

**HUBUNGAN SELF EFFICACY DAN DUKUNGAN KELUARGA
DENGAN SELF CARE PADA PENDERITA DIABETES
MELITUS TIPE II DI PUSKESMAS OESAPA
KOTA KUPANG**

Fitrian Rusnah^{1*}, Yendris K. Syamruth², Maria M. Dwi Wahyuni³, Pius Weraman⁴

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa
Cendana^{1,2,3,4}

*Corresponding Author : rosnafitry@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes melitus adalah gangguan metabolismik yang ditandai dengan tingginya kadar gula dalam darah yang disebut hiperglikemia dengan gangguan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein. Menurut IDF tahun 2021, tercatat sebanyak 537 juta orang dewasa umur 20-79 tahun menderita diabetes di seluruh dunia. Penderita diabetes perlu melakukan *self care* dalam kehidupan sehari-hari untuk mengontrol glukosa darah dan mencegah terjadinya komplikasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dan dukungan keluarga dengan *self care* pada penderita diabetes melitus tipe II di Puskesmas Oesapa Kota Kupang. Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh penderita diabetes melitus tipe II di Puskesmas Oesapa dengan jumlah 317 orang. Teknik sampling menggunakan *simple random sampling* dengan sampel berjumlah 120 orang. Data dianalisis menggunakan uji Korelasi Spearman dengan signifikansi $\alpha=0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self efficacy* dan dukungan keluarga berhubungan dengan *self care* yaitu dimensi *level* ($p=0,001$) dengan nilai $r=0,310$, dimensi *strength* ($p=0,007$) dengan nilai $r=0,243$, dimensi *generality* ($p=0,000$) dengan nilai $r=0,586$, dukungan emosional ($p=0,013$) dengan nilai $r=0,225$, dukungan penghargaan ($p=0,001$) dengan nilai $r=0,302$, dukungan instrumental ($p=0,000$) dengan nilai $r=0,679$, dan dukungan informasi ($p=0,019$) dengan nilai $r=0,213$. Diharapkan petugas puskesmas dapat merancang program edukasi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan penderita diabetes tentang pentingnya melakukan *self care* dalam mendukung perbaikan penyakitnya.

Kata kunci : diabetes melitus, dukungan keluarga, *self care*, *self efficacy*

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a metabolic disorder characterized by high blood sugar levels, known as hyperglycemia, along with disturbances in carbohydrate, fat, and protein metabolism. According to the IDF in 2021, there are 537 million adults aged 20-79 years suffering from diabetes worldwide. Diabetes patients need to engage in self care in their daily lives to control blood glucose levels and prevent complications. This study aims to investigate the relationship between self efficacy and family support with self care in patients with type II diabetes mellitus at Puskesmas Oesapa, Kupang City. This research is an observational analytical study with a cross sectional design. The population consists of all type II diabetes mellitus patients at Puskesmas Oesapa, totaling 317 individuals. Sampling was conducted using simple random sampling, resulting in a sample size of 120 individuals. Data were analyzed using the Spearman Correlation test with a significance level of $\alpha=0,05$. The results indicate that self efficacy and family support are related to self care in various dimensions: level dimension ($p=0,001$) with $r=0,310$, strength dimension ($p=0,007$) with $r=0,243$, generality dimension ($p=0,000$) with $r=0,586$, emotional support ($p=0,013$) with $r=0,225$, appraisal support ($p=0,001$) with $r=0,302$, instrumental support ($p=0,000$) with $r=0,679$, and informational support ($p=0,019$) with $r=0,213$. It is expected that health workers at the health center can design effective educational programs to enhance patients' knowledge about the importance of self care in managing their condition.

Keywords : diabetes mellitus, family support, *self care*, *self efficacy*

PENDAHULUAN

Diabetes melitus adalah gangguan metabolismik yang ditandai dengan tingginya kadar gula dalam darah yang disebut hiperglikemia dengan gangguan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein (Purnama & Sari, 2019). Diabetes memiliki 2 tipe yakni diabetes melitus tipe 1 yang merupakan hasil dari reaksi autoimun terhadap protein sel pulau pankreas, kemudian diabetes tipe 2 yang disebabkan oleh kombinasi faktor genetik yang berhubungan dengan gangguan sekresi insulin, resistensi insulin dan faktor lingkungan seperti obesitas, makan berlebihan, kurang berolahraga, stres, dan penuaan (Lestari et al., 2021). Gejala yang muncul ketika seseorang menderita diabetes melitus yaitu sering buang air kecil, sering lapar, sering haus, dan penurunan berat badan tanpa sebab yang jelas (Febrinasari et al., 2020).

Data IDF tahun 2021, tercatat sebanyak 537 juta orang dewasa yakni umur 20-79 tahun menderita diabetes di seluruh dunia (IDF, 2021). Berdasarkan Riskesdas tahun 2018, prevalensi penderita diabetes melitus usia ≥ 15 tahun yaitu dari 6,9% di tahun 2013 menjadi 8,5% di tahun 2018 (Kemenkes RI, 2018). Jumlah penderita DM Provinsi NTT tahun 2021 sebanyak 28.413 kasus dan tertinggi terjadi di Kota Kupang dengan kasus sebanyak 5.007 kasus. Tingginya angka prevalensi diabetes melitus secara tidak langsung juga akan meningkatkan komplikasi yang diakibatkan oleh penyakit tersebut. Dalam mencegah komplikasi yang terjadi pada penderita diabetes maka perlu dilakukan perawatan diri secara mandiri dalam kehidupan sehari-hari, yang meliputi pengaturan pola makan, latihan fisik, monitoring gula darah, minum obat, dan perawatan kaki.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *self care* diabetes melitus yaitu *self efficacy* dan dukungan keluarga. *Self efficacy* pada penderita diabetes melitus berfokus pada keyakinan diri untuk melakukan perilaku yang dapat mendukung perbaikan penyakitnya. Apabila seseorang memiliki *self efficacy* yang baik, maka pasien diabetes akan mampu melaksanakan aktivitas *self care* dengan baik juga (Kartini et al., 2023). *Self efficacy* dalam teori Bandura (1997) terbagi menjadi tiga dimensi yaitu dimensi *level*, dimensi *strength*, dan dimensi *generality*. Penderita diabetes melitus yang menguasai ketiga dimensi tersebut dapat memberikan kepuasan dalam melakukan *self care* diabetes. Dukungan keluarga berperan penting dalam pengobatan dan perawatan penderita diabetes melitus. Dukungan keluarga adalah sebuah sikap dan tindakan penerimaan yang diberikan keluarga kepada anggota keluarganya, berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi (Saputri et al., 2019). Keluarga yang baik dapat mendukung penderita diabetes untuk patuh melakukan perawatan diri. Keluarga juga membantu dalam perubahan gaya hidup penderita menjadi lebih baik sehingga kadar gula darah tetap berada dalam rentang normal.

Puskesmas Oesapa merupakan salah satu dari 11 puskesmas yang tertempat di Kota Kupang. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Kupang, Puskesmas Oesapa selalu menduduki peringkat pertama kasus diabetes melitus dari tahun 2019-2022, dengan rincian kasus yaitu pada tahun 2019 sebanyak 881 kasus, tahun 2020 sebanyak 916 kasus, tahun 2021 sebanyak 989 kasus dan tahun 2022 sebanyak 879 kasus. Data rekam medik Puskesmas Oesapa pada bulan Januari-Agustus 2023 jumlah kasus diabetes melitus sebanyak 394 kasus, dengan rincian kasus diabetes melitus tipe 2 sebanyak 317 kasus dan tipe 1 sebanyak 77 kasus. Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa kepada 10 orang penderita DM tipe II, didapatkan hasil 8 orang memiliki kebiasaan makan kurang baik, 6 orang kurang berolahraga, 6 orang tidak rutin memeriksa gula darah, 7 orang tidak rutin minum obat, dan 7 orang tidak melakukan perawatan kaki secara rutin.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dan dukungan keluarga dengan *self care* pada penderita diabetes melitus tipe II di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian analitik observasional dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Lokasi penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang pada bulan juni-juli 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah semua penderita DM tipe II di wilayah kerja puskesmas oesapa pada bulan januari-agustus 2023 yang berjumlah 317 penderita. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 120 responden dengan teknik pengambilan sampling yaitu *Simple Random Sampling*. Data dikumpulkan secara langsung dengan cara wawancara menggunakan kuesioner *self efficacy*, HDFSS dan SDSCA. Analisis data meliputi univariat untuk melihat distribusi frekuensi dan persentase karakteristik subjek penelitian. Analisis bivariat untuk melihat hubungan antara *self efficacy* dan dukungan keluarga dengan *self care* menggunakan uji Korelasi Spearman dengan tingkat signifikansi $p\text{-value} > 0,05$. Penyajian data dalam penelitian ini yaitu penyajian dalam bentuk tabel dan dijelaskan dalam bentuk narasi singkat.

HASIL**Karakteristik Responden****Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa**

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Umur		
35-39	8	6,7
40-44	12	10,0
45-49	18	15,0
50-54	18	15,0
55-59	20	16,7
≥ 60	44	36,6
Jenis Kelamin		
Laki-laki	49	40,8
Perempuan	71	59,2
Pendidikan		
Tidak Sekolah	4	3,3
SD	35	29,2
SMP	22	18,3
SMA	38	31,7
Perguruan Tinggi	21	17,5
Lama Menderita		
< 5 Tahun	50	41,7
≥ 5 Tahun	70	58,3

Berdasarkan tabel 1 distribusi responden menunjukkan kelompok umur terbanyak berada pada kategori usia 60 tahun ke atas dengan jumlah 44 responden (36,6%). Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (59,2%), pendidikan terakhir SMA (31,7%), dan paling banyak menderita diabetes ≥ 5 tahun (58,3%).

Analisis Univariat**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan *Self Efficacy* di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang**

<i>Self Efficacy</i>	Frekuensi (n)	Percentase (%)
Dimensi Level (Tingkat)		
Kurang	51	42,5
Cukup	46	38,3
Baik	23	19,2
Dimensi Strength (Kekuatan)		
Kurang	37	30,8
Cukup	51	42,5
Baik	32	26,7
Dimensi Generality (Keluasan)		
Kurang	61	50,8
Cukup	43	35,8
Baik	16	13,3

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan *self efficacy* pada dimensi *level* tertinggi berada pada kategori kurang yaitu sebanyak 51 responden (42,5%). Dimensi *strength* tertinggi berada pada kategori cukup yaitu 51 responden (42,5%) dan dimensi *generality* tertinggi berada pada kategori kurang yaitu 61 responden (50,8%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang

Dukungan Keluarga	Frekuensi (n)	Percentase (%)
Dukungan Emosional		
Kurang	38	31,7
Cukup	49	40,8
Baik	33	27,5
Dukungan Penghargaan		
Kurang	49	40,8
Cukup	41	34,2
Baik	30	25,0
Dukungan Instrumental		
Kurang	52	43,3
Cukup	43	35,8
Baik	25	20,8
Dukungan Informasi		
Kurang	39	32,5
Cukup	45	37,5
Baik	36	30,0

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dukungan emosional tertinggi berada pada kategori cukup yaitu sebanyak 49 responden (40,8%). Dukungan penghargaan tertinggi berada pada kategori kurang yaitu 49 responden (40,8%) dan dukungan instrumental tertinggi berada pada kategori kurang yaitu 52 responden (43,3%), serta dukungan informasi tertinggi berada pada kategori cukup yaitu 45 responden (37,5%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan *Self Care* di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang

<i>Self Care</i>	Frekuensi (n)	Percentase (%)
Kurang	57	47,5
Cukup	40	33,3
Baik	23	19,2

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa *self care* responden tertinggi berada pada kategori kurang yaitu sebanyak 57 responden (47,5%), sedangkan terendah berada pada kategori baik yaitu sebanyak 23 responden (19,2%).

Analisis Bivariat

Tabel 5. Hubungan Dimensi *Level*, Dimensi *Strength* dan Dimensi *Generality* dengan *Self Care* pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Oesapa Kota Kupang

Variabel <i>Self Efficacy</i>	<i>Self Care</i>						Total	p-value	Nilai Korelasi (r)
	Kurang		Cukup		Baik				
	n	%	N	%	n	%	n	%	
Dimensi <i>Level</i>									
Kurang	34	66,7	12	23,5	5	9,8	51	100	0,001 0,310
Cukup	17	37,0	15	32,6	14	30,4	46	100	
Baik	6	26,1	13	56,5	4	17,4	23	100	
Dimensi <i>Strength</i>									
Kurang	24	64,9	9	24,3	4	10,8	37	100	0,007 0,243
Cukup	22	43,1	19	37,3	10	19,6	51	100	
Baik	11	34,4	12	37,5	9	28,1	32	100	
Dimensi <i>Generality</i>									
Kurang	47	77,0	7	11,5	7	11,5	61	100	0,000 0,586
Cukup	8	18,6	32	74,4	3	7,0	43	100	
Baik	2	12,5	1	6,3	13	81,3	16	100	

Hasil penelitian pada tabel 5 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki ketiga dimensi *self efficacy* dalam kategori kurang dengan perawatan diri yang kurang. Hal ini dapat dilihat dari 51 responden dengan dimensi *level* kurang terdapat 34 responden (66,7%) yang memiliki *self care* dalam kategori kurang, dan dari 37 responden dengan dimensi *strength* kurang terdapat 24 responden (64,9%) yang memiliki *self care* dalam kategori kurang. Kemudian dari 61 responden dengan dimensi *generality* kurang terdapat 47 responden (77%) yang memiliki *self care* dalam kategori kurang.

Hasil uji statistik menggunakan Korelasi Spearman menunjukkan adanya hubungan antara dimensi *level*, dimensi *strength*, dan dimensi *generality* dengan *self care* pada penderita diabetes melitus tipe II di Puskesmas Oesapa Kota Kupang. Pada dimensi *level* didapatkan *p-value* = 0,001 dengan nilai *r* = 0,310 (korelasi rendah), dimensi *strength* *p-value* = 0,007 dengan nilai *r* = 0,243 (korelasi rendah), dan dimensi *generality* *p-value* = 0,000 dengan nilai *r* = 0,586 (korelasi sedang). Nilai *correlation coefficient* (*r*) ketiga dimensi *self efficacy* bernilai positif, maka hubungan kedua variabel searah yang artinya semakin meningkat dimensi *level*, dimensi *strength* dan dimensi *generality* maka semakin meningkat juga *self care* pada penderita diabetes melitus tipe II.

Tabel 6. Hubungan Dukungan Emosional, Penghargaan, Instrumental dan Informasi dengan *Self Care* pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Oesapa Kota Kupang

Variabel Dukungan Keluarga	Self Care						Total	p-value	Nilai Korelasi (r)			
	Kurang		Cukup		Baik							
	n	%	n	%	n	%						
Dukungan Emosional												
Kurang	24	63,2	13	34,2	1	2,6	38	100	0,013			
Cukup	21	42,9	12	24,5	16	32,7	49	100				
Baik	12	36,4	15	45,5	6	18,2	33	100				
Dukungan Penghargaan												
Kurang	32	65,3	13	26,5	4	8,2	49	100	0,001			
Cukup	13	31,7	21	51,2	7	17,1	41	100				
Baik	12	40,0	6	20,0	12	40,0	30	100				
Dukungan Instrumental												
Kurang	46	88,5	4	7,7	2	3,8	52	100	0,000			
Cukup	5	11,6	34	79,1	4	9,3	43	100				
Baik	6	24,0	2	8,0	17	68,0	25	100				
Dukungan Informasi												
Kurang	23	59,0	14	35,9	2	5,1	39	100	0,019			
Cukup	24	53,3	4	8,9	17	37,8	45	100				
Baik	10	27,8	22	61,1	4	11,1	36	100				

Hasil penelitian pada tabel 6 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki dukungan emosional, dukungan penghargaan dan dukungan instrumental yang kurang dengan perawatan diri yang kurang dan pada dukungan informasi responden paling banyak memiliki dukungan informasi yang cukup tetapi perawatan diri dalam kategori kurang. Hal ini dapat dilihat dari 38 responden dengan dukungan emosional kurang terdapat 24 responden (63,2%) yang memiliki *self care* dalam kategori kurang, dan dari 49 responden dengan dukungan penghargaan kurang terdapat 32 responden (65,3%) yang memiliki *self care* dalam kategori kurang. Kemudian dari 52 responden dengan dukungan instrumental kurang terdapat 46 responden (88,5%) yang memiliki *self care* dalam kategori kurang, serta dari 45 responden dengan dukungan informasi cukup terdapat 24 responden (53,3%) yang memiliki *self care* dalam kategori kurang.

Hasil uji statistik menggunakan Korelasi Spearman menunjukkan adanya hubungan antara dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informasi dengan *self care* pada penderita diabetes melitus tipe II di Puskesmas Oesapa Kota Kupang. Pada dukungan emosional didapatkan nilai *p-value* = 0,013 dengan nilai *r* = 0,225 (korelasi rendah), dukungan penghargaan *p-value* = 0,001 dengan nilai *r* = 0,302 (korelasi rendah), dukungan instrumental *p-value* = 0,000 dengan nilai *r* = 0,679 (korelasi kuat), dan dukungan informasi *p-value* = 0,019 dengan nilai *r* = 0,213 (korelasi rendah). Nilai *correlation coefficient* (*r*) keempat variabel dukungan keluarga bernilai positif, maka hubungan kedua variabel searah yang artinya semakin meningkat dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informasi maka semakin meningkat juga *self care* pada penderita diabetes melitus tipe II.

PEMBAHASAN

Dimensi *level* adalah tingkat dimana seorang individu merasa yakin akan kemampuannya untuk menyelesaikan tugas dengan tingkat kesulitan yang berbeda-beda (Bandura, 1997). Seseorang dengan persepsi *self efficacy* yang kuat akan menganggap tugas-tugas sulit sebagai tantangan yang harus dikuasai, serta mampu mengatur diri sendiri dan mempertahankan komitmen yang kuat (Tresnawan & Karida, 2022). Pada penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara dimensi *level* dengan *self care* pada penderita diabetes melitus di Puskesmas Oesapa Kota Kupang ($p = 0,001$; $r = 0,310$). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Alisa et al (2020) yang menunjukkan adanya hubungan antara efikasi diri dengan manajemen diri DM tipe II di Puskesmas Andalas Kota Padang dengan nilai *p-value* = 0.017 ($P \leq 0.05$).

Data di lapangan menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki dimensi *level* kurang dengan *self care* yang kurang. Peneliti berasumsi bahwa kurangnya dimensi *level* dalam penelitian ini disebabkan oleh ketidakmampuan responden dalam mengatasi kesulitan atau hambatan yang muncul pada proses perawatan dirinya. Responden kurang komitmen dalam menjaga pola hidup sehat ketika menghadapi tantangan sehingga hal ini dapat mempengaruhi perawatan diri responden. Hal ini didukung dengan hasil kuesioner yang menunjukkan banyak responden kurang yakin mampu mengatasi kesulitan dalam mengikuti pola makan sehat saat berada di tempat pesta/di luar rumah dan kurang yakin mampu menahan diri dalam mengonsumsi makanan atau minuman yang mengandung tinggi gula ketika menghadiri acara sosial.

Dimensi *strength* berfokus pada keyakinan seseorang terhadap kekuatan dan ketekunannya dalam menyelesaikan tugas tertentu. Dimensi ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya. Pengharapan yang lemah mudah digoyahkan oleh pengalaman yang tidak mendukung. Sebaliknya, pengharapan yang baik mendorong individu tetap bertahan dalam usahanya (Bandura, 1997). Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan antara dimensi *strength* dengan *self care* pada penderita diabetes melitus di Puskesmas Oesapa Kota Kupang ($p = 0,007$; $r = 0,243$). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Despitasari et al (2022) yang menunjukkan adanya hubungan antara *self efficacy* dengan *self care* pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Andalas dengan nilai *p-value* = 0.004 ($p \leq 0.05$).

Data di lapangan menunjukkan mayoritas responden memiliki dimensi *strength* kurang dengan *self care* yang kurang. Menurut peneliti dimensi *strength* yang kurang disebabkan karena rendah keyakinan responden akan pentingnya melakukan *self care* dalam membantu meningkatkan kesehatan responden. Hal ini didukung dengan hasil kuesioner yang menunjukkan banyak responden kurang yakin memeriksa gula darah dapat membantu menjaga kestabilan gula darah responden dan kurang yakin dengan rutin minum obat atau suntik insulin dapat meningkatkan kesehatan responden. Alasan responden tidak rutin minum obat/suntik insulin karena persediaan obat telah habis, tidak ada yang membantu membeli obat, dan lupa meminumnya.

Dimensi *generality* menilai rentang keyakinan individu terhadap kemampuannya melakukan aktivitas secara luas atau hanya terbatas pada domain tertentu. Individu dengan efikasi diri yang tinggi akan mampu menguasai beberapa bidang sekaligus untuk menyelesaikan suatu tugas (Bandura, 1997). Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan antara dimensi *generality* dengan *self care* pada penderita diabetes melitus di Puskesmas Oesapa Kota Kupang ($p = 0,000$; $r = 0,586$). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Manuntung (2020) yang menunjukkan adanya hubungan antara efikasi diri dan perawatan diri diabetes dengan *p-value* = 0,030 dan nilai $r = 17,007$. Maka dari itu, efikasi diri berperan penting dalam pelaksanaan perawatan diri diabetes, dimana pasien yang memiliki efikasi diri yang tinggi dalam menjalankan anjuran tenaga kesehatan cenderung dapat mempertahankan

kadar glukosa darah dalam batas normal yang merupakan target utama perawatan diri (Sriwahyuni et al., 2021).

Data di lapangan menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki dimensi *generality* kurang dengan *self care* yang kurang. Kurangnya dimensi *generality* disebabkan karena responden yang tidak mampu memotivasi penderita lain agar selalu menjaga pola hidup sehat. Beberapa responden tidak mampu memberikan motivasi untuk mengecek gula darah secara mandiri di rumah karena tidak memiliki alat tersebut, biasanya responden langsung mengecek di fasilitas kesehatan. Responden juga tidak mampu memotivasi penderita lain untuk rutin berolahraga. Responden beraktivitas fisik hanya sebatas pekerjaan atau aktivitas di rumah dan hanya beberapa yang berolahraga seperti senam dan jalan pagi/sore. Menurut peneliti, dimensi *generality* sangat penting bagi penderita diabetes karena seseorang yang memiliki dimensi *generality* yang baik akan mampu memberikan paparan yang positif bagi orang lain yang ada disekitarnya atau mampu menjadi motivator bagi penderita lainnya agar selalu menjaga pola makan, rutin berolahraga, minum obat teratur, serta melakukan perawatan pendukung lainnya.

Dukungan emosional merupakan dukungan yang melibatkan ekspresi empati, kepedulian, perhatian dari orang lain kepada individu serta memberikan perasaan nyaman, kepastian, kepemilikan dan dicintai saat mengalami tekanan (Sarafino, 1998). Maka dari itu, seseorang yang mengalami berbagai persoalan atau masalah merasa dirinya tidak menanggung beban sendiri tetapi masih ada orang lain yang memperhatikan, mau mendengar keluhannya dan mau membantu memecahkan masalah yang dihadapinya. Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan antara dukungan emosional dengan *self care* pada penderita diabetes melitus tipe II di Puskesmas Oesapa Kota Kupang ($p = 0,013$; $r = 0,225$). Hal ini sejalan dengan penelitian Heriyanti et al (2020) yang menunjukkan adanya hubungan antara dukungan emosional dengan *self care* ($p\text{-value} = 0,001 < 0,05$).

Data di lapangan menunjukkan responden paling banyak mendapatkan dukungan emosional kurang dengan *self care* yang kurang. Hal ini terlihat dari keluarga yang jarang mengerti responden saat mengalami masalah yang berhubungan dengan diabetes. Responden mengalami masalah seperti sering buang air kecil pada malam hari sehingga mengganggu tidurnya serta kaki yang mudah kering dan luka. Selain itu, keluarga juga jarang mengerti perasaan yang dirasakan responden. Beberapa responden merasa stres dengan penyakit yang diderita karena setiap hari harus mengikuti pola hidup sehat dan mengonsumsi obat diabetes. Menurut peneliti, dukungan emosional yang kurang disebabkan karena kurangnya komunikasi penderita dengan anggota keluarga sehingga keluarga tidak sepenuhnya memahami perasaan atau masalah yang dialami penderita.

Dukungan penghargaan merupakan ungkapan penghargaan positif kepada seseorang berupa pernyataan setuju, dorongan maju dan penilaian positif terhadap ide-ide, pendapat perasaan dan performa seseorang (Sarafino, 1998). Dukungan ini juga sebagai bentuk penerimaan dan penghargaan terhadap keberadaan seseorang dalam segala kekurangan serta kelebihan yang dimiliki. Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan antara dukungan penghargaan dengan *self care* pada penderita DM tipe II di Puskesmas Oesapa Kota Kupang ($p = 0,001$; $r = 0,302$). Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Nurti et al (2019) yang menunjukkan adanya hubungan antara dukungan penghargaan dengan perilaku pengaturan diet pada penderita DM di wilayah kerja Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang dengan nilai $p = 0,000 < (\alpha = 0,05)$.

Data di lapangan menunjukkan responden paling banyak mendapatkan dukungan penghargaan kurang dengan *self care* yang kurang. Beberapa responden mengaku keluarga tidak pernah mendorong untuk memeriksakan gigi dan mata ke dokter. Menurut peneliti keluarga tidak pernah memberikan dukungan tersebut karena keluarga tidak mengetahui bahwa gigi dan mata merupakan komplikasi yang dapat ditimbulkan dari penyakit diabetes. Oleh karena itu, peran petugas kesehatan sangat penting dalam memberikan edukasi kepada pasien

dan keluarga pasien tentang komplikasi yang dapat muncul dari penyakit diabetes, sehingga diharapkan keluarga mempunyai sikap untuk lebih mendorong pasien diabetes untuk rutin memeriksakan mata dan gigi ke dokter dalam menghindari komplikasi diabetes.

Dukungan instrumental merupakan suatu dukungan atau bantuan penuh keluarga dalam bentuk tenaga, dana, maupun menyediakan waktu untuk melayani dan mendengarkan keluarga yang sakit dalam menyampaikan perasaannya (Friedman, 1998). Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan antara dukungan instrumental dengan *self care* pada penderita diabetes melitus di Puskesmas Oesapa Kota Kupang ($p = 0,000$; $r = 0,679$). Hal ini sejalan dengan penelitian Heriyanti et al (2020) yang menunjukkan adanya hubungan antara dukungan instrumental dengan *self-care* pada lansia dengan diabetes melitus tipe 2 ($p\text{-value} = 0,001 < 0,05$). Dukungan instrumental yang baik merupakan salah satu faktor yang dapat membantu penderita DM untuk patuh menjalani *self care* diabetes. Sebaliknya, jika dukungan yang diterima kurang maka akan berpengaruh pada kepatuhan penderita DM dalam melakukan *self care*.

Data di lapangan menunjukkan responden paling banyak mendapatkan dukungan instrumental kurang dengan *self care* yang kurang. Beberapa responden tidak pernah mendapatkan bantuan dari keluarga untuk berolahraga dan keluarga responden juga jarang membantu membayar pengobatan diabetes sehingga menyebabkan kebutuhan responden dalam mengelola diabetes tidak terpenuhi. Menurut asumsi peneliti kurangnya dukungan instrumental disebabkan karena anggota keluarga yang memiliki berbagai kesibukan terutama faktor pekerjaan sehingga tidak memiliki waktu membantu pasien dalam melakukan perawatan diabetes serta faktor ekonomi keluarga yang kurang memadai. Penelitian Rohmawati & Aini (2023) menyatakan bahwa pasien diabetes dari keluarga dengan perekonomian menengah ke bawah cenderung mendapatkan perhatian yang kurang karena anggota keluarga lebih fokus pada pemenuhan kebutuhan ekonomi.

Dukungan informasi merupakan suatu dukungan atau bantuan yang diberikan keluarga dalam bentuk memberikan saran, nasehat atau arahan, serta memberikan informasi-informasi penting yang dibutuhkan keluarga yang sakit dalam upaya meningkatkan status kesehatannya (Friedman, 2010). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa adanya hubungan antara dukungan informasi dengan *self care* pada penderita diabetes melitus di Puskesmas Oesapa Kota Kupang ($p = 0,019$; $r = 0,213$). Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Rahmawati et al (2018) yang menunjukkan adanya hubungan antara dukungan informasi dengan *self-care* klien DM Tipe 2 di Ambarketawang Sleman Yogyakarta dengan nilai $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ dan nilai $r = 0,749$. Dukungan informasi yang diberikan keluarga merupakan salah satu bentuk fungsi perawatan kesehatan keluarga. Keluarga memberikan informasi terkait penyakit DM, komplikasi dan pengelolaannya kepada pasien akan menambah pengetahuan pasien sehingga dengan adanya pengetahuan dapat merubah perilaku dan meningkatkan motivasinya dalam menjalankan *self care*.

Data di lapangan menunjukkan bahwa dukungan informasi yang diberikan keluarga kepada responden masih kurang. Responden mengungkapkan bahwa keluarganya sering memberikan saran-saran positif untuk mendukung pengelolaan diabetesnya, namun informasi terkait diabetes yang lebih mendalam jarang diperoleh. Sebagian responden memperoleh informasi dari kunjungan ke dokter. Menurut peneliti keluarga kurang memberikan informasi tentang diabetes disebabkan oleh kurangnya pemahaman yang mendalam tentang diabetes di kalangan anggota keluarga. Keluarga hanya mengetahui informasi dasar dan tidak mengikuti informasi terbaru tentang manajemen diabetes. Selain itu, kesibukan sehari-hari anggota keluarga juga dapat mengurangi kesempatan untuk mendiskusikan dan berbagi informasi dengan penderita tentang diabetes.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara dimensi *level*, dimensi *strength*, dan dimensi *generality* dengan *self care* pada penderita diabetes melitus tipe II di Puskesmas Oesapa Kota Kupang dengan hasil uji statistik pada dimensi *level* di peroleh nilai $p = 0,001$, $r = 0,310$ (korelasi rendah dan arah korelasi positif). Pada dimensi *strength* di peroleh nilai $p = 0,007$, $r = 0,243$ (korelasi rendah dan arah korelasi positif), dan dimensi *generality* di peroleh nilai $p = 0,000$, $r = 0,586$ (korelasi sedang dan arah korelasi positif). Hasil Penelitian juga menunjukkan terdapat hubungan antara dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi dengan *self care* pada penderita diabetes melitus tipe II di Puskesmas Oesapa Kota Kupang dengan hasil uji statistik pada dukungan emosional di peroleh nilai $p = 0,013$, $r = 0,225$ (korelasi rendah dan arah korelasi positif), dukungan penghargaan nilai $p = 0,001$, $r = 0,302$ (korelasi rendah dan arah korelasi positif), dan dukungan instrumental di peroleh nilai $p = 0,000$, $r = 0,679$ (korelasi kuat dan arah korelasi positif), serta pada dukungan informasi di peroleh nilai $p = 0,019$, $r = 0,213$ (korelasi rendah dan arah korelasi positif).

Hasil penelitian ini diharapkan agar petugas puskesmas dapat merancang program edukasi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan penderita diabetes sehingga lebih patuh melakukan perawatan diri, dan diharapkan juga masyarakat yang memiliki anggota keluarga dengan riwayat penyakit diabetes untuk selalu memberikan dukungan kepada penderita agar rutin melakukan *self care*, sehingga meningkatkan keyakinan diri penderita dalam mengelola kondisi kesehatannya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Kepala Puskesmas Oesapa yang telah memberi izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian. Peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana karena telah memberikan kesempatan dan membimbing peneliti dalam pelaksanaan penelitian ini dan terimakasih juga kepada responden yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alisa, F., Despitasari, L., & Marta, E. (2020). Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Keluarga dengan Manajemen Diri pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Andalas Kota Padang. *Menara Ilmu*, XIV(02), 30–35. <https://www.jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu>
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman and Company.
- Despitasari, L., Sastra, L., Alisa, F., Amelia, W., Desnita, R., & Afnel, F. A. (2022). Hubungan Self Efficacy dengan Self Care Pada Pasien Penderita Diabates Melitus Tipe 2 di Puskesmas Andalas. *Jurnal Amanah Kesehatan*, 4(2), 117–126. <https://doi.org/10.55866/jak.v4i2.175>
- Febrinasari, R. P., Sholikah, T. A., Pakha, D. N., & Putra, S. E. (2020). *Buku Saku Diabetes Melitus Untuk Awam*. Surakarta : UNS Press. <https://id.scribd.com/document/527260856/BukuSakuDM>
- Friedman, M. (1998). *Keperawatan Keluarga: Teori dan Praktik*. Jakarta : EGC.
- Friedman, M. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, Teori dan Praktek*. Jakarta: EGC.
- Heriyanti, H., Mulyono, S., & Herlina, L. (2020). Dukungan Keluarga Terhadap Self Care Pada

- Lansia Dengan Diabetes Melitus Tipe 2. *Journal of Islamic Nursing*, 5(1), 32–37. <https://doi.org/10.24252/join.v5i1.14145>
- IDF. (2021). Diabetes atlas 10 th edition. <https://diabetesatlas.org/>
- Kartini, S. F. A., Dewi, R., & Liawati, N. (2023). Hubungan Self Efficacy dan Dukungan Keluarga dengan Self Care pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di UPTD Puskesmas Kadudampit Kabupaten Sukabumi. *Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 46–53. <https://doi.org/https://doi.org/10.51544/jmkm.v8i1.4248>
- Kemenkes RI. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. <https://repository.dinus.ac.id/docs/ajar/hasil-risksesdas-2018.pdf>
- Lestari, Zulkarnain, & Sijid, S. A. (2021). Diabetes Melitus: Review Etiologi, Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara Pemeriksaan, Cara Pengobatan dan Cara Pencegahan. *UIN Alauddin Makassar*, 08 November, 237–241. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>
- Manuntung, A. (2020). Efikasi Diri dan Perilaku Perawatan Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Puskesmas Pahandut. *Adi Husada Nursing Journal*, 6(1), 52–58. <https://doi.org/10.37036/ahnj.v6i1.159>
- Nurti, M. H., Nabuasa, E., & Ndun, H. J. N. (2019). Dukungan Keluarga dan Perilaku Pengaturan Diet pada Penderita Diabetes Melitus. *Lontar : Journal of Community Health*, 1(1), 1–6. <https://doi.org/10.35508/ljch.v1i1.2116>
- Purnama, A., & Sari, N. (2019). Aktivitas Fisik dan Hubungannya dengan Kejadian Diabetes Mellitus. *Window of Health : Jurnal Kesehatan*, 2(4), 368–381. <https://doi.org/10.33368/woh.v0i0.213>
- Rahmawati, A., Nursasi, A. Y., & Widyatuti. (2018). Dukungan Informasi Keluarga Meningkatkan Self-Care Klien DM Tipe 2 Di Ambarketawang Sleman Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5(1), 5–8. <http://nursingjurnal.respati.ac.id/index.php/JKRY/index>
- Rohmawati, I., & Aini, L. N. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Militus. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 15(1), 1–14. <https://lppmdianhusada.ac.id/e-journal/index.php/jkk/article/view/289>
- Saputri, A. E., Raharjo, S. T., & Apsari, N. C. (2019). Dukungan Sosial Keluarga Bagi Orang Dengan Disabilitas Sensorik. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 62–72. <https://doi.org/10.24198/jppm.v6i1.22783>
- Sarafino, E. P. (1998). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions. Third Edition*. New York : John Wiley & Sons, Inc.
- Sriwahyuni, Mahu, S., & Sjafaraenan. (2021). Self Efficacy dengan Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus Dipuskesmas Waihoka Kota Ambon. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 10(2), 282–290. <https://doi.org/https://doi.org/10.12345/jikp.v10i1.192>
- Tresnawan, T., & Karida, I. (2022). Hubungan Self Efficacy Dan Dukungan Keluarga Dengan Self Care Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sukabumi. *Prepotif Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(3), 1941–1946. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/prepotif/article/view/8036>