Tipe II (n: 34)

Kategori Manajemen diri	Frekuensi	Prosentase
Tinggi	20	58,8
Sedang	9	26,5
Rendah	5	14,7

Kategori self-management pada pasien tersebut terbanyak pada kategori baik 58,8%, kategori sedang 26,5% dan kategori rendah 14,7%.

Tabel 2. Frekuensi Perilaku Self-Manajemen Penderita DM Tipe II

Aspek perilaku	Kategori					
	Tinggi		Sedang		Rendah	
	f	%	f	%	f	%
Diet	4	11,7	20	58,9	10	29,4
Medikasi	22	64,7	10	29,4	2	5,9
Pemantauan gula darah	15	44,1	12	35,2	7	20,6
Aktivitas	16	47,2	12	35,2	6	17,6
Perawatan kaki	8	23,5	15	44,1	11	32,3

Berdasar tabel 2 tersebut dapat diketahui bahwa 58,9% pada manajemen diri kategori sedang untuk aspek diet. Pada aspek medikasi 64,7% pada kategori tinggi. Pemantauan kadar

gula darah sebanyak 44,1% pada kategori manajemen diri tinggi. Manajemen diri aspek aktivitas terbanyak pada kategori tinggi sebanyak 47,2%. Aspek perawatan kaki sebanyak 44,1% pada kategori manajemen diri sedang.

Tabel 3. Dukungan keluarga pasien diabetes mellitus tipe II (n:34)

Dukungan keluarga	Frekuensi	%
Baik	27	79,4
Kurang baik	7	20,6
Jumlah	34	100

Hasil data pada dukungan keluarga didapatkan bahwa sebanyak 79,4% pasien DM mendapatkan dukungan keluarga yang baik.

Pembahasan

Diabetes mellitus merupakan penyakit metabolisme yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah yang kadarnya melebihi batas normal. Perilaku manajemen diri pasien DM mengacu pada 5 pilar penanganan DM yaitu pengaturan nutrisi atau diet, medikasi atau obat, pemantauan kadar gula darah, aktivitas fisik atau olah raga dan perawatan kaki. Untuk meningkatkan manajemen diri dari segi Kesehatan dan untuk merubah gaya hidup kearah yang sehat dan patuh terhadap pengobatan maka sangat diperlukan dukungan keluarga (Gultom, 2012).

Hasil penelitian mengenai manajemen diri secara keseluruhan sebanyak 58,8% masuk kategori tinggi. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Larasati (2020) yang menyebutkan bahwa sebanyak 80,41% tergolong manajemen diri kategori tinggi atau baik. Hasil Penelitian Windani (2019) didapatkan 97,1% masuk kategori sedang, dan 2,9% tergolong baik dan tidak ada yang berespon buruk. Sedangkan penelitian Hung et al (2014) menunjukkan bahwa perilaku self management pasien DM tipe 2 berada dalam fase kategori baik.

Manajemen diri pada aspek diet didapatkan 58,9% pada kategori sedang. Hasil ini sejalan dengan penelitian Windana (2019) bahwa setengah dari responden (52,6%) pada kategori sedang. Hung et al (2014) menyatakan bahwa pasien DM memiliki perilaku dan pengetahuan diet yang baik.

Pada aspek medikasi atau pengobatan didapatkan sebanyak 64,7% responden pada kategori tinggi dengan mengkonsumsi obat yang diresepkan oleh Puskesmas. Pengobatan antidiabetes secara oral bagi penderita DM tipe II berfungsi untuk membantu mengaktifkan insulin dalam tubuh, obat anti diabetic tersebut sangat dibutuhkan oleh penderita terutama

Ketika penderitanya mengalami fase stress atau sakit karena perlu melawan resistensi insulin dan kontrol gula darah yang memadai (Sonsona, 2014).

Managemen diri terkait obat atau medikasi jika dalam kategori rendah dapat mengakibatkan komplikasi risiko rawat inap dan biaya yang tinggi. Hal tersebut juga akan berpengaruh terhadap kadar gula darah. Penelitian Nanda (2018) menunjukkan bahwa pasien yang mempunyai managemen diri aspek obat dalam kategori baik kadar gula darah juga terkontrol.

Kepatuhan minum obat pada pasien diabetes mellitus penting untuk mencapai tujuan pengobatan dan efektif untuk mencegah komplikasi pada penyakit diabetes mellitus terutama bagi pasien yang harus mengkonsumsi obat dalam jangka waktu yang lama, bahkan seumur hidupnya (Boyoh, 2015).

Aspek managemen diri pemantauan kadar gula darah kategori tinggi sebanyak 44,1%, dan kategori sedang 35,2%. Jika perilaku pemantauan kadar gula darah itu rendah maka akan memperburuk kondisi pasien.

Gambaran hasil penelitian mengenai dukungan keluarga didapatkan bahwa sebanyak 79,4 % mendapat dukungan keluarga yang baik. Hasil penelitian Rahmi 2020 menunjukkan bahwa 59,4% mendapat dukungan keluarga baik sehingga dapat menurunkan distress pasien DM. Bentuk dukungan keluarga yang diberikan meliputi empat dimensi yaitu emosional, penghargaan, informasi dan instrumental. Dukungan emosional berupa keluarga mengerti dengan masalah yang dialami oleh pasien, mendengarkan keluhan pasien tentang penyakitnya yang dirasakan serta memberikan kenyamanan kepada pasien dalam mengatasi masalahnya.

Menurut Karim (2013) bahwa dukungan keluarga yang diberikan oleh anggota keluarga yang sakit dapat meningkatkan rasa nyaman dan menurunkan distress sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup anggota keluarga yang sakit. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Erika (2016) yang menyebutkan bahwa seseorang dengan diabetes mellitus harus selalu mendapatkan dukungan dari orang terdekat baik itu dari keluarga, teman sejawat, dan juga tenaga Kesehatan profesional.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa Sebagian besar dari responden mempunyai managemen diri yang baik, baik dari segi diet, medikasi, pemantauan kadar gula darah, aktifitas dan

perawatan kaki. Hasil penelitian memberikan gambaran dukungan keluarga pasien diabetes mellitus dalam kategori baik

Saran

Penelitian ini bisa dilanjutkan dengan metode yang berbeda dengan saat ini, peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode lain untuk mencari pengaruh dari dukungan keluarga terhadap manajemen diri pasien diabetes mellitus dengan menambah jumlah responden lebih banyak.

Daftar Pustaka

- Adiatma, Sri Novika. Asriyadi, Fitroh.2020. Hubungan Manajemen Diri (Self Management) dengan Peran Diri pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Samarinda Borneo Student Research (BSR)
- Boyoh. E.M., Kaawoan.A., Bidjuni.H., 2015. Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Poliklinik Endokrin Rumah Sakit Prof.DR.R.D.Kandou Manado. *Jurnal Keperawatan (e-Kp)* vol. 3, no.3, p. 1- 6
- Fandinata, Selly Septi,Darmawan, Rizky. 2020. Pengaruh Kepatuhan Minum Obat Oral Anti Diabetik Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*
- Friedman, M. 2010. Buku Ajar Keperawatan keluarga : Riset, Teori, dan Praktek. Edisi ke-5. Jakarta: EGC
- Gultom, Y. T (2012). Tingkatan Pegetahuan Pasien Diabetes Melitus Tentang Manajemen Diabetes Melitus Dirumah Sakit Pusat Angkatan Darat Gatot Soebroto Jakarta Pusat
- Hunt, et al. (2012). Relationships among selfefficacy, social support, social problem solving, and self-management in a rural sample living with type 2 diabetes mellitus. *Research and Theory for Nursing Practice: An International Journal*, 26(2). doi: 10.1891/1541- 6577.26.2.126.
- Islam M, Karim M, Habib S, Yesmin K. Diabetes distress among type 2 diabetic patients. *Int J Med Biomed Res*. 2013;2(2):113-124. doi:10.14194/ ijnbr.224
- Nanda, Oryza Dwi Wiryanto, Bambang Triyono, Erwin Astha. 2018. Hubungan Kepatuhan Minum Obat Anti Diabetik dengan Regulasi Kadar Gula Darah pada Pasien Perempuan Diabetes Mellitus. *Amerta Nutrition*
-

Tandra Hans. (2017). Panduan Lengkap Mengenal dan Mengatasi Diabetes dengan Cepat dan Mudah. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama

Xu, Y., Pan, W., & Liu, H. (2010). Selfmanagement practices of Chinese Americans with type 2 diabetes. *Nursing and Health Sciences*, 12, 228–234. doi: 10.1111/j.1442-2018.2010.00524.x.

Xu, Y., Toobert, D., Savage, C., Pan, W., & Whitmer, K. (2008). Factors Influencing Diabetes Self-Management in Chinese People With Type 2 Diabetes. *Research in Nursing & Health*, 31, 613–625. doi:10.1002/nur.20293