HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN SELF-AWARENESS PENDERITA DIABETES MELITUS DALAM MENGONTROL GULA DARAH DI DESA WRINGIN ANOM

Alifah Choirun Nisa'

Universitas Hafshawaty Zainul Hasan
E-mail : khoirunnisaalifah682@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang membutuhkan pengelolaan berkelanjutan untuk membantu mengontrol kadar gula darah dan mencegah komplikasi. Pengelolaan penyakit dapat berkaitan dengan dukungan keluarga dan self-awareness penderita. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan self-awareness penderita diabetes melitus dalam mengontrol gula darah di Desa Wringin Anom. Penelitian menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian berjumlah 64 penderita diabetes melitus tipe 2, dengan sampel 55 responden yang dipilih menggunakan purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dukungan keluarga dan self-awareness, kemudian dianalisis dengan uji Spearman Rank pada tingkat signifikansi 0,05. Hasil menunjukkan bahwa 54 responden (98,2%) memiliki dukungan keluarga kategori negatif dan 1 responden (1,8%) kategori positif. Self-awareness sebagian besar berada pada kategori rendah, yaitu 35 responden (63,6%), diikuti kategori sedang sebanyak 12 responden (21,8%) dan tinggi sebanyak 8 responden (14,5%). Uji Spearman Rank menunjukkan koefisien korelasi 0,330 dengan p-value 0,014 ($p < 0,05$). Dengan demikian, terdapat hubungan signifikan dengan arah positif dan kekuatan rendah antara dukungan keluarga dan self-awareness. Hasil ini menunjukkan adanya keterkaitan kedua variabel, tetapi tidak membuktikan hubungan sebab-akibat.

Kata Kunci : *Dukungan Keluarga; Self-Awareness; Diabetes Melitus; Gula Darah*

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a chronic disease requiring continuous management to help control blood glucose and prevent complications. Diabetes management may be associated with family support and patients' self-awareness. This study aimed to analyze the relationship between family support and self-awareness among people with diabetes mellitus in controlling blood glucose in Wringin Anom Village. An analytic correlational design with a cross-sectional approach was used. The population consisted of 64 people with type 2 diabetes mellitus, and 55 respondents were selected through purposive sampling. Data were collected using family-support and self-awareness questionnaires and analyzed using the Spearman Rank test at a significance level of 0.05. The results showed that 54 respondents (98.2%) had negative family support and 1 respondent (1.8%) had positive family support. Most respondents had low self-awareness (35; 63.6%), followed by moderate self-awareness (12; 21.8%) and high self-awareness (8; 14.5%). The Spearman Rank test yielded a correlation coefficient of 0.330 and a p-value of 0.014 ($p < 0.05$). Therefore, a statistically significant positive relationship of low strength was found between family support and self-awareness. These findings indicate an association between the two variables but do not establish a cause-and-effect relationship.

Keywords : *Family Support; Self-Awareness; Diabetes Mellitus; Blood Glucose*

PENDAHULUAN

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang membutuhkan pengelolaan jangka panjang. Penderita perlu menjalani perawatan secara berkelanjutan agar kondisi kesehatan tetap terpantau dan risiko komplikasi dapat ditekan. Pengelolaan diabetes tidak hanya berkaitan dengan tindakan medis, tetapi juga dengan perilaku sehari-hari, seperti mengikuti anjuran pengobatan, menjaga pola makan, melakukan kontrol kesehatan, dan memperhatikan perubahan kondisi tubuh.

Pelaksanaan pengelolaan diabetes melibatkan peran penderita sebagai individu yang menjalani penyakit tersebut. Salah satu aspek yang relevan adalah self-awareness atau kesadaran diri, yaitu kemampuan individu mengenali kondisi, perasaan, dan respons dirinya. Dalam konteks penyakit kronis, kesadaran diri dapat membantu individu memahami keadaan kesehatannya dan mempertimbangkan tindakan yang diperlukan. Carden, Jones, dan Passmore (2022) membahas konsep self-awareness dalam konteks perkembangan orang dewasa dan menunjukkan bahwa konsep ini memiliki beragam dimensi yang perlu dipahami sesuai konteksnya.

Selain faktor dari diri sendiri, penderita juga berada dalam lingkungan sosial, terutama keluarga. Keluarga dapat memberikan dukungan berupa informasi, bantuan instrumental, perhatian emosional, dan penghargaan. Dukungan informasional dapat berupa penjelasan atau pengingat terkait perawatan, dukungan instrumental dapat berupa bantuan praktis, dukungan emosional berupa perhatian dan empati, sedangkan dukungan penghargaan dapat diberikan melalui penguatan atau apresiasi. Bentuk dukungan tersebut dapat membantu penderita menghadapi tuntutan perawatan penyakit kronis.

Dukungan keluarga tidak selalu diterima atau dirasakan dengan tingkat yang sama oleh setiap penderita. Kondisi keluarga, komunikasi, ketersediaan waktu, kemampuan ekonomi, serta pemahaman keluarga mengenai diabetes dapat berkaitan dengan bentuk dukungan yang diberikan. Di sisi lain, self-awareness seseorang tidak hanya berkaitan dengan dukungan keluarga. Pengalaman hidup dengan penyakit, pengetahuan, motivasi pribadi, pengalaman menjalani pengobatan, dan kebiasaan kesehatan juga dapat menjadi faktor yang mungkin berhubungan, meskipun faktor-faktor tersebut tidak semuanya diukur dalam penelitian ini.

Penelitian mengenai dukungan keluarga pada pengelolaan diabetes telah dilakukan dalam konteks kepatuhan kontrol gula darah, seperti penelitian Anastasya, Nurmayunita, dan Mufarokhah (2026) tentang hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan kontrol gula darah pada penderita diabetes melitus tipe II. Sementara itu, penelitian Choirunnisa, Hakim, Ferianto, dan Widiawati (2026) membahas self-awareness dan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Tuban. Kajian tersebut menunjukkan relevansi untuk menelaah dukungan keluarga dan kesadaran diri dalam konteks pengelolaan diabetes, tetapi hubungan kedua variabel tetap perlu diperiksa pada lokasi dan sampel penelitian yang dituju.

Berdasarkan data pendahuluan yang dilakukan pada 21 April 2026 terhadap 10 penderita diabetes melitus, rerata gula darah sewaktu tercatat 215 mg/dL. Enam responden (60%) memiliki self-awareness rendah dengan rerata gula darah sewaktu 229,17 mg/dL; dua responden (20%) berada pada kategori sedang; dan dua responden (20%) berada pada kategori tinggi dengan rerata gula darah sewaktu 193,75 mg/dL. Pada responden dengan self-awareness rendah ditemukan perilaku yang menunjukkan pengelolaan kesehatan belum optimal, seperti belum konsisten menjalankan pola makan, memeriksa gula darah, dan mengikuti pengobatan. Data pendahuluan

tersebut menjadi alasan penting untuk meneliti hubungan dukungan keluarga dan self-awareness di lokasi penelitian.

Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan self-awareness penderita diabetes melitus dalam mengontrol gula darah di Desa Wringin Anom, Kecamatan Tongas, Kabupaten Probolinggo. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran bagi pengembangan pelayanan keperawatan dan pendekatan dukungan bagi penderita diabetes melitus di masyarakat.

METODE

Desain dan lokasi penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain analitik korelasional dan pendekatan cross-sectional. Pendekatan cross-sectional digunakan untuk mengukur variabel dukungan keluarga dan self-awareness pada satu periode pengumpulan data, tanpa memberikan intervensi kepada responden. Penelitian dilaksanakan pada Juli 2026 di Desa Wringin Anom, Kecamatan Tongas, Kabupaten Probolinggo.

Populasi Dan Sampel

Populasi penelitian adalah seluruh penderita diabetes melitus tipe 2 di Desa Wringin Anom yang tercatat sebanyak 64 orang pada tahun 2025. Jumlah sampel dihitung menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh 55,17 dan dibulatkan menjadi 55 responden. Pemilihan responden dilakukan menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan.

Kriteria inklusi meliputi penderita diabetes melitus tipe 2 yang terdaftar di Desa Wringin Anom, berusia lebih dari 18 tahun, sedang menjalani pengobatan diabetes, mampu berkomunikasi dengan baik, bersedia menjadi responden dengan menandatangani informed consent, dan telah didiagnosis diabetes melitus minimal empat bulan. Kriteria eksklusi meliputi penderita yang tidak bersedia menjadi responden, tidak aktif mengikuti Prolanis, memiliki penyakit penyerta tertentu seperti stroke, gagal ginjal, kanker, atau gangguan kognitif berat/demensia, serta kondisi yang tidak memungkinkan untuk mengisi kuesioner.

Variabel Dan Instrumen

Variabel independen adalah dukungan keluarga, sedangkan variabel dependen adalah self-awareness penderita diabetes melitus dalam mengontrol gula darah. Data dikumpulkan melalui kuesioner karakteristik responden, kuesioner dukungan keluarga, dan kuesioner self-awareness. Kuesioner dukungan keluarga terdiri dari 12 butir yang mencakup dukungan informasional, instrumental, emosional, dan penghargaan. Kuesioner self-awareness terdiri dari 15 butir yang mencakup mengenali emosi, pengakuan diri yang akurat, dan kepercayaan diri. Pengisian kuesioner dilakukan berdasarkan jawaban responden sesuai petunjuk instrumen.

Skor dukungan keluarga dikategorikan menjadi positif dan negatif sesuai batas kategorisasi yang digunakan dalam skripsi. Skor self-awareness dikategorikan menjadi rendah, sedang, dan tinggi. Karena manuskrip ini disusun dari skripsi, kategorisasi variabel mengikuti pengolahan data penelitian yang telah dilakukan.

Prosedur Pengumpulan Data Dan Etika

Peneliti mendatangi responden yang memenuhi kriteria berdasarkan data penderita diabetes melitus di wilayah penelitian. Sebelum pengumpulan data, peneliti menjelaskan tujuan,

manfaat, prosedur, serta kerahasiaan identitas responden. Responden yang bersedia diminta menandatangani informed consent. Selanjutnya, kuesioner diberikan untuk diisi berdasarkan kondisi dan pengalaman masing-masing. Identitas responden dijaga kerahasiaannya dan data digunakan untuk kepentingan penelitian.

Pengolahan Dan Analisis Data

Data diperiksa kelengkapannya melalui editing, diberi kode melalui coding, dimasukkan ke dalam program pengolahan statistik, kemudian ditabulasi. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden, dukungan keluarga, dan self-awareness dalam bentuk frekuensi serta persentase. Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji Spearman Rank untuk menilai hubungan antara dukungan keluarga dan self-awareness. Tingkat signifikansi ditetapkan sebesar 0,05; hubungan dinyatakan signifikan apabila p-value < 0,05.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Penelitian melibatkan 55 responden penderita diabetes melitus di Desa Wringin Anom. Karakteristik responden yang dicatat meliputi usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan lama menderita diabetes melitus. Berdasarkan tabel karakteristik pada skripsi, sebagian besar responden berada pada kelompok usia 45–55 tahun, yaitu 33 orang (60,0%), sedangkan 22 orang (40,0%) berusia lebih dari 65 tahun.

Tabel 1. Tabel Karakteristik

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Usia	30–45 tahun	0	0,0
	45–55 tahun	33	60,0
	>65 tahun	22	40,0
	Total	55	100,0
Jenis kelamin	Laki-laki	6	10,9
	Perempuan	49	89,1
	Total	55	100,0
Pendidikan	Tidak sekolah	7	12,7
	SD	29	52,7
	SMP	16	29,1
	SMA	3	5,5
	Total	55	100,0
Pekerjaan	Tidak bekerja	7	12,7
	Wiraswasta	4	7,3
	Ibu rumah tangga	23	41,8
	Buruh/petani	21	38,2
	Total	55	100,0
Lama menderita DM	2–5 tahun	12	21,8
	6–9 tahun	40	72,7
	10–13 tahun	3	5,5
	Total	55	100,0

Komposisi responden menunjukkan bahwa kelompok usia 45–55 tahun merupakan kelompok terbanyak dalam penelitian ini. Responden perempuan juga lebih banyak dibandingkan laki-laki. Pada tingkat pendidikan, kategori SD merupakan kelompok terbanyak. Dari segi pekerjaan, responden paling banyak merupakan ibu rumah tangga, diikuti buruh/petani. Mayoritas responden telah menderita diabetes melitus selama 6–9 tahun. Karakteristik tersebut memberikan gambaran umum sampel penelitian, tetapi tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan pengaruh setiap karakteristik terhadap self-awareness karena analisis hubungan khusus untuk faktor-faktor tersebut tidak menjadi tujuan utama manuskrip ini.

Dukungan Keluarga

Hasil analisis menunjukkan bahwa 54 dari 55 responden (98,2%) memiliki dukungan keluarga kategori negatif, sedangkan 1 responden (1,8%) berada pada kategori positif. Dengan demikian, kategori dukungan keluarga negatif mendominasi sampel penelitian. Kategori ini menunjukkan hasil pengukuran berdasarkan skor kuesioner, bukan bukti bahwa keluarga sama sekali tidak memberikan bantuan. Dukungan dapat berbeda menurut bentuknya, misalnya perhatian emosional, informasi mengenai pengobatan, bantuan praktis, atau penghargaan.

Tabel 2. Kategori Dukungan Keluarga Negatif Mendominasi Sampel Penelitian

Kategori Dukungan Keluarga	Frekuensi	Persentase (%)
Negatif	54	98,2
Positif	1	1,8
Total	55	100,0

Hasil tersebut perlu dipahami dengan memperhatikan konteks responden. Pengelolaan diabetes memerlukan rutinitas yang berlangsung lama, sedangkan dukungan yang dirasakan responden dapat berupa bantuan yang tidak selalu konsisten atau tidak sesuai dengan kebutuhan penderita. Namun, data penelitian ini hanya menunjukkan kategori hasil kuesioner; penelitian tidak secara terpisah mengukur alasan setiap responden memperoleh kategori dukungan keluarga negatif. Oleh sebab itu, penjelasan mengenai penyebab rendahnya dukungan perlu diposisikan sebagai kemungkinan, bukan sebagai temuan langsung.

Self-awareness penderita diabetes melitus

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 35 responden (63,6%) memiliki self-awareness kategori rendah, 12 responden (21,8%) kategori sedang, dan 8 responden (14,5%) kategori tinggi. Kategori rendah menjadi kategori terbanyak. Hasil ini menggambarkan bahwa pada sebagian besar sampel, skor self-awareness yang diperoleh dari kuesioner berada dalam kategori rendah.

Tabel 3. Kategori Rendah Menjadi Kategori Terbanyak

Kategori self-awareness	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	35	63,6
Sedang	12	21,8
Tinggi	8	14,5
Total	55	100,0

Self-awareness berkaitan dengan kemampuan individu mengenali kondisi dan respons dirinya. Pada penderita diabetes, kesadaran terhadap kondisi kesehatan dapat menjadi bagian dari pertimbangan untuk menjalani perilaku pengelolaan penyakit. Meskipun demikian, kategori self-awareness dalam penelitian ini didasarkan pada hasil kuesioner dan tidak dapat dianggap sebagai

ukuran langsung kadar gula darah. Perilaku seperti kepatuhan minum obat, pola makan, dan pemeriksaan gula darah merupakan aspek pengelolaan yang relevan, tetapi masing-masing perlu diukur secara khusus apabila hendak dianalisis sebagai variabel penelitian.

Hubungan dukungan keluarga dengan self-awareness

Tabulasi silang memperlihatkan bahwa satu responden dengan dukungan keluarga positif memiliki self-awareness tinggi. Pada kelompok dengan dukungan keluarga negatif, 7 responden memiliki self-awareness tinggi, 12 responden berada pada kategori sedang, dan 35 responden memiliki self-awareness rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa self-awareness tinggi masih ditemukan pada sebagian responden yang memperoleh skor dukungan keluarga negatif.

Tabel 4. Hubungan dukungan keluarga dengan self-awareness

Dukungan keluarga	Self-awareness tinggi n (%)	Sedang n (%)	Rendah n (%)	Total n (%)
Positif	1 (100,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	1 (100,0)
Negatif	7 (13,0)	12 (22,2)	35 (64,8)	54 (100,0)
Total	8 (14,5)	12 (21,8)	35 (63,6)	55 (100,0)

Adanya tujuh responden dengan dukungan keluarga negatif tetapi self-awareness tinggi menunjukkan bahwa kedua variabel tidak selalu muncul dalam kategori yang sama pada setiap individu. Berdasarkan karakteristik yang tercatat, lima dari tujuh responden tersebut memiliki pendidikan SD. Pendidikan formal yang lebih rendah tidak otomatis berarti seseorang memiliki kesadaran diri yang rendah. Pengalaman menjalani penyakit, pengalaman pengobatan, motivasi pribadi, pengetahuan yang diperoleh dari tenaga kesehatan atau sumber lain, dan kebiasaan menjaga kesehatan mungkin ikut berkaitan dengan self-awareness. Akan tetapi, faktor-faktor tersebut tidak diuji secara khusus pada tujuh responden itu sehingga tidak dapat dipastikan sebagai penyebab.

Uji Spearman Rank menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0,330 dengan p-value 0,014 pada 55 responden. Nilai p lebih kecil dari 0,05, sehingga terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara dukungan keluarga dan self-awareness. Koefisien positif menunjukkan arah hubungan yang searah: skor dukungan keluarga yang lebih baik cenderung berkaitan dengan skor self-awareness yang lebih tinggi. Besarnya koefisien menunjukkan kekuatan hubungan yang rendah.

Tabel 5. Hasil Uji Spearman Rank

Analisis	Nilai
Koefisien Spearman (r)	0,330
p-value	0,014
Jumlah responden (n)	55
Kesimpulan statistik	Signifikan ($p < 0,05$)
Arah dan kekuatan	Positif, kekuatan rendah

Secara substantif, keluarga dapat menjadi lingkungan terdekat yang menyediakan informasi, pengingat, bantuan praktis, perhatian, dan penghargaan kepada penderita. Dukungan tersebut berpotensi membantu penderita menghadapi tuntutan pengelolaan diabetes sehari-hari. Meski demikian, hasil penelitian ini tidak membuktikan bahwa dukungan keluarga menyebabkan peningkatan self-awareness, karena kedua variabel diukur pada satu periode dengan desain cross-sectional. Hubungan yang ditemukan juga berkekuatan rendah, sehingga kemungkinan ada faktor lain yang berkaitan dengan self-awareness.

Interpretasi hasil perlu memperhatikan distribusi kategori dukungan keluarga yang sangat tidak seimbang. Hanya satu responden berada pada kategori dukungan keluarga positif, sedangkan 54 responden berada pada kategori negatif. Kondisi ini membatasi keragaman data pada variabel dukungan keluarga dan perlu dipertimbangkan saat menafsirkan koefisien korelasi. Karena itu, hasil tetap dilaporkan sebagaimana output analisis, tetapi generalisasi perlu dilakukan secara hati-hati dan tidak diperluas melebihi karakteristik sampel penelitian.

Implikasi dan keterbatasan

Temuan penelitian dapat menjadi masukan bagi pelayanan keperawatan komunitas untuk memperhatikan dukungan keluarga dan self-awareness dalam pendampingan penderita diabetes melitus. Pengkajian dapat mencakup bentuk dukungan yang dirasakan penderita serta pemahaman mereka terhadap kondisi kesehatannya. Namun, penelitian ini tidak menguji suatu program intervensi sehingga tidak dapat menyimpulkan efektivitas pendidikan atau tindakan tertentu.

Keterbatasan penelitian meliputi penggunaan desain cross-sectional yang tidak dapat menetapkan hubungan sebab-akibat, penggunaan kuesioner yang bergantung pada pemahaman dan kejujuran jawaban responden, serta ketidakseimbangan jumlah responden pada kategori dukungan keluarga. Pengumpulan data dilakukan pada satu wilayah dan menggunakan purposive sampling, sehingga hasil tidak serta-merta dapat digeneralisasikan kepada seluruh penderita diabetes melitus di lokasi lain. Penelitian berikutnya dapat mempertimbangkan sampel yang lebih beragam serta mengukur faktor lain seperti pengetahuan, motivasi, lama menderita diabetes, kepatuhan pengobatan, dan dukungan tenaga kesehatan.

KESIMPULAN

Sebagian besar responden di Desa Wringin Anom memiliki dukungan keluarga kategori negatif, yaitu 54 orang (98,2%). Sebagian besar responden juga memiliki self-awareness kategori rendah, yaitu 35 orang (63,6%). Hasil uji Spearman Rank menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan self-awareness penderita diabetes melitus dalam mengontrol gula darah, dengan koefisien korelasi 0,330 dan p-value 0,014 (n = 55). Hubungan tersebut berarah positif dengan kekuatan rendah. Temuan ini menunjukkan keterkaitan antara dukungan keluarga dan self-awareness, tetapi tidak membuktikan sebab-akibat. Pelayanan keperawatan dapat mempertimbangkan kedua aspek tersebut saat mendampingi penderita diabetes, sedangkan penelitian selanjutnya disarankan menelaah faktor lain dan menggunakan sampel dengan distribusi dukungan keluarga yang lebih beragam.

DAFTAR PUSTAKA

Alifariki, L. O., & Kusnan, A. (2020). Uji sensitifitas dan spesifisitas keluhan penderita diabetes melitus berdasarkan keluhan dan hasil pemeriksaan gula darah sewaktu (GDS).

Anastasya, F., Nurmayunita, H., & Mufarokhah, H. (2026). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan kontrol gula darah pada penderita diabetes melitus tipe II di Puskesmas Pandawangi. RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business, 4(4), 9485–9492. https://doi.org/10.31004/riggs.v4i4.5000

Carden, J., Jones, R. J., & Passmore, J. (2022). Defining self-awareness in the context of adult development: A systematic literature review. https://doi.org/10.1177/1052562921990065

Choirunnisa, R. F., Hakim, L., Ferianto, K., & Widiawati, M. (2026). Hubungan self-awareness dengan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Tuban.

Syafrida. (2022). Metodologi penelitian.

Alifah Choirun Nisa'. (2026). Hubungan dukungan keluarga dengan self-awareness penderita diabetes melitus dalam mengontrol gula darah di Desa Wringin Anom. Skripsi. Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan.