



## Gambaran Pola Asuh terhadap Kepatuhan Diet Anak dan Remaja dengan Diabetes Mellitus: Studi Kasus

Inggita Kusumastuty<sup>1\*</sup>, Della Martha Halimatussa'diah<sup>1</sup>, Catur Saptaning Wilujeng<sup>1</sup>, Fajar Ari Nugroho<sup>1</sup>

<sup>1\*)</sup> Departemen Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Brawijaya, Jl Puncak Dieng Eksklusif, Kunci, Kalisongo, Kec. Dau, Kabupaten Malang, Jawa Timur 65151, INDONESIA

\*Alamat korespondensi: [inggita@ub.ac.id](mailto:inggita@ub.ac.id)

Diterima: April 2022

Direview: Juni 2022

Dimuat: Desember 2022

### ABSTRACT

*Diet is one of the Diabetes Mellitus patient management pillars. A patient's dietary compliance is important for controlling blood glucose. Type 1 DM patients, which generally affect children and adolescents, face challenges in regulating food intake. Parents have a significant role in guiding their children to comply with dietary recommendations. This study aimed to describe the parenting style on the dietary compliance of patients with type 1 diabetes. This study was qualitative research with a case study approach. The research involved four key respondents who were taken according to the predetermined inclusion criteria. Data were collected through in-depth interview techniques. The analysis results showed that most parents apply democratic parenting while the rest have authoritarian parenting. The democratic type of parent has involved in directing, reminding, and supervising thus the result is a better compliance from the patient. Whereas in the authoritarian type of parent, the patient tends to not adhere to the diet. This study concluded that parental assistance can be important in supporting the DM type 1 patient's dietary compliance.*

**Keywords:** Type 1 Diabetes Mellitus, Parenting Style, Diet Adherence

### ABSTRAK

Diet merupakan salah satu pilar penatalaksanaan pasien Diabetes Mellitus. Kepatuhan diet pasien penting untuk mengendalikan glukosa darah. Penderita DM tipe 1 yang umumnya menyerang anak-anak dan remaja menghadapi tantangan dalam pengaturan asupan makanan. Orang tua memiliki peran penting dalam membimbing anak-anak mereka untuk mematuhi rekomendasi diet. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pola asuh terhadap kepatuhan diet pasien diabetes tipe 1. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian ini melibatkan empat responden kunci yang diambil sesuai dengan kriteria inklusi yang telah ditentukan. Data dikumpulkan melalui teknik wawancara mendalam. Hasil analisis menunjukkan sebagian besar orang tua menerapkan pola asuh demokratis sedangkan sisanya menerapkan pola asuh otoriter. Tipe orang tua demokratis terlibat dalam mengarahkan, mengingatkan, dan mengawasi sehingga hasilnya adalah pujian yang lebih baik dari pasien. Sedangkan pada tipe orang tua otoriter, pasien cenderung

tidak patuh dengan pola makan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pendampingan orang tua dapat menjadi penting dalam mendukung kepatuhan diet pasien DM tipe 1.

**Kata kunci:** Diabetes Mellitus Tipe 1, Kepatuhan Diet, Pola Asuh

---

## PENDAHULUAN

DM tipe 1 merupakan penyakit akibat gangguan metabolisme glukosa dan ditandai dengan hiperglikemia kronik. Hal ini disebabkan rusaknya sel beta pankreas sebagai akibat proses autoimun ataupun idiopatik sehingga terjadi pengurangan atau bahkan penghentian produksi insulin. Para ahli memperkirakan bahwa kejadian DM tipe 1 dan 2 akan mengalami peningkatan sebesar 64% pada tahun 2025, yang berarti sekitar 53,1 juta orang akan terdiagnosis DM (1). Kejadian DM Tipe 1 di Indonesia adalah 0.7 tiap 100.000 anak (2). Berdasarkan data dari tahun 2011 hingga tahun 2016 terdapat sekitar 60 pasien DM tipe 1 dari usia 1 hingga 18 tahun di Rumah Sakit Saiful Anwar (RSSA) Malang (3).

Tatalaksana pengelolaan pada DM meliputi empat pilar utama, yaitu pemberian edukasi, menjaga aktivitas fisik atau olahraga, terapi farmakologi, dan perbaikan kebiasaan makan atau pola makan. Kepatuhan pasien dipengaruhi beberapa faktor diantaranya pendidikan, pengetahuan, dukungan sosial, kejenuhan dalam pengobatan dan keinginan untuk sembuh (4). Semakin baik pengetahuan, maka semakin baik pula pola makan pasien (5). Faktor paling menonjol yang mempengaruhi kepatuhan pasien adalah dukungan sosial. Dukungan sosial tersebut bisa dari keluarga, sahabat, maupun tenaga kesehatan (6).

Anak-anak yang terdiagnosis DM tipe 1 tentunya membutuhkan asuhan dari orang tua untuk mengendalikan glukosa darah. Penelitian pola asuh dan hubungannya kepatuhan diet pada diabetes tipe 1 belum ditemukan, akan tetapi hasil penelitian menunjukkan

bahwa pola asuh orang tua yang demokratis signifikan terhadap tingginya asupan buah dan sayur pada anak (7). Pola asuh orangtua mayoritas adalah demokratis (45,6%), sedangkan sisanya adalah pola asuh otoriter (28,1%) dan permisif (26,3%). Pola asuh otoriter cenderung menetapkan suatu peraturan yang mutlak harus dituruti, pola asuh demokratis dicirikan dengan adanya komunikasi dua arah antara orang tua dan anak, sedangkan pola asuh permisif dicirikan dengan kemauan dan keputusan semua ada ditangan anak (8).

Kondisi pandemi covid-19 juga memberikan perubahan aktifitas anak dan orangtua. Kegiatan yang banyak dilakukan dirumah dimungkinkan dapat mempengaruhi frekuensi diskusi antara orangtua dan anak maupun pilihan makan anak. Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti gambaran pola asuh orang tua terhadap kepatuhan diet pasien DM Tipe 1 di Kota Malang.

## METODE PENELITIAN

### *Rancangan/Desain Penelitian*

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pengumpulan data menggunakan metode wawancara mendalam (*in-depth interview*) semi terstruktur kepada informan. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari komite etik penelitian Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya No. 156/EC/KEPK-S1-GZ/06/2021.

### *Sumber Data dan Subyek Penelitian*

Informasi didapatkan dari subyek penelitian yaitu empat informan kunci

yang diambil sesuai dengan kriteria inklusi. Data pembandingan untuk memeriksa keabsahan data yang diberikan oleh informan kunci adalah data yang diperoleh dari ahli gizi dan pasien.

Kriteria inklusi penelitian ini adalah orang tua dari pasien DM tipe 1, memiliki waktu yang cukup selama proses wawancara berlangsung, dapat berkomunikasi dengan baik, bukan salah satu keluarga dari peneliti, bisa menggunakan dan menjalankan aplikasi *zoom*, bersedia menjadi responden dengan menandatangani lembar kesediaan dalam penelitian.

Informan pembandingan diambil dari seseorang yang dekat dengan informan kunci, dapat berkomunikasi dengan baik dan bersedia untuk diwawancarai. Jumlah informan pembandingan adalah 2 orang, yaitu 1 dari pasien DM tipe 1 dan 1 orang ahli gizi.

### ***Teknik Pengumpulan Data***

Wawancara mendalam dilakukan secara *online meeting* melalui aplikasi *zoom*. Daftar pertanyaan telah disusun dan dikembangkan sebelum pelaksanaan wawancara untuk informan kunci maupun informan pembandingan. Pertanyaan untuk informan kunci terdiri dari 4 tema dengan jumlah pertanyaan 15 buah. Sedangkan pertanyaan untuk informan pembandingan pasien DM tipe 1 adalah 17 pertanyaan dan informan pembandingan ahli gizi adalah 11 pertanyaan. Lama waktu wawancara yang dilakukan berkisar antara 30-45 menit untuk tiap informan.

### ***Teknik Analisis Data***

Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis tematik. Tahapan analisa yang dilakukan adalah memahami data, menyusun kode, dan menyusun tema. Instrumen yang digunakan dalam analisis data adalah *Microsoft excel*.

## **HASIL PENELITIAN**

Penelitian ini menggali data pada informan kunci dan informan tambahan dengan hasil terkait dengan karakteristik informan, pola asuh terhadap anak dan kepatuhan diet anak yang disajikan pada deskripsi dibawah ini.

### ***Karakteristik Informan***

Informan kunci pada penelitian ini adalah orang tua pasien DM Tipe 1 yang tidak memiliki komplikasi. Terdapat empat informan kunci, semua merupakan anggota dari komunitas IKADAR (Ikatan Keluarga Penyandang Diabetes Anak dan Remaja) Malang. Semua informan kunci merupakan penduduk asli Malang, memiliki komunikasi yang baik, ramah dan terbuka dalam menyampaikan informasi. Rata-rata usia informan kunci berkisar antara 40-51 tahun dan rata-rata pendidikan terakhir adalah sekolah menengah atas (SMA). Adapun rincian informan adalah sebagai berikut :

1. Informan 1 (SN), 45 tahun, pendidikan terakhir SMA, pekerjaan sebagai penjual makanan, usia anak 20 tahun (menderita DM selama 12 tahun)
2. Informan 2 (IH), 51 tahun, pendidikan SMA, pekerjaan sebagai penjahit, usia anak 18 tahun (menderita DM selama 11 tahun)
3. Informan 3 (LS), 40 tahun, pendidikan SMA, pekerjaan sebagai pedagang nasi, usia anak 14 tahun (lama menderita DM selama 4 tahun)
4. Informan 4 (NJ), 48 tahun, pendidikan SMA, pekerjaan sebagai karyawan swasta, menderita DM, usia anak 13 tahun (lama menderita DM 13 tahun)

Informan pembandingan dengan karakteristik sebagai berikut :

1. Informan 5 (FT), 13 tahun, pelajar, lama menderita DM 13 tahun
2. Informan 6 (AG), 39 tahun , ahli gizi Pola asuh orang tua yang ditemukan dalam penelitian ini adalah pola asuh

otoriter dan demokratis. Sedangkan pola asuh permisif tidak ditemukan dalam penelitian ini.

### ***Pola Asuh Otoriter***

Terdapat 1 informan menerapkan pola asuh yang mencerminkan pola asuh otoriter dilihat dari penyelesaian masalah antara orang tua dan anak. Salah satu informan menyatakan,

*“ya anaknya mah, kadang anaknya egois kadang orang tuanya egois ya ada yang berontak gitu, berontak kalau ada yang nggak sesuai sama pendapat masing masing” (I.03, 04 Juli 2021).*

### ***Pola Asuh Demokratis***

Terdapat 3 informan menerapkan pola asuh yang mencerminkan pola asuh demokratis dilihat dari penyelesaian masalah antara orang tua dan anak sertabagaimana orang tua dan anak saling berkomunikasi satu sama lain. Salah satu informan mengungkapkan bahwa,

*“biasanya kami komunikasi memang mbak, dia bercerita tentang banyak hal, sering komunikasi lah, ya saya mendengarkan ya saya beri saran saja” (I.01, 26 Juni 2021).*

Informan lain mengungkapkan,

*“e kalau ada anak seperti protes gitu kita coba e berbesar hati juga mungkin kita juga koreksi diri sebagai orang tua belum tentu kan pendapat orang tua itu benar kita coba memberikan kelonggaran kepada untuk anak-anak untuk berpendapat gitu, kalau mungkin dia ibunya bilang ndak boleh kadang membantah alasannya apa kita cari tau seperti itu” (I.02, 29 Juni 2021).*

Informan lain juga mengatakan bahwa,

*“alhamdulillah sih anaknya selalu cerita untuk hal hal yang menurut saya penting sih memang masih mau cerita gitu, ...” (I.04, 05 Juli 2021).*

### ***Pola Asuh Permisif***

Tidak terdapat informan menerapkan pola asuh yang mencerminkan pola asuh permisif. Karena jika dikaitkan dengan penyakit yang diderita anak yaitu Diabetes Mellitus Tipe 1 tentu saja orang tua akan merasa khawatir, oleh karena itu peraturan sangat penting bagi orang tua yang bertujuan untuk mendisiplinkan anak terhadap *life style* yang telah dimodifikasi dengan penatalaksanaan penyakit Diabetes Mellitus tipe 1. Salah satu informan menyatakan bahwa, *“yang ditakutkan, untuk apa namanya jangka panjangnya itu kalau ada apa namanya e komplikasi itu aja mbak, makanya seperti itu” (I.01, 26 Juni 2021).*

### ***Asuhan Kepatuhan Diet***

Sebagian besar informan selalu membimbing dan mengarahkan pasien bahwa harus patuh terhadap diet yang dijalankan. Salah satu informan menyatakan bahwa,

*“ya, saya selalu e mengingatkan terus sama dia, sampai umur sekian ini untuk tepat 3j itu mbak untuk dietnya soalnya kalau dia tidak melaksanakan 3j tersebut dia akan akan ini e menerima akibatnya sendiri gitu, misalkan dia waktunya makan terus lewat jam makan e itu kan bisa jadi dia sakit, sakit perut atau apa pusing atau apa gitu, kalau dia melanggar pasti dia tau efeknya apa gitu, seperti itu” (I.01, 26 Juni 2021).*

Terdapat informasi dari informan bahwa saat pasien masih berontak informan akan memberikan penjelasan dan mencari jalan keluar agar pasien tetap patuh terhadap dietnya dan terhindar dari komplikasi penyakit. Salah satu informan menyatakan bahwa,

*“ya memang awal awal sulit ya mbak untuk melakukan hal itu tapi alhamdulillah berkat kita memberikan pengertian pemahaman yang lebih sifatnya lebih saya pribadi gitu alhamdulillah anak anak bisa bisa*

mengerti, nah, disitu kita juga ikut mengawasi apa apa yang akan dimakan apa apa yang akan dikonsumsi anak anak baik dari jumlah jenis maupun jam kita ikut mengawasinya mbak, dari situ akhirnya bisa jadi kebiasaan anak anak untuk bisa tertib untuk dietnya, gitu mbak” (IH, 2021).

### **Kepatuhan Diet Pasien**

Dengan bertambahnya usia, pasien semakin paham terkait dengan diet yang harus dijalankan, tetapi tetap membutuhkan peran orangtua dalam mengingatkan. Informan perbandingan pasien DM menyatakan bahwa, “sekarang sudah besar jadi alhamdulillah sudah mengerti tentang 3J itu... tepat jenis jumlah jadwal tapi selalu lagi lagi diingetin makannya, waktunya yang tepat suntiknya yang betul. saya ini lumayan picky kalau makan jadi milih milih, tetep diingetin kalau misalnya makan kebutuhanmu itu segini lo jangan sampai kurang dari itu karena nanti kalau hipo apa lagi kalau kamu sendiri. karena sering mbak hipo itu sering dulu yang ngrasain ya saya sendiri apalagi kalau pas nggak ada mama atau papa kayak gitu, lumayan nyusahin tapi selalu diingatkan untuk makan suntik jangan lupa kayak gitu yang teratur” (FT, 2021).

Ada kalanya pasien masih belum patuh terhadap diet yang dilaksanakan khususnya saat sedang diluar rumah. Salah satu informan menyatakan bahwa, “e kalau anak saya ya namanya anak apa remaja ya mbak ya, kan kalau tergoda sama temannya untuk pergi ke kafe gitu gitu ya nggak bisa menolak dia, hehe, ya makan dan minuman di kafe itu walaupun sedikit itu dia masih” (I.01, 26 Juni 2021).

Informan lain juga mengatakan bahwa, “ya kadang cerita kadang yo nggak, kadang tak tanyain kalau pas cek gula terus gulanya ini apa naik atau gulanya turun atau dia kepalanya pusing terus kamu tadi habis makan apa terus kamu

tadi habis jajan apa, oh ya bu habis makan nasi goreng, apa beli risol, apa beli es gitu ya bu aku diajak temen temennya katanya gitu, ...” (I.03, 04 Juli 2021).

Selain itu, pasien juga kadang marah dan berontak ketika menu yang disajikan tidak sesuai keinginannya. Salah satu informan menyatakan bahwa,

“saat anak saya berontak itu pada saat mungkin menu dirumah itu nddak sesuai dengan selera nah itu kadang dia disuruh makan ndak mau, karena nggak nggak sesuai lah akhirnya ya kita harus mencari yang dia inginkan gitu lo maunya apa tapi tetap sesuai dengan kebutuhan dia nah kadang ya akhirnya harus beli atau bikin e atau bikin yang dia pengenin gitu” (I.02, 29 Juni 2021)

Selain itu informan juga mengatakan bahwa selama pandemi kepatuhan diet dari pasien lebih teratur dan lebih baik dari pada sebelum pandemi berhubungan dengan metode pembelajaran secara luring dan daring. Salah satu informan menyatakan bahwa, “ya kalau ya kalau untuk pandemi ini insyaAllah masih teratur tapi kemaren kemaren kalau sekolah itu yo nggak, saya bekalin sarapan dirumah pagi siang dia makan terus pulang nya jam 4 terus kalau ada tambahan jam pelajaran lagi ya nggak teratur lagi kalau ada di sekolahan” (I.03, 04 Juli 2021).

Informan lain juga menyatakan bahwa, “...cuman pas luring eh pas daring ini jadi sekolah online begini akhirnya selalu ada dirumah lebih bagus sih makanannya lebih terkontrol hehehe” (I.04, 05 Juli 2021).

Edukasi yang diberikan kepada orangtua dan pasien bukan hanya materi saja, tetapi juga keterampilan dalam pelaksanaan diet. Informan perbandingan menyatakan bahwa

“ e insyaAllah paham mbak karena pasti karena orang tuanya dia juga diberitahu apa yang boleh apa yang ndak boleh kemudian jumlahnya seberapa karena kita

*juga ada pelajaran e bukan pelajaran ya edukasi latihan untuk menakar yang latihan untuk menakar bukan hanya ibu bapaknya tetapi anak anak sendiri setelah kita ajari teorinya gimana waktu sesi makan siang gitu kita minta untuk ngambil sendiri sesuai dengan kebutuhannya seberapa banyak, kalau memang kurang tepat langsung kita e kita perbaiki gitu ya mbak "o nggak segini dek ini kurang banyak ini sayurnya" gitu kita ajarin kemudian jika kelebihan juga iya, kemudian gimana membaca nutritional fact ada kandungan gulanya ditulis membacanya gimana itu juga kita ajarin, harapannya sih ya dia ngerti apa gitu ya mbak apa itu seberapa banyak yang dia konsumsi apa yang boleh apa yang dibatasi" (AG, 2021.)*

## **PEMBAHASAN**

### ***Pola Asuh***

Pola asuh orang tua adalah cara orang tua yang konsisten dan persisten dalam menjaga dan membimbing anak dari sejak dilahirkan hingga remaja (9). Terdapat beberapa jenis pola asuh yang diterapkan oleh orang tua. Tentunya setiap orang tua memiliki jenis pola asuhan yang berbeda-beda. Jenis pola asuh orang tua dibedakan menjadi tiga jenis yaitu pola asuh otoriter, pola asuh demokratis dan pola asuh permisif (10). Pada penelitian ini, pola asuh yang ditemukan lebih dominan pada tipe demokratis yang memberikan keuntungan yang lebih besar pada kepatuhan anak, termasuk pada kepatuhan terhadap diet.

Pola asuh demokratis merupakan pola asuh dimana orang tua memiliki karakteristik membebaskan anak dalam melakukan hal apapun. Namun, orang tua tetap mengontrol, mengawasi dan memberi nasehat kepada anak. Memberikan kesempatan kepada anak untuk berpendapat dan menyampaikan bagaimana persepsi anak khususnya terkait penetapan aturan dalam keluarga

(10). Pada penelitian ini informasi yang didapatkan dari informan terkait jenis pola asuh demokratis secara umum sama. Sebagian besar jenis pola asuh yang diterapkan orang tua adalah jenis pola asuh demokratis. Pada penelitian ini terdapat anak yang memberikan respon marah ketika terdapat perbedaan pendapat dengan orangtua, demikian pula sebaliknya. Akan tetapi, hal ini tidak berdampak pada pemberian hukuman. Orangtua juga memahami dampaknya jika tidak bisa merangkul anaknya. Hal ini sesuai dengan hasil studi bahwa orang tua yang terlalu mendikte akan memberikan dampak kecemasan pada anak (11).

### ***Dukungan Orangtua terhadap Kepatuhan Diet***

Diet DM berprinsip pada keteraturan jadwal, jenis dan jumlah kandungan energi (12). Diet merupakan komponen penting dalam keberhasilan pengelolaan DM, sedangkan kepatuhan diet menjadi sebuah tantangan. Kepatuhan diet dapat dipengaruhi oleh dukungan dari keluarga. Keluarga diharapkan dapat memberikan motivasi kepada pasien dalam pelaksanaan diet dan ketertiban pengobatan. Pada pasien anak, diharapkan keluarga juga dapat terus memberikan pemahaman, menyediakan makan sesuai saran ahli gizi dan membantu pasien dalam memonitoring kesehatannya.

Pada penelitian ini didapatkan informasi bahwa orang tua telah memberikan bimbingan dan arahan kepada anak yang menderita penyakit DM tipe 1. Dilaporkan dengan berjalannya waktu anak sudah terbiasa untuk menjalankan penatalaksanaan diet. Semakin sering orang tua untuk memberikan pemahaman dan penjelasan terkait penyakit yang diderita anak dan bagaimana penatalaksanaan maka semakin paham anak terkait penyakitnya dan berusaha untuk melaksanakan

penatalaksanaan yang sudah ditetapkan. Hal ini sejalan dengan penelitian pada penerapan diet medditeranian pada perenang remaja bahwa pemberian edukasi gizi yang melibatkan orangtua memberikan hasil kepatuhan diet yang lebih baik (13).

Pada penelitian ini juga didapatkan informasi bahwa anak pernah berontak dalam melaksanakan diet. Penyebab utamanya adalah anak ingin mencoba berbagai jenis makanan dan minuman yang ditemui diluar rumah. Respon orangtua terkait hal tersebut adalah dengan mengingatkan kembali rekomendasi dietnya. Apabila orangtua ragu terkait pilihan makanan dan besar porsinya, maka orangtua akan menghubungi dokter atau ahli gizi yang ada pada forum komunikasi orangtua dari penyandang DM tipe 1 dengan dokter dan tenaga kesehatan lain. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian lain bahwa respon orangtua terhadap permasalahan anak sangat menentukan sikap dari anak. Orangtua yang tidak mudah meluapkan emosi, dapat mencari solusi yang tepat, akan memiliki hubungan yang baik dengan anak sehingga berbagai masalah dapat diatasi. Hal ini menunjukkan pentingnya faktor pengasuhan dalam hubungan antara orang tua dan anak (14).

### ***Kepatuhan Diet Pasien***

Pada penelitian ini terdapat informasi bahwa pasien sudah patuh terhadap diet karena sudah terbiasa dengan pola makan sesuai anjuran diet DM. Pasien juga sudah dapat memilih makanan yang sesuai dan paham terkait apa makanan yang harus sangat dihindari, dihindari dan boleh dikonsumsi. Penelitian yang dilakukan oleh Dewi dkk (2018) menunjukkan pentingnya pengetahuan pasien dalam kepatuhan diet untuk mencapai glukosa darah terkontrol (6).

Hasil penelitian Kusumastuty dkk (2021) menunjukkan bahwa kepatuhan

diet pada pasien DM hanya 33.3% sebelum dilakukan pendampingan oleh ahli gizi (15). Pasien yang tidak patuh diet dimungkinkan karena kebosanan dalam menjalankan diet seumur hidup (16). Penyediaan makanan yang kurang beragam menyebabkan pasien bosan dan tidak patuh diet. Oleh karena itu, dari beberapa penelitian tersebut dapat diketahui bahwa tingkat kepatuhan pada pasien DM rendah (17, 18).

Penelitian ini juga melaporkan tentang adanya informasi bahwa anak masih belum patuh terhadap diet yang harus dilaksanakan. Pilihan makanan pasien diluar rumah juga dipengaruhi oleh teman sebaya karena pasien kebanyakan menghabiskan waktunya bersama dengan teman sepermainannya baik disekolah ataupun ditempat lain. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada remaja bahwa perilaku makan dipengaruhi oleh teman (19). Penelitian ini menunjukkan bahwa faktor lingkungan atau dukungan teman sebaya sangat mempengaruhi kepatuhan diet dari pasien DM tipe 1.

Berbagai penelitian di masa COVID-19 ini banyak mengemukakan terkait tantangan pendidikan dan juga kaitannya dengan kesehatan jiwa dan belum ada kajian terkait dampak COVID-19 dengan penerapan diet dirumah. Penelitian ini memberikan gambaran yang berbeda terkait kepatuhan diet pasien DM tipe 1. Proses belajar mengajar yang dilakukan secara *online* memberikan pengaruh baik terkait kepatuhan diet dan pemberian insulin. Saat pasien lebih banyak menghabiskan waktu dirumah, pasien menjadi lebih tertib dalam pelaksanaan diet dan pemberian insulin. Selama pandemi, keluarga juga cenderung meningkatkan pola makan bergizi dibandingkan sebelum pandemi.

### ***Gambaran Pola Asuh Terhadap Kepatuhan Diet***

Hubungan keluarga, baik itu antara anak dengan orang tuanya, antara ayah dan ibu, atau antara anggota keluarga lainnya, akan mempengaruhi psikologi anak. Jika hubungan antara orang tua tidak harmonis, hubungan antar anggota keluarga tidak baik, dan suasana keluarga yang penuh konflik, permusuhan dan emosi yang tinggi akan membuat anak merasa cemas, takut, senang dan tertekan. Hal ini dapat membuat anak merasa tidak nyaman dan aman, yang dapat menyebabkan anak menarik diri dari aktivitas atau lingkungan rumah, termasuk aktivitas makan (10). Penelitian ini melaporkan bahwa orang tua yang menerapkan jenis pola asuh demokratis sering berkomunikasi, bercerita, dan mendengarkan pendapat anak. Pola asuh demokratis merupakan pola asuh yang dapat mendorong anak untuk lebih percaya diri dalam mengungkapkan segala perasaan dan pendapatnya. Anak yang mampu membaur dan mempunyai hubungan baik dengan lingkungannya, mampu menghadapi stress, memiliki ketertarikan pada suatu hal yang baru, mandiri dan dapat mengontrol dirinya merupakan karakteristik yang dihasilkan jika anak di asuh dengan jenis pola asuhan demokratis (10).

Dukungan keluarga dapat meningkatkan kepatuhan diet pada penderita DM. Hal ini dikarenakan adanya dukungan keluarga yang baik selama menjalani diet. Dengan dukungan keluarga yang baik, penderita DM termotivasi untuk mengikuti pola makan yang direkomendasikan (20). Keluarga sangat penting dalam mendampingi pasien dalam implementasi dietnya. Penderita DM membutuhkan dukungan keluarga berupa peningkatan pemahaman, pengawasan dan dukungan untuk tidak melanggar dietnya. Selain itu, jika keluarga juga sering mendorong pasien untuk terus berjuang, menanggapi penyakit dengan antusias, selalu

mendengarkan tuntutan pasien, dan menjaga pasien tetap tenang secara psikologis setiap saat, menghindari terjadinya stress pada pasien (21).

Namun, dari penelitian ini juga didapatkan informasi bahwa terkadang pasien saat diluar rumah masih bebas dalam memilih makanan. Pada kondisi tersebut, pasien melakukan penyesuaian pemberian insulin. Informan juga menyebutkan bahwa nilai kadar glukosa darah dan nilai HbA1c terakhir dari pasien terkontrol. Kesesuaian asupan dan insulin pada pasien dapat mengontrol kadar glukosa darah dalam batas normal. Sebuah penelitian menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dengan nilai kadar glukosa darah pada penderita Diabetes Mellitus (22). Pengaturan diet yang tepat sesuai dengan anjuran diet yaitu dengan 3 J atau tepat jenis, jumlah dan jadwal. Anjuran ini dapat mengontrol kadar glukosa darah dalam batas normal (12).

Selain pola asuh demokratis terdapat jenis pola asuh orang tua yang mencerminkan pola asuh otoriter. Orang tua menegur dan memarahi anak jika anak melakukan kesalahan. Namun orang tua tetap memberikan penjelasan kepada anak jika anak berontak dalam menjalankan dietnya. Anak yang mendapat pola asuh otoriter akan mengalami kesulitan makan karena orang tua cenderung menetapkan standar yang konsisten dan harus dipatuhi dan seringkali disertai dengan ancaman, seperti tidak berbicara kepada anak jika tidak mau makan. Secara umum penjelasan tentang pola asuh otoriter pada perkembangan kepribadian anak dijelaskan pada penelitian Siregar, dkk (2021) dimana orang tua yang otoriter akan memberikan dampak pada anak berupa ketakutan, kaku, suka melawan, mudah emosi, pendiam, tidak betah dirumah. Walaupun juga terdapat dampak pada sebagian kecil anak berupa disiplin dalam belajar (23).



Pada penelitian lain menjelaskan bahwa dukungan keluarga yang baik maka pasien cenderung memiliki kepatuhan diet yang baik. Motivasi dari keluarga membuat pasien merasa diperhatikan, dihargai, dicintai, dan percaya diri dalam menghadapi penyakitnya. Begitu pula sebaliknya, jika tingkat dukungan keluarga rendah, pasien tidak memiliki keinginan untuk meningkatkan kesehatannya dan tidak memiliki motivasi untuk sembuh. Selain itu pola asuh otoriter akan memberikan kecemasan yang tinggi pada anak (24).

### SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah pentingnya dukungan keluarga dalam memberikan pendampingan pada pasien diabetes. Pola asuh demokratis lebih diterima oleh pasien DM Tipe 1 untuk menjalankan dietnya sehingga lebih patuh dan kontrol glukosa darah menjadi lebih baik.

### DAFTAR RUJUKAN

1. Ozougwu O. The pathogenesis and pathophysiology of type 1 and type 2 diabetes mellitus. *Journal of Physiology and Pathophysiology*. 2013;4(4):46-57.
2. IDF. IDF Diabetes Atlas 2017 13/4/2022:[1-145 pp.]. Available from: [https://diabetesatlas.org/upload/resources/previous/files/8/IDF\\_DA\\_8e-EN-final.pdf](https://diabetesatlas.org/upload/resources/previous/files/8/IDF_DA_8e-EN-final.pdf).
3. Indriyani R, Tjahjono HA. Hubungan antara Status Kontrol Glikemik, Vitamin D dan Gizi pada Anak Diabetes Melitus Tipe 1. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*. 2018;30(2):114-20.
4. Risnasari N. Hubungan Tingkat Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus dengan Munculnya Komplikasi di Puskesmas Pesantren II Kota Kediri. *EFEKTOR*. 2014;01(25):15-9.
5. Widiyoga RC, Saichudin., Andiana O. Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Penyakit Diabetes Mellitus pada Penderita terhadap Pengaturan Pola Makan dan Physical Activity Sport Science and Health. 2020;2:152-61.
6. Dewi T, Amir A, Sabir M. Kepatuhan Diet Pasien DM Berdasarkan Tingkat Pengetahuan dan Dukungan Keluarga di Wilayah Puskesmas Sudiang Raya. *Media Gizi Pangan*. 2018;25:55-63.
7. Peters J, Dollman J, Petkov J, Parletta N. Associations between parenting styles and nutrition knowledge and 2-5 year old children's fruit, vegetable and non-core food consumption. *Public Health Nutrition*. 2013;16:1979-87.
8. Sunarty K. Hubungan Pola Asuh Orangtua dan Kemandirian Anak. *Journal of Est*. 2016;2:152-60.
9. Setiarani S, Suchayadi Y. Pola Asuh Orang Tua Terhadap Anak Tuna Netra Berprestasi Usia Sekolah Dasar. *jppguseda*. 2018;1:15-8.
10. Fitriyani L. Peran Pola Asuh Orang Tua dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosi Anak. *Lentera*. 2015;18:93-110.
11. Beato A, Pereira AI, Barros L. The Relationship Between Different Parenting Typologies in Fathers and Mothers and Children's Anxiety J *Child Fam Stud*. 2016; 25:1691-701
12. Perkeni. Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Indonesia 2021. Jakarta: Perkeni; 2021.
13. Philippou E, Middleton N, Pistos C, Andreou E, Petrou M. The impact of nutrition education on nutrition knowledge and adherence to the Mediterranean Diet in adolescent competitive swimmers. *J Sci Med Sport*. 2017;20(4):328-32.
14. Chen FM, Lin HS, Li CH. The Role of Emotion in Parent-Child Relationships: Children's

- Emotionality, Maternal Meta-Emotion, and Children's Attachment Security. *Journal of Child and Family Studies*. 2011;21(3):403-10.
15. Kusumastuty I, Handayani D, Affandy YIKD, Attamimi N, Innayah AM, Puspitasari DA. Kepatuhan Diet Berbasis Beras Coklat terhadap Glukosa Darah dan Lemak Tubuh Pasien Diabetes Mellitus. *Indonesian Journal of Human Nutrition*. 2021;8(2).
  16. Purwandari H, Susanti SN. Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kualitas Hidup pada Penderita DM di Poli Penyakit Dalam RSUD Kertosono. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 2017;6:16-21.
  17. Hestiana DW. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan dalam Pengelolaan Diet Pasien Rawat Jalan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Kota Semarang. *Journal of Health Education*. 2017;2:138-45.
  18. Haryono S, Suryati ES, Maryam RS. Pendidikan Kesehatan Tentang Diet Terhadap Kepatuhan Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Riset Kesehatan*. 2018;7(2).
  19. Rahman N, Dewi NU, Armawaty F. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Makan pada Remaja SMA Negeri 1 Palu. *Jurnal Preventif*. 2016;7:1-64.
  20. Susanti ML, Sulistyarini T. Dukungan Keluarga Meningkatkan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus di Ruang Rawat Inap RS. Baptis Kediri. *Jurnal STIKES*. 2013;6:1-10.
  21. Bertalina., Purnama. Hubungan Lama Sakit, Pengetahuan, Motivasi Pasien dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Kesehatan*. 2016;7:329-40.
  22. Idris AM, Jafar N, Indriasari R. Pola Makan dengan Kadar Gula Darah Pasien DM Tipe 2. *MKMI*. 2014;2014:211-8.
  23. Siregar MD, Yunitasari D, Partha IDP. Model Pola Asuh Otoriter Orang Tua Terhadap Perkembangan Kepribadian Anak. *Golden Age*. 2021;5:139-46.
  24. Bangun AV, Jatnika G, Herlina. Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*. 2020;3:1-76.