

ABSTRAK

Penyakit diabetes mellitus setiap tahunnya mengalami peningkatan jumlah penderita, tidak hanya di negara maju, tapi juga melanda negara miskin dan berkembang. Diabetes mellitus yang tidak terkontrol menyebabkan komplikasi, yang dapat berpengaruh pada kualitas hidup dan menyebabkan besarnya peningkatan biaya pengobatan. Upaya pengendalian tidak cukup hanya ditangani oleh dokter atau tenaga kesehatan akan tetapi perlu peran serta masyarakat terutama keluarga dan juga *self management* pasien itu sendiri.

Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional, dengan desain penelitian *cross sectional*. Populasi dalam penelitian adalah pasien diabetes mellitus poli penyakit dalam RSI Jemursari Surabaya yang melakukan pemeriksaan kadar gula darah. Sampel berjumlah 76 pasien yang diambil secara acak menggunakan teknik *systematic random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen kuesioner. Untuk mengetahui hubungan antar variabel digunakan uji *Chi Square* dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden adalah berusia dewasa atau berada pada rentang usia 18-65 tahun (69,7%), berjenis kelamin perempuan (51,3%), status pekerjaan tidak bekerja (73,7%), dan tingkat pendidikan SMA/ sederajat (36,8%). Hasil analisis statistik uji *Chi Square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan sosial keluarga, yaitu dukungan emosional ($p=0,934$), dukungan informatif ($p=0,650$), dukungan penghargaan ($p=1,000$), dan dukungan instrumental ($p=0,888$) dengan kadar gula darah. Sementara pada variabel kebiasaan olahraga ($p=0,020$) dan lama tidur ($p=0,000$) terdapat hubungan dengan kadar gula darah.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak ada hubungan antara dukungan sosial keluarga, yaitu dukungan emosional (PR=1,14; 95% CI 0,61-2,15), dukungan informatif (PR=0,76; 95% CI 0,36-1,62), dukungan penghargaan (PR=0,92; 95% CI 0,45-1,89), serta dukungan instrumental (PR=1,15; 95% CI 0,63-2,08) dengan kadar gula darah, dan ada hubungan kebiasaan olahraga (PR=2,12; 95% CI 1,11-4,04) dan lama tidur (PR=7,9; 95% CI 2,65-23,7) dengan kadar gula darah. Disarankan rumah sakit membentuk perkumpulan khusus diabetes yang aktif memberikan konseling mengenai olahraga/ aktifitas fisik yang sesuai bagi kondisi masing-masing individu, serta konsultasi mengenai keluhan pasien dalam upaya mengendalikan diabetes mellitus.

Kata Kunci : dukungan keluarga, kebiasaan olahraga, lama tidur, kadar gula darah