MANUSKRIP

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN DIET RENDAH KARBOHIDRAT PADA LANSIA DIABETES MELITUS TIPE 2

Oleh:

ACH SYAUQI GUMILANG ZAIN
NIM. 22142010055

NHM
Universitas Noor Huda Mustofa

PROGRAM STUDI

KEPERAWATAN UNIVERSITAS

NOOR HUDA MUSTOFA 2026

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN DIET RENDAH KARBOHIDRAT PADA LANSIA DIABETES MELITUS TIPE 2

NASKAH PUBLIKASI

Oleh:
ACH SYAUQI GUMILANG ZAIN
NIM. 22142010055

Bangkalan, 4 Agustus 2026

Pembimbing



Alvin Abdillah S.Kep., Ns., M.AP., M.Kep.
NIDN. 0725019004

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN DIET RENDAH KARBOHIDRAT PADA LANSIA DIABETES MELITUS TIPE 2

Ach Syauqi Gumilang Zain[1], Alvin Abdillah S.Kep., Ns., M.A.P., M.Kep[2]

ABSTRAK

Diabetes Melitus Tipe 2 merupakan penyakit kronis yang banyak dialami oleh lansia dan memerlukan pengelolaan jangka panjang, salah satunya melalui kepatuhan diet rendah karbohidrat untuk menjaga kestabilan kadar glukosa darah. Namun, kepatuhan diet pada lansia masih menjadi masalah yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, terutama dukungan keluarga. Studi ini bertujuan untuk menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah karbohidrat pada lansia Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Bangkalan Kabupaten Bangkalan.

Desain penelitian menggunakan analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi peneletian sejumlah 75 responden dengan sampel 63 responden yang ditetapkan, secara simple random sampling. Variabel independen dukungan keluarga dan variabel dependen kepatuhan diet rendah karbohidrat. Sumber data dikumpulan melalui Kuesioner *Hensarling's Diabetes Family Support Scale* (HDFSS), Kuesioner *Perceived Dietary Adherence Questionnaire* (PDAQ). Data kemudian dilakukan uji menggunakan *Chi-Square* dengan nilai α = 0,05. Nomer etik NO: 3272/KEPK/UNIV-NHM/EC/IV/2026.

Hasil uji statistik variabel dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah karbohidrat di dapatkan p Value 0,000 < α (0,05) dan nilai *r-square* 13,709. artinya terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah karbohidrat dengan kategori dukungan keluarga baik dan kepatuhan diet nya patuh.

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat, dalam meningkatkan edukasi dan keterlibatan keluarga guna mendukung keberhasilan pengelolaan diet pada lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2.

Kata Kunci: Dukungan Keluarga; Diabetes Mellitus Tipe 2; Kepatuhan Diet

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN DIET RENDAH KARBOHIDRAT PADA LANSIA DIABETES MELITUS TIPE 2

Ach Syauqi Gumilang Zain[1], Alvin Abdillah S.Kep., Ns., M.A.P., M.Kep[2]

ABSTRACT

Type 2 diabetes mellitus is a chronic disease commonly experienced by elderly and requires long-term management, including adherence to a low-carbohydrate diet to maintain stable blood glucose levels. However, dietary adherence among elderly remains a challenge influenced by various factors, particularly family support. This study aims to analyze the relationship between family support and adherence to a low-carbohydrate diet among elderly with Type 2 Diabetes Mellitus in the working area of the Bangkalan Health Center, Bangkalan Regency.

The study design employed correlational analysis using a cross-sectional approach. The study population consisted of 75 respondents, with a sample of 63 respondents selected through simple random sampling. The independent variable was family support, and the dependent variable was adherence to a low-carbohydrate diet. Data were collected using the Hensarling's Diabetes Family Support Scale (HDFSS) and the Perceived Dietary Adherence Questionnaire (PDAQ). The data were then analyzed using the chi-square test with a significance level of $\alpha = 0.05$. NO: 3272/KEPK/UNIV-NHM/EC/IV/2026.

The results of the statistical test of the relationship between family support and adherence to a low-carbohydrate diet yielded a p-value of $0.000 < \alpha$ (0.05) and an r-squared value of 13.709. This indicated a significant relationship between family support and adherence to a low-carbohydrate diet, specifically in the category of good family support and high adherence to the diet.

This study is expected to serve as a foundation for healthcare professionals, particularly nurses, in enhancing family education and involvement to support successful dietary management in elderly with Type 2 Diabetes Mellitus.

***keywords**: Dietary Adherence; Family Support; Type 2 Diabetes Mellitus.*

LATAR BELAKANG

Diabetes mellitus adalah jenis penyakit yang tidak bisa disembuhkan dan ditandai dengan kadar gula dalam darah yang terlalu tinggi, serta merupakan salah satu penyakit tidak menular yang sering dialami oleh orang-orang (2). Diabetes mellitus dibagi menjadi beberapa jenis, antara lain diabetes tipe 1, diabetes tipe 2, diabetes saat kehamilan, dan jenis diabetes lainnya. Diabetes tipe 1 terjadi karena sel beta di pankreas rusak, sehingga mengurangi produksi insulin. Sementara itu, diabetes tipe 2 terjadi karena tubuh tidak merespons insulin dengan baik atau insulin tidak bekerja secara efisien. Jenis diabetes yang paling sering terjadi di masyarakat adalah diabetes tipe 2. Di Indonesia, sekitar 80% dari semua orang yang menderita diabetes adalah penderita diabetes tipe 2.

Penyakit diabetes melitus adalah penyakit yang terjadi karena pola hidup seseorang. Kebiasaan makan pasien diabetes yang sering mengonsumsi makanan tinggi karbohidrat dan berlebihan glukosa bisa menyebabkan kadar glukosa darah naik, sehingga penting bagi pasien diabetes untuk mengatur pola makan agar kadar glukosa darah tetap terjaga dan stabil. Mematuhi pola makan adalah hal penting dalam menjalani program diet agar kadar gula darah tetap stabil (3).

Dengan demikian salah satu metode yang sangat penting bagi lansia dengan DMT2 adalah diet rendah karbohidrat. Pendekatan ini dapat membantu dalam menjaga tingkat gula darah, menekan lonjakan gula setelah makan, serta meningkatkan respons insulin. Namun, individu lansia sering menghadapi tantangan saat mengikuti pola makan ini, seperti masalah fisik, kebiasaan makan yang sudah lama, serta ketergantungan pada anggota keluarga untuk penyediaan makanan sehari-hari (1). Kepatuhan diet pasien diabetes mellitus dalam menjalani diet dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor dari dalam diri dan faktor dari luar. Faktor internal meliputi pemahaman, motivasi, dan pandangan pasien. Faktor eksternal termasuk dukungan dari keluarga. Faktor-faktor yang memengaruhi kedisiplinan dalam menjalani diet bagi pasien diabetes tipe 2 termasuk tingkat pemahaman, sikap, motivasi, serta dukungan dari keluarga (3).

Namun, mematuhi diet itu cukup sulit dalam kehidupan sehari-hari. Laporan WHO tahun 2013 menyebutkan bahwa pasien diabetes mellitus di negara berkembang hanya mematuhi terapi diet jangka panjang sebanyak 50%. Pasien di negara berkembang hanya mematuhi sekitar 50% saja. Ini karena ada beberapa faktor yang mendukung penderita diabetes mellitus untuk mematuhi pola makan yang ditentukan.(2)

Pada lansia yang mengalami diabetes melitus tipe 2, proses penuaan mengakibatkan pengurangan fungsi fisik, termasuk dalam kemampuan mengolah glukosa. Hal tersebut memerlukan adanya pengaturan pola makan yang sesuai, khususnya diet dengan rendah karbohidrat, untuk menjaga agar kadar gula darah tetap dalam batas normal. Namun, penelitian mengungkapkan bahwa ketidakpatuhan terhadap pola makan masih sering terjadi karena beberapa faktor utama, yaitu kurangnya dukungan dari keluarga, pengetahuan lansia yang terbatas, kondisi sosial ekonomi yang kurang mendukung, lingkungan yang tidak kondusif (4).

Kurangnya bantuan dari keluarga adalah salah satu alasan utama yang memengaruhi tingkat kepatuhan dalam menjalani diet. Banyak keluarga belum turut serta secara aktif dalam membantu orang tua memahami

dan mengikuti pola makan yang direkomendasikan oleh tenaga medis. Selain itu, orang tua yang memiliki tingkat pendidikan rendah sering kesulitan memahami informasi kesehatan, termasuk pentingnya menerapkan diet rendah karbohidrat untuk mengendalikan kadar glukosa darah. Aspek ekonomi juga berperan, karena kurangnya dana membuat keluarga sulit membeli makanan sehat yang rendah karbohidrat, seperti sayuran segar dan sumber protein yang baik. Di sisi lain, lingkungan sosial yang tidak mendukung, seperti kebiasaan makan bersama dengan menu yang banyak mengandung karbohidrat, bisa membuat orang tua kurang semangat untuk mengikuti diet.(4).

Dampak negatif dari tidak mematuhi diet rendah karbohidrat pada lansia yang menderita diabetes tipe 2 bisa sangat berbahaya. Dalam hal ini, bisa terjadi perubahan pada kadar gula darah, yang bisa memperparah komplikasi jangka panjang seperti neuropati, nefropati, dan retinopati, serta mengurangi kualitas hidup dan usia harapan para lansia. Di sisi lain, melakukan diet rendah karbohidrat bisa membantu mengendalikan kadar gula darah, meningkatkan tenaga, mengurangi risiko terjadinya komplikasi, serta memperlambat kemajuan penyakit. Oleh karena itu, bantuan yang kuat dari keluarga sangat penting untuk meningkatkan semangat, perhatian, dan ketekunan para lansia dalam menjalani pola makan sesuai anjuran tenaga medis. (4).

Meskipun ada banyak bukti tentang manfaat klinis dari diet rendah karbohidrat, tantangan terbesar yang dihadapi dalam penelitian adalah masalah ketidakpatuhan pasien terhadap diet tersebut. Kurnia (2019) menyatakan bahwa keberhasilan diet rendah karbohidrat tidak hanya bergantung pada pedoman gizi, namun juga terpengaruh oleh faktor eksternal seperti tradisi kuliner, kebiasaan mengonsumsi karbohidrat tinggi (seperti nasi yang merupakan makanan pokok, dan kemampuan pasien untuk menjalani diet jangka panjang tanpa dukungan dari lingkungan terdekat. Situasi ini sangat relevan bagi orang tua yang biasanya bergantung kepada keluarga untuk penyediaan makanan, pengaturan menu, dan pengingat untuk tetap konsisten dengan diet (5).

METODE PENELITIAN

Desain penelitian meliputi pemilihan cara penelitian, pengumpulan informasi, penyelidikan data, serta pembuatan kesimpulan.Penelitian ini menggunakan metode korelasional analitis, yaitu metode yang digunakan untuk melihat seberapa besar bantuan dari keluarga mempengaruhi kepatuhan lansia penderita diabetes melitus tipe 2 dalam menjalani pola makan rendah karbohidrat berdasarkan kondisi yang terjadi secara alami di lapangan. Pengumpulan data dilakukan dalam satu kali pengukuran untuk mengetahui pola hubungan antar variabel.Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan mampu menjelaskan tingkat kekuatan dan arah hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen, tanpa bertujuan menunjukkan hubungan sebab-akibat.

Sementara itu, jenis pendekatan yang digunakan adalah cross sectional. Studi cross-sectional mempelajari hubungan antara paparan atau faktor yang berpotensi menyebabkan masalah (faktor independen) dengan hasil atau dampak yang terjadi (variabel dependen). Pengumpulan data mengenai faktor risiko dan dampaknya dilakukan sekaligus dalam satu waktu, artinya semua variabel, termasuk variabel bebas dan variabel terikat, diamati pada saat

yang sama.. (6).

HASIL PENELITIAN DATA UMUM

Frekuensi distribusi usia, jenis kelamin, serta tingkat pendidikan lansia yang menderita diabetes melitus di area kerja Puskesmas Bangkalan.

Usia	Frekuensi (*f*)	Persentase (%)
45 – 59 Tahun (*Middle Age)*	23	37%
60 – 74 Tahun (*Eldery)*	37	59%
75 – 90 Tahun *(Old)*	3	5%
>90 Th (*Very Old)*	0	0%
Total	63	100%
Jenis Kelamin	**Frekuensi (*f*)**	**Persentase (%)**
Laki-laki	14	22%
Perempuan	49	78%
Total	63	100%

Pendidikan	Frekuensi (*f*)	Persentase (%)
Pendidikan Dasar	21	33%
Pendidikan Menengah	28	44%
Pendidikan Tinggi	14	22%
Total	63	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkalan dikategorikan 60 – 74 Tahun *(Eldery)* dengan persentase 59% (37 responden). Hampir seluruh dari responden berjenis kelamin perempuan dengan persentase 78% (49 responden). Hampir setengah dari responden memiliki riwayat pendidikan menengah dengan persentase 44% (28 responden),

HASIL PENELITIAN DATA KHUSUS

Distribusi frekuensi Dukungan Keluarga di posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Bangkalan.

Kategori	Frekuensi	Persentase %
Dukungan Keluarga Baik	47	75%
Dukungan Keluarga Buruk	16	25%
Total	63	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar dukungan keluarga dari responden dengan kategori dukungan keluarga baik Yaitu sebanyak 47 responden (75%)

Distribusi Kepatuhan Diet Rendah Karbohidrat di posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Bangkalan.

Kategori	Frekuensi	Persentase %
Patuh	40	63%
Tidak Patuh	23	37%
Total	63	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan kategori patuh terhadap diet rendah karbohidrat Yaitu sebanyak 40 responden (63%)

Tabulasi silang antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah karbohidrat terhadap lansia di posyandu wilayah kerja Puskesmas Bangkalan.

		Kepatuhan Diet Rendah Karbohidrat					
		Patuh	%	Tidak Patuh	%	Total	%
Dukungan keluarga	Baik	36	57,1%	11	17,5%	47	74,6%
Dukungan Keluarga	Buruk	4	6,3%	12	19,0%	16	25,4%
	Total	**40**	**63,5%**	**23**	**36,5%**	**63**	**100,0%**

Uji Chi-Square
α = 0,05
p value = 0,000
r square = 13,709

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa 36 responden dengan tingkat dukungan keluarga kategori baik memiliki kepatuhan diet ketegori patuh (57,1%). Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai Pearson *Chi-Square* sebesar 13,709 dengan nilai *ρ* value 0,000 (α < 0,05). Dengan demikian, terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet rendah karbohidrat pada lansia dengan diabetes mellitus. Sehingga dapat di simpulkan bahwa Ho ditolak dan Ha diterima. Dengan nilai *r-square* 13,709.

PEMBAHASAN

Gambaran Dukungan Keluarga Pada Lansia Dengan Diabetes Melitus Tipe2 di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkalan.

Analisa peneliti menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di posyandu wilayah kerja puskesmas Bangkalan memiliki dukungan keluarga yang baik.

Dukungan keluarga adalah salah satu jenis dukungan sosial yang diberikan oleh anggota keluarga kepada seseorang, terutama ketika menghadapi masalah kesehatan yang sulit. Dukungan ini mencakup berbagai bentuk bantuan yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan emosional, sosial, dan praktis individu tersebut. Dukungan dari keluarga menunjukkan adanya hubungan yang dekat dan terus menerus di antara anggota keluarga, sehingga setiap individu merasa diperhatikan dan mendapatkan dukungan saat menghadapi berbagai peristiwa dalam hidup (7).

Sejalan dengan penelitian (Jodi, Kadek, *et al.* (2024) dengan judul hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet didapatkan hasil dukungan keluarga sebagian besar baik. Bantuan dari keluarga adalah dukungan yang diberikan oleh anggota keluarga kepada orang yang menderita diabetes melitus, termasuk kenyamanan fisik dan psikologis. Peran keluarga sangat penting untuk keberlangsungan hidup orang yang menderita diabetes melitus.. Keluarga mendapatkan dukungan sepanjang hidup, dengan jenis dan sifat dukungan yang berbeda setiap tahap siklus hidup keluarga.

Dikuatkan dengan penelitian Rohmawati *et al.* (2023) tentang Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet didapatkan hasil sebagian besar dukungan keluarga baik. Dukungan keluarga merupakan jenis hubungan interpersonal yang mencakup sikap, tindakan, dan pengakuan terhadap anggota keluarga, agar mereka merasakan adanya perhatian. Orangorang yang hidup dalam lingkungan sosial yang mendukung biasanya memiliki kesehatan mental yang lebih baik dibandin gkan dengan rekanrekannya yang tidak me miliki keuntungan ini, karena dukungan ke luarga dianggap dapat mengurangi atau men ahan dampak negatif pada kesehatan mental seseorang. Keluarga sangat penting bagi pasi en diabetes melitus yang harus mengikuti ter api diet. Komponen utama dukungan keluar ga terdiri dari dukungan emosional, dukunga n instrumental, dukungan informasi, dan duk ungan evaluasi dan penghargaan.

Ada empat jenis dukungan keluarga, salah satunya adalah dukungan emosional. Ini berasal dari keluarga sebagai tempat yang aman dan nyaman untuk beristirahat dan penyembuhan, serta membantu dalam mengelola emosi. Aspek-aspek dukungan emosional termasuk kasih sayang, kepercayaan, perhatian, mendengarkan, dan saling mendengarkan. Dukungan emosional juga mencakup ungkapan empati, perhatian, motivasi, kehangatan, dan semangat untuk membantu orang lain. (9).

Mayoritas tingkat pendidikan responden berada pada tingkat menengah (SMA). Tingkat pendidikan berpengaruh pada terjadinya diabetes melitus. Hal ini berhubungan dengan pemahaman mengenai kesehatan yang baik dan kemampuan untuk menerima informasi yang baik, yang mengarah pada kesadaran untuk merawat kesehatannya (Anggraini et al., 2024). Dampak positif lainnya yang dapat muncul dari dukungan keluarga yang diberikan adalah melalui penyampaian informasi. Ini terkait dengan pemahaman tentang kesehatannya sendiri dan bagaimana menerima informasi yang tepat, sehingga dapat meningkatkan kesadaran untuk menjaga kesehatannya sendiri. Maka dari itu sejalur dengan hasil penelitian yang riwayat pendidikannya hampir setengah yaitu menengah SMA.

Hasil riset menunjukkan bahwa keluarga memberikan dukungan emosional paling sering kepada responden.. Dengan adanya dorongan perilaku yang menciptakan

perasaan nyaman dan mengarahkan responden bahwa ia dipuji, dihormati, dan dicintai, orang lain bersedia memberi perhatian, dukungan emosional dari keluarga dapat mencakup ungkapan empati, perhatian, dorongan semangat, kehangatan pribadi, kasih sayang, atau bantuan emosional.

Faktanya, dukungan emosional dari keluarga dapat meningkatkan pemulihan dan semangat responden karena mereka membuat responden merasa dihargai dan dipahami oleh keluarganya. Membantu responden mengurangi kecemasan yang disebabkan oleh diabetes melitus juga diberikan dukungan. Menurut hasil riset, keluarga membantu menenangkan responden dengan meningkatkan kadar gula darah mereka. Mereka juga mengingatkan mereka pada waktu kontrol ke posyandu dan diet.

Peneliti menyimpulkan dari hasil riset bahwa hal-hal seperti memberi semangat, perhatian, atau memahami keadaan saat responden menghadapi masalah dengan diabetes melitus dapat membantu kesehatan mereka.

Gambaran Kepatuhan Diet Rendah Karbohidrat Pada Lansia Dengan Diabetes Melitus Tipe2 di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkalan

Analisa peneliti menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di posyandu wilayah kerja puskesmas Bangkalan memiliki kepatuhan dalam kategori patuh terhadap diet rendah karbohidrat. Hasil ini didapatkan karena sebagian besar responden menyatakan bahwa mereka telah menerima instruksi dari puskesmas sehingga mereka memiliki pemahaman yang cukup tentang diet dibetes melitus, terutama diet rendah karbohidrat. Di samping itu, seorang responden menyatakan bahwa anaknya selalu mengawasinya untuk mengikuti program diet DM sesuai dengan rekomendasi dokter dan perawat di puskesmas.

Kepatuhan dapat dipahami sebagai kegiatan dan sikap individu dalam mengikuti pola diet yang telah disarankan untuknya, dengan tujuan mengatur asupan makanan agar kadar glukosa dalam darah dapat terjaga dengan baik. Apabila kadar gula darah terjaga dengan baik, maka kemungkinan bagi penderita untuk mengalami komplikasi lanjutan akan menjadi semakin rendah (10).

Penelitian yang dilakukan oleh Jodi, Kadek, dan timnya pada tahun 2024 berjudul "Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet" menunjukkan bahwa dukungan dari keluarga merupakan salah satu faktor yang memengaruhi tingkat kepatuhan seseorang terhadap diet. Menentukan pola makan merupakan hal penting dalam mengelola penyakit diabetes. Diet adalah cara mengatur macam dan porsi makanan yang dikonsumsi setiap hari. Diet yang diterapkan bagi penderita diabetes tipe 2 adalah cara mengatur makanan dengan memberikan semua jenis nutrisi yang dibutuhkan sesuai dengan kebutuhan energi setiap orang. Tujuan penelitian ini adalah agar berat badan tetap terjaga dan menghindari perubahan tiba-tiba pada kadar gula darah. Prinsip diet yang diterapkan dengan memperhatikan waktu makan yang tepat, jenis makanan yang dikonsumsi, dan jumlah porsi yang diperoleh. Mengikuti diet dengan baik adalah hal yang penting dalam mengelola diabetes melitus tipe 2. Pasien yang bisa mematuhi diet dengan baik dapat mencegah timbulnya penyakit tambahan dan memperbaiki kualitas hidup mereka.

Hal ini di kuatkan oleh penelitiannya Rohmawati dkk. (2023) yang berjudul hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet bahwa Pengaturan pola

makan merupakan salah satu elemen penting dalam manajemen diabetes. Diet adalah pengaturan variasi dan jumlah makanan yang dimakan setiap harinya. Rencana makan yang diterapkan untuk pasien diabetes melitus tipe 2 meliputi kofigurasi asupan makanan dengan menyajikan semua ragam nutrisi yang dibutuhkan sesuai dengan perlunya energi energi setiap pribadi. Sasaran dari penataan ini adalah untuk mempertahankan berat badan dan mencegah fluktuasi tiba-tiba pada tingkat glukosa darah. Prinsip diet yang diterapkan dengan meliputi tepat waktu, ragam makanan, dan jumlah makanan. Kepatuhan pada pola makan sangat penting dalam pengendalian diabetes tipe 2. Pasien yang dapat mematuhi diet mereka dapat menghindari masalah dan meningkatkan kualitas hidup mereka..

Handayani, Siregar, dan Siregar (2024) juga mengatakan dalam penelitiannya yang berjudul hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet: tingkat pendidikan pasien diabetes mellitus adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet mereka. Hasil dari riset menunjukkan bahwa mayoritas pasien dalam kajian ini berasal dari latar belakang pendidikan menengah. Pendidikan menengah adalah fase pendidikan menengah. Dengan pendidikan minimal ini, pasien diabetes mellitus cenderung berpikir dan bertindak lebih baik dibandingkan dengan penderita diabetes mellitus yang berpendidikan di bawahnya. Hal ini disebabkan oleh pendidikan yang mereka raih, paling tidak akan memengaruhi cara berpikir yang dimiliki oleh orang yang menderita diabetes mellitus. Seseorang akan diajarkan untuk memahami permasalahan. Pendidikan yang lebih baik kepada penderita dan keluarganya akan meningkatkan penerimaan informasi dan dukungan, yang akan berdampak pada perilaku keluarga dalam menjaga kesehatan keluarga mereka terhadap penderita diabetes mellitus.

Menurut opini peneliti beberapa responden telah mengkonsumsi makanan buah, sayur dan sumber karbohidrat yang komplek. Namun juga tetap mengonsumsi kopi, teh manis, serta gorengan atau makanan yang berlemak yang tidak teratur. Responden menjelaskan bahwa penyebabnya adalah penurunan nafsu makan yang semakin hari semakin berkurang, dan mereka beranggapan bahwa ini disebabkan oleh faktor usia. Selain itu, responden mengonsumsi makanan dan minuman bergula yang tinggi karena sudah menjadi kebiasaan sehari-hari sehingga mereka akan merasa tidak nyaman atau pusing jika tidak mengonsumsinya.

Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Rendah Karbohidrat Pada Lansia Dengan Diabetes Melitus Tipe2 di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkalan

Hasil menunjukkan hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet; dukungan keluarga yang kuat meningkatkan kepatuhan diet, sedangkan dukungan keluarga yang lemah menurunkan kepatuhan diet.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nuzula dkk.(2022) tentang hubungan antara dukungan keluarga dan kepatuhan dalam diet.Hasil menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara tingkat kepatuhan diet dan dukungan yang diberikan oleh keluarga kepada pasien diabetes melitus tipe 2. Pasien yang mendapat bantuan dari keluarga yang mendukung merasa dihargai dan dibutuhkan, hal ini bisa membuat mereka lebih percaya diri dan termotivasi untuk tetap menjaga gaya hidup sehat,

mengendalikan kadar gula darah, serta mematuhi pola makan yang direkomendasikan. Dukungan positif dari keluarga saat seseorang menjalani diet bisa membantu dalam beberapa cara, seperti membuat pasien lebih semangat mengikuti petunjuk dari tenaga kesehatan tentang apa yang harus dilakukan selama diet, serta membuat mereka lebih termotivasi untuk tetap menjaga gaya hidup sehat.

Hal ini juga di kuatkan oleh penelitian nya Rohmawati *et al.* (2023) yang berjudul hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet bahwasanya ada hubungan yang signifikan, proses menjalani diet pasien diabetes akan lebih mudah dengan bantuan keluarga mereka. menjadi lebih mudah. Dalam setiap individu terdapat kehendak dan keinginan untuk bertindak, namun untuk melaksanakan tindakan tersebut diperlukan ada dorongan internal, atau motivasi internal, dan dorongan eksternal, seperti keadaan, lingkungan, dan dukungan orang lain. Saat pasien diabetes mendapatkan bantuan dengan informasi, dukungan emosional, dan penghargaan, dan bantuan praktis, pengaruh tersebut akan berdampak pada kondisi psikologisnya, yang pada gilirannya akan mendorong fisiknya untuk melakukan upaya mencapai kesehatan.

Ini juga ada kemungkinan bahwa semakin banyak dukungan keluarga yang diberikan kepada pasien diabetes mellitus dalam menerapkan diet diabetes mellitus, semakin banyak kepatuhan mereka terhadap diet. tersebut.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Sebagian besar lansia memiliki dukungan keluarga dalam kategori baik pada lansia dengan diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas Bangakalan.
2. Sebagian besar lansia patuh terhadap kepatuhan diet rendah karbohidrat pada lansia dengan diabetes mellitus diwilayah kerja puskesmas Bangakalan.
3. . Ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah karbohidrat pada lansia dengan diabetes mellitus diwilayah kerja puskesmas Bangakalan

Saran

1. Saran Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu memajukan ilmu keperawatan, terutama dalam bidang perawatan lansia, dengan memperkuat pemahaman tentang peran keluarga dalam memberikan dukungan yang memperbaiki ketaatan pasien Diabetes Melitus Tipe 2 terhadap pola makan rendah karbohidrat.

2. Saran Praktis

a. Bagi Institusi

Diharapkan skripsi ini memberikan informasi tambahan tentang keperawatan gerontik dan menjadi referensi untuk hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah karbohidrat pada lansia dengan diabetes mellitus.

b. Untuk Tempat Penelitian

Diharapkan skripsi ini dapat memberikan tambahan informasi terkait pentingnya dalam meningkatkan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah karbohidrat pada lansia dengan diabetes mellitus.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Para peneliti berikutnya diharapkan bisa melanjutkan penelitian dengan mengeksplorasi faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap ketaatan lansia dengan diabetes melitus terhadap pola makan

rendah karbohidrat.

Diharapkan dari hasil penelitian ini, lansia yang menderita diabetes melitus dapat meningkatkan dukungan dari keluarga dalam menjalani pola makan rendah karbohidrat, sehingga mereka bisa mengelola penyakitnya sendiri secara mandiri dan lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

T.Eltrikanawati. Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan Dukungan Keluarga Dan Kepatuhan Pola Diet Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Lansia. Februari [Internet]. 2022;7(1):40–7. Tersedia pada: http://doi.org/10.22216/endurance.v7i1.792

Review L. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus Siti Suhartatik Jurusan Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia. 2022;8(3):148–56.

Diabetes P, Tipe M, Poli DI. (The Correlation Between Family Support. 2025;9(1):1–7.

Di M, Kerja W, Aek P, Kota H, Tinggi S, Kesehatan I, et al. 3 1,2,3. 2025;4(10):1517–28.

Kurnia A. Diet rendah karbohidrat pada pasien diabetes mellitus tipe 2: Literature review. Nurscope J Penelit dan Pemikir Ilm Keperawatan. 2020;5(2):46.

Anggreni. Metodologi Penelitian Kesehatan. Mojokerto: Penerbit STIKEes Majapahit Mojokerto 2022; 2022.

Asyari H, Ruswadi I. Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pasien preoperasi sectio caesarea di rumah sakit ma sentot patrol indramayu. 2021;3(1).

Jodi, Kadek, Gusti Ayu Ary AntariMade Suindrayasa DMW. Community of Publishing in Nursing (Coping), p-ISSN 2303-1298, e-ISSN 2715-1980. 2024;12:632–8.

Rohmawati I, Studi P, Keperawatan I, Aini LN, Studi P, Ners P, et al. Jurnal Keperawatan dan Kebidanan. 2023;1–14.

Andi Herman, S.Kep., Ns. MK. Pendidikan Kesehatan: Peningkatan Pengetahuan dan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus berbasis Video. NEM; 2022.

Handayani I, Siregar IS, Siregar PA. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Medan Sunggal 2024. 2024;9(2):161–71.

NHM

Universitas Noor Huda Mustofa