

PENINGKATAN PERAN KELUARGA SEBAGAI *SUPPORT SYSTEM* DALAM PENGELOLAAN PASIEN *DIABETES MELITUS* DI DESA DARUL AMIN, KECAMATAN LAWE ALAS KABUPATEN ACEH TENGGARA TAHUN 2026

Sabran Hadi Pagan¹, Mahanta Qaribi²

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nurul Hasanah Kutacane, sabranhadi99@gmail.com

²Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nurul Hasanah Kutacane, mahantaqaribi@gmail.com

*Penulis Koresponden: Sabran Hadi Pagan

Abstrak

Diabetes Melitus merupakan penyakit kronis yang membutuhkan pengelolaan secara berkelanjutan dan keterlibatan keluarga dalam mendukung perawatan pasien di lingkungan rumah. Namun, masih terdapat anggota keluarga yang belum memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai dalam mendampingi pasien Diabetes Melitus, khususnya terkait kepatuhan pengobatan, pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pemantauan kadar glukosa darah, serta pencegahan komplikasi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan peran keluarga sebagai *support system* dalam pengelolaan pasien Diabetes Melitus. Kegiatan dengan sasaran keluarga yang memiliki anggota keluarga menderita Diabetes Melitus. Metode yang digunakan adalah pendekatan edukatif dan partisipatif melalui penyuluhan, diskusi interaktif, demonstrasi, dan simulasi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman keluarga mengenai pengelolaan Diabetes Melitus serta peran keluarga sebagai *support system*.

Kata kunci: Diabetes Melitus, *support system*, edukasi kesehatan, pemberdayaan keluarga.

Abstract

Diabetes Mellitus is a chronic disease that requires continuous management and family involvement to support patient care in the home environment. However, some family members still lack adequate knowledge and skills to assist patients with Diabetes Mellitus, particularly regarding medication adherence, dietary management, physical activity, blood glucose monitoring, and complication prevention. This community service activity aimed to enhance the role of families as a support system in the management of patients with Diabetes Mellitus. The activity targeted families with members diagnosed with Diabetes Mellitus. The method used an educational and participatory approach through health education, interactive discussions, demonstrations, and simulations. The results showed an improvement in family

knowledge and understanding of Diabetes Mellitus management and the role of families as a support system.

Keywords: *Diabetes Mellitus, support system, health education, family empowerment.*

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan global karena prevalensinya terus meningkat dan menimbulkan berbagai komplikasi yang dapat menurunkan kualitas hidup penderitanya (Sun et al., 2022). Diabetes Melitus adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah akibat gangguan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Kondisi hiperglikemia yang tidak terkontrol dapat menyebabkan komplikasi mikrovaskular maupun makrovaskular, seperti penyakit jantung, stroke, nefropati, retinopati, dan neuropati diabetik. Oleh karena itu, pengelolaan DM memerlukan perawatan jangka panjang dan keterlibatan berbagai pihak, termasuk keluarga (Pamungkas et al., 2017).

Dukungan keluarga memiliki hubungan yang signifikan dengan peningkatan perilaku *self-management* dan kepatuhan pengobatan pada pasien DM. Keterlibatan keluarga dalam pengelolaan diabetes terbukti meningkatkan efikasi diri pasien, memperbaiki kontrol glikemik, serta membantu pasien mempertahankan perilaku hidup sehat. Pengelolaan Diabetes Melitus tidak hanya berfokus pada terapi farmakologis, tetapi juga mencakup perubahan gaya hidup, pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pemantauan kadar glukosa darah, dan kepatuhan terhadap pengobatan. Pelaksanaan berbagai komponen tersebut sering kali menjadi tantangan bagi pasien karena membutuhkan motivasi dan dukungan yang berkelanjutan (Jameel et al. 2023).

Keluarga merupakan sistem pendukung terdekat yang memiliki peran penting dalam membantu pasien menjalani pengobatan sehari-hari. Bentuk dukungan yang diberikan keluarga dapat berupa dukungan emosional, instrumental, informasional, maupun penghargaan (Siregar, 2022). Keterlibatan keluarga dalam program pengelolaan diabetes berkontribusi positif terhadap kepatuhan minum obat, pengaturan diet, aktivitas fisik, dan pengendalian kadar gula darah pasien. Semakin tinggi dukungan keluarga yang diterima pasien, semakin baik pula kemampuan pasien dalam melakukan perawatan diri (*self-care*) dan mengendalikan penyakitnya (Asnuddin & Dioso, 2025).

Kurangnya dukungan keluarga menyebabkan pasien mengalami kesulitan dalam mempertahankan kepatuhan terapi dan menjalankan perilaku hidup sehat. Sebaliknya, pasien yang mendapatkan pendampingan dari keluarga lebih disiplin dalam mengontrol pola makan, melakukan aktivitas fisik, menjaga kebersihan diri, serta mematuhi regimen pengobatan yang telah ditetapkan. Dukungan keluarga bahkan diidentifikasi sebagai salah satu faktor penting yang memengaruhi keberhasilan pengelolaan Diabetes Melitus secara jangka panjang (Pratiwi et al., 2023).

Meskipun peran keluarga sangat penting, kenyataannya masih banyak anggota keluarga yang belum memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai dalam mendampingi pasien DM. Sebagian besar keluarga belum memahami cara memonitor kondisi pasien, mengingatkan jadwal pengobatan, mengatur pola makan, maupun mengenali tanda-tanda komplikasi dan kondisi kegawatdaruratan seperti hipoglikemia dan hiperglikemia. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya upaya pemberdayaan keluarga melalui kegiatan edukasi dan pendampingan kesehatan agar keluarga mampu menjalankan perannya secara optimal sebagai *support system* bagi pasien *Diabetes Melitus* (Rahmah et al., 2023).

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan suatu kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada **Peningkatan Peran Keluarga Sebagai *Support System* Dalam Pengelolaan Pasien *Diabetes Melitus*** melalui edukasi, pelatihan, dan pendampingan keluarga. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan keluarga dalam mendukung kepatuhan pengobatan, memperbaiki perilaku *self-management* pasien, serta mencegah terjadinya komplikasi akibat *Diabetes Melitus*.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif dan partisipatif dengan fokus pada pemberdayaan keluarga sebagai *support system* dalam pengelolaan pasien *Diabetes Melitus* (DM). Kegiatan dilaksanakan di Desa Cingksam Mekhanggun pada Mei 2026 dengan sasaran keluarga yang memiliki anggota keluarga menderita *Diabetes Melitus*. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan sebanyak 20 orang dengan didampingi keluarga.

Tahap awal kegiatan diawali dengan koordinasi bersama pihak Kepala Desa dan Kader Kesehatan untuk menentukan sasaran dan waktu pelaksanaan kegiatan. Selanjutnya, tim pengabdian melakukan identifikasi peserta serta menyiapkan media edukasi berupa materi presentasi dan leaflet.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan salam pembuka dan menjelaskan tujuan kegiatan. Selanjutnya, dilakukan penyuluhan kesehatan menggunakan metode ceramah dan diskusi interaktif. Materi yang diberikan mencakup konsep dasar Diabetes Melitus, pengelolaan penyakit melalui pengaturan pola makan, kepatuhan minum obat, aktivitas fisik, pemantauan kadar glukosa darah, serta peran keluarga sebagai pendukung utama dalam perawatan pasien.

Selain penyuluhan, kegiatan juga dilengkapi dengan demonstrasi dan simulasi mengenai perawatan kaki diabetik, pengenalan tanda dan gejala hipoglikemia dan hiperglikemia, pengaturan pola makan sehat, serta strategi keluarga dalam memberikan dukungan emosional dan motivasi kepada pasien. Peserta diberikan kesempatan untuk berdiskusi dan berkonsultasi terkait permasalahan yang dihadapi dalam mendampingi anggota keluarga yang menderita *Diabetes Melitus*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Desa Cingksam Mekhanggun diikuti oleh peserta yang merupakan anggota keluarga dari pasien *Diabetes Melitus*. Peserta terdiri dari pasangan, anak, maupun anggota keluarga lain yang berperan sebagai pendamping utama pasien dalam menjalani pengobatan dan perawatan sehari-hari. Berdasarkan hasil observasi selama kegiatan berlangsung, sebagian besar peserta belum pernah memperoleh edukasi khusus mengenai peran keluarga dalam pengelolaan *Diabetes Melitus*. Sebagian peserta mengaku hanya mengetahui bahwa pasien harus mengonsumsi obat secara rutin, tetapi belum memahami pentingnya pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pemantauan kadar gula darah, dan deteksi dini komplikasi.

Selama proses edukasi, peserta menunjukkan antusiasme dan keterlibatan aktif melalui diskusi dan tanya jawab. Peserta juga diberikan demonstrasi dan simulasi mengenai perawatan kaki diabetik, pengenalan tanda dan gejala hipoglikemia dan

hiperglikemia, serta bentuk dukungan keluarga dalam membantu pasien menjalankan perawatan di rumah.

Berdasarkan hasil observasi setelah kegiatan, terlihat adanya perubahan dalam pemahaman peserta terhadap pengelolaan Diabetes Melitus dan peran keluarga sebagai *support system*. Peserta mampu menjelaskan kembali beberapa materi yang telah diberikan dan mampu mengidentifikasi bentuk dukungan yang dapat dilakukan keluarga, antara lain mengingatkan jadwal minum obat, membantu pengaturan pola makan, mendorong aktivitas fisik, memantau kondisi kesehatan pasien, serta memberikan dukungan emosional dan motivasi.

Hasil observasi juga menunjukkan bahwa peserta lebih aktif dalam mengajukan pertanyaan dan berdiskusi mengenai permasalahan yang dihadapi dalam mendampingi anggota keluarga dengan Diabetes Melitus. Demonstrasi dan simulasi memberikan kesempatan kepada peserta untuk memahami tindakan perawatan secara langsung sehingga peserta tidak hanya memperoleh informasi secara teoritis, tetapi juga memiliki gambaran mengenai penerapannya dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dan pemberdayaan keluarga dapat meningkatkan pengetahuan keluarga mengenai pengelolaan *Diabetes Melitus* dan peran mereka sebagai *support system* bagi pasien. Peningkatan pengetahuan yang terjadi setelah intervensi menunjukkan bahwa pemberian edukasi merupakan salah satu strategi efektif untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam mendampingi pasien DM.

Keluarga memiliki peran penting dalam keberhasilan pengelolaan *Diabetes Melitus* karena sebagian besar aktivitas perawatan pasien dilakukan di lingkungan rumah. Dukungan keluarga dapat berupa dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan yang secara langsung memengaruhi kepatuhan pasien dalam menjalani pengobatan dan menerapkan gaya hidup sehat. Penelitian oleh Pamungkas et al. (2017) menyatakan bahwa keterlibatan keluarga dalam pengelolaan diabetes mampu meningkatkan perilaku *self-management* dan pengendalian glikemik pasien.

Hasil kegiatan ini juga sejalan dengan penelitian Jameel et al. (2023) yang menunjukkan bahwa dukungan keluarga berhubungan dengan peningkatan kepatuhan pengobatan, pengaturan pola makan, serta aktivitas fisik pada pasien *Diabetes Melitus*

tipe 2. Keluarga yang memahami penyakit dan komplikasi diabetes cenderung lebih aktif mengingatkan pasien untuk mengonsumsi obat secara teratur, melakukan kontrol kesehatan, serta menjaga pola hidup sehat.

Selain itu, demonstrasi mengenai perawatan kaki diabetik dan pengenalan tanda hipoglikemia serta hiperglikemia memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna bagi peserta. Metode demonstrasi memungkinkan peserta memahami secara langsung tindakan yang dapat dilakukan di rumah sehingga meningkatkan keterampilan keluarga dalam mendukung perawatan pasien. Pembelajaran melalui demonstrasi dan praktik langsung dapat meningkatkan pemahaman, retensi pengetahuan, serta kemampuan peserta dalam menerapkan keterampilan yang telah dipelajari (Bastable, 2023; Oermann & Gaberson, 2021). Hal ini sesuai dengan teori pembelajaran orang dewasa (*adult learning theory*) yang menyatakan bahwa kombinasi antara penyampaian informasi dan praktik langsung dapat meningkatkan pemahaman dan retensi pengetahuan.

Menurut Rias dan Thato (2025) tingginya antusiasme peserta selama diskusi menunjukkan bahwa keluarga membutuhkan informasi dan pendampingan terkait pengelolaan *Diabetes Melitus*. Berbagai pertanyaan yang diajukan peserta mengindikasikan masih adanya keterbatasan pengetahuan mengenai perawatan pasien di rumah. Oleh karena itu, kegiatan edukasi kesehatan berbasis keluarga perlu dilakukan secara berkelanjutan melalui kerja sama dengan puskesmas dan kader kesehatan agar keluarga dapat menjalankan fungsinya secara optimal sebagai pendukung utama pasien.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kemampuan keluarga dalam mendukung pengelolaan *Diabetes Melitus*. Pemberdayaan keluarga diharapkan dapat meningkatkan kepatuhan pengobatan, memperbaiki kualitas hidup pasien, serta menurunkan risiko terjadinya komplikasi akibat *Diabetes Melitus*.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai Peningkatan Peran Keluarga Sebagai *Support System* Dalam Pengelolaan Pasien *Diabetes Melitus* telah terlaksana dengan baik dan mendapatkan respons yang positif dari peserta. Pelaksanaan edukasi, diskusi interaktif, dan demonstrasi mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman keluarga mengenai konsep dasar Diabetes Melitus, pengelolaan penyakit, pencegahan komplikasi, serta pentingnya dukungan keluarga dalam mendampingi pasien. Selain itu,

peserta juga menunjukkan peningkatan kemampuan dalam mengidentifikasi peran yang dapat dilakukan keluarga, seperti mengingatkan jadwal minum obat, membantu pengaturan pola makan, mendorong aktivitas fisik, memantau kondisi kesehatan pasien, serta memberikan dukungan emosional selama proses pengobatan.

Pemberdayaan keluarga sebagai *support system* merupakan salah satu strategi yang efektif dalam mendukung pengelolaan Diabetes Melitus secara berkelanjutan. Keterlibatan keluarga diharapkan dapat meningkatkan kepatuhan pengobatan, memperbaiki perilaku *self-management*, mengurangi risiko komplikasi, dan pada akhirnya meningkatkan kualitas hidup pasien Diabetes Melitus.

DAFTAR PUSTAKA

- Asnuddin, A., & Dioso, R. I. (2025). The Relationship Between Family Support with Self-Care for People with Diabetes Mellitus. *Transpublika International Research in Exact Sciences*, 179–187. <https://doi.org/10.55047/tires.v4i4.1939>
- Jameel, T., Busebaia, A., Ali, P., Thompson, J., & Fairbrother, H. (2023). The role of family in supporting adherence to diabetes self-care management practices: An umbrella review. *Journal of Advanced Nursing*, April, 3652–3677. <https://doi.org/10.1111/jan.15689>
- Nurse as Educator: Principles of Teaching and Learning for Nursing Practice. Bastable SB. *Nurse as Educator: Principles of Teaching and Learning for Nursing Practice*. 6th ed. Burlington, MA: Jones & Bartlett Learning; 2023
- Oermann MH, Gaberson KB. Clinical Teaching Strategies in Nursing. 6th ed. New York: Springer Publishing Company; 2021
- Pamungkas, R. A., Chamroonsawasdi, K., & Vatanasomboon, P. (2017). *behavioral sciences A Systematic Review: Family Support Integrated with Diabetes Self-Management among Uncontrolled Type II Diabetes Mellitus Patients*. 1–17. <https://doi.org/10.3390/bs7030062>
- Pratiwi, I. N., Choirunnisa, L., Kusnanto, K., & Ramoo, V. (2023). Family Support and Adherence to Control Among Type 2 Diabetes Mellitus: A Cross-sectional Study in the Primary Health Center Settings. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 19(May), 16–22.
- Rahmah, R. A. G. N., Sukartini, T., & Utami, S. (2023). Family is My Diabetes Savior: A Case Study of Family Support in Reaching Goals of Self-Care Adherence in Diabetic Patient. *International Journal of Nursing and Health Services*, 6(2), 88–95. <https://doi.org/10.35654/ijnhs.v6i1.672>
- Rias, Y. A., & Thato, R. (2025). Effectiveness of a theory-based tailored individual and family self-management education in adults with uncontrolled diabetes: A randomized controlled trial. *International Journal of Nursing Sciences*, 12(4), 320–327. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2025.06.001>
- Siregar, Y. H. (2022). Efektivitas dukungan keluarga dalam pelaksanaan self management diabetes melitus tipe 2 berdasarkan health belief model: systematic review. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 17 (3), 509–516. <https://doi.org/10.36911/pannmed.v17i3.1455>
- Sun H, Saeedi P, Karuranga S, et al. IDF Diabetes Atlas: Global, regional and country-level diabetes prevalence estimates for 2021 and projections for 2045.

Diabetes Research and Clinical Practice. 2022;183:109119.
doi:10.1016/j.diabres.2021.109119

LAMIRAN DOKUMENTASI

