



## **HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN KESADARAN DIRI TERHADAP *SELF CARE MANAGEMENT* PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS DI DESA KARANGBONG KABUPATEN PROBOLINGGO**

**Salsabila Putri Azhari<sup>1</sup>, Dr. Ro'isah<sup>2</sup>, Iin Aini Isnawati<sup>3</sup>**

<sup>123</sup> Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan,  
Universitas Hafshawaty Zainul Hasan, Probolinggo  
Email Korespondensi: [shalsaazhari28@gmail.com](mailto:shalsaazhari28@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Pengelolaan jangka panjang. Keberhasilan *self care management* penderita DM sangat dipengaruhi oleh faktor internal seperti kesadaran diri, serta faktor eksternal seperti dukungan keluarga. Namun, masih banyak penderita DM yang memiliki *self care management* rendah akibat kurangnya kedua faktor tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan kesadaran diri terhadap *self care management* pada penderita DM di Desa Karangbong Kabupaten Probolinggo. Jenis penelitian ini analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah populasi semua penderita DM sebanyak 45 responden, penentuan sampel menggunakan *total sampling*. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner. Pengumpulan data meliputi *coding, editing, tabulating* dan kemudian data dianalisis secara manual dan menggunakan SPSS dengan uji *Regresi Ordinal*. Hasil penelitian ini menunjukkan dukungan keluarga pada penderita DM cukup sebanyak 16 responden (35,6%), kesadaran diri penderita DM kurang sebanyak 18 responden (40,0%), dan *self care management* penderita DM kurang sebanyak 20 responden (44,4%). Hasil uji *spearman rank* pada variabel dukungan keluarga didapatkan nilai  $\rho = 0,001 < \alpha 0,05$ , adanya hubungan dukungan keluarga dengan *self care management*. Pada variabel kesadaran diri didapatkan nilai  $\rho = 0,001 < \alpha 0,05$ , adanya hubungan kesadaran diri dengan *self care management*. Hasil uji analisis menggunakan *regresi ordinal* didapatkan nilai  $\rho = 0,001 < 0,05$  pada variabel kesadaran diri, sehingga hubungan kesadaran diri merupakan variabel yang paling dominan. Kesadaran diri memiliki pengaruh yang lebih dominan dibandingkan dukungan keluarga terhadap *self care management* pada penderita DM. Diperlukan upaya untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran penderita terhadap kondisi kesehatannya melalui edukasi dan pendampingan berkelanjutan.

**Kata kunci:** Diabetes Mellitus, Dukungan Keluarga, Kesadaran Diri, *Self Care Management*

### **ABSTRACT**

*Diabetes mellitus (DM) is a chronic disease that requires long-term management. The success of self-care management of patients with DM is strongly influenced by internal factors such as self-awareness, as well as external factors such as family support. However, there are*

still many people with DM who have low self-care management due to the lack of these two factors. This study aims to determine the correlation between family support and self-awareness towards self-care management in patients with DM in Karangbong, Probolinggo. This type of research is correlational analytic with a cross sectional approach. The total population of all DM patients was 45 respondents, using total sampling. Data collection instruments using a questionnaire. Data collection includes coding, editing, tabulating and then the data is analyzed manually, using SPSS with the Ordinal Regression test. The results of this study showed that family support for DM patients was sufficient as many as 16 respondents (35.6%), self-awareness of DM patients was less as many as 18 respondents (40.0%), and self-care management of DM patients was less as many as 20 respondents (44.4%). The results of the spearman rank test on the family support variable obtained the value  $\rho = 0.001 < \alpha 0.05$ , there is a correlation between family support and self-care management. In the self-awareness variable, the value  $\rho = 0.001 < \alpha 0.05$ , there is a correlation between self-awareness and self-care management. The results of the analysis test using ordinal regression obtained a value of  $\rho = 0.001 < 0.05$  on the self-awareness variable, so that the correlation of self-awareness is the most dominant variable. Self-awareness has a more dominant influence than family support on self-care management in patients with DM. Efforts are needed to increase the patient's understanding and awareness of their health condition through continuous education and assistance.

**Keywords:** Diabetes Mellitus, Family Support, Self-Awareness, Self-Care Management

## PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu jenis penyakit degeneratif tidak menular yang menjadi masalah kesehatan masyarakat baik secara global, regional, dan nasional (Reni, 2022). DM dapat terjadi karena seseorang kekurangan hormon insulin atau tidak dapat menggunakan insulin dengan baik. Hormon insulin tersebut mempunyai peranan utama untuk mengatur kadar gula (glukosa) (Indirawaty et al., 2021). Kadar gula darah yang tidak terkontrol akan menyebabkan komplikasi jangka pendek dan jangka panjang bagi penderita, bahkan parahnya lagi dapat menyebabkan kematian (Yuwono et al., 2023).

Pengontrolan gula darah bagi penderita DM untuk mencegah terjadinya peningkatan komplikasi membutuhkan waktu yang relatif lama. Hal tersebut dapat mempengaruhi keberhasilan *self care management* pada penderita diabetes mellitus yang dalam prosesnya berkaitan dengan dukungan keluarga dan kesadaran diri (Mustarim et al., 2019). Pada penderita diabetes melitus, *self care management* mengarah pada aktivitas seseorang dalam melakukan sesuatu dalam hidupnya secara mandiri untuk meningkatkan dan memelihara kesehatannya (Ernawati, 2022).

*Self care management* pada penderita DM berhubungan dengan dukungan sosial yang baik dari keluarga. Seseorang yang menderita penyakit kronis seperti diabetes melitus akan mengalami berbagai macam perubahan pada dirinya, sehingga keluarga mempunyai tugas untuk memberikan perawatan dan dukungan kepada anggota keluarga mereka yang menderita DM (Eka Santi, 2024). Dukungan keluarga merupakan faktor terpenting yang mempengaruhi kepatuhan pada penderita diabetes (Galuh & Prabawati, 2021). Dukungan yang dapat diperoleh dari keluarga yaitu memotivasi pasien dalam upaya menjalankan pengobatan atau kegiatan *self care*. Semakin baik dukungan keluarga yang diberikan maka akan semakin baik *self care* pada pasien DM, sehingga dapat meningkatkan tingkah laku dan pola hidup yang sehat (Reni, 2022).

Keberhasilan dalam pengelolaan DM juga tergantung pada kesadaran diri penderita (Qatrunnada et al., 2022). *Self Awareness* yang kurang menyebabkan penderita tidak dapat mengontrol dan mengatur penyakit mereka secara mandiri, seperti tidak melakukan

pemantauan gula darah secara teratur, ketidakpatuhan terhadap diet, olahraga ataupun latihan fisik lainnya dengan baik (Fitriani Nasution, Andilala, 2021).

*World Health Organization* (WHO) menyebutkan data penyebab kematian nomor satu didunia adalah penyakit tidak menular yang mencapai angka 71%. Setiap tahunnya 1,5 juta kematian disebabkan langsung oleh diabetes (Safitri et al., 2022). *International Diabetes Federation* (IDF) diabetes atlas melaporkan prevalensi diabetes global pada orang dewasa (usia 20-79 tahun) pada tahun 2021 diperkirakan 10,5% (536,6 juta orang) dan diperkirakan meningkat menjadi 12,2% (783,2 juta) pada 2045. (Sun et al., 2022).

Indonesia dinyatakan masuk pada tingkat ke 7 dari 10 negara yang memiliki angka kasus diabetes tertinggi dimana angka kasus mencapai 19,47 juta pasien, dan diperkirakan akan mencapai 28,57 juta pada tahun 2045 (Kemenkes RI, 2021). Penderita diabetes mellitus di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2021 mencapai 929.535 kasus (Dinkes Jatim, 2022). Di Probolinggo pada tahun 2022 terdapat 18.668 jiwa yang menderita diabetes mellitus dan tersebar di berbagai daerah salah satunya yaitu kecamatan Pajarakan sebanyak 1190 jiwa.

Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mulugeta tahun 2021 di Ethiopia menyatakan bahwa Lebih dari setengah (50,5%) subjek penelitian ditemukan tindakan perawatan diri yang buruk (Weledegebriel et al., 2021). Dalam penelitian (Ernawati & Rahmawati, 2024) menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga dapat mempengaruhi penderita diabetes mellitus dalam melaksanakan self care management. Dukungan keluarga dalam penelitian ini rata-rata kurang (60%). Sejalan dengan penelitian (Bangun et al., 2020) menyatakan bahwa dukungan keluarga pada penderita diabetes mellitus yang begitu buruk (47%). Hal ini dipengaruhi oleh anggota keluarga yang memiliki kesibukan bekerja sehingga menyerahkan penatalaksanaan sepenuhnya pada penderita DM itu sendiri.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada penderita DM di desa Karangbong pada tanggal 19 November 2024 dengan menggunakan metode wawancara dan observasi kepada pasien dan keluarga, dari 10 responden penderita DM terdapat 5 responden (50%) tidak melakukan self care management dengan baik seperti lupa meminum obat, malas berolahraga, pola makan tidak terkontrol dan tidak rutin pergi ke puskesmas untuk melakukan pengecekan gula darah dikarenakan tidak ada keluarga yang mengantar, keluarga sibuk dengan pekerjaannya. Sebanyak 3 responden (30%) meminum obat secara teratur, dan rutin pergi ke puskesmas melakukan pemeriksaan gula darah dengan didampingi oleh keluarga dan keluarga selalu mendukung pengobatan yang dilakukan oleh pasien, tetapi pasien malas berolahraga dan sulit mengatur pola makannya. Dan 2 responden (20%) melakukan self care dengan baik, meminum obat secara teratur, melakukan olahraga ringan seperti jalan kaki atau bersepeda, mengatur pola makan, dan rutin ke puskesmas untuk melakukan pengecekan gula darah tetapi tidak didampingi oleh keluarga.

Diabetes mellitus terjadi saat pankreas tidak menghasilkan cukup insulin sebagai pengatur kadar gula dalam darah sehingga kadar gula darah meningkat dan menyebabkan kerusakan serius pada banyak sistem tubuh, terutama saraf dan pembuluh darah (WHO, 2018). Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya diabetes mellitus salah satunya faktor yang dapat diubah antara lain, pola makan, pola istirahat, pola aktivitas dan pola tidur. Sedangkan faktor yang tidak dapat diubah antara lain usia, jenis kelamin, serta faktor keturunan dari keluarga yang memiliki riwayat penyakit DM (Fitriani Nasution, Andilala, 2021).

Dengan meningkatnya jumlah penderita diabetes mellitus, berbagai komplikasi DM juga akan terjadi. Komplikasi yang mungkin terjadi meliputi: komplikasi mikrovaskular seperti kerusakan mata, kerusakan saraf dan kerusakan ginjal. Sedangkan komplikasi makrovaskular antara lain penyakit jantung koroner, ulkus diabetik, dan stroke (Rif'at et al., 2023). Komplikasi pada penderita DM dapat disebabkan karena tidak adanya dukungan yang baik dari lingkungan sekitar ataupun keluarga dalam mengelola penyakitnya (Bangun et al., 2020). Selain itu, komplikasi juga dapat terjadi karena kesadaran diri pasien yang umumnya rendah dan perilaku

perawatan diri (*self care*) yang buruk (Wulan et al., 2020).

*Self care management* pada penderita diabetes melitus (DM) merupakan aspek penting dalam menjaga kesehatan dan mencegah komplikasi (Handriana & Hijriani, 2020). Kesadaran diri penderita menjadi faktor utama dalam keberhasilan pengelolaan diabetes, termasuk dalam menjaga pola makan, rutin berolahraga, memantau kadar gula darah, serta mematuhi pengobatan yang dianjurkan oleh tenaga medis (Adu et al., 2020). Namun, tidak semua penderita memiliki disiplin yang tinggi dalam menjalankan perawatan diri, sehingga dukungan keluarga menjadi sangat dibutuhkan untuk membantu penderita menjalani gaya hidup sehat secara konsisten (Ernawati & Rahmawati, 2024).

Dukungan keluarga berperan dalam memberikan motivasi serta membangun lingkungan yang mendukung kebiasaan sehat bagi penderita DM. Keluarga dapat membantu mengingatkan jadwal pengobatan, menyusun menu makanan sehat, serta ikut serta dalam aktivitas fisik bersama untuk mendorong penderita tetap aktif (Zanzibar & Akbar, 2023). Dengan adanya dukungan tersebut, penderita akan merasa lebih termotivasi dan tidak terbebani dalam menjalankan perawatan diri. Selain itu, dukungan emosional dari keluarga juga sangat penting, karena stres dan kecemasan yang tinggi dapat mempengaruhi kadar gula darah penderita (Dwiputra, 2023).

Selain dukungan dari keluarga, kesadaran diri penderita juga perlu terus ditingkatkan agar mereka memahami pentingnya pengelolaan diabetes secara mandiri. Penderita harus memiliki pemahaman yang baik tentang kondisi mereka, termasuk risiko komplikasi yang dapat terjadi jika pengelolaan diabetes tidak dilakukan dengan baik (Dewi, 2024). Dengan kesadaran diri yang tinggi, penderita akan lebih bertanggung jawab dalam menjaga kesehatannya dan tidak hanya bergantung pada dorongan dari keluarga (Rengga et al., 2019).

Kolaborasi antara kesadaran diri penderita dan dukungan keluarga akan menciptakan keseimbangan dalam *self care management* diabetes (Hijriana et al., 2023). Ketika penderita memiliki tekad yang kuat untuk menjaga kesehatannya, serta mendapat dukungan penuh dari keluarga, pengelolaan diabetes dapat berjalan lebih efektif. Hal ini tidak hanya membantu mencegah komplikasi, tetapi juga meningkatkan kualitas hidup penderita secara keseluruhan (Sumiatin et al., 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh (Galuh & Prabawati, 2021) menyatakan bahwa dukungan keluarga memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *self care management* pasien. Hasil uji statistik chi-square menunjukkan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti semakin baik dukungan keluarga, semakin baik pula *self-care management* pasien. Jurnal ini menegaskan bahwa dukungan keluarga memainkan peran penting dalam meningkatkan *self-care management* pasien diabetes mellitus, yang pada akhirnya dapat membantu dalam pengelolaan penyakit dan pencegahan komplikasi.

Senada dengan penelitian yang dilakukan oleh (Umar & Sabil, 2022) bahwa dukungan keluarga memiliki peran penting dalam meningkatkan *self-care management* pada pasien DM tipe 2. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan *self-care management*, yang dibuktikan dengan nilai  $p\text{-value} = 0,008$  ( $<0,05$ ). Ini menunjukkan bahwa semakin baik dukungan keluarga, semakin baik pula *self-care management* pasien. Rekomendasi bagi pasien dan keluarga adalah meningkatkan keterlibatan keluarga dalam mendukung pasien DM dalam menjalankan perawatan mandiri mereka agar dapat mengendalikan penyakit dan mencegah komplikasi lebih lanjut.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Rechika Amelia Eka Putri, 2024) bahwa terdapat hubungan yang kuat antara dukungan keluarga dengan *self awareness* (kesadaran diri) lansia penderita diabetes mellitus. Hasil penelitian yang dilakukan (Haryanti, Erma Erfiana, 2023) *Self-awareness* memiliki hubungan yang signifikan dengan kepatuhan pemeriksaan gula darah, yang merupakan bagian dari *self-care management* pada pasien DM. *Self-awareness* yang tinggi membantu pasien lebih sadar akan kondisi kesehatannya, sehingga mereka lebih

termotivasi untuk menjalankan perawatan diri secara mandiri dan mengikuti anjuran medis dengan disiplin.

Berdasarkan uraian diatas, mayoritas penderita DM tidak sadar akan kondisi kesehatan tubuhnya. Selain itu, kurangnya dukungan keluarga tentang pengendalian penyakit diabetes mellitus. Sehingga pada kesempatan ini peneliti tertarik untuk mengetahui “Hubungan Dukungan Keluarga dan Kesadaran Diri terhadap *Self Care Management* pada Penderita Diabetes Mellitus di Desa Karangbong Kabupaten Probolinggo”

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah populasi semua penderita DM sebanyak 45 responden, penentuan sampel menggunakan *total sampling*. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner. Pengumpulan data meliputi *coding, editing, tabulating* dan kemudian data dianalisis secara manual dan menggunakan SPSS dengan uji *Regresi Ordinal*.

## HASIL PENELITIAN

Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Pada Penderita Diabetes Mellitus di Desa Karangbong Kabupaten Probolinggo Pada Bulan Juni 2025.

Usia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
35 - 44 tahun	7	15,6
45 - 54 tahun	18	40,0
55 - 64 tahun	14	31,1
> 65 tahun	6	13,3
Total	45	100

Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2025

Berdasarkan tabel 5.1 diatas didapatkan bahwa sebanyak 45 responden dengan kelompok usia terbanyak berada pada rentang usia 45 - 54 tahun sebanyak 18 responden (40,0%) dan sebagian kecil responden memiliki usia > **65 tahun** sebanyak 6 responden (13,3%).

Tabel 5.2 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Penderita Diabetes Mellitus di Desa Karangbong Kabupaten Probolinggo Pada Bulan Juni 2025.

Jenis kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Laki - laki	6	13,3
Perempuan	39	86,7
Total	45	100

Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2025

Berdasarkan tabel 5.2 diatas didapatkan bahwa sebanyak 45 responden dengan mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 39 responden (86,7%) dan minoritas berjenis kelamin laki-laki sebanyak 6 responden (13,3%)

Tabel 5.3 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Pada Penderita

## Diabetes Mellitus di Desa Karangbong Kabupaten Probolinggo Pada Bulan Juni 2025.

<b>Pendidikan</b>	<b>Frekuensi (f)</b>	<b>Persentase (%)</b>
SD	20	44,4
SMA	8	17,8
SMP	17	37,8
Sarjana	0	0,0
Total	45	100

*Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2025*

Berdasarkan tabel 5.3 diatas didapatkan bahwa sebanyak 45 responden dengan sebagian besar memiliki tingkat pendidikan SD sebanyak 20 responden (44,4%) dan minoritas SMA sebanyak 8 responden (17,8%)

Tabel 5.4 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Pada Penderita Diabetes Mellitus di Desa Karangbong Kabupaten Probolinggo Pada Bulan Juni 2025.

<b>Pekerjaan</b>	<b>Frekuensi (f)</b>	<b>Persentase (%)</b>
IRT	21	46,7
Petani	7	15,6
Tidak bekerja	4	8,9
Wiraswasta	13	28,9
Total	45	100

*Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2025*

Berdasarkan tabel 5.4 diatas didapatkan bahwa sebanyak 45 responden dengan mayoritas bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 21 responden (46,7%) dan minoritas tidak bekerja sebanyak 4 responden (8,9%)

Tabel 5.5 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga Pada Penderita Diabetes Mellitus di Desa Karangbong Kabupaten Probolinggo Pada Bulan Juni 2025.

<b>Dukungan Keluarga</b>	<b>Frekuensi (f)</b>	<b>Persentase (%)</b>
Baik	14	31,1
Cukup	16	35,6
Kurang	15	33,3
Total	45	100

*Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2025*

Berdasarkan tabel 5.5 diatas didapatkan bahwa sebanyak 45 responden sebagian memiliki dukungan keluarga cukup sebanyak 16 responden (35,6%), dukungan keluarga kurang sebanyak 15 responden (33,3%) dan minoritas dukungan keluarga baik sebanyak 14 responden (31,1%).

Tabel 5.6 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Kesadaran Diri Penderita Diabetes

### Mellitus di Desa Karangbong Kabupaten Probolinggo Pada Bulan Juni 2025.

Kesadaran Diri	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	10	22,2
Cukup	17	37,8
Kurang	18	40,0
Total	45	100

Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2025

Berdasarkan tabel 5.6 diatas didapatkan bahwa sebanyak 45 responden dengan sebagian besar memiliki kesadaran diri kurang sebanyak 18 responden (40,0%) dan minoritas kesadaran diri baik sebanyak 10 responden (22,2%).

Tabel 5.7 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan *Self Care Management* Penderita Diabetes Mellitus di Desa Karangbong Kabupaten Probolinggo Pada Bulan Juni 2025.

Self Care Management	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	10	22,2
Cukup	15	33,3
Kurang	20	44,4
Total	45	100

Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2025

Berdasarkan tabel 5.7 diatas didapatkan bahwa sebanyak 45 responden dengan mayoritas memiliki *self care management* kurang sebanyak 20 responden (44,4%) dan minoritas *self care management* baik sebanyak 10 responden (22,2%).

Tabel 5.8 Tabel Silang Hubungan Dukungan Keluarga dengan *Self Care Management* pada Penderita Diabetes Mellitus di Desa Karangbong Kabupaten Probolinggo Pada Bulan Juni 2025.

Dukungan Keluarga	Self Care Management						Total	
	Baik		Cukup		Kurang		f	%
	f	%	f	%	f	%	f	%
Baik	7	50,0	7	50,0	0	0,0	14	100
Cukup	3	18,8	5	31,3	8	50,0	16	100
Kurang	0	0,0	3	20,0	12	80,0	15	100
Total	10	22,2	15	33,3	20	44,4	45	100

$\rho = 0,001$

Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2025

Berdasarkan tabel 5.8 diatas menunjukkan bahwa responden yang memiliki *self care management* baik sebagian besar memiliki dukungan keluarga baik sebanyak 7 responden (50%), *self care management* cukup dengan dukungan keluarga baik sebanyak 7 responden (50%), sedangkan yang memiliki *self care management* kurang mayoritas memiliki dukungan keluarga yang kurang sebanyak 12 responden (80%)

Didapatkan nilai signifikansi  $\rho = 0,001 < \alpha 0,05$ . Nilai ini menunjukkan bahwa terdapat

hubungan yang positif dan sangat signifikan secara statistik antara dukungan keluarga dan self care management pada penderita diabetes mellitus.

Tabel 5.9 Tabel Silang Hubungan Kesadaran Diri dengan *Self Care Management* pada Penderita Diabetes Mellitus di Desa Karangbong Kabupaten Probolinggo Pada Bulan Juni 2025.

Kesadaran Diri	Self Care Management						Total	
	Baik		Cukup		Kurang		f	%
	f	%	f	%	f	%	f	%
Baik	7	70,0	3	30,0	0	0,0	10	100
Cukup	3	17,6	11	64,7	3	17,6	17	100
Kurang	0	0,0	1	5,6	17	94,4	18	100
<b>Total</b>	10	22,2	15	33,3	20	44,4	45	100

$\rho = 0,001$

Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2025

Berdasarkan tabel 5.9 diatas menunjukkan bahwa responden yang memiliki *self care management* baik sebagian besar dengan kesadaran diri baik sebanyak 7 responden (70%), *self care management* cukup dengan kesadaran diri cukup sebanyak 11 responden (64,7%), sedangkan yang memiliki *self care management* kurang mayoritas memiliki kesadaran diri yang kurang sebanyak 17 responden (94,4%).

Didapatkan nilai signifikansi  $\rho = 0,001 < \alpha 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara kesadaran diri dengan self care management.

Hasil Uji Statistik Hubungan Dukungan Keluarga dan Kesadaran Diri terhadap *Self Care Management* pada Penderita Diabetes Mellitus

Tabel 5.10 Hasil Uji Statistik Parameter Estimates

		Estimate	Std. Error	Wald	df	Sig.	95% Confidence Interval	
							Lower Bound	Upper Bound
Threshold	[ <i>Self care management</i> = 1]	5.657	1.413	16.033	1	.000	2.888	8.426
	[ <i>Self care management</i> = 2]	9.425	2.033	21.497	1	.000	5.441	13.409
Location	Dukungan Keluarga	1.067	.608	3.083	1	.079	-.124	2.259
	Kesadaran Diri	2.979	.713	17.435	1	.000	1.581	4.377

Sumber: Data Primer Lembar Kuesioner Penelitian Juni 2025

Berdasarkan tabel 5.10 diatas didapatkan nilai  $\rho = 0,079$ . Nilai tersebut lebih besar dari  $\alpha$  yakni  $0,079 > 0,05$  yang artinya tidak signifikan. Sehingga diketahui bahwa dukungan keluarga tidak memiliki pengaruh terhadap *self care management*. Sedangkan variabel

kesadaran diri didapatkan nilai  $p = 0,001$ . Yang artinya signifikansinya lebih kecil dari pada nilai  $\alpha$  yakni  $0,001 < 0,05$ . Sehingga kesadaran diri berpengaruh signifikan terhadap *self care management*.

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *regresi logistik ordinal* untuk mengetahui variabel yang paling dominan di dapatkan bahwa kesadaran diri lebih dominan terhadap *self care management* dengan nilai estimate sebesar 2.979, nilai  $p < 0.001$ , dan wald sebesar 17.435.

## PEMBAHASAN

### Dukungan Keluarga Pada Penderita Diabetes Mellitus

Berdasarkan tabel 5.5 diatas didapatkan bahwa sebanyak 45 responden sebagian memiliki dukungan keluarga cukup sebanyak 16 responden (35,6%), dukungan keluarga kurang sebanyak 15 responden (33,3%) dan minoritas dukungan keluarga baik sebanyak 14 responden (31,1%).

Hasil penelitian ini sebagian responden mendapatkan dukungan yang cukup dari keluarga. Karena, Dari hasil analisis kuesioner yang dilakukan oleh peneliti, dukungan yang banyak diperoleh responden yaitu dukungan emosional dan penghargaan, sedangkan dukungan keluarga yang kurang berada pada dukungan informasional. Domain emosional dan penghargaan berperan penting karena mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian pada pasien diabetes mellitus yang dalam hal ini dapat memberikan motivasi pasien diabetes mellitus untuk meningkatkan derajat kesehatannya (Arief Jamaludin et al., 2023). Menurut peneliti hal ini dapat terjadi karena responden tinggal dengan keluarganya sehingga responden dan keluarga memiliki hubungan yang lebih erat dan lebih mendalam antar anggota keluarganya, sehingga dukungan emosional dan penghargaan sangat dominan. Dukungan keluarga dengan domain yang lain juga sangat berperan penting untuk meningkatkan derajat kesehatan pasien, seperti dukungan instrumental (Huda et al., 2023). Dukungan instrumental mencakup dukungan waktu, fasilitas kesehatan terkait pengobatannya seperti biaya dan transportasi, peran aktif keluarga dan pembiayaan kesehatan (Fauziah Maqbullah, 2023).

Hasil penelitian yang didapatkan juga menunjukkan 15 responden (33,3%) dengan dukungan keluarga kurang. Karena keluarga tidak memberikan dukungan sepenuhnya kepada anggota keluarga yang mengalami masalah kesehatan, keluarga kurang memberikan perhatian sehingga pasien merasa kesepian dan putus asa. Hal ini disebabkan karena kesibukan yang dimiliki oleh anggota keluarga, sehingga jarang berada di rumah dan jarang bersama pasien seperti mengobrol, mengawasi pasien atau memberikan informasi tentang kesehatan pasien (Marlinda, 2019). Dukungan keluarga juga dipengaruhi banyak faktor, menurut Friedman (2013) mengatakan bahwa faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga adalah kelas sosial ekonomi meliputi tingkat pendapatan atau pekerjaan dan tingkat pendidikan (Fira Veronika, 2021).

Dalam dukungan keluarga kelas menengah, suatu hubungan yang lebih demokratis dan adil mungkin ada, sementara dalam dukungan keluarga menengah kelas bawah, hubungan yang ada lebih otoritas dan otokrasi (Kleruk, 2021). Sedangkan pada penelitian ini didapatkan sebanyak 21 responden (46,7%) bekerja sebagai ibu rumah tangga, 7 responden (8,9%) sebagai petani, 13 responden (28,9) bekerja sebagai wiraswasta dan minoritas tidak bekerja sebanyak 4 responden (8,9%) sehingga kurangnya pengalaman akan pengendalian dan perawatan penyakit diabetes mellitus menyebabkan dukungan keluarga masih belum cukup baik. Faktor lainnya adalah tingkat pendidikan, 20 responden (44,4%) dalam penelitian ini memiliki latar belakang pendidikan dasar (SD atau tidak tamat SD). Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, umumnya semakin besar pengetahuan dan pemahaman mereka tentang suatu penyakit atau masalah kesehatan (Nurlaili, 2024). Serta semakin baik pula kemampuan mereka

dalam mencari dan mengekses informasi. Hal ini pada akhirnya dapat meningkatkan kualitas dukungan yang mereka berikan (Hasanah et al., 2024).

Pada penelitian ini responden yang memiliki dukungan keluarga baik sebanyak 13 responden (31,1%). Jenis dukungan keluarga yang didapat berupa dukungan informasional, yaitu keluarga berfungsi sebagai penyebar informasi yang dapat digunakan mengungkapkan suatu masalah. Dukungan Penghargaan, yaitu keluarga membimbing dan menengahi pemecahan masalah, memberikan support dan perhatian. Dukungan Instrumental, yaitu keluarga merupakan sebuah sumber pertolongan diantaranya kesehatan penderita dalam hal kebutuhan makan, minum dan istirahat (Marlinda, 2019). Dukungan Emosional, yaitu keluarga menunjukkan sikap kepedulian, kasih sayang, empati dan perhatian sehingga seseorang merasa lebih baik, didukung, dan tidak sendirian dalam menghadapi masalah atau situasi sulit (Ningrum, Firdaning, 2021).

Pengaruh positif dari dukungan keluarga yaitu terdapat pada penyesuaian terhadap kejadian dalam kehidupan sehari-hari (Hutami, 2023), berupa mendengarkan setiap keluhan, keluarga menerima kondisi pasien dengan tidak merasa terbebani atau terganggu, dan juga dukungan motivasi atau semangat pada saat pasien merasa cemas sehingga pasien merasa nyaman dan berharga (E. Lubis et al., 2024). Selain itu, dukungan informasi yang didapatkan berupa suatu saran, nasehat, maupun pemberian informasi mengenai permasalahan yang dialami pasien atau informasi baru tentang DM (Safari et al., 2021).

Menurut teori Patt, 1977 (dalam Friedman, 2014) yang menyebutkan bahwa keluarga merupakan sistem dasar dimana perilaku kesehatan seseorang dengan perawatan kesehatan sudah diatur, dilakukan serta diamankan oleh keluarga sebagai bentuk perawatan yang secara preventif. Dukungan keluarga merupakan kegiatan mendukung yang diberikan oleh anggota keluarga, sehingga individu yang terkait merasakan bahwa dirinya diperhatikan dan dihargai oleh keluarganya karena mendapatkan bantuan dari orang-orang yang dianggapnya berarti dalam hidupnya (Nataria Yanti Silaban et al., 2022). Dukungan keluarga merupakan suatu hal yang sangat penting bagi kesejahteraan responden yang menderita diabetes mellitus. Kepuasan yang tinggi akan adanya dukungan oleh keluarga ini dilatarbelakangi karena keluarga memiliki kepedulian dan rasa tanggung jawab yang besar terhadap responden (Arief Jamaludin et al., 2023).

Hal ini sejalan dengan penelitian (Maulinda, 2024) menyatakan bahwa individu yang mendapatkan dukungan keluarga yang baik akan menjadi lebih optimis untuk menjalani hidupnya dan akan mudah dalam memecahkan masalah yang sedang dihadapinya. Keluarga sangat berperan penting dalam menentukan cara atau asuhan keperawatan yang dibutuhkan oleh pasien di rumah sehingga dapat meningkatkan kepatuhan dalam melakukan perawatan mandiri atau *self care management* (Yulistianingsih, 2019).

Berdasarkan uraian diatas peneliti berpendapat bahwa, dukungan keluarga memungkinkan keluarga berfungsi secara penuh dan dapat meningkatkan adaptasi dalam kesehatan keluarga serta memenuhi lima tugas kesehatan keluarga. Namun, tidak sepenuhnya dukungan keluarga berpengaruh terhadap kesehatan individu melainkan kesadaran individu sendiri akan kesehatannya yang mampu mengubah perilaku atau aktivitas yang mengarah pada pola hidup sehat.

### **Kesadaran Diri Penderita Diabetes Mellitus**

Berdasarkan tabel 5.6 diatas didapatkan jumlah responden sebanyak 45 responden dengan sebagian besar memiliki kesadaran diri kurang sebanyak 18 responden (40,0%) dan minoritas kesadaran diri baik sebanyak 10 responden (22,2%).

Dari hasil penelitian sebagian besar penderita DM memiliki kesadaran diri yang kurang, ini menunjukkan bahwa hampir separuh penderita diabetes mellitus di wilayah penelitian belum memiliki kemampuan yang cukup dalam mengenali, memahami, dan mengelola kondisi

kesehatannya secara mandiri. Sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki latar belakang pendidikan dasar (SD atau tidak tamat SD), Sehingga pengetahuan yang terbatas mengenai penyakit diabetes dapat mempengaruhi persepsi responden terhadap pentingnya pengelolaan penyakit secara mandiri (Ladini Srimelawan, 2021).

Hal ini diperkuat oleh (Kartini et al., 2022) teori Bloom tentang domain kognitif, yang menyatakan bahwa kemampuan seseorang untuk memahami dan mengevaluasi informasi dipengaruhi oleh tingkat pendidikannya. Dalam konteks ini, rendahnya pendidikan berkontribusi pada terbatasnya kemampuan mengenali gejala, memahami anjuran medis, dan menyadari risiko komplikasi (Nurita Ayu, Nova Rahmaya, 2025).

Hal tersebut sejalan dengan penelitian (Sari, 2020) yang mengatakan bahwa kesadaran diri berkaitan dengan adanya pengetahuan yang dimiliki dan kemauan individu untuk melakukan perubahan perilaku yang sehat mengenai diabetes melitus. Kemampuan dalam melakukan perubahan perilaku berhubungan dengan cara individu dalam memperbaiki cara pikirnya, keyakinan, dan mengenali perasaan. Penderita diabetes melitus yang sadar secara baik cenderung dapat mengenali emosi yang sedang dirasakan dan dialami. Jika emosi yang dirasakan tidak mampu dikendalikan, maka dapat mempengaruhi ketidakberhasilan manajemen perawatan diabetes melitus (Nur intan, 2024).

Berdasarkan hasil analisis kuesioner yang dilakukan oleh peneliti, sebagian responden memiliki tingkat kesadaran diri yang rendah. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh adanya masalah dalam mengenali kemampuan dirinya sendiri dan belum optimal dalam memahami emosi yang mereka rasakan. Kondisi ini dapat berdampak pada pengabaian terhadap perawatan penyakitnya. Selain itu, mereka juga cenderung memiliki kepercayaan diri yang rendah, sehingga lebih pasif atau bergantung pada orang lain dalam mengelola penyakit yang dideritanya.

Sebagian responden yang memiliki kesadaran diri baik menunjukkan bahwa mereka sudah mampu mengenali dan memahami emosinya. Hal ini sesuai dengan pendapat (Goleman, 2002) yang menyatakan bahwa kesadaran diri merupakan kemampuan untuk memahami emosi diri sendiri, yang kemudian akan mempengaruhi pengambilan keputusan dan tindakan. Karena itu, mereka tidak mudah terpengaruh rasa takut, cemas, atau malas dalam melakukan perawatan diri (*self-care*). Selain itu, responden dengan kesadaran diri yang baik juga cenderung mampu melakukan evaluasi diri secara tepat. Mereka menyadari kapan harus mengontrol pola makan, kapan harus melakukan pemeriksaan kesehatan, dan kapan harus menjaga diri dari risiko yang memperburuk kondisi kesehatannya. Menurut (Santrock, 2007), pengenalan diri yang akurat dan evaluasi diri yang positif berperan penting dalam pengelolaan diri sehari-hari. Dengan kemampuan tersebut, responden ini juga memiliki kepercayaan diri yang lebih baik dalam mengambil keputusan terkait perawatan dirinya.

Menurut peneliti kesadaran diri sangat penting bagi penderita Diabetes Mellitus karena jika kesadaran diri pasien baik maka pasien tersebut mudah untuk memotivasi dirinya agar lebih menjaga kesehatannya. Tidak hanya itu, kesadaran diri merupakan kemampuan seseorang dalam aspek kognitif agar dapat memahami kelebihan dan kekurangan dirinya sendiri. Hal ini sejalan dengan pendapat (Stuart & Sundeen, 2016) yang menyatakan bahwa kesadaran diri adalah proses di mana individu memahami diri sendiri secara mendalam, termasuk perasaan, pikiran, dan perilakunya, sehingga seseorang mampu mengarahkan diri untuk melakukan tindakan positif, termasuk dalam perawatan kesehatan. Individu dengan kesadaran diri baik akan mempunyai kemampuan dalam mengevaluasi, memonitor, serta dapat mengontrol diri.

### ***Self Care Management Penderita Diabetes Mellitus***

Berdasarkan tabel 5.7 diatas didapatkan jumlah responden sebanyak 45 responden dengan mayoritas memiliki *self care management* kurang sebanyak 20 responden (44,4%) dan minoritas *self care management* baik sebanyak 10 responden (22,2%).

Hasil penelitian sebagian besar penderita DM memiliki *self care management* yang kurang, dikarenakan pola makan yang tidak teratur seperti jarang melakukan perencanaan pola makan, sering mengonsumsi makanan yang mengandung lemak tinggi, dan sering memakan cemilan yang mengandung gula. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Istiyawanti et al., 2019) yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengaturan pola makan yang jarang atau tidak teratur. Hal ini berarti bahwa mereka tidak memiliki kebiasaan makan yang terstruktur, seperti makan pada waktu yang sama setiap hari, atau memilih makanan dengan nutrisi seimbang secara konsisten.

Dari hasil analisis kuesioner yang dilakukan oleh peneliti, beberapa responden diantaranya memiliki aktivitas fisik yang kurang, seperti jarang melakukan pekerjaan rumah seperti menyapu, mencuci, mengepel, dan lainnya selama 30 menit, serta mereka jarang melakukan latihan fisik khusus seperti jalan sehat atau bersepeda (Saragih et al., 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hidayah, 2019) hasil menunjukkan bahwa sebagian besar penderita DM memiliki aktivitas fisik yang kurang. Aktifitas fisik adalah salah satu pilar untuk pengelolaan DM. Salah satu penyebab meningkatnya kadar glukosa darah yaitu karena aktivitas fisik yang kurang. Seseorang yang memiliki aktivitas fisik yang kurang hal dapat berpengaruh terhadap sensitifitas insulin dan meningkatkan resiko terjadinya komplikasi (Basir et al., 2022).

Selain itu, beberapa responden memiliki aktivitas perawatan kaki yang kurang, dimana sebagian besar tidak memeriksa kaki mereka, tidak membersihkan sela-sela jari mereka setelah dicuci, serta menggunakan pelembab pada kaki. Sebagian dari mereka menggunakan alas kaki saat keluar rumah (N. U. R. H. Lubis, 2025). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Putri, 2017) hasil menunjukkan bahwa sebagian besar penderita tidak memeriksa bagian dalam sepatu sebelum digunakan dan tidak pernah menggunakan pelembab/ lotion. Tidak sedikit dari mereka juga tidak pernah memeriksa kakinya selama satu minggu terakhir. Hal ini juga didukung oleh penelitian (Hidayah, 2019) bahwa sebagian besar penderita tidak mengeringkan sela-sela jari setelah dicuci.

Sebagian responden juga tidak teratur dalam mengonsumsi obat-obatan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Lutfah, 2019) bahwa sebagian besar responden memiliki aktivitas minum obat yang kurang. Pengobatan berpengaruh secara langsung terhadap pengendalian kadar gula darah karena obat anti diabetes memiliki sifat seperti menurunkan resistensi insulin, meningkatkan sekresi insulin, menghambat glukoneogenesis, dan mengurangi absorpsi glukosa dalam usus halus (Basir et al., 2022).

*Self care* akan menjadi lebih baik ketika responden mengetahui pentingnya pemahaman tentang pengelolaan DM. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu usia (Saragih et al., 2022). Pada penelitian ini didapatkan sebagian besar responden berusia 45 – 54 tahun sebanyak 18 responden (40,0%) dan usia 55 – 64 tahun sebanyak 14 responden (31,3%). Menurut penelitian yang dilakukan (Wardiah & Emilia, 2018) dalam (Hanik, 2021) yang mengungkapkan bahwa kelompok individu yang memiliki usia lebih dari 45 tahun tergolong kelompok yang memiliki resiko tinggi terjadinya DM. Penelitian lain juga ditemukan bahwa usia sangat erat dengan angka kejadian DM, kelompok yang memiliki usia 51-60 tahun ke atas cenderung terjadinya kelemahan terhadap fisik dan penurunan mekanisme pertahanan dalam tubuh sehingga berpengaruh dalam pilihan gaya hidup kearah tidak sehat dimana hal tersebut akan memicu terjadinya komplikasi atau manifestasi gangguan diabetes melitus. Selain itu individu dengan usia berkisar 41-64 tahun memiliki resiko tinggi 6 kali lebih terjadinya DM dibandingkan dengan individu yang dengan kisaran usia 25 - 40 tahun (Desi et al., 2018).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 10 responden (22,2%) memiliki *self care management* yang baik. Hal ini dapat terlihat dari kemampuan mereka dalam mengontrol pola makan sesuai anjuran, melakukan aktivitas fisik meskipun belum rutin atau teratur, serta melakukan pemeriksaan gula darah secara mandiri ataupun ke fasilitas kesehatan secara

berkala. Mereka juga patuh dalam mengonsumsi obat sesuai anjuran dan melakukan perawatan kaki secara teratur, seperti menjaga kebersihan kaki, memeriksa adanya luka, serta menggunakan alas kaki yang sesuai untuk mencegah cedera.

Dari uraian diatas peneliti berpendapat bahwa meskipun beberapa responden sudah memiliki *self care management* baik, masih banyak dari mereka yang memiliki aktivitas *self care* yang kurang sebab hasil menunjukkan bahwa aktivitas pola makan dan minum obat mereka tidak teratur, aktivitas fisik dan perawatan kaki yang kurang, meskipun aktivitas monitoring gula darah mereka cukup namun hal yang memicu peningkatan gula darah mereka tidak terkontrol, sehingga meskipun mereka mengetahui kadar gula darah mereka dengan rutin mengecek namun mereka tidak melakukan upaya untuk tetap menjaga kadar gula darah dalam keadaan normal, dan ditambah lagi mereka memiliki pola hidup sehat yang kurang maka secara tidak langsung akan mempengaruhi dan memperburuk kondisi penderita. Hal ini diperkuat oleh Teori *Self Management of Chronic Illness* (Riegel et al., 2012) dalam (Kartika, 2020) yang menyebutkan bahwa *self management* adalah proses aktif yang mencakup *maintenance* (pemeliharaan kesehatan), *monitoring* (pengawasan kondisi), dan *management* (pengelolaan gejala). Penderita diabetes mellitus dituntut tidak hanya melakukan monitoring gula darah, tetapi juga menerapkan tindakan nyata untuk mengontrol faktor-faktor yang mempengaruhi kadar gula darah, seperti pengaturan diet dan aktivitas fisik. Jika salah satu aspek ini diabaikan, maka upaya pengendalian diabetes menjadi kurang efektif dan dapat memperburuk kondisi penderita. Oleh karena itu, pengembangan program intervensi berbasis edukasi, pendampingan, dan motivasi sangat penting agar penderita mampu menjalankan semua aspek *self care management* secara menyeluruh dan berkesinambungan.

### **Analisis Hubungan Dukungan Keluarga Dengan *Self Care Management* Pada Penderita Diabetes Mellitus**

Berdasarkan tabel 5.8 diatas menunjukkan bahwa responden yang memiliki *self care management* baik dengan dukungan keluarga baik sebanyak 7 responden (50%), *self care management* cukup mayoritas memiliki dukungan keluarga baik sebanyak 7 responden (50%), sedangkan yang memiliki *self care management* kurang dengan dukungan keluarga yang kurang sebanyak 12 responden (80%).

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji *spearman rank* menggunakan SPSS didapatkan hasil koefisien korelasi antara dukungan keluarga dan *self care management* sebesar 0.670 dengan  $p\text{-Value} < 0.001$ , sehingga  $\rho = 0.001 < \alpha = 0.05$ . Dari hasil Analisa tersebut dapat disimpulkan bahwa H1 diterima yang artinya ada hubungan dukungan keluarga dengan *self care management* pada penderita diabetes mellitus di Desa Karangbong Kabupaten Probolinggo. Sehingga variabel tersebut memenuhi syarat untuk dilakukan analisis multivariat.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Galuh & Prabawati, 2021) menyebutkan bahwa tingkat *self care management* dipengaruhi oleh dukungan keluarga. Semakin baik dukungan keluarga yang dirasakan, pasien merasa nyaman dan semakin baik pula *self care management* seseorang. Pasien dengan tingkat dukungan keluarga yang baik menunjukkan perilaku *self care management* yang baik. Fakta ini sejalan dengan teori Orem (2012), yang menyatakan bahwa kemampuan *self-care* sangat dipengaruhi oleh pengetahuan, motivasi, dan dukungan dari lingkungan sekitar.

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan *self care management* pada penderita diabetes mellitus, maka perlu dilakukan upaya yang terfokus pada peningkatan peran keluarga. Menurut (Friedman, 2010) keluarga merupakan sistem pendukung utama yang mampu memberikan motivasi, perhatian, dan pendampingan dalam menghadapi masalah kesehatan, terutama penyakit kronis seperti diabetes mellitus. Seperti yang kita ketahui keluarga merupakan salah satu orang yang paling dekat dengan pasien, jika terdapat dukungan dari keluarga maka pasien bisa mengontrol gula

darahnya dengan baik karena pasien merasa dipedulikan, diperhatikan dan dicintai. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga memainkan peran penting dalam meningkatkan manajemen diri pasien DM (Wahyu Puspitasari et al., 2024).

Berdasarkan uraian diatas peneliti berpendapat bahwa, Dukungan keluarga diyakini membantu penderita DM dalam menjalankan aspek-aspek *self care* seperti kepatuhan terhadap diet, konsumsi obat, olahraga, dan pemantauan gula darah. Ketika anggota keluarga memberikan dukungan emosional (seperti motivasi dan perhatian), informasional (pengetahuan dan arahan), serta instrumental (bantuan langsung dalam aktivitas harian), maka penderita cenderung merasa lebih dimengerti, tidak sendiri, dan lebih bertanggung jawab terhadap kesehatannya. Menurut (Wright & Leahey 2013) dalam (Suhailah et al., 2023), keluarga memiliki peran penting sebagai unit sistem pendukung kesehatan, terutama dalam penanganan penyakit kronis seperti diabetes mellitus. Keterlibatan keluarga dapat berfungsi sebagai *caregiver* informal yang memberikan dukungan emosional, informasional, dan instrumental. Dukungan ini tidak hanya meningkatkan motivasi pasien, tetapi juga berpengaruh langsung terhadap kepatuhan dan efektivitas manajemen diri penderita. Dengan demikian, intervensi yang efektif memerlukan kolaborasi antara penderita, keluarga, dan tenaga kesehatan. Program edukasi, pendampingan, dan dukungan emosional yang melibatkan keluarga menjadi salah satu strategi penting dalam meningkatkan manajemen diri penderita diabetes mellitus.

### **Analisis Hubungan Kesadaran Diri Dengan *Self Care Management* Pada Penderita Diabetes Mellitus**

Berdasarkan tabel 5.9 diatas menunjukkan bahwa responden yang memiliki *self care management* baik mayoritas dengan kesadaran diri baik sebanyak 7 responden (70%), *self care management* cukup mayoritas dengan kesadaran diri cukup sebanyak 11 responden (64,7%), sedangkan yang memiliki *self care management* kurang dengan kesadaran diri yang kurang sebanyak 17 responden (94,4%).

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji *spearman rank* menggunakan SPSS didapatkan hasil koefisien korelasi antara kesadaran diri dan *self care management* sebesar 0.833 dengan  $p$ -Value  $< 0.001$ , sehingga  $\rho = 0.001 < \alpha = 0.05$ . Dari hasil Analisa tersebut dapat disimpulkan bahwa H1 diterima yang artinya ada hubungan kesadaran diri dengan *self care management* pada penderita diabetes mellitus di Desa Karangbong Kabupaten Probolinggo. Sehingga variabel tersebut memenuhi syarat untuk dilakukan analisis multivariat.

Kesadaran diri disini diartikan sebagai kemampuan individu untuk menyadari kondisi tubuhnya, mengenali kebutuhan kesehatannya, serta memahami konsekuensi dari tindakan atau ketidakpatuhan terhadap pengobatan. Pasien DM dengan kesadaran diri akan memiliki informasi yang banyak tentang kondisinya. Membuatnya semakin produktif dalam arti mereka mampu mengendalikan kondisi DM tersebut agar dapat menjaga kesehatan tubuhnya (Haryanti, Erma Erfiana, 2023).

Hasil penelitian sebelumnya (Riyanto et al., 2022) menunjukkan bahwa peningkatan kesadaran diri melalui edukasi dan konseling mampu meningkatkan kepatuhan perawatan diri secara signifikan pada pasien DM. Oleh karena itu, peneliti meyakini bahwa kesadaran diri memiliki hubungan yang erat dengan perilaku *self care management*. Untuk meningkatkan kesadaran diri, perlu dilakukan intervensi edukasi kesehatan secara terstruktur, yang tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga mendorong penderita untuk melakukan refleksi diri dan memahami pentingnya *self care* dalam mencegah komplikasi. Hal ini sejalan dengan teori Health Belief Model (Becker, 1974) yang menyatakan bahwa kesadaran akan risiko penyakit dan persepsi terhadap manfaat pengelolaan diri dapat meningkatkan kepatuhan dalam berperilaku sehat.

Berdasarkan uraian diatas peneliti berpendapat bahwa, semakin tinggi kesadaran diri

seseorang, maka semakin tinggi pula kemampuannya dalam melakukan manajemen perawatan diri. Hal ini penting untuk mendorong pasien secara aktif mematuhi perawatan harian seperti menjaga pola makan, minum obat, olahraga, dan melakukan pemeriksaan kadar gula darah. Menurut Orem (2011) dalam teori *Self Care Deficit Nursing Theory (SCDNT)*, *self care* atau perawatan diri adalah aktivitas yang dilakukan individu secara sadar untuk mempertahankan kehidupan, kesehatan, dan kesejahteraan. Kemampuan *self care* seseorang sangat dipengaruhi oleh kesadaran diri, yaitu kesadaran atas kebutuhan fisik, emosional, dan kondisi kesehatannya. Semakin tinggi kesadaran diri, maka semakin kuat motivasi individu untuk melakukan perawatan diri secara mandiri. Sebaliknya, rendahnya kesadaran diri dapat menyebabkan perilaku abai terhadap anjuran pengobatan dan tindakan preventif, sehingga memperburuk kondisi kesehatan (Orem, 2011). Tanpa kesadaran diri yang baik, penderita diabetes cenderung akan mengabaikan anjuran medis dan menganggap perawatan sebagai sesuatu yang membebani, bukan sebagai kebutuhan.

### **Analisis Faktor Dominan Hubungan Dukungan Keluarga Dan Kesadaran Diri Terhadap *Self Care Management* Pada Penderita Diabetes Mellitus**

Berdasarkan tabel 5.11 hasil uji statistik dengan menggunakan uji korelasi *regresi logistik ordinal* menggunakan SPSS didapatkan hasil dukungan keluarga memiliki nilai signifikansi sebesar 0,79. Nilai tersebut lebih besar dari  $\alpha$  yakni  $0,079 > 0,05$  yang artinya tidak signifikan. Sedangkan variabel kesadaran diri signifikansinya lebih kecil dari pada nilai  $\alpha$  yakni  $0,001 < 0,05$  yang berarti kesadaran diri berpengaruh signifikan terhadap *self care management*. Yang artinya, variabel kesadaran diri lebih dominan terhadap *self care management* dengan nilai estimate sebesar 2.979, nilai  $p < 0.001$ , dan wald sebesar 17.435.

Hasil ini menunjukkan bahwa dalam konteks manajemen penyakit kronis seperti diabetes, faktor internal seperti kesadaran diri lebih menentukan daripada faktor eksternal seperti dukungan sosial. Pasien yang memiliki kesadaran diri tinggi cenderung lebih memahami pentingnya merawat dirinya sendiri, lebih disiplin dalam menerapkan pola hidup sehat, dan lebih bertanggung jawab terhadap pengobatan dan pencegahan komplikasi. Bahkan, meskipun seseorang mendapat dukungan dari keluarga, tanpa kesadaran diri yang memadai, perilaku *self care* tetap tidak akan optimal.

Hal ini sejalan dengan teori Goleman (2000), yang menyatakan bahwa kesadaran diri adalah fondasi utama dalam membentuk motivasi dan tanggung jawab pribadi terhadap kesehatan. Dalam model Health Promotion Model (Pender) yang menyebutkan bahwa faktor intrapersonal dan interpersonal saling memengaruhi dalam pembentukan perilaku sehat. Kesadaran diri dapat muncul lebih kuat ketika didukung oleh lingkungan keluarga yang suportif, dan sebaliknya, dukungan keluarga akan lebih efektif bila individu memiliki kemauan dari dalam untuk berubah.

Hasil penelitian (Lestari & Hidayah, 2021) menunjukkan bahwa meskipun dukungan keluarga penting dalam membentuk perilaku sehat, namun pengaruhnya tidak selalu signifikan ketika variabel psikologis individu seperti kesadaran diri turut diperhitungkan. Hal ini memperkuat gagasan bahwa intervensi peningkatan *self care management* tidak cukup hanya mengandalkan lingkungan eksternal, tetapi harus fokus pada penguatan kesadaran internal pasien. Jadi, meskipun dukungan keluarga penting dalam mendampingi dan memotivasi, perubahan perilaku ke arah pola hidup sehat sangat dipengaruhi oleh kesadaran diri individu. Dukungan keluarga dan kesadaran diri harus berjalan seimbang agar manajemen kesehatan dapat optimal.

Peneliti berpendapat bahwa dukungan keluarga dan kesadaran diri secara bersama-sama (simultan) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *self care management*. Dalam pendekatan multivariat, kedua variabel bebas ini diharapkan dapat saling melengkapi: dukungan keluarga berperan sebagai penguat eksternal, sementara kesadaran diri merupakan

penggerak internal dari perilaku kesehatan. Diperlukan juga pelatihan keterampilan *self care management*, seperti pengelolaan diet, aktivitas fisik, pemantauan gula darah, pengelolaan pengobatan, dan perawatan kaki. Melalui pelatihan ini, penderita dapat belajar membuat perencanaan kesehatan pribadi dan melakukan evaluasi mandiri. sebagaimana dijelaskan dalam teori *Self Regulation* (Baumeister & Vohs, 2016) bahwa pengelolaan diri dapat diperkuat dengan latihan pengendalian diri dan pembiasaan monitoring pribadi. Dalam implementasinya, peran tenaga kesehatan sangat penting sebagai fasilitator edukasi dan pembimbing, sementara keluarga berperan sebagai pendukung emosional yang membantu menjaga motivasi penderita dalam menjalani perawatan sehari-hari.

## SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa Hubungan Dukungan Keluarga dan Kesadaran Diri Terhadap *Self Care Management* Penderita Diabetes Mellitus Di Desa Kararabong Kabupaten Probolinggo, didapatkan kesimpulan sebagai berikut.

1. Dukungan keluarga pada penderita diabetes mellitus di Desa Karangbong Kabupaten Probolinggo yaitu mayoritas responden mendapat dukungan keluarga yang cukup sebanyak 16 responden (35,6%)
2. Kesadaran diri penderita diabetes mellitus di Desa Karangbong Kabupaten Probolinggo yaitu mayoritas memiliki kesadaran diri kurang sebanyak 18 responden (40,0%)
3. *Self care management* penderita diabetes mellitus di Desa Karangbong Kabupaten Probolinggo yaitu mayoritas memiliki perilaku *self care management* kurang sebanyak 20 responden (44,4%)
4. Ada hubungan antara dukungan keluarga dan *self care management* penderita diabetes mellitus di Desa Karangbong Kabupaten Probolinggo dengan nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,670 dan  $\rho = 0,001 < \alpha = 0,05$
5. Ada hubungan antara kesadaran diri dan *self care management* penderita diabetes mellitus di Desa Karangbong Kabupaten Probolinggo dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,833 dan  $\rho = 0,001 < \alpha = 0,05$ .
6. Hubungan kesadaran diri dengan *self care management* lebih dominan dibandingkan dengan dukungan keluarga, yaitu dengan nilai estimate sebesar 2.979, nilai  $p < 0.001$ , dan wald sebesar 17.435.

### Saran

#### Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan institusi pendidikan, khususnya program studi keperawatan, dapat memperkuat kurikulum pembelajaran yang berfokus pada promosi kesehatan berbasis perilaku dan peningkatan self awareness pasien kronis. Mahasiswa keperawatan perlu dibekali dengan keterampilan komunikasi reflektif, edukasi berbasis partisipatif, dan teknik pendekatan keluarga agar mereka mampu memberikan intervensi yang tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga transformatif bagi pasien dan keluarganya.

#### Bagi Profesi Perawat

Tenaga keperawatan di lapangan diharapkan dapat menjadi fasilitator perubahan perilaku dengan menekankan pentingnya kesadaran diri pasien sebagai inti dari manajemen penyakit kronis. Intervensi tidak hanya dilakukan melalui penyuluhan biasa, tetapi melalui pendampingan emosional, motivasional, dan refleksi mandiri pasien. Perawat juga disarankan untuk mengidentifikasi secara aktif dukungan sosial pasien, dan melibatkan keluarga sebagai bagian integral dalam perawatan jangka panjang.

#### Bagi Lahan Penelitian

Puskesmas dan pemerintah desa diharapkan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai dasar penguatan program pengelolaan penyakit tidak menular (PTM) di wilayah kerja. Perlu dibentuk program komunitas yang mendukung self care pasien DM secara berkelanjutan, misalnya melalui kelompok pendamping DM, kelas edukasi keluarga, dan program konseling terjadwal. Dengan pendekatan ini, pasien tidak hanya diberikan informasi, tetapi juga dibina secara sosial dan psikologis.

#### **Bagi Responden**

Diharapkan para penderita DM dapat mulai meningkatkan kesadaran diri terhadap kondisi kesehatannya secara aktif, tidak hanya mengandalkan keluarga atau tenaga kesehatan. Penderita perlu memahami bahwa pengelolaan DM bukan hanya tugas tenaga medis, tetapi merupakan tanggung jawab pribadi yang harus dijalankan dengan disiplin dan kesadaran. Mengikuti kegiatan edukasi, berdiskusi dengan sesama pasien, dan berkomitmen terhadap perawatan harian menjadi langkah penting yang bisa dilakukan

#### **Bagi Peneliti**

Perlu dilakukan penelitian lanjutan yang berhubungan dengan dukungan keluarga, kesadaran diri dan *self care management* diabetes mellitus sesuai trend issue yang ada saat ini.

#### **Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan studi lanjutan dengan pendekatan mixed methods (kuantitatif dan kualitatif), untuk mendapatkan gambaran yang lebih mendalam tentang dinamika psikologis dan sosial pasien. Penelitian selanjutnya juga dapat menambahkan variabel lain seperti motivasi diri, dukungan tenaga kesehatan, tingkat pengetahuan, atau spiritualitas pasien, serta melibatkan jumlah responden yang lebih besar dan lokasi yang lebih luas agar hasilnya lebih generalisabel.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Abduh, M., Alawiyah, T., Sirodj, G. A. R. A., & Afgani, M. W. (2023). Survey Design: Cross Sectional dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(1), 31–38. <https://doi.org/10.22437/jiituj.v5i1.12886>
- Adimuntja, N. P. (2020). Determinan Aktivitas Self-Care Pada Pasien Dm Tipe 2 Di Rsud Labuang Baji. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 4(1), 8–17. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v4i1.4483>
- Adu, M. D., Malabu, U. H., Malau-Aduli, A. E. O., Drovandi, A., & Malau-Aduli, B. S. (2020). Enablers and barriers to effective diabetes self-management: A multi-national investigation. *JMIR MHealth and UHealth*, 8(6), 1–22. <https://doi.org/10.2196/17802>
- Agniarahmah, A., Yulia, C., & Stevani, H. (2023). Keefektifan Media Ular Tangga Dalam Meningkatkan Self Awareness. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 8(1), 8–13.
- Ardiani, H. E., Permatasari, T. A. E., & Sugiatmi, S. (2021). Obesitas, Pola Diet, dan Aktifitas Fisik dalam Penanganan Diabetes Melitus pada Masa Pandemi Covid-19. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.24853/mjnf.2.1.1-12>
- Arief Jamaludin, E., Hartono, D., & Hamim, N. (2023). Hubungan dukungan keluarga dengan subjective well being pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Pakuniran Kabupaten Probolinggo. *JIK-MC Jurnal Ilmu Kesehatan Mandiri Cendekia*, 2(10), 255–265. <https://journal-mandiracendikia.com/jikmc>
- Association, A. D. (2010). Diagnosis and classification of diabetes mellitus. *Diabetes Care*, 33(SUPPL. 1). <https://doi.org/10.2337/dc10-S062>
- Bangun, A. V., Jatnika, G., & Herlina, H. (2020). Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Ilmu Keperawatan*

- Medikal Bedah*, 3(1), 66. <https://doi.org/10.32584/jikmb.v3i1.368>
- Basir, S. I., Paramatha, R. N., & Agustin, D. F. (2022). Self Care Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(2), 691–698. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Ceria Nurhayati, F. V. (2022). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Self Management Pada Pasien DM Tipe 2*. 1–23.
- Chamidy, A. N., Suryono, C. A., & Riniatsih, I. (2020). Analisis Multivariat Untuk Melihat Hubungan Jenis Sedimen Terhadap Jenis Lamun. *Journal of Marine Research*, 9(1), 94–98. <https://doi.org/10.14710/jmr.v9i1.26686>
- Despitasari, L., & Sastra, L. (2020). Faktor-Faktor Internal Yang Mempengaruhi Self Care Management Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Poli Klinik Khusus Penyakit Dalam Rsup Dr. M. Djamil Padang. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 3(1), 54–65. <https://doi.org/10.36984/jkm.v3i1.73>
- Dewi, E. R. (2024). *JURNAL KEPERAWATAN: ASUHAN KEPERAWATAN PASIEN DIABETES MELLITUS : LITERATUR*. 7, 18644–18648.
- Dhonna, A. (2022). *Buku Ajar METODELOGI PENELITIAN KESEHATAN*.
- Dwiputra, apriandi hari. (2023). *hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stress pada penderita diabetes mellitus tipe II*.
- Eka Santi, P. A. (2024). *HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN SELF-CARE MANAGEMENT PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI PUSKESMAS BARENG KOTA MALANG. I*, 1–19.
- Erida Silalahi, L., Prabawati, D., & Priyo Hastono, S. (2021). Efektivitas Edukasi Self-Care Terhadap Perilaku Manajemen Diri pada Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Puskesmas Sukapura Jakarta. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 4(1), 15–22. <https://doi.org/10.56338/mppki.v4i1.1385>
- Ernawati, E., & Rahmawati, D. (2024). Pengaruh Pengetahuan, Sikap dan Dukungan Keluarga terhadap Prilaku Perawatan Diri (Self Care) pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Cilegon. *Edu Dharma Journal: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 8(1), 105. <https://doi.org/10.52031/edj.v8i1.756>
- Faida, A. N., & Santik, Y. D. P. (2020). Kejadian Diabetes Melitus Tipe I pada Usia 10-30 Tahun. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 4(1), 33–42.
- Fauziah Maqbullah, S. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Efikasi Diri Penderita Tuberculosis Multidrug Resistant (TB-MDR) Di Poli TB RO Cempaka UOBK RSUD R Syamsudin SH. *Jurnal Health Society*, 12(2), 72–85. <https://doi.org/10.62094/jhs.v12i2.106>
- Fira Veronika. (2021). *HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN TINGKAT STRES DENGAN SELF MANAGEMENT PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS SUKODONO*. 6.
- Fitriani Nasution, Andilala, A. A. S. (2021). Faktor resiko kejadian diabetes mellitus. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14. [http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484\\_SISTEM\\_PEMBETUNGAN\\_TERPUSAT\\_STRATEGI\\_MELESTARI](http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI)
- Galuh, L., & Prabawati, D. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Self-Management dan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes. *Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Self\_Management Dan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes*, 9(1), 49–55.
- Handriana, I., & Hijriani, H. (2020). Gambaran Self-Care Management pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Majalengka. *Prosiding Senantis*, 1(1), 1189–1194.



Hanik, U. (2021). *HUBUNGAN USIA DENGAN SELF CARE PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI PUSKESMAS TLOGOSARI KULON SEMARANG.*

Hartono, D. (2019). Hubungan Self Care Dengan Komplikasi Diabetes Mellitus Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Poli Penyakit Dalam Rsud Dokter Mohamad Saleh Kota Probolinggo. *Journal of Nursing Care & Biomolecular*, 4(2), 2019–2111.