



Homepage Journal: <https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/JKS>

Hubungan Kecemasan Dengan Quality Of Life Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Duingi

The Relationship Between Anxiety and Quality of Life in Type 2 Diabetes Mellitus Patients in the Duingi Community Health Center Work Area

Afvrilia Yasin^{1*}, Rona Febriyona², Nur Uyun I Biahimo³

^{1,2,3}Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Univesitas Muhammadiyah Gorontalo

*Corresponding Author: apriaiyasin67@gmail.com

Artikel Penelitian

Article History:

Received: 15 Jan, 2026

Revised: 08 Feb, 2026

Accepted: 25 Feb, 2026

Kata Kunci:

Diabetes Melitus Tipe 2, Kecemasan, Tipe 2
Quality of Life

Keywords:

Type 2 Diabetes Mellitus, Anxiety,
Quality of Life

DOI: [10.56338/jks.v9i2.10638](https://doi.org/10.56338/jks.v9i2.10638)

ABSTRAK

Diabetes Melitus (DM) merupakan masalah kesehatan global yang prevalensinya terus meningkat dan berdampak pada kondisi fisik, psikologis, serta kualitas hidup penderitanya. Kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang sering dialami pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dan dapat memengaruhi quality of life. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dengan quality of life pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Duingi. Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian berjumlah 220 pasien DM tipe 2 dengan sampel sebanyak 68 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin (10%). Analisis data dilakukan menggunakan uji chi-square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak mengalami kecemasan (38,2%), diikuti kecemasan berat (22,1%), kecemasan sedang (20,6%), dan kecemasan ringan (19,1%). Kualitas hidup responden sebagian besar berada pada kategori tinggi (41,2%), diikuti kategori rendah (30,9%) dan sedang (27,9%). Hasil uji chi-square menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan quality of life pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2.

ABSTRACT

Diabetes Mellitus (DM) is a global health problem with increasing prevalence and impacting the physical and psychological well-being, as well as the quality of life of sufferers. Anxiety is a common psychological problem experienced by patients with Type 2 Diabetes Mellitus and can impact quality of life. This study aims to determine the relationship between anxiety and quality of life in patients with Type 2 Diabetes Mellitus in the Duingi Community Health Center (Puskesmas) working area. This study used an observational analytical method with a cross-sectional approach. The study population consisted of 220 patients with Type 2 DM, with a sample size of 68 respondents determined using the Slovin formula (10%). Data analysis was performed using the chi-square test. The results showed that the majority of respondents did not experience anxiety (38.2%), followed by severe anxiety (22.1%), moderate anxiety (20.6%), and mild anxiety (19.1%). The quality of life of respondents was mostly in the high category (41.2%), followed by low (30.9%), and moderate (27.9%). The chi-square test results showed a p -value of 0.000 ($p < 0.05$), thus concluding that there is a significant relationship between anxiety and quality of life in patients with Type 2 Diabetes Mellitus.

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) merupakan salah satu masalah kesehatan global yang terus mengalami peningkatan signifikan dari tahun ke tahun. Fenomena ini tidak hanya menjadi tantangan bagi individu yang mengalaminya, tetapi juga bagi sistem kesehatan di berbagai negara, termasuk Indonesia. Diabetes Melitus tidak hanya berdampak pada aspek fisiologis, tetapi juga pada kualitas hidup penderita. Individu dengan DM sering mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan dan depresi akibat pengelolaan penyakit yang kompleks dan berkelanjutan (Rahman et al., 2022).

Peneliti berpendapat bahwa peningkatan kasus Diabetes Melitus tidak hanya harus dilihat dari sisi medis, tetapi juga dari dampaknya terhadap kondisi psikologis pasien. Hal ini penting karena aspek psikologis seperti kecemasan berpotensi memengaruhi keberhasilan pasien dalam mengelola penyakitnya.

Berdasarkan data (World Health Organization 2023), jumlah penderita diabetes terus meningkat, dengan sebagian besar kasus berada di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Data dari International Diabetes Federation melaporkan terdapat 537 juta orang dewasa hidup dengan diabetes, dan diproyeksikan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030. Indonesia menempati peringkat kelima dunia dengan jumlah penderita diabetes terbanyak, yaitu sekitar 19,5 juta jiwa (International Diabetes Federation 2021).

Di Indonesia hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) menunjukkan adanya peningkatan prevalensi Diabetes Melitus dalam satu dekade terakhir. Pada tahun 2013 prevalensi diabetes berdasarkan diagnosis dokter tercatat sebesar 6,9%, meningkat menjadi 10,9% pada tahun 2018, dan kembali meningkat menjadi 11,7% pada tahun 2023 Kemenkes RI (2023). Data ini menegaskan bahwa prevalensi diabetes di Indonesia terus mengalami kenaikan dari tahun ke tahun, sehingga menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius. Sementara itu, laporan Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo menunjukkan bahwa prevalensi penyakit tidak menular (PTM), termasuk DM, terus meningkat dalam 5 tahun terakhir. Berdasarkan laporan Puskesmas Dungingi, kasus DM Tipe 2 yang terdaftar juga mengalami peningkatan dari tahun ke tahun, walaupun fluktuatif: pada tahun 2022 tercatat 104 kasus, meningkat menjadi 209 kasus pada tahun 2023, dan pada tahun 2024-2025 tercatat 220 kasus (Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo 2023).

Berdasarkan data tersebut, peneliti mendapatkan bahwa peningkatan jumlah kasus DM di Gorontalo, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Dungingi, menunjukkan perlunya penelitian lebih lanjut mengenai dampak psikologis yang dialami pasien. Belum adanya penelitian yang secara spesifik meneliti hubungan antara tingkat kecemasan dan kualitas hidup pasien DM di wilayah ini menjadi alasan utama dilakukannya penelitian ini.

Kecemasan merupakan salah satu gangguan psikologis yang umum dialami oleh individu dalam menghadapi berbagai situasi yang menimbulkan tekanan atau ancaman, baik yang bersifat nyata maupun yang dirasakan. Kecemasan ditandai oleh adanya perasaan takut, khawatir, atau gelisah yang berlebihan terhadap sesuatu yang belum tentu terjadi. Kondisi ini merupakan respon emosional alami, namun menjadi maladaptif ketika intensitas dan durasinya berlebihan hingga mengganggu fungsi sehari-hari (Marcelina, 2020).

Peneliti menilai bahwa dalam konteks pasien dengan penyakit kronis seperti DM, kecemasan sering kali muncul akibat ketidakpastian terhadap kondisi kesehatan jangka panjang. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana tingkat kecemasan ini berhubungan dengan kualitas hidup pasien agar intervensi psikologis dapat dilakukan secara tepat.

Dalam konteks kesehatan, kecemasan memiliki peranan penting karena dapat memengaruhi kondisi fisik, psikologis, dan sosial individu. Kecemasan melibatkan tiga komponen utama, yaitu fisiologis, kognitif, dan perilaku. Secara fisiologis, kecemasan dapat memicu peningkatan detak jantung, sesak napas, dan ketegangan otot. Dari sisi kognitif, individu dengan kecemasan sering mengalami pikiran negatif, sulit berkonsentrasi, serta kekhawatiran yang berlebihan terhadap masa depan. Sedangkan secara perilaku, kecemasan dapat menimbulkan sikap menghindar, menarik diri dari lingkungan sosial, dan menurunkan motivasi dalam melakukan aktivitas (Scott et al., 2023).

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti beranggapan bahwa kecemasan yang dialami oleh pasien DM dapat berdampak langsung pada kemampuan mereka untuk melakukan perawatan diri. Jika tidak dikendalikan, kondisi ini dapat memperburuk pengendalian gula darah dan mempercepat munculnya komplikasi.

Beberapa indikator utama yang digunakan dalam menilai tingkat kecemasan antara lain depresi, distress, dan kesejahteraan psikologis secara umum. Depresi sering muncul bersamaan dengan kecemasan dan ditandai oleh perasaan sedih mendalam serta kehilangan minat terhadap aktivitas sehari-hari. Distress menggambarkan tekanan emosional yang timbul akibat ketidakmampuan individu dalam menghadapi tuntutan hidup atau kondisi penyakit kronis yang dialami. Kombinasi dari faktor-faktor ini dapat memperburuk kondisi psikologis dan menurunkan kualitas hidup seseorang (Peitz et al., 2021).

Peneliti memandang bahwa aspek psikologis seperti distress dan depresi tidak dapat diabaikan dalam pengelolaan pasien DM. Semakin tinggi tingkat kecemasan dan distress, maka semakin rendah kualitas hidup pasien, sehingga evaluasi psikologis menjadi komponen penting dalam pelayanan keperawatan.

Pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2, kecemasan menjadi salah satu gangguan psikologis yang paling sering ditemukan. Hal ini disebabkan oleh sifat penyakit yang kronis dan memerlukan pengelolaan jangka panjang, termasuk pengaturan pola makan, penggunaan obat atau insulin, serta kontrol kadar gula darah secara rutin. Kekhawatiran terhadap komplikasi, ketakutan akan ketergantungan obat, serta kecemasan terhadap kondisi kesehatan di masa depan sering kali memperberat tekanan psikologis pasien. Kecemasan yang tidak terkontrol dapat memengaruhi perilaku perawatan diri dan memperburuk kontrol glikemik, sehingga berdampak pada peningkatan risiko komplikasi (Rahman et al., 2022).

Berdasarkan hal tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa tingkat kecemasan pasien DM perlu diidentifikasi secara dini agar dapat dicegah dampak lebih lanjut terhadap kualitas hidup dan kondisi fisik pasien. Hal ini menjadi dasar penting dilakukannya penelitian tentang hubungan antara kecemasan dan kualitas hidup pada pasien DM tipe 2.

Kualitas hidup (*Quality Of Life*) merupakan persepsi atau pandangan seseorang terhadap posisi dalam hidupnya dalam konteks sistem nilai dan budaya dimana mereka hidup dan kaitannya dengan tujuan hidupnya, harapan, standar dan fokusnya. Saat individu sudah terjangkit komplikasi, maka akan berdampak pada penurunan umur dan harapan hidup dan menurunnya kualitas hidup. Berdasarkan dampak yang terjadi pada kualitas hidup pasien yang memiliki penyakit diabetes melitus pada berbagai keadaan misalnya keadaan Fisik, Psikologi, Sosial dan lingkungan sebagian besar penderita mempunyai pengaruh negatif terhadap kualitas hidup baik itu yang mengalami komplikasi atau pun tidak hal ini diyakini karena penyakit diabetes yang di derita susah untuk disembuhkan (Yudianto 2022).

Peneliti berpendapat bahwa kualitas hidup pasien DM sangat dipengaruhi oleh kondisi psikologisnya. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui sejauh mana tingkat kecemasan memengaruhi kualitas hidup pasien DM tipe 2, khususnya di wilayah Gorontalo.

Studi penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Alwhaibi (2024) berjudul *Depression, Anxiety, and Health-Related Quality of Life in Patients with Type 2 Diabetes*, menunjukkan bahwa tingkat depresi dan kecemasan memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe II, hasil analisis menunjukkan bahwa semakin tinggi skor depresi dan kecemasan, semakin rendah skor *health-related* dan *Quality Of Life*. Kesimpulannya, deteksi dini gangguan mental perlu diintegrasikan dalam manajemen DM untuk meningkatkan *Quality of Life* pasien.

Studi penelitian yang dilakukan Namdeo (2023), dalam penelitiannya berjudul *Depression and Health-Related Quality of Life of Patients with Type 2 Diabetes in Dhaka, Bangladesh*, yang menemukan prevalensi depresi yang tinggi di antara pasien DM tipe II, hasil analisis membuktikan adanya korelasi signifikan antara depresi dengan penurunan *Health-Related Quality Of Life*. Penelitian ini menyimpulkan bahwa skrining depresi penting dilakukan secara rutin pada pasien DM tipe II. Studi penelitian yang dilakukan oleh Jafari (2024), melalui penelitian berjudul *Relationship between Diabetes Health Literacy, Distress, Burnout, Social Support, Complications, Self-Care Behaviors, and Quality of Life among Patients with Type 2 Diabetes*, yang menemukan bahwa distress, burnout, komplikasi, literasi kesehatan, serta dukungan sosial memengaruhi kualitas hidup pasien. Analisis path model dalam penelitian ini menunjukkan bahwa distress dan burnout memiliki pengaruh negatif signifikan terhadap *Quality Of Life*, sedangkan dukungan sosial dan literasi kesehatan memiliki pengaruh positif.

Penelitian ini dilakukan di Gorontalo karena belum ada penelitian sebelumnya yang secara khusus membahas hubungan antara kecemasan dengan kualitas hidup pada pasien Diabetes Melitus Tipe II. Sebagian besar penelitian yang ada sebelumnya lebih banyak dilakukan di daerah lain di Indonesia, seperti Jawa atau Sumatra. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan agar dapat memberikan gambaran kondisi pasien DM Tipe II di Gorontalo, khususnya terkait kesehatan mental dan kualitas hidup mereka. Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu tenaga kesehatan di Gorontalo dalam memberikan pendampingan dan perawatan yang lebih menyeluruh, tidak hanya pada pengobatan fisik tetapi juga pada aspek psikologis pasien.

Berdasarkan survey pendahuluan, data yang diperoleh dari Puskesmas Dungi menunjukkan bahwa jumlah pasien Diabetes Melitus Tipe II yang terdaftar sebanyak 220 orang pada tahun 2024. Data kunjungan dalam tiga bulan terakhir, yaitu Desember 2024 – Februari 2025, tercatat sebanyak 86 pasien DM Tipe II yang melakukan kontrol rutin di Puskesmas Dungi. Dari Hasil wawancara awal dengan lima pasien DM Tipe 2 menunjukkan adanya berbagai keluhan yang berkaitan dengan aspek psikologis dan emosional selama menjalani pengobatan. 2 pasien menyatakan sering merasa cemas dan khawatir terhadap kemungkinan munculnya komplikasi penyakit seperti luka yang sulit sembuh atau gangguan ginjal. 3 pasien lainnya mengaku sering mengalami kelelahan emosional, stres, serta merasa kurang semangat dalam menjalani aktivitas sehari-hari, terutama karena harus mengontrol pola makan, membatasi aktivitas fisik, dan rutin mengonsumsi obat-obatan. Selain itu, salah satu pasien juga mengungkapkan bahwa ia sering merasa tidak percaya diri dan cenderung menarik diri dari lingkungan sosial karena merasa terbebani dengan penyakit yang dideritanya. Kondisi ini menunjukkan adanya kecemasan dan gangguan pada aspek psikologis yang dapat berdampak terhadap penurunan kualitas hidup (*Quality of Life*) pasien.

Temuan survei awal ini memperlihatkan bahwa kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang signifikan pada pasien DM Tipe 2 dan berpotensi memengaruhi kualitas hidup mereka. Keluhan pasien tersebut juga berdampak pada kualitas hidup mereka. Beberapa pasien mengatakan aktivitas sehari-hari menjadi terbatas, sulit tidur dengan nyenyak, serta merasa tidak puas dengan kondisi kesehatan yang dimiliki. Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Kecemasan Dengan *Quality of Life* Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Dungi”.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian merupakan suatu strategi penelitian dalam mengidentifikasi permasalahan sebelum perencanaan akhir pengumpulan data atau juga dapat didefinisikan sebagai struktur penelitian yang akan dilaksanakan (Nursalam 2020). Penelitian ini akan menganalisis adanya Hubungan Kecemasan Dengan *Quality of Life* Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Dungi.

Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah analitik observasional dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. penelitian yang melakukan determinasi terhadap paparan (*exposure*) dan hasil (*outcome*) secara simultan pada setiap subyek penelitian. Pada penelitian ini mendeskripsikan variabel Kecemasan Dengan *Quality of Life* Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2.

Penelitian ini akan dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Dungi. Waktu yang dibutuhkan pada penelitian ini untuk mengumpulkan data sampai dengan penelitian. Dilaksanakan pada bulan Oktober – November 2025.

Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Dungi sebanyak 220 orang. Dan sampel dalam penelitian ini sebanyak 68 orang.

Alasan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan (margin error) 10% dalam penelitian ini adalah karena jumlah populasi pasien Diabetes Melitus Tipe II di wilayah kerja Puskesmas Dungi cukup banyak, yaitu 220 orang. Dengan jumlah tersebut, tidak memungkinkan untuk meneliti seluruh

populasi karena keterbatasan waktu, tenaga, dan biaya. Oleh karena itu, peneliti menggunakan rumus Slovin untuk menentukan jumlah sampel yang dapat mewakili seluruh populasi secara proporsional. Pemilihan margin error 10% dianggap masih dapat memberikan hasil yang cukup akurat untuk menggambarkan kondisi sebenarnya di lapangan

Teknik Analisa Data

Analisa univariat

Analisa univariat digunakan untuk menampilkan atau melihat gambaran distribusi frekuensi responden menurut variabel yang diteliti. Pada penelitian ini analisa univariat disajikan dalam bentuk frekuensi masing – masing variabel dengan menghitung distribusi dan proporsinya dengan rumus sebagai berikut : variabel dari hasil penelitian yaitu variabel independen dan variabel dependen.

Analisa univariat pada penelitian ini adalah semua variabel yang diteliti yaitu Kecemasan (variabel independent) dan *Quality of Life* (variabel dependent) dengan menggunakan distribusi frekuensi yang disajikan dalam bentuk tabel.

$$p = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

- P : Presentasi kejadian
f : Frekuensi yang sedang dicari frekuensinya
n : Populasi kejadian (banyaknya kasus)

Analisa bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk melihat hubungan antar variabel yaitu variabel dependen dengan variabel independen. Dalam penelitian ini jika data dikatakan terdistribusi normal, maka untuk membuktikan adanya hubungan antara variabel yang digunakan uji hipotesis *Chi Square*.

Analisa bivariat pada penelitian ini melihat Hubungan Kecemasan Dengan *Quality of Life* Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Duingi menggunakan uji hipotesis. Uji hipotesis *Chi Square* ini digunakan mengingat penelitian yang saya lakukan berupa data kategorik. Adapun cara perhitungannya:

$$X^2 = \sum \frac{(O - E)^2}{E}$$

Keterangan :

- X^2 : Nilai *Chi Square*
O : Frekuensi hasil observasi
E : Frekuensi yang di harapkan

HASIL**Karakteristik Responden**

Tabel 1 Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Presentase
Usia:	n 11	
18-35 Tahun	57	16,2
36-59 Tahun		83,8
Total	68	100,0
Pendidikan Terakhir:		
SD	31	45,6
SMP SMA	17	25
D3/S1	11	16,2
	9	13,2
Total	68	100,0
Jenis Kelamin:		
Laki-laki	27	39,7
Perempuan	41	60,3
Total	68	100,0
Pekerjaan:		
Bekerja	53	77,9%
Tidak bekerja	15	22,1%
Total	68	100%

Sumber Data Primer : 2025

Berdasarkan tabel 1 peneliti mendapatkan dari 68 responden tabel distribusi frekuensi usia, Menurut Kemenkes RI Usia dewasa antara usia 18 hingga 59 tahun, mayoritas responden dalam penelitian ini berusia 39-59 tahun sebanyak 57 responden (83,8%), berdasarkan tabel distribusi frekuensi Pendidikan terakhir, mayoritas responden berpendidikan SD sebanyak 31 responden (45,6%), kemudian berdasarkan tabel distribusi frekuensi jenis kelamin mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 41 responden (60,3%) dan berdasarkan tabel distribusi frekuensi pekerjaan mayoritas responden masih bekerja sebanyak 53 responden (77,9%).

Analisis Univariat

Analisis univariat berdasarkan tingkat kecemasan pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Duingi.

Tabel 1. Analisis univariat tingkat kecemasan pasien DM tipe 2

Kecemasan	Frekuensi (n)	Presentase(%)
Tidak cemas	26	38,2%
Ringan	13	19,1%
Sedang	14	20,6%
Berat	15	22,1%
Total	68	100%

Sumber Data Primer : 2025

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan bahwa dari 68 responden pasien DM tipe 2 didapatkan sebanyak 26 responden (38,2%), termasuk dalam kategori tidak cemas, kemudian sebanyak 13 responden (19,1%) termasuk dalam kecemasan ringan, kemudian sebanyak 14 responden (20,6%) termasuk dalam kecemasan sedang dan sebanyak 15 responden (22,1%) termasuk dalam kecemasan berat.

Analisis univariat berdasarkan tingkat *quality of life* pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Duingi.

Tabel 3 Analisis univariat tingkat *quality of life* pasien DM tipe 2

<i>Quality of life</i>	Frekuensi (n)	Presentase(%)
Rendah	21	30,9%
Sedang	19	27,9%
Tinggi	28	41,2%
Total	68	100%

Sumber Data Primer : 2025

Berdasarkan tabel 3 di atas menunjukkan bahwa dari 68 responden pasien DM tipe 2 didapatkan sebanyak 21 responden (30,9%) termasuk dalam kategori *quality of life* rendah, kemudian sebanyak 19 responden (27,9%) termasuk dalam kategori sedang, dan sebanyak 28 responden (41,2%) termasuk dalam kategori tinggi.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat hubungan kecemasan dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Duingi

Tabel 4. Analisis hubungan kecemasan dengan *quality of Life* pada pasien diabetes melitus tipe 2

Kecemasan	<i>Quality of life</i>						Total		<i>P value</i>
	Rendah		Sedang		Tinggi		N	%	
Tidak cemas	N	%	n	%	n	%	N	%	
	1	1,4%	6	8,8%	19	27,9%	26	38,2%	
Ringan	2	3%	5	7,3%	6	8,8%	13	19,1%	
Sedang	6	8,8%	6	8,8%	2	3%	14	20,5%	0,000
Berat	12	17,6%	2	3%	1	1,4%	15	22,2%	
Total	21	30,8 %	19	28%	28	41,2%	68	100%	

Sumber Data Primer : 2025

Berdasarkan tabel 4 didapatkan hasil analisis dari 68 responden, yang termasuk dalam kategori tidak cemas dengan *quality of life* rendah sebanyak 1 responden (1,4%) dan kategori tidak cemas dengan *quality of life* tinggi sebanyak 19 responden (27,9%), kemudian didapatkan juga responden yang termasuk dalam kategori kecemasan ringan dengan *quality of life* rendah sebanyak

2 responden (3%) dan kategori kecemasan ringan dengan *quality of life* tinggi sebanyak 6 responden (8,8%), kemudian didapatkan responden yang termasuk dalam kategori kecemasan sedang dengan *quality of life* sedang sebanyak 6 responden (8,8%) dan kecemasan sedang dengan *quality of life* tinggi sebanyak 2 responden (3%), kemudian didapatkan responden yang termasuk dalam kategori kecemasan berat dengan *quality of life* tinggi sebanyak 1 responden (1,4%) dan kategori kecemasan berat dengan *quality of life* rendah sebanyak 12 responden (17,6%).

Hasil uji statistik menggunakan uji *chi-square* didapatkan nilai $p=0,000$ dengan $\alpha < 0,05$, maka dapat disimpulkan ada hubungan kecemasan dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Duingi.

PEMBAHASAN

Analisis karakteristik responden

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden dalam penelitian ini berada pada rentang usia 39–59 tahun, yaitu sebanyak 57 responden (83,8%) dari total 68 responden. Temuan ini menunjukkan bahwa pasien Diabetes Melitus Tipe 2 (DM Tipe 2) di wilayah kerja Puskesmas Duingi didominasi oleh kelompok usia dewasa menengah. Pada kelompok usia ini terjadi penurunan fungsi fisiologis tubuh, termasuk menurunnya sensitivitas insulin, sehingga meningkatkan risiko terjadinya DM Tipe 2. Selain itu, gaya hidup kurang sehat seperti pola makan tidak seimbang, aktivitas fisik yang rendah, serta stres akibat tuntutan pekerjaan dan keluarga turut berkontribusi terhadap tingginya kejadian DM pada usia dewasa menengah. Kondisi tersebut juga berpotensi memicu munculnya kecemasan yang dapat berdampak pada kualitas hidup pasien.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa DM Tipe 2 umumnya muncul pada usia dewasa hingga lanjut akibat proses penuaan yang menyebabkan penurunan sensitivitas insulin serta perubahan metabolisme tubuh (Zulkarnain, 2019). Selain itu, pada usia dewasa menengah sering terjadi akumulasi faktor risiko seperti pola makan tidak sehat, aktivitas fisik yang menurun, dan stres berkepanjangan, yang berkontribusi terhadap meningkatnya kejadian DM Tipe 2 (WHO, 2023).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahman et al. (2022) dalam studi berjudul “*Psychological Distress and Quality of Life among Patients with Type 2 Diabetes Mellitus*” menemukan bahwa sebagian besar pasien DM Tipe 2 berada pada rentang usia 40–60 tahun dan kelompok usia ini memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan psikologis, termasuk kecemasan, yang berdampak pada penurunan kualitas hidup. Sejalan juga dengan penelitian oleh Peitz et al. (2021), yang menunjukkan bahwa usia dewasa menengah pada pasien DM Tipe 2 berhubungan dengan meningkatnya tekanan psikologis akibat beban penyakit kronis dan kekhawatiran terhadap komplikasi jangka panjang.

Selain faktor fisiologis, aspek psikososial juga berperan penting. Individu pada usia 39–59 tahun umumnya memiliki tanggung jawab sosial dan ekonomi yang besar, seperti pekerjaan dan keluarga. Kondisi ini dapat memperberat kecemasan ketika individu harus menjalani pengobatan jangka panjang dan menghadapi kemungkinan komplikasi penyakit, sehingga berpengaruh terhadap kualitas hidup mereka (Scott et al., 2023).

Peneliti berasumsi Dominasi responden pada usia 39–59 tahun menunjukkan bahwa kelompok usia dewasa menengah merupakan kelompok yang paling rentan mengalami DM Tipe 2 sekaligus kecemasan. Peneliti berasumsi bahwa pada usia ini, kombinasi antara penurunan kondisi fisik, tuntutan hidup yang tinggi, serta beban pengelolaan penyakit kronis dapat meningkatkan tingkat kecemasan pasien. Kecemasan tersebut selanjutnya berpotensi menurunkan kualitas hidup pasien DM Tipe 2, khususnya dalam aspek fisik, psikologis, dan sosial, sebagaimana ditemukan dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil analisis distribusi frekuensi pendidikan terakhir, mayoritas responden dalam penelitian ini memiliki tingkat pendidikan Sekolah Dasar (SD), yaitu sebanyak 31 responden (45,6%).

Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Duingi memiliki latar belakang pendidikan yang relatif rendah. Tingkat pendidikan yang rendah dapat memengaruhi kemampuan responden dalam memahami informasi kesehatan, khususnya terkait pengelolaan penyakit kronis seperti diabetes melitus. Keterbatasan pemahaman tersebut berpotensi menyebabkan rendahnya kepatuhan terhadap pengobatan dan pengendalian penyakit, sehingga meningkatkan risiko komplikasi. Kondisi ini juga dapat berdampak pada meningkatnya kecemasan serta menurunnya kualitas hidup pasien DM Tipe 2.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Sari et al. (2022) dengan judul “Hubungan Tingkat Pendidikan dengan Kepatuhan Pengobatan dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2”, yang menemukan bahwa pasien dengan tingkat pendidikan rendah memiliki kepatuhan pengobatan yang lebih rendah dan kualitas hidup yang lebih buruk dibandingkan dengan pasien berpendidikan menengah dan tinggi. Sejalan juga dengan penelitian lain oleh Putra dan Lestari (2023) dalam studi “Pengaruh Pendidikan terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2” menunjukkan bahwa rendahnya tingkat pendidikan berhubungan secara signifikan dengan meningkatnya kecemasan akibat keterbatasan pemahaman terhadap penyakit dan risiko komplikasi jangka panjang.

Peneiti berasumsi bahwa dominannya responden dengan tingkat pendidikan Sekolah Dasar dalam penelitian ini berkontribusi terhadap meningkatnya kecemasan dan menurunnya kualitas hidup pasien Diabetes Melitus Tipe 2. Rendahnya tingkat pendidikan diduga membatasi kemampuan pasien dalam memahami penyakit, menjalankan pengobatan secara optimal, serta mengelola stres yang muncul akibat kondisi penyakit kronis. Hal ini diperlukan pendekatan edukasi kesehatan yang sederhana, komunikatif, dan berkesinambungan sesuai dengan tingkat pendidikan pasien untuk meningkatkan kualitas hidup dan menurunkan tingkat kecemasan pasien DM Tipe 2.

Berdasarkan hasil analisis distribusi frekuensi jenis kelamin, mayoritas responden dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 41 responden (60,3%) dari total 68 responden. Hasil ini menunjukkan bahwa pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Duingi lebih banyak dialami oleh perempuan dibandingkan laki-laki. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik biologis, psikologis, maupun sosial. Perempuan cenderung memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan dalam menghadapi penyakit kronis. Selain itu, peran ganda perempuan dalam keluarga juga berpotensi meningkatkan beban stres yang dapat berdampak pada kualitas hidup.

Menurut penelitian Fitriani et al. (2022), pasien perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan pasien laki-laki. Hal ini sejalan dengan Penelitian oleh Widiasari dan Nugroho (2023) dalam studi “Hubungan Jenis Kelamin dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2” menemukan bahwa perempuan cenderung memiliki skor kualitas hidup yang lebih rendah, terutama pada domain psikologis dan sosial, akibat beban emosional dan peran sosial yang kompleks.

Peneliti berasumsi bahwa dominannya responden perempuan dalam penelitian ini berkontribusi terhadap meningkatnya tingkat kecemasan dan menurunnya kualitas hidup pasien Diabetes Melitus Tipe 2. Faktor emosional, peran ganda dalam keluarga, serta tuntutan sosial diduga memperberat beban psikologis perempuan dalam menjalani pengobatan jangka panjang. Diperlukan pendekatan pelayanan kesehatan yang lebih sensitif gender, termasuk dukungan psikologis dan edukasi kesehatan yang mempertimbangkan kondisi sosial dan emosional pasien perempuan dengan DM Tipe 2.

Berdasarkan hasil analisis distribusi frekuensi pekerjaan, mayoritas responden dalam penelitian ini masih bekerja, yaitu sebanyak 53 responden (77,9%) dari total 68 responden. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Duingi berada pada usia produktif dan masih aktif secara ekonomi. Kondisi bekerja pada pasien DM Tipe 2 dapat menjadi faktor pendukung maupun faktor risiko terhadap kondisi kesehatan fisik dan psikologis. Di satu sisi, pekerjaan dapat memberikan penghasilan dan rasa bermakna, namun di sisi lain juga dapat menimbulkan beban stres yang memengaruhi kecemasan dan kualitas hidup.

Secara teoritis, temuan ini sejalan dengan teori stres kerja (work-related stress theory) yang dikemukakan oleh Cooper dan Marshall (2019), yang menyatakan bahwa tuntutan pekerjaan, tekanan

waktu, serta ketidakseimbangan antara pekerjaan dan kondisi kesehatan dapat menjadi sumber stres psikologis. Pada pasien dengan penyakit kronis seperti Diabetes Melitus Tipe 2, beban pekerjaan dapat memperburuk kondisi psikologis apabila tidak diimbangi dengan manajemen kesehatan yang baik. Stres kerja yang berkepanjangan dapat meningkatkan kecemasan dan berdampak negatif pada pengendalian gula darah serta kualitas hidup.

Hal ini didukung oleh penelitian Sari dan Prasetyo (2022) dengan judul “Hubungan Status Pekerjaan dengan Tingkat Stres dan Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2”, yang menunjukkan bahwa pasien DM Tipe 2 yang masih bekerja memiliki tingkat stres dan kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan pasien yang tidak bekerja. Sejalan dengan penelitian lain oleh Kim et al. (2023) dalam studi “*Employment Status and Quality of Life among Patients with Type 2 Diabetes*” menemukan bahwa tuntutan pekerjaan yang tinggi berhubungan dengan penurunan kualitas hidup, khususnya pada domain fisik dan psikologis.

Peneliti berasumsi bahwa mayoritas responden yang masih bekerja berpotensi mengalami tekanan psikologis akibat tuntutan pekerjaan yang harus dijalani bersamaan dengan pengelolaan penyakit Diabetes Melitus Tipe 2. Keterbatasan waktu, kelelahan fisik, serta kekhawatiran terhadap kondisi kesehatan dapat meningkatkan kecemasan dan berdampak pada penurunan kualitas hidup. Oleh karena itu, diperlukan dukungan dari tenaga kesehatan dalam bentuk edukasi manajemen stres, pengaturan aktivitas kerja, serta penguatan self-care agar pasien DM Tipe 2 yang masih bekerja mampu mempertahankan kualitas hidup yang optimal.

Identifikasi tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Wilayah kerja Puskesmas Dungi.

Berdasarkan hasil penelitian pada 68 responden pasien Diabetes Melitus Tipe 2, sebanyak 26 responden (38,2%) berada pada kategori tidak cemas. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian pasien mampu mengelola kondisi psikologisnya dengan baik meskipun harus menjalani pengobatan dan pengendalian penyakit secara jangka panjang. Ditinjau dari gejala fisiologis (somatik), responden pada kategori tidak cemas cenderung jarang mengalami keluhan fisik seperti jantung berdebar, gemetar, sulit bernapas, atau gangguan tidur, yang merupakan manifestasi umum kecemasan. Dari aspek kognitif, responden tidak menunjukkan kekhawatiran berlebihan terhadap komplikasi penyakit, ketakutan akan masa depan, maupun kehilangan kontrol atas kondisi kesehatannya. Sementara itu, dari aspek afektif dan perilaku, responden relatif mampu mengendalikan perasaan gugup, ketegangan emosional, serta tetap menjalani aktivitas sehari-hari tanpa kecenderungan menarik diri secara berlebihan.

Menurut Stuart, (2021), Kecemasan merupakan respon emosional terhadap ancaman yang dirasakan, baik nyata maupun tidak nyata, yang dapat muncul pada individu dengan penyakit kronis seperti Diabetes Melitus. Namun, tidak semua pasien diabetes mengalami kecemasan yang tinggi. Pasien yang memiliki pengetahuan yang baik tentang penyakitnya, kepatuhan terhadap pengobatan, serta dukungan sosial yang memadai cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terbaru yang dilakukan oleh Alwhaibi et al. (2024) dalam studi berjudul “*Depression, Anxiety, and Health-Related Quality of Life in Patients with Type 2 Diabetes*”, yang menunjukkan bahwa sebagian pasien DM Tipe 2 memiliki tingkat kecemasan yang rendah karena telah terbiasa dengan rutinitas pengobatan dan memiliki pemahaman yang baik terhadap pengelolaan penyakit.

Penelitian lain oleh Rahman et al. (2023) dengan judul “*Psychological Adaptation and Anxiety Levels among Patients with Type 2 Diabetes Mellitus*” juga menemukan bahwa pasien dengan kontrol gula darah yang baik dan dukungan keluarga yang kuat cenderung menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih rendah. Selain itu, Jafari et al. (2024) dalam penelitiannya menegaskan bahwa literasi kesehatan dan dukungan sosial berperan penting dalam menurunkan distress dan kecemasan pada pasien diabetes.

Peneliti berasumsi bahwa kondisi tidak cemas pada sebagian pasien DM Tipe 2 dipengaruhi oleh kemampuan adaptasi psikologis yang baik terhadap penyakit kronis yang diderita. Kemampuan ini kemungkinan didukung oleh pengalaman pasien dalam menjalani pengobatan, penerimaan diri terhadap kondisi kesehatan, serta adanya dukungan keluarga dan lingkungan sekitar. Selain itu, kepatuhan terhadap pengobatan dan pemahaman yang cukup mengenai pengelolaan diabetes diduga berperan dalam menurunkan munculnya gejala kecemasan, baik secara fisik, kognitif, maupun emosional. Kondisi psikologis yang stabil tersebut diharapkan dapat berkontribusi positif terhadap peningkatan kualitas hidup pasien Diabetes Melitus Tipe 2.

Hasil penelitian pada 68 responden menunjukkan bahwa sebanyak 13 responden (19,1%) pasien Diabetes Melitus Tipe 2 berada pada kategori kecemasan ringan. Kondisi ini menunjukkan bahwa responden masih mengalami gejala kecemasan, namun dalam tingkat yang rendah dan relatif dapat dikendalikan. Ditinjau dari gejala fisiologis (somatik), responden dengan kecemasan ringan sesekali merasakan ketegangan otot ringan, gangguan tidur ringan, atau rasa tidak nyaman saat memikirkan kondisi kesehatannya. Dari aspek kognitif, kecemasan ringan tercermin dari adanya kekhawatiran terhadap fluktuasi kadar gula darah dan kemungkinan komplikasi, namun belum berkembang menjadi pikiran negatif yang menetap. Sementara dari aspek afektif dan perilaku, responden masih mampu menjalankan aktivitas sehari-hari dan fungsi sosial dengan baik meskipun sesekali merasa tidak tenang saat harus membatasi pola makan dan aktivitas fisik.

Hal ini sejalan dengan teori menurut Stuart, (2021), yang menyatakan kecemasan ringan merupakan respon psikologis yang masih adaptif terhadap stresor, termasuk pada individu dengan penyakit kronis seperti Diabetes Melitus Tipe 2. Pada tingkat ini, kecemasan dapat muncul sebagai bentuk kewaspadaan terhadap kondisi kesehatan dan justru dapat mendorong pasien untuk lebih patuh terhadap pengobatan dan kontrol rutin. Namun, apabila tidak dikelola dengan baik, kecemasan ringan berpotensi berkembang menjadi kecemasan sedang atau berat yang dapat berdampak negatif terhadap kondisi fisik dan psikologis pasien.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Namdeo et al. (2023) dalam penelitian berjudul *“Depression and Health-Related Quality of Life of Patients with Type 2 Diabetes in Dhaka, Bangladesh”*, yang melaporkan bahwa sebagian besar pasien DM Tipe 2 mengalami kecemasan dan depresi dalam kategori ringan hingga sedang. Kecemasan ringan sering muncul akibat kekhawatiran terhadap kontrol penyakit dan kemungkinan komplikasi, namun masih memungkinkan pasien untuk menjalani aktivitas sehari-hari secara mandiri. Penelitian lain oleh Alwhaibi et al. (2024) juga menemukan bahwa pasien diabetes dengan tingkat kecemasan ringan masih memiliki kemampuan adaptasi yang cukup baik, meskipun kualitas hidup mulai menunjukkan penurunan ringan dibandingkan pasien tanpa kecemasan.

Peneliti berasumsi bahwa kecemasan ringan pada pasien DM Tipe 2 merupakan respons psikologis yang wajar terhadap tuntutan pengelolaan penyakit kronis. Kondisi ini kemungkinan dipengaruhi oleh proses adaptasi yang masih berlangsung, terutama dalam menyesuaikan pola hidup sehat, kepatuhan pengobatan, dan kontrol kadar gula darah. Meskipun mengalami kecemasan, pasien masih memiliki kemampuan koping yang cukup baik sehingga gejala kecemasan belum mengganggu aktivitas maupun hubungan sosial. Jika tidak ditangani secara tepat, kecemasan ringan berpotensi berkembang menjadi kecemasan yang lebih berat dan berdampak negatif terhadap kualitas hidup pasien.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 14 responden (20,6%) pasien Diabetes Melitus Tipe 2 berada pada kategori kecemasan sedang. Kondisi ini mengindikasikan bahwa gejala kecemasan yang dialami responden sudah mulai memberikan dampak nyata terhadap kondisi psikologis dan aktivitas sehari-hari. Ditinjau dari gejala fisiologis (somatik), responden dengan kecemasan sedang cenderung mengalami gangguan tidur, kelelahan, ketegangan otot, serta rasa tidak nyaman saat menjalani aktivitas rutin. Dari aspek kognitif, kecemasan sedang ditandai dengan munculnya kekhawatiran berlebihan terhadap kondisi penyakit dan komplikasi di masa depan, disertai kesulitan berkonsentrasi. Sementara dari aspek afektif dan perilaku, responden menunjukkan penurunan motivasi, mudah merasa tegang, serta mulai terganggunya semangat dalam menjalani rutinitas pengobatan.

Secara teoritis menurut Stuart, (2021), kecemasan sedang merupakan kondisi di mana kemampuan individu untuk memusatkan perhatian mulai menyempit, sehingga dapat mengganggu fungsi psikologis dan sosial. Pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2, kecemasan sedang sering muncul akibat beban pengelolaan penyakit jangka panjang, ketidakpastian terhadap perjalanan penyakit, serta kekhawatiran terhadap risiko komplikasi yang dapat memengaruhi kemandirian dan kualitas hidup. Jika tidak ditangani secara tepat, kecemasan sedang berpotensi berkembang menjadi kecemasan berat dan memperburuk kondisi kesehatan secara keseluruhan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alwhaibi et al. (2024) dalam studi berjudul “*Depression, Anxiety, and Health-Related Quality of Life in Patients with Type 2 Diabetes*”, yang melaporkan bahwa pasien dengan kecemasan sedang menunjukkan penurunan signifikan pada aspek psikologis dan sosial dari quality of life.

Sejalan juga dengan penelitian lain oleh Jafari et al. (2024) dengan judul “*Relationship between Diabetes Health Literacy, Distress, Burnout, Social Support, Complications, Self-Care Behaviors, and Quality of Life among Patients with Type 2 Diabetes*” juga menemukan bahwa distress dan burnout yang berkaitan erat dengan kecemasan sedang berpengaruh negatif terhadap kualitas hidup pasien diabetes. Selain itu, Namdeo et al. (2023) menyatakan bahwa kecemasan pada tingkat sedang berkorelasi dengan meningkatnya kelelahan emosional dan menurunnya kepatuhan terhadap pengelolaan penyakit.

Peneliti berasumsi bahwa kecemasan sedang pada pasien DM Tipe 2 dipengaruhi oleh meningkatnya beban psikologis akibat tuntutan pengelolaan penyakit yang berkelanjutan. Ketidakpastian terhadap kondisi kesehatan, kekhawatiran akan komplikasi, serta tekanan untuk menjaga pola hidup sehat secara konsisten diduga menjadi faktor utama munculnya kecemasan pada tingkat ini. Selain itu, keterbatasan energi fisik dan gangguan tidur dapat memperberat kondisi emosional pasien sehingga memengaruhi aktivitas sehari-hari. Jika tidak ditangani dengan intervensi yang tepat, kecemasan sedang berpotensi berkembang menjadi kecemasan berat dan berdampak lebih besar terhadap kualitas hidup pasien.

Berdasarkan hasil penelitian, sebanyak 15 responden (22,1%) pasien Diabetes Melitus Tipe 2 berada pada kategori kecemasan berat. Temuan ini menunjukkan bahwa hampir seperempat responden mengalami kecemasan dengan intensitas tinggi yang secara signifikan memengaruhi kondisi psikologis dan fungsi kehidupan sehari-hari. Ditinjau dari gejala fisiologis (somatik), responden dengan kecemasan berat mengalami gangguan tidur yang berat, kelelahan berkepanjangan, ketegangan otot, serta rasa tidak nyaman yang menetap sepanjang hari. Dari aspek kognitif, kecemasan berat ditandai dengan adanya ketakutan berlebihan terhadap penyakit, kekhawatiran terus-menerus akan komplikasi serius seperti kecacatan atau kematian, serta kesulitan berkonsentrasi. Sementara dari aspek afektif dan perilaku, responden menunjukkan penurunan motivasi, perasaan gelisah yang intens, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial akibat beban psikologis yang dirasakan.

Secara teoritis, kecemasan berat merupakan kondisi di mana individu mengalami gangguan kemampuan berpikir secara rasional, kesulitan mengendalikan emosi, serta penurunan fungsi adaptif yang signifikan (Stuart, 2021). Pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2, kecemasan berat dapat dipicu oleh ketidakpastian perjalanan penyakit, pengalaman komplikasi, kekhawatiran terhadap ketergantungan jangka panjang pada obat, serta ketakutan akan penurunan kualitas hidup. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada aspek psikologis, tetapi juga dapat memperburuk kontrol glikemik dan meningkatkan risiko komplikasi akibat ketidakpatuhan terhadap pengobatan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Alwhaibi et al. (2024) dalam penelitian berjudul “*Depression, Anxiety, and Health-Related Quality of Life in Patients with Type 2 Diabetes*”, yang menunjukkan bahwa pasien dengan kecemasan berat memiliki skor quality of life yang paling rendah dibandingkan kelompok lainnya.

Penelitian lain oleh Namdeo et al. (2023) dengan judul “*Depression and Health-Related Quality of Life of Patients with Type 2 Diabetes in Dhaka, Bangladesh*” juga menemukan bahwa tingkat kecemasan

dan depresi yang berat berhubungan signifikan dengan penurunan fungsi fisik, psikologis, dan sosial pasien diabetes. Selain itu, Jafari et al. (2024) menegaskan bahwa distress dan burnout yang tinggi berkontribusi secara langsung terhadap penurunan kualitas hidup dan meningkatnya beban psikologis pada pasien DM Tipe 2.

Peneliti berasumsi bahwa kecemasan berat pada pasien DM Tipe 2 dipengaruhi oleh tingginya beban psikologis akibat penyakit kronis yang dirasakan sebagai ancaman serius terhadap masa depan dan kualitas hidup. Kekhawatiran akan komplikasi, ketidakpastian kondisi kesehatan, serta pengalaman negatif selama menjalani pengobatan diduga memperberat respon emosional pasien. Selain itu, gangguan tidur dan kelelahan fisik yang berkepanjangan dapat memperburuk kondisi psikologis sehingga memperkuat kecemasan yang dialami. Kondisi kecemasan berat ini berpotensi berdampak negatif terhadap kepatuhan pengobatan dan kualitas hidup pasien apabila tidak mendapatkan penanganan psikologis yang adekuat.

Identifikasi *Quality of Life* Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Dungingi

Berdasarkan hasil penelitian dari 68 responden pasien Diabetes Melitus Tipe 2 terdapat 21 responden (30,9%) yang termasuk dalam kategori *quality of life* rendah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hampir sepertiga responden merasakan adanya keterbatasan yang cukup besar dalam menjalani kehidupan sehari-hari akibat kondisi penyakit yang diderita. Berdasarkan hasil analisis, responden dengan kualitas hidup rendah cenderung memilih jawaban sering hingga selalu pada pernyataan yang berkaitan dengan keterbatasan aktivitas fisik, mudah merasa lelah, gangguan tidur, ketidaknyamanan fisik, serta kesulitan menjalani peran sosial dan aktivitas rutin. Selain itu, beberapa responden juga menunjukkan ketidakpuasan terhadap kondisi kesehatan yang dimiliki dan merasa penyakit diabetes sangat membatasi kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

Menurut WHO, (2020), kualitas hidup pada pasien Diabetes Melitus dipengaruhi oleh kondisi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Penyakit diabetes yang bersifat kronis dan memerlukan pengelolaan seumur hidup sering kali menimbulkan dampak multidimensional, mulai dari keterbatasan aktivitas fisik, kelelahan, hingga gangguan emosional. Pasien dengan kontrol penyakit yang kurang optimal, disertai gangguan psikologis seperti kecemasan dan stres, cenderung mengalami penurunan kualitas hidup yang signifikan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alwhaibi et al. (2024) dalam studi berjudul “*Depression, Anxiety, and Health-Related Quality of Life in Patients with Type 2 Diabetes*”, yang menemukan bahwa pasien diabetes dengan gangguan psikologis dan keterbatasan aktivitas fisik memiliki skor kualitas hidup yang rendah. Penelitian lain oleh Namdeo et al. (2023) dalam penelitian berjudul “*Depression and Health-Related Quality of Life of Patients with Type 2 Diabetes in Dhaka, Bangladesh*” juga melaporkan bahwa pasien DM Tipe 2 dengan kelelahan fisik, gangguan tidur, dan tekanan emosional menunjukkan penurunan signifikan pada kualitas hidup.

Peneliti berasumsi bahwa responden dengan *quality of life* rendah kemungkinan mengalami kombinasi antara keterbatasan fisik, gangguan psikologis seperti kecemasan, serta beban pengelolaan penyakit yang dirasakan berat. Keterbatasan dalam beraktivitas, kelelahan yang berulang, serta ketidaknyamanan dalam kehidupan sosial dapat menurunkan persepsi pasien terhadap kualitas hidupnya. Selain itu, tuntutan untuk menjalani pengobatan jangka panjang dan perubahan gaya hidup yang ketat diduga turut memperburuk penilaian pasien terhadap kualitas hidup yang dimiliki.

Berdasarkan hasil penelitian dari 68 responden pasien Diabetes Melitus Tipe 2 didapatkan sebanyak 19 responden (27,9%), termasuk dalam kategori *quality of life* sedang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian responden mampu menjalani aktivitas sehari-hari dengan cukup baik, meskipun masih merasakan beberapa keterbatasan akibat penyakit diabetes yang diderita. Berdasarkan hasil analisis, responden dengan kualitas hidup sedang cenderung memilih jawaban kadang-kadang hingga sering pada pernyataan yang berkaitan dengan kelelahan fisik, keterbatasan aktivitas tertentu, gangguan tidur ringan, serta penurunan kenyamanan dalam menjalani peran sosial. Namun demikian,

keterbatasan tersebut belum sepenuhnya menghambat fungsi responden dalam menjalani aktivitas harian dan interaksi sosial.

Hal ini sejalan dengan WHO, (2020), yang menyatakan kualitas hidup sedang menggambarkan kondisi di mana individu masih mampu beradaptasi dengan penyakit kronis, meskipun mengalami gangguan pada beberapa aspek fisik, psikologis, maupun sosial. Pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2, kualitas hidup pada tingkat sedang sering berkaitan dengan kontrol penyakit yang cukup stabil, namun disertai tekanan psikologis dan tuntutan pengelolaan penyakit jangka panjang. Kondisi ini mencerminkan adanya keseimbangan antara kemampuan adaptasi pasien dan keterbatasan yang masih dirasakan akibat penyakit.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jafari et al. (2024) dalam studi berjudul *“Relationship between Diabetes Health Literacy, Distress, Burnout, Social Support, Complications, Self-Care Behaviors, and Quality of Life among Patients with Type 2 Diabetes”*, yang menunjukkan bahwa sebagian besar pasien diabetes berada pada kategori kualitas hidup sedang. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa pasien dengan literasi kesehatan yang cukup dan dukungan sosial yang memadai masih mampu mempertahankan kualitas hidup, meskipun mengalami distress ringan hingga sedang. Penelitian lain oleh Alwhaibi et al. (2024) juga menyatakan bahwa pasien dengan gangguan psikologis ringan hingga sedang umumnya memiliki quality of life pada tingkat sedang.

Berdasarkan Asumsi peneliti bahwa responden dengan quality of life sedang kemungkinan telah mampu menyesuaikan diri dengan kondisi Diabetes Melitus Tipe 2, namun masih merasakan dampak fisik dan psikologis dari penyakit tersebut. Kelelahan, pembatasan aktivitas, serta tuntutan kontrol penyakit yang berkelanjutan dapat menurunkan kenyamanan hidup, meskipun pasien masih dapat menjalani aktivitas dan peran sosial secara relatif mandiri. Kondisi ini menunjukkan pentingnya intervensi berkelanjutan, baik edukasi kesehatan maupun dukungan psikologis, untuk membantu meningkatkan kualitas hidup pasien ke tingkat yang lebih optimal.

Berdasarkan hasil penelitian dari 68 responden pasien Diabetes Melitus Tipe 2 peneliti mendapatkan sebanyak 28 responden (41,2%) yang termasuk dalam kategori quality of life tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mampu mempertahankan kualitas hidup yang baik meskipun hidup dengan penyakit Diabetes Melitus Tipe 2. Berdasarkan hasil analisis, responden dengan kualitas hidup tinggi cenderung memilih jawaban tidak pernah atau kadang-kadang pada pernyataan yang berkaitan dengan keterbatasan aktivitas fisik, kelelahan, gangguan tidur, serta hambatan dalam menjalani peran sosial. Responden juga menunjukkan tingkat kepuasan yang baik terhadap kondisi kesehatan dan kemampuan menjalani aktivitas sehari-hari secara mandiri.

Menurut WHO, (2020), Kualitas hidup yang tinggi pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 mencerminkan kemampuan adaptasi yang baik terhadap penyakit kronis, baik dari aspek fisik, psikologis, sosial, maupun lingkungan. Pasien yang memiliki kualitas hidup tinggi umumnya mampu mengelola penyakit secara efektif, memiliki kontrol glikemik yang baik, serta didukung oleh mekanisme koping yang adaptif dan dukungan sosial yang memadai. Kondisi ini memungkinkan pasien untuk tetap produktif, berpartisipasi dalam aktivitas sosial, serta mempertahankan rasa percaya diri dan kesejahteraan psikologis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jafari et al. (2024) dalam studi berjudul *“Relationship between Diabetes Health Literacy, Distress, Burnout, Social Support, Complications, Self-Care Behaviors, and Quality of Life among Patients with Type 2 Diabetes”*, yang menyatakan bahwa pasien diabetes dengan literasi kesehatan yang baik, dukungan sosial yang kuat, serta tingkat distress yang rendah cenderung memiliki quality of life yang tinggi.

Peneliti berasumsi bahwa responden dengan quality of life tinggi kemungkinan telah memiliki pemahaman yang baik mengenai pengelolaan Diabetes Melitus Tipe 2 serta mampu menerapkan perilaku perawatan diri secara konsisten. Kepatuhan terhadap pengobatan, kontrol rutin di Puskesmas Duingi, serta dukungan dari keluarga dan lingkungan sosial diduga berperan penting dalam menjaga kualitas

hidup responden tetap tinggi. Selain itu, kondisi kesehatan mental yang relatif stabil, khususnya tingkat kecemasan yang rendah, memungkinkan pasien untuk menjalani kehidupan sehari-hari dengan lebih nyaman dan produktif meskipun harus hidup dengan penyakit kronis.

Analisis Hubungan Kecemasan Dengan *Quality of Life* Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Dungingi.

Berdasarkan hasil penelitian dari 68 responden didapatkan 1 responden (1,4%) yang berada pada kategori tidak cemas dengan *quality of life* rendah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun responden tidak mengalami kecemasan secara klinis, kualitas hidup yang dirasakan tetap rendah. Kondisi ini mengindikasikan bahwa kualitas hidup pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 tidak hanya dipengaruhi oleh faktor psikologis berupa kecemasan, tetapi juga oleh faktor lain seperti kondisi fisik, sosial, dan lingkungan. Hal ini disebabkan pasien dalam penelitian ini mayoritas berada pada usia dewasa dan memiliki tingkat pendidikan yang relatif rendah, sehingga meskipun tidak merasa cemas, keterbatasan pemahaman mengenai pengelolaan penyakit dan adanya keluhan fisik yang berkelanjutan dapat menurunkan kualitas hidup yang dirasakan.

Secara teoritis, kualitas hidup menurut WHOQOL (2020) merupakan persepsi individu terhadap kondisi kehidupannya yang mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Individu dapat saja tidak mengalami gangguan kecemasan, namun tetap memiliki kualitas hidup rendah akibat keterbatasan fisik, kelelahan kronis, gangguan tidur, atau hambatan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2, komplikasi, nyeri, keterbatasan aktivitas, serta ketergantungan pada pengobatan jangka panjang dapat berdampak signifikan terhadap kualitas hidup meskipun kondisi mental relatif stabil.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jafari et al. (2024) dalam studi berjudul “*Relationship between Diabetes Health Literacy, Distress, Burnout, Social Support, Complications, Self-Care Behaviors, and Quality of Life among Patients with Type 2 Diabetes*”, yang menemukan bahwa kualitas hidup pasien diabetes dapat tetap rendah meskipun tingkat kecemasan rendah, terutama pada pasien dengan keterbatasan fisik dan literasi kesehatan yang kurang. Penelitian lain oleh Alwhaibi et al. (2024) juga menyebutkan bahwa faktor fisik dan sosial memiliki kontribusi signifikan terhadap penurunan *quality of life*, terlepas dari kondisi psikologis pasien.

Berdasarkan asumsi peneliti bahwa responden yang termasuk dalam kategori tidak cemas namun memiliki *quality of life* rendah kemungkinan mengalami keterbatasan fisik atau gangguan fungsi akibat Diabetes Melitus Tipe 2, seperti kelelahan, gangguan tidur, atau penurunan kemampuan beraktivitas. Selain itu, rendahnya tingkat pendidikan dan keterbatasan akses atau pemahaman terhadap informasi kesehatan diduga berperan dalam menurunkan persepsi kualitas hidup pasien.

Kemudian didapatkan sebanyak 19 responden (27,9%) yang berada pada kategori tidak cemas dengan *quality of life* tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien Diabetes Melitus Tipe 2 yang tidak mengalami kecemasan mampu mempertahankan kualitas hidup yang baik. Kondisi ini mencerminkan adanya keseimbangan antara kondisi psikologis yang stabil dan kemampuan adaptasi yang baik terhadap penyakit kronis yang diderita. Hal ini dipengaruhi oleh mayoritas pasien dalam penelitian ini yang berada pada usia dewasa produktif dan masih bekerja, sehingga memungkinkan mereka untuk tetap menjalankan aktivitas sehari-hari, berinteraksi secara sosial, serta mempertahankan rasa kemandirian dan produktivitas, yang berkontribusi positif terhadap persepsi kualitas hidup.

Secara teoritis, menurut WHOQOL (2020), kualitas hidup yang tinggi tercapai ketika individu mampu berfungsi secara optimal dalam aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Tidak adanya kecemasan memungkinkan individu untuk mengelola stres, mempertahankan motivasi, dan menjalani perawatan penyakit secara lebih efektif.

Hasil penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Alwhaibi et al. (2024) dalam penelitian berjudul “*Depression, Anxiety, and Health-Related Quality of Life in Patients with Type 2 Diabetes*”, yang menemukan bahwa pasien diabetes dengan tingkat kecemasan rendah atau tidak cemas memiliki skor *quality of life* yang lebih tinggi dibandingkan pasien dengan kecemasan sedang hingga

berat. Penelitian lain oleh Jafari et al. (2024) dalam studi “*Relationship between Diabetes Health Literacy, Distress, Burnout, Social Support, Complications, Self-Care Behaviors, and Quality of Life among Patients with Type 2 Diabetes*” juga menunjukkan bahwa pasien dengan kondisi psikologis yang stabil, literasi kesehatan yang baik, serta dukungan sosial yang kuat cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik.

Peneliti berasumsi bahwa responden yang termasuk dalam kategori tidak cemas dengan quality of life tinggi kemungkinan telah memiliki kemampuan coping yang adaptif, pemahaman yang baik mengenai pengelolaan Diabetes Melitus Tipe 2, serta dukungan keluarga dan lingkungan yang memadai. Selain itu, keterlibatan responden dalam aktivitas sosial dan pekerjaan diduga berperan dalam meningkatkan rasa percaya diri dan kepuasan hidup. Kondisi ini menunjukkan bahwa penguatan edukasi kesehatan dan dukungan psikososial di tingkat pelayanan primer, seperti di Puskesmas Duingi, sangat penting untuk membantu pasien mempertahankan kondisi mental yang stabil dan kualitas hidup yang optimal.

Berdasarkan hasil penelitian dari 68 responden terdapat 2 responden (3%) yang berada pada kategori kecemasan ringan dengan quality of life rendah. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun tingkat kecemasan yang dialami responden masih tergolong ringan, kualitas hidup yang dirasakan sudah berada pada tingkat rendah. Kondisi ini mengindikasikan bahwa faktor selain kecemasan, seperti kondisi fisik, sosial, dan karakteristik individu, turut berperan dalam menurunkan kualitas hidup pasien Diabetes Melitus Tipe 2. Hal ini disebabkan, sebagian besar pasien dalam penelitian ini memiliki tingkat pendidikan yang relatif rendah dan berada pada usia dewasa hingga dewasa akhir, yang dapat memengaruhi kemampuan dalam memahami dan mengelola penyakit secara optimal.

Secara teoritis, kecemasan ringan masih termasuk dalam respon adaptif terhadap stresor, namun jika disertai dengan keterbatasan fisik, kelelahan, atau beban penyakit kronis yang berkepanjangan, maka dampaknya terhadap kualitas hidup dapat menjadi signifikan (Stuart, 2021).

Menurut WHOQOL (2020), kualitas hidup dipengaruhi oleh berbagai dimensi, sehingga meskipun gangguan psikologis belum berat, adanya gangguan pada aspek fisik dan sosial dapat menurunkan persepsi individu terhadap kualitas hidupnya. Pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2, keluhan seperti mudah lelah, gangguan tidur, dan keterbatasan aktivitas dapat menurunkan kualitas hidup meskipun kecemasan masih ringan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Namdeo et al. (2023) dalam penelitian berjudul “*Depression and Health-Related Quality of Life of Patients with Type 2 Diabetes in Dhaka, Bangladesh*”, yang menemukan bahwa pasien diabetes dengan gangguan psikologis ringan namun disertai keluhan fisik dan keterbatasan aktivitas cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih rendah. Penelitian lain oleh Jafari et al. (2024) juga menunjukkan bahwa distress ringan yang tidak ditangani dengan baik, terutama pada pasien dengan literasi kesehatan rendah, dapat berdampak negatif terhadap quality of life.

Peneliti berasumsi bahwa responden dengan kecemasan ringan tetapi memiliki quality of life rendah kemungkinan menghadapi keterbatasan fisik atau sosial yang cukup signifikan, seperti penurunan stamina, gangguan tidur, atau keterbatasan dalam menjalankan peran sosial dan pekerjaan. Selain itu, rendahnya tingkat pendidikan dan pemahaman tentang pengelolaan Diabetes Melitus Tipe 2 diduga memperberat persepsi negatif terhadap kondisi kesehatan yang dialami. Kondisi ini menunjukkan bahwa intervensi kesehatan pada pasien DM Tipe 2 tidak hanya perlu difokuskan pada penurunan kecemasan, tetapi juga pada peningkatan kemampuan perawatan diri, edukasi kesehatan, serta dukungan sosial untuk memperbaiki kualitas hidup pasien secara menyeluruh.

Kemudian didapatkan sebanyak 6 responden (8,8%) yang berada pada kategori kecemasan ringan dengan quality of life tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun responden mengalami kecemasan ringan, mereka tetap mampu mempertahankan kualitas hidup yang baik. Kondisi ini menggambarkan adanya kemampuan adaptasi dan mekanisme coping yang efektif dalam menghadapi penyakit Diabetes

Melitus Tipe 2. Hal ini disebabkan sebagian besar pasien dalam penelitian ini berada pada usia dewasa produktif dan masih bekerja, sehingga tetap memiliki aktivitas rutin, peran sosial, serta dukungan lingkungan yang dapat membantu mengurangi dampak kecemasan terhadap kualitas hidup.

Secara teoritis menurut Stuart, (2021), kecemasan ringan merupakan respon psikologis yang masih bersifat adaptif dan dapat berfungsi sebagai bentuk kewaspadaan terhadap kondisi kesehatan. Pada tingkat ini, kecemasan tidak selalu berdampak negatif, bahkan dapat mendorong individu untuk lebih patuh terhadap pengobatan dan pengelolaan penyakit. Hal ini sejalan dengan WHOQOL (2020), kualitas hidup tetap dapat terjaga apabila individu mampu mengendalikan stres dan menjalankan fungsi fisik, psikologis, serta sosial dengan baik. Hal ini terlihat pada responden yang meskipun mengalami kecemasan ringan, tetap memiliki persepsi positif terhadap kualitas hidupnya. H

Hasil penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Alwhaibi et al. (2024) dalam penelitian berjudul *“Depression, Anxiety, and Health-Related Quality of Life in Patients with Type 2 Diabetes”*, yang menunjukkan bahwa pasien dengan kecemasan ringan masih dapat mempertahankan quality of life yang tinggi, terutama jika didukung oleh literasi kesehatan yang baik dan kepatuhan terhadap pengobatan. Penelitian lain oleh Jafari et al. (2024) juga menyatakan bahwa pasien diabetes dengan distress ringan namun memiliki dukungan sosial yang kuat cenderung menunjukkan kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan pasien dengan distress yang lebih berat.

Berdasarkan asumsi peneliti bahwa responden dengan kecemasan ringan dan quality of life tinggi kemungkinan telah memiliki pemahaman yang cukup baik mengenai pengelolaan Diabetes Melitus Tipe 2 serta mampu menerapkan perilaku perawatan diri secara konsisten. Dukungan keluarga, lingkungan kerja, serta akses terhadap pelayanan kesehatan di Puskesmas Duingi diduga berperan penting dalam membantu pasien mengelola kecemasan ringan sehingga tidak berdampak signifikan terhadap kualitas hidup.

Berdasarkan hasil penelitian dari 68 responden terdapat 6 responden (8,8%) yang berada pada kategori kecemasan sedang dengan quality of life sedang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan yang dialami responden telah memberikan dampak terhadap kualitas hidup, namun masih berada pada tingkat sedang. Kondisi ini menggambarkan bahwa responden mengalami gangguan psikologis yang mulai memengaruhi aktivitas sehari-hari, seperti kelelahan, gangguan tidur, dan menurunnya konsentrasi, namun belum sepenuhnya menghambat fungsi fisik dan sosial.

Hal ini disebabkan oleh pasien usia dewasa hingga dewasa akhir yang masih aktif bekerja, sehingga menghadapi tekanan ganda antara tuntutan pekerjaan dan pengelolaan penyakit kronis. Tingkat pendidikan yang relatif rendah pada sebagian responden juga dapat memengaruhi pemahaman terhadap penyakit dan meningkatkan kekhawatiran terhadap kondisi kesehatan.

Secara teoritis, menurut Stuart, (2021), kecemasan sedang menyebabkan penyempitan lapang persepsi dan menurunkan kemampuan individu dalam mengelola stres secara optimal. Hal ini sejalan dengan WHOQOL (2020), gangguan psikologis pada tingkat sedang dapat berdampak pada kualitas hidup, terutama pada aspek psikologis dan sosial.

Penelitian ini sejalan dengan Namdeo et al. (2023) dalam studi *“Depression and Health-Related Quality of Life of Patients with Type 2 Diabetes in Dhaka, Bangladesh”* yang menunjukkan bahwa pasien diabetes dengan kecemasan sedang cenderung memiliki kualitas hidup pada tingkat sedang akibat keterbatasan fisik dan emosional yang mulai dirasakan.

Kemudian, hasil penelitian juga menunjukkan terdapat 2 responden (3%) yang berada pada kategori kecemasan sedang dengan quality of life tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun responden mengalami kecemasan pada tingkat sedang, kualitas hidup yang dirasakan tetap tinggi. Kondisi ini menunjukkan adanya kemampuan adaptasi dan mekanisme koping yang baik dalam menghadapi penyakit Diabetes Melitus Tipe 2. Hal ini disebabkan, pasien dalam kategori ini diduga memiliki dukungan sosial yang kuat, masih aktif bekerja, serta memiliki pengalaman dan pemahaman yang lebih baik dalam mengelola penyakitnya.

Secara teoritis, individu dengan kecemasan sedang masih dapat mempertahankan kualitas hidup yang baik apabila memiliki strategi koping yang efektif, literasi kesehatan yang memadai, serta dukungan

sosial yang kuat (Stuart, 2021). Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Jafari et al. (2024) dalam studi *“Relationship between Diabetes Health Literacy, Distress, Burnout, Social Support, Complications, Self-Care Behaviors, and Quality of Life among Patients with Type 2 Diabetes”* yang menunjukkan bahwa dukungan sosial dan literasi kesehatan berperan sebagai faktor protektif yang dapat mempertahankan quality of life meskipun pasien mengalami distress atau kecemasan sedang.

Peneliti berasumsi bahwa responden dengan kecemasan sedang dan quality of life sedang kemungkinan mengalami keterbatasan dalam mengelola stres dan tuntutan penyakit, sehingga berdampak pada penurunan kualitas hidup. Sementara itu, responden dengan kecemasan sedang namun memiliki quality of life tinggi diduga memiliki mekanisme koping yang lebih adaptif, dukungan keluarga dan lingkungan yang baik, serta akses pelayanan kesehatan yang memadai. Kondisi ini menunjukkan bahwa faktor protektif seperti dukungan sosial dan edukasi kesehatan berperan penting dalam mempertahankan kualitas hidup pasien DM Tipe 2 meskipun mengalami kecemasan pada tingkat sedang.

Berdasarkan hasil penelitian dari 68 responden terdapat 1 responden (1,4%) yang berada pada kategori kecemasan berat dengan quality of life tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun responden mengalami kecemasan pada tingkat berat, kualitas hidup yang dirasakan tetap berada pada kategori tinggi. Kondisi ini merupakan temuan yang relatif jarang dan menunjukkan adanya faktor protektif yang kuat dalam diri responden. Hal ini disebabkan oleh pasien yang masih berada pada usia produktif, memiliki aktivitas rutin, serta mendapatkan dukungan sosial yang baik dari keluarga maupun lingkungan sekitar, sehingga mampu mempertahankan kualitas hidup meskipun menghadapi tekanan psikologis yang tinggi.

Secara teoritis, Menurut teori WHOQOL (2020) menyatakan bahwa kualitas hidup merupakan persepsi subjektif, sehingga individu dapat menilai kualitas hidupnya tetap baik meskipun mengalami gangguan psikologis, apabila aspek lain seperti dukungan sosial dan kepuasan hidup masih terpenuhi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Jafari et al. (2024) dalam studi berjudul *“Relationship between Diabetes Health Literacy, Distress, Burnout, Social Support, Complications, Self-Care Behaviors, and Quality of Life among Patients with Type 2 Diabetes”*, yang menunjukkan bahwa dukungan sosial dan literasi kesehatan dapat berperan sebagai faktor protektif yang kuat dalam mempertahankan quality of life, bahkan pada pasien dengan tingkat distress yang tinggi. Penelitian lain oleh Alwhaibi et al. (2024) juga mengungkapkan bahwa sebagian kecil pasien diabetes mampu mempertahankan kualitas hidup yang baik meskipun mengalami gangguan psikologis berat, terutama jika memiliki akses pelayanan kesehatan yang baik dan dukungan keluarga yang optimal.

Peneliti berasumsi peneliti menyatakan bahwa responden dengan kecemasan berat namun memiliki quality of life tinggi kemungkinan telah mengembangkan mekanisme koping yang sangat kuat, memiliki penerimaan diri yang baik terhadap penyakit Diabetes Melitus Tipe 2, serta mendapatkan dukungan sosial dan pelayanan kesehatan yang memadai. Selain itu, persepsi positif terhadap kehidupan, rasa syukur, serta keterlibatan dalam aktivitas sosial dan spiritual diduga turut membantu responden mempertahankan kualitas hidup yang tinggi meskipun menghadapi kecemasan berat.

Kemudian berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebanyak 12 responden (17,6%) berada pada kategori kecemasan berat dengan quality of life rendah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian responden mengalami kondisi psikologis yang berat dan secara bersamaan merasakan kualitas hidup yang rendah. Kondisi ini menggambarkan adanya beban ganda yang dialami pasien Diabetes Melitus Tipe 2, yaitu tekanan psikologis yang tinggi serta keterbatasan dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Kondisi ini disebabkan oleh pasien usia dewasa akhir, dengan tingkat pendidikan yang relatif rendah, serta menghadapi tuntutan pekerjaan dan pengelolaan penyakit jangka panjang yang cukup berat.

Secara teoritis, menurut Stuart, (2021), kecemasan berat merupakan kondisi yang sangat mengganggu fungsi adaptif individu, ditandai dengan perasaan takut berlebihan, gangguan tidur, kelelahan, serta penurunan kemampuan konsentrasi dan aktivitas. Hal ini sejalan dengan WHOQOL (2020), kondisi ini akan berimplikasi langsung pada penurunan kualitas hidup, terutama pada aspek fisik, psikologis, dan sosial.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alwhaibi et al. (2024) dalam studi berjudul “*Depression, Anxiety, and Health-Related Quality of Life in Patients with Type 2 Diabetes*”, yang menunjukkan bahwa pasien diabetes dengan tingkat kecemasan berat memiliki skor quality of life yang paling rendah dibandingkan kelompok lainnya. Penelitian lain oleh Namdeo et al. (2023) dalam penelitian berjudul “*Depression and Health-Related Quality of Life of Patients with Type 2 Diabetes in Dhaka, Bangladesh*” juga menemukan bahwa kecemasan dan depresi berat berhubungan signifikan dengan penurunan kualitas hidup, terutama pada aspek fisik, psikologis, dan sosial. Selain itu, Jafari et al. (2024) menegaskan bahwa distress dan burnout yang tinggi berkontribusi secara signifikan terhadap rendahnya quality of life pasien Diabetes Melitus Tipe 2.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa responden dengan kecemasan berat dan quality of life rendah kemungkinan mengalami keterbatasan fisik yang nyata, tekanan psikologis berkepanjangan, serta kurangnya strategi koping yang adaptif. Rendahnya tingkat pendidikan dan keterbatasan pemahaman mengenai pengelolaan penyakit diduga memperberat kecemasan dan menurunkan kualitas hidup pasien. Selain itu, kurangnya dukungan sosial dan tingginya tuntutan pengobatan jangka panjang dapat meningkatkan perasaan tidak berdaya dan kelelahan emosional.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian didapatkan dari 68 responden pasien DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Duingi didapatkan sebanyak 26 responden (38,2%), termasuk dalam kategori tidak cemas, kemudian sebanyak 13 responden (19,1%) termasuk dalam kecemasan ringan, kemudian sebanyak 14 responden (20,6%) termasuk dalam kecemasan sedang dan sebanyak 15 responden (22,1%) termasuk dalam kecemasan berat.

1. Dari hasil penelitian didapatkan dari 68 responden pasien DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Duingi didapatkan sebanyak 21 responden (30,9%) termasuk dalam kategori *quality of life* rendah, kemudian sebanyak 19 responden (27,9%) termasuk dalam kategori sedang, dan sebanyak 28 responden (41,2%) termasuk dalam kategori tinggi.
2. Berdasarkan Hasil uji statistik menggunakan uji *chi-square* didapatkan nilai $p=0,000$ dengan $\alpha < 0,05$, maka dapat disimpulkan ada hubungan kecemasan dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Duingi.

SARAN

1. Bagi Pasien Diabetes Melitus Tipe 2
Diharapkan dapat meningkatkan kesadaran bahwa pengelolaan penyakit tidak hanya berfokus pada pengendalian kadar gula darah, tetapi juga pada kondisi psikologis, khususnya kecemasan. Pasien disarankan untuk lebih terbuka dalam mengungkapkan keluhan psikologis kepada tenaga kesehatan serta aktif mencari dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar.
2. Bagi Puskesmas Duingi
Diharapkan untuk mengintegrasikan skrining kesehatan mental, khususnya kecemasan, dalam pelayanan rutin pasien Diabetes Melitus Tipe 2. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar dalam merancang program pelayanan yang lebih holistik, seperti edukasi manajemen stres, konseling psikologis sederhana, serta penguatan dukungan sosial melalui kegiatan kelompok pasien diabetes.
3. Bagi Tenaga Kesehatan
Tenaga kesehatan, khususnya perawat, diharapkan dapat meningkatkan perannya dalam memberikan edukasi, konseling, dan dukungan psikologis kepada pasien Diabetes Melitus Tipe 2. Perawat dan tenaga kesehatan lainnya disarankan untuk melakukan pendekatan yang lebih empatik, mengidentifikasi tanda-tanda kecemasan sejak dini, serta memberikan informasi yang jelas dan mudah dipahami terkait pengelolaan penyakit.

DAFTAR PUSTAKA

- Abate, T. W., Yalew, A. W., & Asmare, B. (2020). Health-Related Quality of Life And Associated Factors Among Patients With Diabetes Mellitus At The University Of Gondar Referral Hospital. *Health And Quality of Life Outcomes*, 18(62), 1–11. <https://doi.org/10.1186/S12955-020-01311-5>
- Alwhaibi, M. 2024. Depression, Anxiety, And Health-Related Quality of Life In Patients With Type 2 Diabetes. *Journal Of Diabetes Research*.
- Andira, L. 2020. Definisi Dan Konsep Kesehatan Mental. *Jurnal Psikologi* 18: 45–52.
- Association, American Diabetes. 2023. Standards Of Medical Care In Diabetes Diabetes Care (Suppl 1): S1–300. Doi:10.2337/Dc23-SINT.
- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R. A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(6), 893–897. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.56.6.893>
- Chen, Y. 2022. Multidimensional Aspects Of Quality of Life In Patients With Chronic Illness. *Quality of Life Research* 31: 220–30.
- Decroli, E. 2019. Pathophysiology Of Type 2 Diabetes Mellitus: Insulin Resistance And Beta Cell Dysfunction. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia* 6: 25–34.
- Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo. 2023. Laporan Penyakit Tidak Menular Provinsi Gorontalo.
- Hendry, A. 2023. “Diabetes Mellitus As A Metabolic Disorder: Pathophysiology And Management.” *Journal Of Clinical Endocrinology* 15: 120–30.
- Ii, T. 2023. Impaired Glucose Tolerance And Insulin Secretion In Type 2 Diabetes Mellitus. *BMC Endocrine Disorders* 23: 77–85.
- International Diabetes Federation. 2021. IDF Diabetes Atlas, 10th Edition. International Diabetes Federation.
- Jafari, A. 2024. Relationship Between Diabetes Health Literacy, Distress, Burnout, Social Support, Complications, Self-Care Behaviors, And Quality of Life Among Patients With Type 2 Diabetes. *Health And Quality of Life Outcomes*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2023. Survei Kesehatan Indonesia (Riskesdas) 2023.
- Kristina, M. 2023. “Etiology Of Diabetes Mellitus And Risk Factors.” *Jurnal Kesehatan Indonesia* 12: 50–60.
- Kurniadi, E, And R Nurrahmani. 2022. Diabetes Mellitus: Diagnosis, Classification, And Management. Yogyakarta: Deepublish.
- Kusnadi, E., Rachmawati, R., & Hidayat, A. (2024). Assessment Of The Quality of Life In Type 2 Diabetes Patients A Comparative Study Of WHOQOL-BREF And DQOL Instruments. *European Journal Of Clinical And Experimental Medicine*, 22(1), 89–96.
- Land, K, A Michalos, And M Sirgy. 2021. Handbook Of Social Indicators And Quality of Life Research. Dordrecht: Springer.
- Lestari, D. 2021. “Mechanism Of Insulin Resistance In Type 2 Diabetes Mellitus.” *Indonesian Journal Of Medicine* 9: 70–80.
- Mangkuliguna, H. 2021. Hyperglycemia And Kidney Dysfunction In Diabetes Mellitus. *Jurnal Nefrologi Indonesia* 10: 80–90.
- Mansyah, A. 2021. “Insulin Resistance In Type 2 Diabetes Mellitus Patients.” *Jurnal Biomedik* 13: 110–20.
- Marcelina. 2020. Psikologi Kesehatan Mental.
- Moghaddam, B. 2021. Quality of Life And Chronic Diseases: A Review. *International Journal Of Quality of Life Research* 30: 200–210.

- Namdeo, R. 2023. Depression And Health-Related Quality of Life Of Patients With Type 2 Diabetes In Dhaka, Bangladesh. BMC Endocrine Disorders.
- Notti, R, And S Ufi. 2021. "Kecemasan and Stress Management." Journal Of Kecemasanresearch 20: 90–100.
- Nursalam. 2019. "Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. In Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis (4th Ed.). Jakarta. In Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis."
- Nursalam. 2020. "Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan." In Salemba Medika.
- PERKENI. 2021. Konsensus Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Indonesia. Jakarta: Perkumpulan Endokrinologi Indonesia.
- Peitz, D., Kersjes, C., Thom, J., Hoelling, H., Mauz, E. (2021). Indicators For Public Mental Health: A Scoping Review. Front Public Health, 9:714497. Doi:10.3389/Fpubh.2021.714497
- Prabowo, M H, And Dkk. 2023. "Health-Related Quality of Life Of Patients With Diabetes Mellitus Type 2 At A Primary Healthcare Center In Indonesia." PMC.
- Purnomo. 2021. Fisiologi Endokrinologi: Peran Insulin Dalam Metabolisme.
- Putri, N. 2020. "Jenis-Jenis Gangguan Kesehatan Mental." Jurnal Kesehatan Jiwa 16: 140–50.
- Raeburn, J, And I Rootman. 2022. "Determinants Of Quality Of Life: A Public Health Perspective." International Journal Of Public Health 67: 310–20.
- Rahman, H. F., & Sukmarini, Y. (2023). Efikasi Diri, Kepatuhan, Dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. Jurnal Pustaka Kesehatan, 15(2)
- Safira. 2022. Diabetes Melitus Dan Gangguan Metabolik.
- Saputra, R. 2023. "Global Prevalence And Adherence To Therapy In Diabetes Mellitus." International Journal Of Public Health 45: 88–95.
- Scott, K. M., Et Al. (2023). Depression And Anxiety Trajectories In Chronic Illness. Psychotherapy And Psychosomatics, 92(4), 227–237.
- Simatupang, T, And M Kristina. 2023. "Clinical Manifestations Of Diabetes Mellitus In Indonesia." Jurnal Ilmu Kesehatan 15: 200–210.
- Suryati, A. 2021. "Autoimmune Mechanism In Type 1 Diabetes Mellitus." Medical Journal Of Indonesia 29: 145–55.
- Tarbiyah, R. 2020. "Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Pada Remaja Dan Dewasa." Jurnal Psikiatri 14: 70–80.
- Vaingankar, J. A., Abdin, E., Chong, S. A., Shafie, S., Sambasivam, R., Zhang, Y., Subramaniam, M. (2021). Psychometric Properties Of The World Health Organization WHOQOL-BREF Quality of Life Assessment In Singapore. Springer Medicine.
- World Health Organization. 2020. Global Report On Diabetes. Geneva: WHO Press. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>.
- Yudianto. 2022. Kualitas Hidup Pasien Dengan Penyakit Kronis. Tinjauan Dalam Konteks Keperawatan. Bandung.
- Zulkarnain, I. 2019. Psikologi Kesehatan Mental. Jakarta: Rajawali Press.