



Article

Hubungan *Family Support* dengan Tingkat Stres pada Pasien Diabetes Melitus

Muhammad Anis Taslim¹, Deasy Virka Sari², Jihan Nanda Mirsada³

¹Dosen Prodi S-1 Keperawatan, STIKES Telogorejo, Kota Semarang

²Dosen Prodi S-1 Fisioterapi, STIKES Telogorejo, Kota Semarang

³Mahasiswa Prodi S-1 Keperawatan, STIKES Telogorejo Semarang

SUBMISSION TRACK

Received: June 24, 2023
Final Revision: July 20, 2023
Available Online: August 23, 2023

KEYWORDS

Diabetes Melitus, *family support*, tingkat stres

CORRESPONDENCE

Phone: 08985460165
E-mail:
muhammadanis@stikestelogorejo.ac.id

A B S T R A C T

Introduction: Diabetes Mellitus, DM, is a metabolic disease indicated by high glucose levels. Both in the world and regional levels, the prevalence of Diabetes Mellitus increases significantly. The influential factors of the disease include the increased glucose level of the patients and the family support as the supporting system to maintain the stress level stability in daily routine. The roles of families are important for Diabetes Mellitus sufferers to keep their blood glucose stable and controlled. These matters could keep recurrence. Diabetes Mellitus patients could control their blood glucose levels with the support of their families to prevent overthinking. This prevention is important to relieve the increased stress of the patients. **Method:** This research determined the correlation between family support and the stress level of Diabetes Mellitus patients. This cross-sectional research took 48 respondents as the samples with an accidental sampling technique. The applied statistic test was the Spearman rank test. **Results:** The research results showed the correlation between family support and stress level of Diabetes Mellitus patients with a p-value of 0.000 lower than 0.05. Thus, the result denies H_0 and accepts H_a . The r-coefficient correlation is (-0.474), indicating a negative direct correlation. The value also indicates that the correlation is strong. Thus, high family support lowers stress levels. The researcher recommends future research to add more variables and respondents with complications in the research.

I. INTRODUCTION

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit metabolik yang ditandai oleh kadar gula yang tinggi atau hiperglikemia yang disebabkan oleh sekresi insulin dan resistensi insulin yang mengalami

gangguan. Diabetes Melitus juga memiliki gejala klinis seperti banyak minum atau *polydipsi*, banyak kencing atau *polyuria*, banyak makan atau *polipagio*, berat badan menurun dengan sangat cepat serta penglihatan yang menjadi kabur

(PERKENI, 2017). Diabetes Melitus adalah ancaman kesehatan masyarakat global, di mana sekitar 90% dari semua pasien yang menderita penyakit Diabetes Melitus di seluruh dunia adalah DM tipe 2 (Adiputra, 2018).

IDF (International Diabetes Federation) mengatakan angka kejadian DM pada tahun 2012 di dunia sebanyak 371 juta jiwa yang setiap tahunnya meningkat menjadi 382 juta jiwa dan pada tahun 2015 perkiraan angka DM akan bertambah sejumlah 592 juta jiwa (Pujianingsih, 2017). Penyakit Diabetes Melitus mengalami peningkatan secara signifikan kasus baik pada tingkat dunia maupun tingkat daerah. Selain gaya hidup yang tidak baik, faktor yang dapat berpengaruh dalam peningkatan kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus adalah dukungan keluarga sebagai *support system* dan kestabilan tingkat stres pada kehidupan sehari-hari. Keluarga sangat berperan penting bagi penderita Diabetes Melitus untuk menjaga kondisi glukosa darah tetap stabil dan terkontrol agar tidak menimbulkan kekambuhan (Oktaviani.J, 2018).

Estimasi jumlah penyandang Diabetes Melitus pada tahun 2019 mencapai 652.822 jiwa dan di Kabupaten Semarang estimasi penyandang Diabetes Melitus mencapai 30.663 jiwa (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2020). Di wilayah Kabupaten Kendal mendapatkan angka prevalensi Diabetes Melitus sebanyak 20.763 orang (DINKES Kabupaten Kendal, 2020). Sedangkan di PUSKESMAS Kaliwungu pada tahun 2022 mendapatkan angka prevalensi Diabetes Melitus sebanyak 1.020 orang (PUSKESMAS Kaliwungu, 2022).

Komplikasi yang terjadi pada Diabetes Melitus yang meliputi komplikasi mikro vaskuler (57 %) yang terdiri dari neuropati (45,6%), retinopati (20,7%), nefropati

(33,7%), dan makrovaskuler kaki diabetes (29,9%), CHD (27,8%), stroke (19,4%) dan *peripheral arterial occlusive disease* (22,9%) (Corina, 2018). Upaya pencegahan untuk mengurangi terjadinya komplikasi maka diperlukan deteksi dini serta peningkatan pelayanan kesehatan dan edukasi yang lebih baik lagi serta dilakukannya penatalaksanaan secara mandiri beserta dukungan keluarga untuk menstabilkan perasaan stres yang dialami penderita dalam mendapatkan kadar glukosa darah yang stabil pada penyakit Diabetes Melitus (Black dan Hawks, 2017).

Kadar glukosa darah pada penderita Diabetes Melitus dapat terkontrol maka dibutuhkan dukungan keluarga untuk mencegah terjadinya pola pikir yang berlebihan sehingga berakibat pada stres bagi penderita. Stres itu sendiri merupakan realitas kehidupan sehari-hari yang tidak dapat dihindari. Stres dalam kehidupan akan selalu terjadi, ketegangan dari emosional dapat menyebabkan terganggunya kondisi glukosa darah pada tubuh manusia. Dukungan keluarga sangat berpengaruh dalam memperbaiki masalah kesehatan keluarga karena keluarga merupakan suatu bentuk perilaku melayani baik dalam bentuk dukungan emosional (perhatian dan kasih sayang), dukungan penghargaan (menghargai dan memberikan umpan balik positif), dukungan informasi (saran, nasihat, informasi), maupun dukungan dalam bentuk instrumental (bantuan tenaga, waktu dan uang) (Srafino, 2021). Semakin tinggi stres, maka semakin banyak pula permasalahan-permasalahan emosional yang dialami oleh penderita Diabetes Melitus, di mana kondisi ini berhubungan dengan melemahnya ketaatan penderita Diabetes Melitus dalam mematuhi penatalaksanaan pengobatan Diabetes Melitus, sehingga kadar gula darahnya akan cenderung meningkat, yang

selanjutnya akan berdampak terhadap penurunan kualitas hidup seseorang. Dalam hal ini perlu diperlukan mengelola penyakitnya dengan dukungan keluarga untuk pengelolaan tingkat stres pada penderita (Kurnia, 2020).

Selain itu, penderita Diabetes Melitus membutuhkan seseorang untuk melakukan *family support* terkait penyakit Diabetes Melitus baik itu berupa dukungan moril maupun sosial. Perilaku *family support* merupakan suatu proses pemberian bantuan yang di berikan keluarga kepada anggota keluarga lainnya yang memiliki masalah kesehatan guna memelihara dan meningkatkan derajat kesehatannya (Coffman, 2018).

Salah satu dukungan sosial yang dapat mempengaruhi perilaku pasien Diabetes Melitus adalah mereka yang sering berinteraksi dengan penderita, yaitu keluarga penderita diabetes itu sendiri. Hal ini dibuktikan dalam (Mulyati et al., 2017) yang menunjukkan adanya pengaruh dukungan sosial yang baik terhadap perilaku perawatan diri yang 2,87 kali lebih tinggi pada penderita di bandingkan dengan penderita yang kurang mendapatkan dukungan sosial. Dukungan sosial salah satunya didapatkan dari keluarga. Keluarga mempunyai peran utama dalam pemeliharaan kesehatan seluruh anggotanya dan bukan individu itu sendiri yang mengusahakan tercapainya kesehatan yang diinginkannya. Masalah kesehatan dalam keluarga saling berkaitan, keluarga merupakan perantara yang efektif dan efisien untuk mengupayakan kesehatan (Friedman, 2017).

Dukungan sosial keluarga yang di berikan menjadi faktor yang menentukan derajat Diabetes Melitus pada anggota keluarganya yang menderita Diabetes Melitus (Bisnu & Kepel, 2017). Selain itu, Flynn et al., (2018) menyebutkan bahwa

dukungan keluarga menjadi penentu capaian keberhasilan dari *family support* terhadap tingkat stres pada penderita Diabetes Melitus dan upaya meminimalisir kejadian Diabetes Melitus (Darmiati, 2017).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa PUSKESMAS Kaliwungu dengan angka kejadian Diabetes Melitus yang tinggi dengan mencapai 1.020 pasien pada tahun 2022. Berdasarkan beberapa faktor yang dapat berhubungan dengan peningkatan glukosa darah pada penderita Diabetes Melitus, seperti *family support* terhadap tingkat stres pada pasien Diabetes Melitus, diperlukan adanya studi lebih lanjut untuk menyelidiki kebenarannya. Berdasarkan penjelasan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “**Hubungan Family Support dengan Tingkat Stres Pada Pasien Diabetes Melitus**”.

II. METHODS

Penelitian ini merupakan penelitian menggunakan rancangan studi deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*.

Populasi dalam penelitian ini yaitu penderita Diabetes Melitus pada tahun 2022 sebanyak 1.020. Rata-rata tiap bulan adalah sebanyak 85 penderita. Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan *accidental sampling* dengan jumlah sampel menggunakan rumus dari Nursalam yang didapatkan adalah 48 sampel. Uji statistik yang digunakan adalah uji *Spearman Rank*. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini berupa Kuesioner *Family Support* yang terdiri dari 29 pertanyaan. Dan juga menggunakan Kuesioner Tingkat Stres dengan 10 pertanyaan.

III. RESULT

1. Analisa Univariat

a. Umur

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Pasien Berdasarkan Umur Pasien Diabetes Melitus di PUSKESMAS Tahun 2023 (n = 48)

Umur	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Pra Lansia (45-59 Tahun)	36	75.0
Lansia (60-65 Tahun)	12	25.0
Total	48	100.0

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa responden berusia 45-59 Tahun (Pra Lansia) yaitu 36 responden (75.0 %) dan responden berusia 60-65 Th (Lansia) yaitu 12 responden (25,0 %) total responden 48.

b. Jenis Kelamin

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Pasien Berdasarkan Jenis Kelamin Pasien Diabetes Melitus di PUSKESMAS Tahun 2023 (n = 48)

Jenis Kelamin	Frekuensi(f)	Persentase (%)
Laki-laki	11	22.9
Perempuan	37	77.1
Total	48	100.0

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa responden pasien Diabetes Melitus berjenis kelamin perempuan yaitu 37 responden (77,1 %) dan responden laki-laki yaitu 11 responden (22,9 %) total responden 48.*

c. Pekerjaan

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Pasien Berdasarkan Pekerjaan Pasien Diabetes Melitus di PUSKESMAS Tahun 2023 (n = 48)

Pekerjaan	Frekuensi(f)	Presentase (%)
Swasta	8	16.7
PNS	1	2.1
Tidak Bekerja	19	39.6
Wiraswasta	11	22.9
Total	48	100.0

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa responden tidak bekerja yaitu 19 responden (39.6 %), responden dengan pekerjaan PNS yaitu 1 responden (2,1 %), responden dengan pekerjaan buruh yaitu 9 responden (18,8 %), responden dengan pekerjaan swasta yaitu 8 responden (16,7), dan responden dengan pekerjaan wiraswasta yaitu 11 responden (22,9 %) total responden 48.

d. Lama Diabetes Melitus

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Pasien Berdasarkan Lama Diabetes Melitus Pasien Diabetes Melitus di PUSKESMAS Tahun 2023 (n = 48)

Lama Diabetes Melitus	Frekuensi (f)	Persentase (%)
< 5 Tahun	45	93.8
5 – 10 Tahun	1	2.1
≥ 10 Tahun	2	4.2
Total	48	100.0

Berdasarkan tabel 4 diketahui responden dengan lama Diabetes Melitus < 5 Tahun yaitu 45 responden (93.8 %), responden dengan lama Diabetes Melitus 5-10 Tahun yaitu 1 responden (2,1 %) dan responden dengan lama Diabetes Melitus ≥ 10 Tahun yaitu 2 responden (4,2 %) total responden 48.

e. Family Support

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Pasien Berdasarkan Skor Family Support Pasien Diabetes Melitus di PUSKESMAS Pada Tahun 2023 (n = 48)

Family Support	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak Ada Dukungan	13	27.1
Ada Dukungan	35	72.9
Total	48	100.0

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui responden yang tidak ada dukungan yaitu 13 responden (27.1 %) dan ada dukungan yaitu 35 responden (72.9 %) total responden 48.

f. Tingkat Stres

Tabel 6
Distribusi Frekuensi Pasien Berdasarkan Skor Tingkat Stres Pasien Diabetes Mellitus di PUSKESMAS Pada Tahun 2023 (n = 48)

Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase
Stres Ringan	17	35,4
Stres Sedang	22	45,8
Stres Berat	9	18,8
Total	48	100,0

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa responden tingkat stres ringan yaitu 17 responden (35,4 %), responden stres sedang yaitu 22 responden (45,8 %), dan responden stres berat yaitu 9 responden (18,8 %) total responden 48.

2. Analisa Bivariat

a. Hubungan Family Support dengan Tingkat Stres pada pasien Diabetes Melitus di PUSKESMAS

Tabel 7

Hasil Analisis Bivariate Family Support dengan Tingkat Stres Pasien Diabetes Melitus di PUSKESMAS Tahun 2023 (n = 48)

Variabel Penelitian	Koefisien Korelasi (r)	p-value
Family Support - Tingkat Stres	- 0,474	0,001
Total	48	48

Berdasarkan hasil perhitungan pada tabel 7, diperoleh p-value (0,001) < (0,05), yang artinya Ho dinyatakan ditolak Ha dinyatakan diterima. Maka menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara variabel family support dengan tingkat stress pada pasien Diabetes Melitus di PUSKESMAS. Besarnya koefisien korelasi (r) yaitu (- 0,474), artinya arah hubungan negative (-) atau dikatakan semakin tinggi family support semakin rendah tingkat stres dan tingkat kekuatan hubungan variabel family support dengan tingkat stres adalah berkorelasi cukup.

IV. DISCUSSION

1. Analisa Univariat
a. Usia

Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan oleh peneliti diperoleh sebagian besar responden berumur 45-59 dengan frekuensi 36 responden (75,0 %). Hal ini didukung dengan penelitian oleh Sylvia et al (2020) yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 45 tahun keatas lebih beresiko mengalami Diabetes Melitus (PERKENI, 2021).

Kelompok usia terbanyak yang mengalami Diabetes Melitus adalah pra lansia yaitu pada

rentang 45-59 tahun karena pada usia ini manusia mengalami perubahan fisiologis. Perubahan fisiologis terjadi pada semua sistem tubuh termasuk pada sistem endokrin. Saat sistem endokrin menurun dapat menyebabkan berkurangnya kemampuan sel beta pankreas dalam memproduksi insulin dan penurunan sekresi insulin sehingga kemampuan fungsi tubuh dalam metabolisme glukosa dalam darah kurang optimal (Syamsiyah, 2017). Semakin meningkat usia seseorang maka semakin besar mengalami Diabetes Melitus karena saat seseorang berusia > 40 tahun kadar glukosa darah naik 1- 2 mg%/tahun pada saat puasa dan akan naik sekitar 5,6-13 mg % pada 2 jam setelah makan (Fanani,2020).

Faktor umur yang mempengaruhi kejadian Diabetes Melitus ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kekenusa dkk (2013) didapatkan *p value* 0,001 (< 0,05) yang artinya terdapat hubungan antara usia dengan kejadian diabetes melitus, dimana orang yang berusia > 45 tahun memiliki resiko 8 kali terkena Diabetes Melitus dibandingkan dengan orang yang berusia ≤ 45 tahun. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Paneleven (2017) didapatkan data responden berusia ≤ 45 tahun berjumlah 8 (21,1%) dan responden berusia > 45 tahun berjumlah 30 (78,9%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Girsang (2019) didapatkan hasil mayoritas responden berusia > 45 tahun yaitu 15 responden (50%).

b. Jenis Kelamin

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden dengan jenis kelamin perempuan yaitu 37 responden (77,1 %). Livana (2018) menyebutkan bahwa responden berjenis kelamin perempuan pada usia lebih dari 40 tahun lebih beresiko menderita penyakit DM Tipe 2 dikarenakan pada perempuan yang telah mengalami menopause, kadar gula dalam darah lebih tidak terkontrol dikarenakan terjadi penurunan produksi hormon estrogen dan progesteron. Berkurangnya produksi hormon estrogen dan progesteron tersebut dapat mempengaruhi sel beta pankreas dalam tubuh dalam merespon insulin.

Penelitian ini sejalan dengan Prasetyani (2017) yang menyatakan tingginya kejadian Diabetes Melitus pada perempuan dapat disebabkan oleh adanya perbedaan komposisi tubuh dan perbedaan kadar hormon seksual antara perempuan dan laki-laki. Perempuan memiliki jaringan adipose lebih banyak dibandingkan laki-laki. Hal ini dapat diketahui dari perbedaan lemak normal antara laki-laki dan perempuan dewasa, dimana pada laki-laki berkisar antara 15-20 % sedangkan pada perempuan berkisar 20-25 % dari berat badan. Selain itu penurunan konsentrasi hormon estrogen pada perempuan menopause menyebabkan adanya peningkatan cadangan lemak tubuh terutama di daerah abdomen yang meningkatkan pengeluaran asam lemak bebas. Kedua kondisi ini menyebabkan resistensi insulin. Hal ini dapat terjadi karena hormon estrogen berfungsi menjaga

keseimbangan kadarglukosa darah untuk tetap normal dan meningkatkan penyimpanan serta penggunaan lemak sebagai energi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa bila hormon esterogen menurun maka kemampuan menjaga aanya keseimbangan glukosa darah dan penyimpanan lemak juga menurun (Salindeho dkk, 2014).

c. Pekerjaan

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden tidak bekerja dengan frekuensi 19 responden (39,6%), Menurut Zainuddin (2016) jenis pekerjaan juga erat kaitannya dengan kejadian Diabetes Melitus. Pekerjaan seseorang mempengaruhi tingkat aktivitas fisiknya. Aktivitas fisik yang dilakukan oleh penyandang yang tidak bekerja besar lebih sedikit dibanding orang yang memiliki aktivitas pekerjaan diluar rumah.

Hal tersebut didukung oleh penelitian Isnaini (2018) yang menyatakan aktivitas fisik yang teratur dapat berperan dalam mencegah risiko DM dengan meningkatkan massa tubuh tanpa lemak dan secara bersamaan mengurangi lemak tubuh. Aktivitas fisik mengakibatkan insulin semakin meningkat sehingga kadar gula dalam darah akan berkurang. Sedangkan orang yang jarang beraktivitas fisik dan jarang melakukan olahraga, zat makanan yang masuk ke dalam tubuh tidak akan dibakar tetapi akan ditimbun dalam bentuk lemak dan gula. Jika kondisi pankreas tidak adekuat dalam menghasilkan insulin dan tidak mencukupi untuk mengubah glukosa menjadi energi maka akan timbul penyakit DM.

d. Lama Diabetes Melitus

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden dengan lama menderita < 5 tahun dengan frekuensi 45 responden (93,8%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aisyah dkk (2018) didapatkan hasil lama menderita penyandang Diabetes Melitus < 5 tahun sebanyak 49 (59%), 6-10 tahun sebanyak 22 (26,5%) dan > 10 tahun sebanyak 12 (14,5%). Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian Maulasari (2020) yang menyatakan responden yang baru menderita Diabetes Melitus memiliki kekhawatiran terhadap penyakit yang dialaminya karena penyakit Diabetes Melitus merupakan penyakit yang tidak dapat disembuhkan dan penyakit Diabetes Melitus membuat penderitanya harus mengontrol pola makan seperti membatasi asupan glukosa dan karbohidrat serta melakukan olahraga secara teratur. Oleh karena itu, responden yang baru menderita Diabetes Melitus belum bisa menyesuaikan setiap perubahan yang terjadi akibat penyakit Diabetes Melitus yang dialaminya dari pada penderita diabetes yang sudah lama menderita diabetes.

Latifah (2017) menyebutkan bahwa Diabetes Melitus merupakan penyakit yang bersifat menahun, akibat kurangnya sekresi atau ketidak efektifan insulin yang telah disekresi oleh pankreas. Pasien Diabetes Melitus harus melakukan terapi pengelolaan farmakologis dan non farmakologis untuk mencegah terjadinya komplikasi dan mengontrol kestabilan kadar gula darahnya. Mayoritas penyandang Diabetes Melitus lama menderita < 5 tahun ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Krismanita dkk (2017) didapatkan data mayoritas

penyandang Diabetes Melitus memiliki lama menderita ≤ 5 tahun pada 27 responden (54%).

Menurut Livana (2018) lama waktu menderita DM menyebabkan munculnya berbagai pengalaman misalnya munculnya komplikasi DM, sehingga penyandang DM tersebut termotivasi untuk patuh menjalankan diet DM, mengurangi stres, minum obat, sehingga tidak mengalami kenaikan kadar gula darah. Lamanya menderita menunjukkan bahwa penyandang Diabetes Melitus yang taat pada regimen pengobatan dan melaksanakan pola hidup sehat serta berusaha beradaptasi dengan baik terhadap penyakitnya (Setiyorini dan Ning 2017).

e. *Family Support* pada Pasien Diabetes Melitus

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di dapatkan hasil sebagian besar responden mendapatkan dukungan keluarga dengan frekuensi 35 responden (72,9 %). Hasil penelitian ini didukung oleh Damaiyanti (2015), hasil penelitian dukungan keluarga pada pasien DM tipe 2 terdapat sebagian responden memiliki dukungan keluarga yang baik yaitu 43 responden. Firmana (2017) menyebutkan bahwa adanya *family support* terhadap responden dengan Diabetes Melitus dikarenakan adanya ikatan keluarga yang kuat antar anggota keluarga. *Support* yang diberikan anggota keluarga dapat mendorong seseorang untuk meningkatkan kepercayaan dan keyakinan diri dalam manajemen perawatan diri. Hasil penelitian yang dilakukan Yanto, A. (2017) hasil dukungan keluarga pada pasien DM tipe 2 terdapat sebagian besar responden memiliki dukungan

keluarga tinggi sebanyak 70 responden (72,9%). Terbukti dengan responden menjawab pertanyaan pada wawancara terstruktur dengan indikator yang terdapat pada kuesioner tentang rasa kepedulian anggota keluarga sebagai pemberi informasi sehingga keluarga sebagai tempat dalam memberi semangat serta pengawasan terhadap kegiatan harian dengan melakukan kontrol rutin serta senantiasa mengingatkan klien untuk mengontrol gula darah.

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya (Laoh et al., 2013), dukungan keluarga yang baik dapat menggambarkan kemampuan keluarga dalam mengenal masalah kesehatan pada setiap anggota keluarga yang mengalami perubahan status kesehatan pada penyakit Diabetes Melitus sehingga dapat memberikan dukungan keluarga dalam bentuk dukungan emosional, dan informasional, dimana keluarga mendampingi anggota keluarga yang sakit ketika datang ke tempat pelayanan kesehatan, anggota keluarga juga membantu dalam mempertahankan keadaan kesehatan anggota keluarga yang sakit, ikut mengurus status kesehatan anggota keluarga yang sakit, keluarga juga memberikan perhatian dan selalu bertanya tentang keadaan, keluhan yang dialami setiap hari serta mengevaluasi perkembangan penyakit anggota keluarga yang sedang sakit. Keluarga juga memberikan informasi dan motivasi tentang pentingnya pengobatan serta sering mengingatkan keluarga jika sudah waktunya kontrol gula darah.

f. Tingkat Stres pada Pasien Diabetes Melitus

Hasil dari penelitian ini didapatkan tingkat stres yang dialami responden

adalah 22 responden (58,3 %) dengan stres sedang. Menurut penelitian Maulasari (2020) menyebutkan bahwa penyandang Diabetes Melitus yang memiliki tingkat stres ringan, sedang maupun berat menjelaskan bahwa semakin lama menderita Diabetes Melitus maka penderita Diabetes Melitus semakin bisa menyesuaikan diri terhadap perubahan hidup yang harus dilakukan akibat menderita diabetes. Penyesuaian diri yang baik ini terbentuk karena penderita Diabetes Melitus yang sudah lama menderita Diabetes Melitus telah berpengalaman dalam mengelola penyakitnya dan sudah melewati proses perawatan yang relatif lama, sehingga memiliki penyesuaian diri yang baik terhadap penyakitnya dibanding yang baru menderita Diabetes Melitus.

Penelitian ini didukung dengan penelitian Labindjang, Kadir, & Salamanja (2015) yang menyatakan bahwa stres merupakan faktor yang dapat menyebabkan kadar gula darah menjadi meningkat. Pengaruh stres terhadap peningkatan kadar gula darah terkait dengan sistem neuroendokrin yaitu melalui jalur Hipotalamus-Pituitary Adrenal. Stres yang tinggi sangat berpengaruh pada kesehatan penderita Diabetes Melitus tipe II karena akan menyebabkan kadargula darah naik.

Gula darah merupakan salah satu karbohidrat terpenting yang digunakan sebagai sumber tenaga utama dalam tubuh. Kadar gula darah dapat di kontrol dengan cara melakukan kontrol gula darah secara teratur minimal 1 bulan sekali, jika kontrol gula darah buruk akan memperburuk kondisi. Kontrol DM yang buruk dapat mengakibatkan hiperglikemia dalam jangka panjang

yang menjadi pemicu beberapa komplikasi yang serius baik makro vaskular maupun mikrovaskular seperti penyakit jantung, penyakit vaskuler perifer, gagal ginjal, kerusakan saraf dan kebutaan. Banyaknya komplikasi yang mengiringi penyakit DM telah memberikan kontribusi terjadinya perubahan fisik psikologis maupun sosial (Anani, 2014).

Stres merupakan suatu respons alami dari tubuh kita ketika mengalami tekanan dari lingkungan. Dampak dari stres beraneka ragam, dapat mempengaruhi kesehatan mental maupun fisik. Salah satu dampak dari stres terhadap kesehatan adalah kadar gula darah yang meningkat. Saat seseorang mengalami stres maka terjadi peningkatan hormon kortisol yang dapat meningkatkan gula darah dalam tubuh dengan sangat cepat. Hormon kortisol merupakan hormon glukokortikoid yang diproduksi dan dilepaskan oleh kelenjar adrenal. Kortisol mempengaruhi beberapa aspek tubuh terutama membantu mengatur respons tubuh terhadap stres. Dalam keadaan normal, hormon kortisol dapat mengimbangi efek insulin. Hormon kortisol meningkatkan gula darah dengan melepaskan glukosa yang disimpan, sedangkan insulin berfungsi untuk menurunkan gula darah. Memiliki kadar kortisol yang tinggi (*hiperkortisolisme*) dapat menyebabkan gula darah tinggi terus-menerus (*hiperglikemia*) (Endro, 2016).

Kondisi stres yang terus berlangsung dalam rentang waktu yang lama, membuat pankreas menjadi tidak dapat mengendalikan produksi insulin sebagai hormon pengendali gula darah. Kegagalan pankreas

memproduksi insulin tepat pada waktunya ini yang menyebabkan rangkaian penyakit metabolik seperti Diabetes Melitus. Bila bertambah dengan gaya hidup yang buruk, kurang olahraga, serta memiliki faktor risiko Diabetes Melitus, maka bukan tidak mungkin penyakit Diabetes Melitus akan terjadi. Gula memang menjadi penyebab Diabetes Melitus, tapi stres bisa jadi pemicu terjadinya diabetes lebih cepat. Konsumsi gula bukan untuk dihilangkan, tapi dikurangi. Sedangkan kalau bisa, hindari hal-hal yang dapat membuat stres meningkat (Endro, 2016).

g. Hubungan *Family Support* dengan Tingkat Stres Pada Pasien Diabetes Melitus

Hasil uji statistik korelasi *spearman rank* didapatkan hasil *p-value* $(0,001) < (0,05)$, yang artinya H_0 dinyatakan ditolak H_a dinyatakan diterima. Maka menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *family support* dengan tingkat stres. Besarnya koefisien korelasi (*r*) yaitu $(-0,474)$, artinya arah hubungan negatif atau dikatakan semakin tinggi *family support* semakin rendah tingkat stres dan tingkat kekuatan hubungan variabel *family support* dengan tingkat stres adalah berkorelasi cukup. Dikatakan cukup karena *family support* merupakan faktor eksternal dalam mengontrol tingkat stres dan terdapat faktor internal lain seperti penatalaksanaan Diabetes Melitus meliputi edukasi, terapi nutrisi medis, latihan jasmani, terapi farmakologi dan pemantauan glukosa darah sendiri (PERKENI, 2015). Hal tersebut didukung oleh penelitian Rian (2017) menjelaskan bahwa keluarga dibutuhkan untuk membantu dan mendukung pasien dalam praktik manajemen diri dengan membantu pasien dengan perencanaan

strategis, penetapan tujuan, pemecahan masalah sertapencegahan stres. Hal ini menunjukkan terdapat hubungan anggota keluarga dalam memandu pengobatan, diet, latihan jasmani dan pengisian waktu luang yang positif merupakan bentuk peran serta aktif bagi keberhasilan penatalaksanaan DM (Utama, 2015).

Hal tersebut sejalan dengan penelitian Saraha, *et al* (2013) menyatakan ada hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stres pada pasien diabetes melitus, sehingga dukungan keluarga dengan pasien sangatlah penting guna mengurangi tingkat stres akibat pengobatan lama Diabetes Melitus yang ditempuh lama, ataupun gangguan masalah fisik dan psikologis yang menyebabkan pasien hanya melakukan aktivitas secara terbatas. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pasien Diabetes Melitus yang mendapatkan dukungan keluarga cukup dengan tingkat stres sedang. Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Masruroh (2014) menjelaskan dukungan keluarga positif dapat menurunkan tingkat stres.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Asmaningrum, *et al* (2014) menjelaskan dukungan keluarga yang baik juga berhubungan dengan tingkat stres menjadi ringan. Sejalan dengan penelitian Paususeke, *et al* (2015), bahwa terdapat hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres. Dalam penelitian ini, pasien yang mendapatkan dukungan keluarga guna untuk memberikan semangat dan perhatian pada pasien Diabetes Melitus. Dari data yang diperoleh, sebagian besar pasien memiliki dukungan cukup. Dukungan yang diberikan keluarga dan sesuai harapannya sehingga dapat mengurangi tingkat stres (Paususeke, *et al* 2015).

Menurut Saraha, *et al* (2013) bahwa dukungan ini sangat berguna ketika

individu mengalami stres karena tuntutan tugas yang lebih besar daripada kemampuan dirinya. Bertambahnya stres hidup akan menyebabkan terganggunya keseimbangan mental dan emosional yang walaupun tidak menyebabkan kematian secara langsung, akan tetapi mengganggu produktivitas dan hidup seseorang menjadi tidak efisien. Dukungan keluarga berfungsi sebagai strategi pencegahan guna mengurangi stres dan akibat negatifnya. Efek dari dukungan keluarga terhadap kesehatan yang adekuat terbukti berhubungan dengan menurunnya mortalitas, lebih mudah sembuh dari sakit, fungsi kognitif, fisik, dan kesehatan emosi. Dukungan keluarga yang tidak baik mempengaruhi tingkat stres pasien Diabetes Melitus, hal ini terjadi karena dapat mengganggu kesehatan pasien. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan dari dukungan keluarga pada kejadian stres dan dapat menurunkan tingkat stres seseorang.

Menurut Livana (2018) keberhasilan atau kepatuhan pasien DM untuk melakukan pemantauan glukosa darah harus melibatkan partisipasi atau peran dari keluarga pasien DM. Keluarga pasien DM berperan sebagai pemberi asuhan keperawatan secara informal yaitu dengan memberikan kesempatan kepada pasien DM untuk berlatih mengelola dirinya sendiri terutama untuk melakukan pemeriksaan kadar glukosa darahnya, dalam hal ini keluarga hanya memotivasi atau mengajak pasien DM untuk melakukan pemeriksaan kadar glukosa darahnya. Masalah akan muncul pada pasien DM yang tidak patuh dengan ajakan keluarganya untuk memeriksakan kadar glukosa darahnya, dan keluarga hanya memotivasi tetapi tidak mendampingi pemeriksaan yang harus dilakukan di laboratorium, rumah sakit, klinik, puskesmas, atau melakukan pemeriksaan kadar glukosa darah secara mandiri.

Pasien DM yang belum menyadari pentingnya dan manfaat melakukan pemantauan kadar glukosa darah secara rutin juga menjadi penyebab pasien DM tidak patuh terhadap ajakan keluarganya untuk melakukan pemeriksaan tersebut. Hal tersebut didukung oleh penelitian Mamahit (2018) yang menyebutkan bahwa ikatan kekeluargaan dan persahabatan dianggap sebagai aspek yang memberikan kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu, yaitu saat seseorang didukung oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah. Banyak orang yang berasumsi jika penyakit Diabetes Melitus adalah penyakit yang tidak dapat disembuhkan, hal tersebut mempengaruhi hormon kortisol yang meningkat yang membuat penderita Diabetes Melitus mengalami stres. Sehingga para penyandang diabetes di tahun-tahun awal akan mengalami kecemasan dan stres (Novitasari, 2013).

Dukungan keluarga yang diberikan keluarga dapat menurunkan stres dan mendapatkan kesehatan yang lebih baik pada penderita Diabetes Melitus. Banyaknya dukungan keluarga yang diterima sangat mempengaruhi individu untuk mengikuti diet yang dianjurkan serta dapat mempengaruhi pemeliharaan kesehatan pada penderita Diabetes Melitus. Dengan adanya dukungan tersebut dapat membantu menurunkan tingkat stres dan beberapa aspek yang mempengaruhi stres. Dukungan keluarga dapat mencegah berkembangnya masalah akibat tekanan yang di hadapi dalam menjalani penyakit diabetes melitus. Hal ini dibuktikan dengan adanya tingkat kemaknaan yang berarti semakin kurang adanya dukungan keluarga maka semakin mudah terjadinya stres dalam menjalani penyakit Diabetes Melitus begitu juga sebaliknya (Kumah, Sicolli dkk, 2018).

Dengan demikian dapat disimpulkan adanya *family support* terhadap pasien Diabetes Melitus dapat menurunkan tingkat stres. *Family support* yang baik menjadikan pasien mendapatkan semangat dan perhatian yang baik dibandingkan pasien yang kurang mendapatkan *family support*. Pasien yang mendapat dukungan dari keluarga yang baik akan mengurangi tingkat stres pada penderita penyakit Diabetes Melitus.

V. CONCLUSION

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan *family support*

dengan tingkat stres pada pasien Diabetes Melitus dengan nilai *p-value* 0,001 ($< 0,005$) yang artinya H_0 ditolak H_a diterima dan nilai *r coefficients correlation* -0.474 artinya arah hubungan (-) dengan kekuatan hubungan cukup yang menunjukkan bahwa semakin tinggi *family support* maka semakin rendah tingkat stres.

REFERENCES

- Aniani (2014). *Hubungan Motivasi Diri dan Pengetahuan Gizi Terhadap Kepatuhan Diet DM pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Rawat Jalan di SUD Karanganyar*.
<https://journals.ums.ac.id/index.php/JK/article/download/5538/3612>.
- Ariani, Y., Sitorus, R. & Gayatri, D. (2013). *Dukungan Keluarga dan Tingkat Stres Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Dalam Asuhan Keperawatan*.
<https://media.neliti.com/media/publications/108281-ID-dukungan-keluarga-dan-tingkat-stress-pasien-diabetes.pdf>.
- Asmaningrum, N., Dodi W., dan Chandra, A.P. 2014. *Dukungan Sosial Keluarga sebagai Upaya Pencegahan Stres pada Lansia dengan Andropause di Desa Gebang Wilayah Kerja Puskesmas Patrang Kabupaten Jember*. Jurnal Kesma Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember Vol 10. No 1. Maret 2014.
- Buraena, s., et al. (2017). *The Effect of Education Against Glycemic Control in Type 2 Diabetes Mellitus: Studies of Family Support and Compliance Treatment Supervision*.
<http://gssrr.org/index.php?journal=JournalOfBasicAndApplied&page=article&op=view&path%5B%5D=6362>.
- Cahyani. (2017). *Hubungan Tingkat Stres dengan Kepatuhan Pengelolaan Diabetes Melitus Tipe II*.
http://etd.repository.ugm.ac.id/index.php?act=view&buku_id=85652&mod=penelitian_detail&sub=PenelitianDetail&typ=html.
- Damaiyanti, S. (2017). *Hubungan Dukungan Keluarga pada Pasien DM Tipe 2 dalam Menjalani Self Manajemen Diabetes*.
<http://jkp.fkep.unpad.ac.id/index.php/jkp/article/view/81/77>.
- DINKES. (2019). *Profil Kesehatan Kota Semarang*.
http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KAB_KOTA_2015/337_Jateng_Kota_Semarang_2015.pdf.
- Endro. (2016). *Hubungan Stres dengan Peningkatan Kadar Gula Darah*. <http://stikes-bhm.sc.id>.
- Fanani (2020). *A Structured, Group-Based Diabetes Self-Management Education (DSME) Programme for People, Families, and Whanau With Type 2 Diabetes (T2DM) in New Zealand: an Observational Study*.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23517821>.
- Fatimah. (2016). *Hubungan Faktor Personal dan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Stres Penderita Diabetes Melitus*.
<http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/33017/1/FATIMAH%20FKIK.pdf>.
- Khafi, R., Palimbo, A. & Marlina. (2019). *Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Stres untuk Pencegahan Kaki Diabetik pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Tipe 2*.
<http://ojs.dinamikakesehatan.stikessarimulia.ac.id/index.php/dksm/article/download/146/120>.
- Kekeunusa dkk (2013). *Hubungan Antara Umur dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe II*.
- Krismanita dkk (2017). *Komplikasi pada Penderita Diabetes Melitus*. Yogyakarta:ANDI.
- Laoh, J. A., Lestari, S.I., & Rumampuk, M. V.H. (2013). *Hubungan Dukungan Keluarga pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2*. Jurnal Ilmiah Perawat Manado, 44-50.

- Saraha, S. M., Esrom K., dan Ferdinand W. 2013. *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Depresi pada Pasien Penyakit Ginjal Kronik di Ruang Hemodialisa BLU RSUP Prof.Dr.R.D.Kandou Manado*. Ejournal Keperawatan (e-Kp) Vol 1. No 1. Agustus 2013.
- Yanto, A. (2017). *Hubungan Dukungan Keluarga pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2*. https://www.researchgate.net/publication/322699317_Dukungan_Keluarga_Pada_Pasien_Diabetes_Mellitus_Tipe_2_Di_Kota_Semarang.

BIOGRAPHY

First Author

Nama : Ns. Muhammad Anis Taslim, M.Kep
Institusi : Prodi S-1 Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang.
Pengalaman Penelitian : Fokus Pada Penelitian Keperawatan Medikal Bedah.

Second Author

Nama : Ns. Deasy Virka Sari, S.Fis., M.Fis
Institusi : Prodi S-1 Fisioterapi STIKES Telogorejo Semarang.
Pengalaman Penelitian : Fokus Pada Penelitian Fisioterapi.

Third Author

Nama : Jihan Nanda Mirsada
Institusi : Mahasiswa Prodi S-1 Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang.