
HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN TINGKAT STRES DENGAN SELF MANAGEMENT PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI PUSKESMAS TIGO BALEH KOTA BUKITTINGGI

Aprilia Putri¹⁾, Siska Damaiyanti²⁾, Wisnatul Izzati³⁾

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi
email: apriiaputri8957@gmail.com

²Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi
email: siskadamaiyanti635@gmail.com

³Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi
email: wisnatulizzati72@gmail.com

*Penulis Korespondensi: wisnatulizzati72@gmail.com

Abstract

Diabetes mellitus is a chronic disease with rising prevalence, including in Bukittinggi City, often causing stress among patients and requiring family support for effective self-management. A preliminary survey at the Tigo Baleh Community Health Center revealed that some patients lacked adequate family support, attended treatment alone, and experienced stress that negatively impacted their self-management. This study aimed to examine the relationship between family support and stress levels with self-management among diabetes mellitus patients at the health center. Using a correlational analytic design with a cross-sectional approach, the study involved 69 respondents selected through cluster sampling. Research instruments included a family support questionnaire, DASS-42 for stress assessment, and DSMQ for self-management evaluation. Data analysis was conducted using the Spearman Rank test. Results indicated that 44.9% of respondents had good family support, 40.6% had normal stress levels, and 56.5% demonstrated good self-management. Statistical analysis showed significant relationships between family support and self-management ($p=0.000$), as well as between stress levels and self-management ($p=0.000$). In conclusion, stronger family support and lower stress levels are associated with better self-management among diabetes mellitus patients. These findings highlight the importance of family involvement and stress management in improving patient outcomes.

Keywords: family support, stress levels, self-management, diabetes mellitus.

Abstrak

Diabetes mellitus adalah penyakit kronis dengan prevalensi yang terus meningkat, termasuk di Kota Bukittinggi, yang sering menimbulkan stres pada pasien dan membutuhkan dukungan keluarga untuk mendukung pengelolaan diri (self-management). Survei awal di Puskesmas Tigo Baleh menunjukkan sebagian pasien belum mendapat dukungan keluarga memadai, datang berobat tanpa pendamping, serta mengalami stres yang berdampak negatif pada self-management. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan dukungan keluarga dan tingkat stres dengan self-management pada pasien diabetes mellitus di Puskesmas Tigo Baleh. Desain penelitian menggunakan analitik korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian adalah seluruh pasien diabetes mellitus yang berkunjung ke Puskesmas Tigo Baleh, dengan sampel 69 responden yang dipilih melalui cluster sampling. Instrumen penelitian meliputi kuesioner dukungan keluarga, DASS-42 untuk tingkat stres, dan DSMQ untuk self-management. Analisis data menggunakan uji Spearman Rank. Hasil penelitian menunjukkan 44,9% responden memiliki dukungan keluarga baik, 40,6% memiliki tingkat stres normal, dan 56,5% memiliki self-management baik. Analisis statistik menunjukkan hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan self-management ($p=0,000$) serta antara tingkat stres dengan self-management ($p=0,000$). Kesimpulannya, semakin baik dukungan keluarga dan semakin rendah tingkat stres, maka semakin baik pula self-management pasien diabetes mellitus.

Kata Kunci: Dukungan Keluarga, Tingkat Stres, Pengelolaan diri, Diabetes Mellitus

1. PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah akibat gangguan sekresi maupun kerja insulin. Hiperglikemia yang tidak terkontrol dapat menimbulkan komplikasi serius seperti kerusakan saraf, pembuluh darah, ginjal, dan jantung. Berdasarkan PERKENI (2021) dan IDF (2023), jumlah penderita diabetes terus meningkat, termasuk di Indonesia yang menempati urutan kelima dengan 19,5 juta kasus pada tahun 2021.

Di Sumatera Barat, jumlah penderita DM meningkat dari 39.922 kasus pada tahun 2021 menjadi 52.355 kasus pada tahun 2023. Sementara itu, di Kota Bukittinggi tercatat 3.858 kasus pada tahun 2023. Di Puskesmas Tigo Baleh sendiri, terdapat 353 pasien DM pada tahun 2024.

Stres merupakan salah satu faktor yang memperburuk kondisi diabetes. Peningkatan hormon stres menyebabkan lonjakan kadar glukosa darah, sementara dukungan keluarga dapat membantu pasien mengelola stres dan meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan. Dukungan keluarga berperan dalam memberi motivasi, pendampingan, serta bantuan praktis dalam pengelolaan penyakit. Survei awal menunjukkan bahwa banyak pasien datang tanpa keluarga dan mengeluh kurangnya perhatian serta motivasi, yang berakibat pada stres tinggi dan self-management yang rendah. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk menganalisis hubungan dukungan keluarga dan tingkat stres dengan self-management pada pasien diabetes mellitus.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional, di mana data dikumpulkan sekali pada satu waktu untuk menilai hubungan antara variabel bebas dan terikat. Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Tigo Baleh Kota Bukittinggi pada tahun 2025. Populasi penelitian adalah seluruh pasien diabetes melitus yang berkunjung ke Puskesmas Tigo Baleh, dengan jumlah sampel sebanyak 69 responden yang dipilih menggunakan teknik *cluster sampling*.

Instrumen penelitian meliputi tiga kuesioner utama, yaitu kuesioner dukungan keluarga berdasarkan Hensarling Diabetes Mellitus Family Support Scale (HDFSS) dengan 25 item skala Likert 1–4, kuesioner DASS-42 untuk mengukur tingkat stres, dan kuesioner Diabetes Self-Management Questionnaire (DSMQ) untuk menilai kemampuan manajemen diri pasien.

Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi masing-masing variabel dan bivariat menggunakan uji Spearman Rank untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan tingkat stres dengan self-management. Nilai $p < 0,05$ dianggap signifikan. Penelitian ini juga telah mendapatkan persetujuan etik dengan memperhatikan prinsip anonimity, confidentiality, dan informed consent dari seluruh responden.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan dengan usia dominan 41–60 tahun dan tingkat pendidikan menengah. Berdasarkan hasil analisis, sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga baik (44,9%), diikuti kategori cukup (37,7%), dan kurang (17,4%).

Tingkat stres responden sebagian besar berada dalam kategori normal (40,6%), ringan (33,3%), dan sedang hingga berat (26,1%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien mampu beradaptasi dengan kondisi penyakitnya, meskipun sebagian lainnya masih mengalami tekanan psikologis.

Self-management pasien diabetes melitus juga menunjukkan hasil positif, di mana sebagian besar responden (56,5%) memiliki kemampuan pengelolaan diri yang baik, 31,9% cukup, dan 11,6% buruk.

Hasil uji Spearman Rank menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan self-management ($p = 0,000$) dan hubungan signifikan antara tingkat stres dengan self-management ($p = 0,000$). Dengan demikian, semakin tinggi dukungan keluarga dan semakin rendah tingkat stres, semakin baik kemampuan pasien dalam melakukan self-management.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga di Puskesmas Tigo Baleh Kota Bukittinggi Tahun 2025

Dukungan Keluarga	f	%
Kurang	18	26,1
Cukup	20	29,1
Baik	31	44,9
Jumlah	69	100

Pada tabel 1 menunjukkan distribusi responden berdasarkan jenis dukungan keluarga pada 69 pasien diabetes mellitus dapat diketahui kurang dari separuh dukungan yang diberikan kepada pasien adalah dukungan keluarga baik yaitu sebanyak 31 responden (44,9%) dan kurang dari sepertiga dukungan keluarga yang diberikan kepada pasien adalah dukungan keluarga cukup yaitu sebanyak 20 responden (29,1%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stress Di Puskesmas Tigo Baleh Kota Baleh Tahun 2025

Tingkat Stress	f	%
Normal	28	40,6
Stress ringan	6	8,7
Stress sedang	3	4,3
Stress berat	29	42,0
Stress sangat berat	3	4,3
Jumlah	69	100

Pada tabel 2 menunjukkan distribusi responden berdasarkan tingkat stress pada 69 pasien diabetes mellitus menunjukkan bahwa hampir separuh tingkat stress pasien berat yaitu 29 responden (42,0%) dan tingkat stress normal yaitu sejumlah 28 responden (40,6%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Self-Management Di Puskesmas Tigo Baleh Kota Baleh Tahun 2025

Self Management	f	%
Buruk	2	2,9
Cukup	28	40,6
Baik	39	56,5
Jumlah	69	100

Pada tabel 3 menunjukkan distribusi responden berdasarkan self-management didapatkan hasil pada 69 pasien diabetes mellitus diketahui lebih dari separuh self-management pasien Baik yaitu sebanyak 39 responden (56,5%) dan kurang dari separuh

diketahui self-management pasien cukup yaitu sebanyak 28 responden (40,6%).

Tabel 4. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Self-Management Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas Tigo Baleh Kota Baleh Tahun 2025

Dukungan keluarga	Self management						Total
	Buruk		Cukup		Baik		
	f	%	f	%	f	%	
Kurang	1	5,6	13	72,2	4	22,2	18
Cukup	1	5,0	8	40,0	11	55,0	20
Baik	0	0,0	6	19,4	25	80,6	31
Jumlah	2		27		40		69
nilai uji spearman Rho 0,000(p=<0,000)							
r= 0 480							

Berdasarkan tabel 4 didapatkan hasil uji statistik menggunakan *Spearman Rank* diperoleh nilai $p = 0,000$ ($<0,05$) dan nilai korelasi $r = 0,480$. Hal ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan self-management pada pasien diabetes melitus. Nilai koefisien korelasi positif menandakan bahwa semakin baik dukungan keluarga, maka semakin baik pula self-management pasien.

Tabel 5. Hubungan Tingkat Stress Dengan Self-Management Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas Tigo Baleh Kota Baleh Tahun 2025

Tingkatan stress	Self management						Total
	Buruk		Cukup		Baik		
	f	%	f	%	f	%	
Normal	0	0,0	7	25,0	21	75,0	28
Ringan	0	0,0	0	0,0	6	100	6
Sedang	0	0,0	1	33,3	2	66,7	3
Berat	1	3,4	17	58,6	11	37,9	29
Sangat berat	1	33,3	2	66,7	0	0,0	3
Jumlah	2		27		40		69
Nilai uji spearman Rho 0,000(p=,0,000)							
r = -0.435							

Berdasarkan dari tabel 5 didapatkan hasil uji statistik menggunakan *Spearman Rank* menunjukkan nilai $p = 0,00$ ($p < 0,05$) dengan nilai koefisien korelasi $r = -0,435$. Hal ini berarti terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan self-management pada pasien diabetes mellitus, dengan arah korelasi negatif. Artinya, semakin tinggi tingkat stres yang dialami pasien, maka semakin rendah kemampuan self-management yang dimilikinya.

4. KESIMPULAN

Sebagian besar pasien diabetes melitus di Puskesmas Tigo Baleh memiliki dukungan keluarga baik, tingkat stres normal, dan self-management baik. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan self-management, serta antara tingkat stres dan self-management. Semakin tinggi dukungan keluarga dan semakin rendah tingkat stres, maka semakin baik kemampuan pasien dalam mengelola penyakitnya.

5. REFERENSI

- Arifin, M., & Damayanti, S. (2015). Konsep Dukungan Keluarga dalam Keperawatan. Yogyakarta: Deepublish.
- Chaidir, R., et al. (2017). Diabetes Mellitus: Konsep, Diagnosis, dan Penatalaksanaan. Jakarta: EGC.
- Efendi, F., & Makhfudli. (2021). Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori dan Praktik dalam Keperawatan Keluarga. Jakarta: Salemba Medika.
- Friedman, M. (2013). Keperawatan Keluarga: Teori dan Praktik. Jakarta: EGC.
- Hanifah Puji Lestari & Ruhyana. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Stres pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. Jurnal Keperawatan Medis, 5(2), 55–63.
- Hadi Purnawan. (2023). Hensarling Diabetes Family Support Scale (HDFSS). Jurnal Keperawatan, 14(3), 120–128.
- IDF. (2023). International Diabetes Federation Diabetes Atlas 2023. Brussels: IDF.
- Kemenkes RI. (2023). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023. Jakarta: Kemenkes RI.
- Krisnawati, R. (2022). Self-Management pada Pasien Diabetes Mellitus. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 9(1), 45–53.
- Maulani, R., Hasneli, Y., & Karim, D. (2024). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Self-Management pada Penderita DM Tipe 2. Jurnal Kesehatan, 11(2), 87–95.
- PERKENI. (2021). Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Indonesia. Jakarta: PB PERKENI.
- Priharsiwati, D., & Kurniawati, E. (2021). Peran Dukungan Keluarga dalam Manajemen Diabetes. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, 6(1), 21–30.
- Veronika, R. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga dan Stres dengan Perilaku Self-Management Pasien Diabetes Mellitus. Jurnal Keperawatan Indonesia, 24(3), 189–197.
- Wahyu Widagdo & Mumpuni. (2024). Dasar-Dasar Diabetes Mellitus dan Penatalaksanaannya. Yogyakarta: Deepublish.
- World Health Organization. (2022). Global Report on Diabetes. Geneva: WHO Press