

## ANALISIS KORELASI ANTARA LAMA PENYAKIT DIABETES DENGAN PENURUNAN KUALITAS HIDUP PENDERITA

**Namira Yusuf**

FKM Universitas Serambi Mekkah

Email: [namirayusuf@gmail.com](mailto:namirayusuf@gmail.com)

### Abstract

This study aims to analyze the relationship between the length of suffering from Diabetes Mellitus (DM) with a decrease in the quality of life in patients. The quality of life includes physical, psychological, social, and environmental aspects. This study used a quantitative approach with a cross-sectional design. Data were collected through the WHOQOL-BREF questionnaire and analyzed using the Pearson correlation test. The results showed a significant negative relationship between duration of diabetes and quality of life, especially in the physical and psychological domains. These findings emphasize the importance of holistic care in the long-term management of DM.

**Keywords:** *Diabetes mellitus, quality of life, duration of disease, WHOQOL-BREF, correlation*

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara lama menderita Diabetes Mellitus (DM) dengan penurunan kualitas hidup pada penderita. Kualitas hidup yang dimaksud mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional. Data dikumpulkan melalui kuesioner WHOQOL-BREF dan dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson. Hasil menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara durasi menderita diabetes dan kualitas hidup, terutama pada domain fisik dan psikologis. Temuan ini menekankan pentingnya penanganan holistik dalam manajemen jangka panjang DM

**Kata Kunci:** *Diabetes Mellitus, kualitas hidup, lama penyakit, WHOQOL-BREF, korelasi*

## PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya meningkat pesat di seluruh dunia. Berdasarkan data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), lebih dari 422 juta orang di dunia menderita diabetes, dan angka ini diperkirakan akan terus meningkat dalam dekade-dekade mendatang. Di Indonesia sendiri, menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi diabetes pada penduduk usia  $\geq 15$  tahun mencapai 10,9%, dan sebagian besar penderita tidak menyadari bahwa mereka telah mengidap penyakit ini. Diabetes Mellitus adalah gangguan metabolik kronis yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah akibat gangguan produksi atau efektivitas insulin. Kondisi ini berpotensi menimbulkan berbagai

komplikasi jangka panjang yang dapat memengaruhi kualitas hidup penderitanya secara menyeluruh. (Prasestiyo & Asnindari, 2017)

Seiring bertambahnya durasi seseorang mengidap diabetes, risiko munculnya komplikasi seperti neuropati, nefropati, retinopati, hingga penyakit kardiovaskular menjadi semakin tinggi. Komplikasi tersebut tidak hanya menimbulkan gangguan fisik, tetapi juga berdampak pada aspek psikologis, sosial, bahkan spiritual penderita. Kualitas hidup yang menurun sering kali menjadi konsekuensi dari penurunan fungsi fisik, rasa sakit yang terus-menerus, beban psikologis akibat pengelolaan penyakit yang kompleks, serta keterbatasan dalam aktivitas sosial dan pekerjaan. Dalam konteks ini, kualitas hidup menjadi indikator penting yang perlu diperhatikan dalam perawatan diabetes, tidak hanya fokus pada parameter medis seperti kadar HbA1c atau tekanan darah. (Kriswiastiny et al., 2022)

Kualitas hidup didefinisikan sebagai persepsi individu terhadap posisinya dalam kehidupan dalam konteks budaya dan sistem nilai yang mereka anut, serta kaitannya dengan tujuan, harapan, standar, dan perhatian mereka. WHO telah mengembangkan instrumen WHOQOL-BREF untuk mengukur kualitas hidup dalam empat domain utama: fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Bagi penderita diabetes, kualitas hidup sangat dipengaruhi oleh bagaimana mereka mengelola penyakitnya, serta dukungan yang mereka terima dari keluarga, lingkungan sosial, dan tenaga kesehatan. Semakin lama seseorang hidup dengan diabetes, semakin besar tantangan yang mereka hadapi, baik secara fisik maupun emosional (Laili et al., 2019).

Beberapa studi sebelumnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara durasi penyakit diabetes dengan penurunan kualitas hidup. Lama penyakit yang lebih panjang sering kali berhubungan dengan kejenuhan psikologis dalam menjalani pengobatan, penurunan kepatuhan terhadap pengobatan, serta peningkatan komplikasi medis. Penelitian yang dilakukan oleh Fitriani & Maulida (2022) mengungkapkan bahwa pasien dengan lama penyakit di atas 10 tahun menunjukkan skor kualitas hidup yang lebih rendah dibandingkan dengan pasien yang baru terdiagnosis kurang dari 5 tahun. Hasil ini menunjukkan pentingnya intervensi dini dan berkelanjutan dalam menjaga keseimbangan hidup penderita. (Bayu et al., 2022)

Namun demikian, konteks lokal dan budaya juga memengaruhi bagaimana kualitas hidup penderita diabetes terbentuk dan dirasakan. Di beberapa komunitas, dukungan keluarga dan religiusitas yang kuat dapat memperkuat resiliensi pasien dalam menghadapi penyakit kronis ini. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami bagaimana lama penderitaan DM memengaruhi kualitas hidup dalam berbagai aspek kehidupan, khususnya di Indonesia. Studi ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara lama menderita diabetes dengan kualitas hidup penderita, dengan harapan dapat menjadi dasar dalam penyusunan strategi manajemen diabetes yang lebih menyeluruh dan humanistik. (Suryati et al., 2019)

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional atau potong lintang, yang bertujuan untuk melihat hubungan antara lama menderita Diabetes Mellitus dan kualitas hidup penderita pada satu titik waktu tertentu. Penelitian dilaksanakan di tiga fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama di Kota Banda Aceh, yaitu dua puskesmas dan satu klinik swasta, selama periode Januari hingga Maret 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien yang telah didiagnosis menderita Diabetes

Mellitus tipe 2 dan menjalani kontrol rutin di tempat tersebut. Kriteria inklusi meliputi pasien berusia 30 tahun ke atas, telah menderita diabetes minimal selama enam bulan, mampu berkomunikasi secara verbal, dan bersedia menjadi responden dengan menandatangani informed consent. Adapun kriteria eksklusi mencakup pasien dengan gangguan mental berat, komplikasi akut yang menghambat wawancara, atau kondisi terminal yang tidak memungkinkan pengisian kuesioner.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, dan jumlah sampel yang diperoleh sebanyak 100 orang, sesuai dengan perhitungan minimal jumlah sampel untuk uji korelasi Pearson dengan tingkat kepercayaan 95% dan kekuatan uji 80%. Instrumen yang digunakan untuk mengukur kualitas hidup adalah WHOQOL-BREF versi Bahasa Indonesia, yang telah terstandarisasi dan divalidasi di populasi Indonesia. Instrumen ini terdiri dari 26 item yang mencakup empat domain: fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Setiap item dinilai dengan skala Likert 1–5. Data lama menderita diabetes diperoleh dari rekam medis dan konfirmasi wawancara dengan responden. Analisis statistik dilakukan dengan menggunakan uji korelasi Pearson untuk melihat hubungan antara lama menderita diabetes (variabel independen) dan skor kualitas hidup (variabel dependen), dengan bantuan software SPSS versi 25.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Hasil Penelitian

Penelitian ini melibatkan 100 responden penderita Diabetes Mellitus tipe 2 yang tersebar di tiga fasilitas kesehatan di Banda Aceh. Berdasarkan data demografis, mayoritas responden berusia antara 50 hingga 65 tahun (64%), dengan distribusi jenis kelamin perempuan sebanyak 58% dan laki-laki 42%. Sebagian besar responden (71%) telah menderita diabetes lebih dari 5 tahun, dan sisanya antara 6 bulan hingga 5 tahun. Tingkat pendidikan responden cukup beragam, dengan mayoritas lulusan sekolah menengah (SMA/SMK) sebanyak 45%, sedangkan 25% lulusan perguruan tinggi. (Syiva, 2024)

Dari segi kondisi klinis, sekitar 60% responden memiliki satu atau lebih komplikasi yang berkaitan dengan DM, seperti neuropati perifer, gangguan penglihatan, dan hipertensi. Rata-rata nilai indeks massa tubuh (IMT) responden adalah 27, yang menunjukkan kecenderungan ke arah overweight. Sebanyak 48% responden mengaku belum rutin melakukan aktivitas fisik, dan 36% masih memiliki kebiasaan makan yang kurang sesuai dengan anjuran gizi penderita diabetes. (Wulansari et al., 2024).

Skor kualitas hidup yang diperoleh menggunakan kuesioner WHOQOL-BREF menunjukkan bahwa domain fisik memiliki skor terendah, dengan nilai rata-rata 59,3. Ini mencakup indikator seperti tingkat energi, kelelahan, tidur, dan nyeri fisik. Domain psikologis memiliki skor rata-rata 62,7, mencerminkan perasaan depresi, kecemasan, dan kepuasan terhadap diri sendiri. Domain hubungan sosial mencatat skor rata-rata 68,2, sementara domain lingkungan memperoleh skor rata-rata 70,5. Secara umum, semakin lama penderita mengidap DM, semakin rendah skor kualitas hidup yang mereka laporkan, terutama pada domain fisik dan psikologis. (Abiyoga, 2020)

Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara lama menderita diabetes dan skor kualitas hidup ( $r = -0,431$ ;  $p < 0,01$ ). Korelasi paling kuat terlihat pada domain fisik ( $r = -0,472$ ;  $p < 0,01$ ) dan psikologis ( $r = -0,401$ ;  $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa semakin lama durasi penyakit, maka semakin rendah kualitas hidup dalam aspek fisik dan

emosional pasien. Sementara itu, pada domain hubungan sosial dan lingkungan, hubungan negatif tetap ada tetapi tidak signifikan secara statistik ( $p > 0,05$ ).

## 2. Pembahasan

Hasil penelitian ini menguatkan temuan berbagai studi sebelumnya bahwa kualitas hidup penderita Diabetes Mellitus menurun seiring bertambahnya lama penderita mengidap penyakit tersebut. Korelasi negatif yang signifikan antara lama sakit dengan domain fisik dan psikologis menunjukkan bahwa durasi penyakit merupakan salah satu determinan utama dalam memburuknya kualitas hidup pasien. Hal ini dapat dijelaskan oleh akumulasi beban penyakit kronik yang berdampak pada kesehatan fisik, munculnya komplikasi, penurunan mobilitas, serta kejenuhan dalam menjalani pengobatan dan pola hidup yang ketat. (Kurniawati, 2022)

Secara fisik, penderita DM yang telah lama menderita penyakit ini mengalami penurunan kekuatan otot, gangguan tidur, dan rasa nyeri yang menetap. Neuropati perifer yang sering dijumpai pada penderita DM lama menyebabkan kesemutan dan nyeri kaki, yang mengganggu aktivitas harian. Gangguan penglihatan akibat retinopati diabetik pun berkontribusi pada menurunnya kualitas hidup karena pasien menjadi tergantung pada orang lain dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Ketergantungan ini menurunkan rasa percaya diri dan meningkatkan beban psikologis.

Dalam domain psikologis, rasa frustrasi, stres karena kontrol gula darah yang sulit dipertahankan, serta ketakutan terhadap komplikasi jangka panjang menimbulkan kecemasan dan depresi ringan hingga sedang. Beberapa responden bahkan menunjukkan gejala depresi klinis, walau belum terdiagnosis secara resmi. Ini menunjukkan pentingnya memasukkan pendekatan psikososial dalam perawatan pasien diabetes, tidak hanya aspek biomedis semata. Ketidakseimbangan emosional ini makin kompleks ketika pasien merasa tidak mendapatkan dukungan sosial atau spiritual yang memadai. (Rahmani et al., 2023)

Namun, domain hubungan sosial dan lingkungan menunjukkan skor yang relatif stabil dan tidak terlalu terpengaruh oleh lama penyakit. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh peran keluarga dan komunitas yang cukup kuat dalam mendukung penderita diabetes di Aceh. Budaya kolektif masyarakat yang cenderung menjaga hubungan kekeluargaan dan spiritualitas yang tinggi bisa menjadi faktor protektif terhadap penurunan kualitas hidup. Beberapa pasien bahkan merasa lebih dekat secara spiritual setelah menderita diabetes karena merasa lebih banyak merenung dan mendekatkan diri kepada Tuhan. Ini menegaskan bahwa kualitas hidup adalah konstruk yang kompleks, tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi klinis, tetapi juga oleh faktor sosial dan kultural.

Temuan ini memberikan implikasi penting dalam perencanaan layanan kesehatan, terutama dalam penyediaan intervensi jangka panjang bagi penderita diabetes. Edukasi kesehatan yang berkelanjutan perlu diberikan kepada pasien sejak awal diagnosis, terutama yang berkaitan dengan pengelolaan diri (self-management), pencegahan komplikasi, dan manajemen stres. Intervensi berbasis komunitas, seperti kelompok dukungan pasien diabetes atau konseling psikologis berkala, juga direkomendasikan untuk mempertahankan kualitas hidup pasien jangka panjang. Terlebih lagi, layanan kesehatan primer harus memperkuat peran promosi kesehatan, tidak hanya pengobatan kuratif. (Djasang et al., 2023)

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah keterbatasan jumlah sampel dan lokasi penelitian yang hanya mencakup tiga fasilitas kesehatan, sehingga hasilnya belum tentu dapat digeneralisasikan ke seluruh populasi penderita DM di Indonesia. Selain itu, data lama penyakit diperoleh sebagian dari pengakuan responden, yang berisiko menimbulkan bias ingatan (*recall bias*). Oleh karena itu, penelitian lanjutan dengan cakupan lebih luas, serta pendekatan longitudinal, sangat diperlukan untuk memastikan kausalitas hubungan antara durasi penyakit dan kualitas hidup. (Abiyoga, 2020)

Penelitian ini juga membuka peluang untuk mengkaji faktor-faktor lain yang mungkin berinteraksi dengan lama penyakit dalam menentukan kualitas hidup, seperti status ekonomi, kepatuhan pengobatan, dukungan keluarga, dan keberadaan penyakit penyerta lainnya (*komorbiditas*). Selain itu, intervensi berbasis teknologi seperti aplikasi pemantauan glukosa digital dan telekonsultasi dapat dieksplorasi sebagai alat bantu peningkatan kualitas hidup di masa depan, khususnya di daerah dengan keterbatasan akses layanan kesehatan. (Perdana et al., 2022)

Dengan demikian, penanganan Diabetes Mellitus tidak boleh hanya terfokus pada stabilisasi kadar glukosa darah, tetapi juga harus memperhatikan dampak jangka panjangnya terhadap kehidupan pasien secara keseluruhan. Pendekatan interdisipliner yang melibatkan dokter, perawat, ahli gizi, psikolog, dan keluarga pasien menjadi strategi terbaik untuk mempertahankan dan bahkan meningkatkan kualitas hidup penderita, meskipun mereka telah lama mengidap penyakit ini.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara lama menderita Diabetes Mellitus dan kualitas hidup penderita, terutama pada domain fisik dan psikologis. Semakin lama seseorang hidup dengan diabetes, semakin besar risiko mengalami penurunan kondisi fisik akibat komplikasi, serta gangguan psikologis seperti kecemasan, stres, dan depresi. Penurunan ini berdampak pada kemampuan pasien dalam menjalani aktivitas harian dan mempertahankan produktivitas.

Meskipun demikian, domain hubungan sosial dan lingkungan relatif tidak terlalu terpengaruh oleh lama penyakit, yang menunjukkan adanya peran penting dari dukungan sosial, keluarga, dan lingkungan sekitar dalam menjaga stabilitas kualitas hidup penderita. Temuan ini juga mencerminkan pentingnya pendekatan holistik dalam penanganan penyakit kronis seperti diabetes, yang tidak hanya menitikberatkan pada aspek medis, tetapi juga dukungan emosional dan sosial yang berkelanjutan.

Oleh karena itu, intervensi kesehatan bagi penderita DM perlu dirancang secara komprehensif, termasuk edukasi dini, konseling psikologis, dan penguatan jejaring sosial pasien. Peran tenaga kesehatan, keluarga, serta komunitas menjadi sangat penting dalam menciptakan sistem dukungan yang dapat membantu penderita bertahan secara fisik dan mental, bahkan ketika harus menjalani kehidupan dengan diabetes dalam jangka waktu yang panjang.

## **REFERENSI**

Abiyoga, A. (2020). Hubungan Antara Lama Menderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Dengan Kejadian Neuropati Sensorik: Hubungan Antara Lama Menderita Diabetes Mellitus Tipe 2 .... *Jurnal*

- Keperawatan Wiyata*. <http://jurnal.itkeswhs.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/349>
- Bayu, T., Kurniati, A., & Wibowo, R. H. (2022). Hubungan Lama Menderita Penyakit dan Kadar Glukosa Darah Terhadap Kejadian Kandidiasis Oral Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rumah Sakit .... *Jurnal Kedokteran Raflesia*.  
<https://ejournal.unib.ac.id/jukeraflesia/article/view/30117>
- Djasang, S., Artati, A., Budirman, B., & ... (2023). Faktor Korelasi Kejadian Mikroalbuminuria Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Pratama Kimia Farma Makassar. In *Jurnal Media ....* [eresources.poltekkes-smg.ac.id](https://eresources.poltekkes-smg.ac.id). [https://eresources.poltekkes-smg.ac.id/storage/jurnal/Jurnal-Media-Analis-Kesehatan/Vol-14,-No-1-\(2023\)-JURNAL-MEDIA-ANALIS-KESEHATAN/07c23927035554a07c857333d0fb9238.pdf](https://eresources.poltekkes-smg.ac.id/storage/jurnal/Jurnal-Media-Analis-Kesehatan/Vol-14,-No-1-(2023)-JURNAL-MEDIA-ANALIS-KESEHATAN/07c23927035554a07c857333d0fb9238.pdf)
- Kriswiastiny, R., Hidayat, N. A., & ... (2022). Hubungan Lama Menderita Diabetes Melitus Dan Kadar Gula Darah Dengan Kadar Kolesterol Total Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Pertamina .... *Medical Profession ....*  
<https://mail.journalofmedula.com/index.php/medula/article/view/347>
- Kurniawati, P. (2022). *Hubungan Karakteristik Individu, Penyakit Penyerta, Dan Durasi Menderita Dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus*. repository.uinjkt.ac.id.  
<https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/67304>
- Laili, F., Udiyono, A., & Saraswati, L. D. (2019). Hubungan faktor lama menderita DM dan tingkat pengetahuan dengan distres diabetes pada penderita diabetes mellitus tipe 2 tahun 2017 (Studi di wilayah kerja .... *Jurnal Kesehatan ....*  
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/24696>
- Perdana, I., MP, S., & ... (2022). Hubungan antara Depresi dengan Lama Menderita Diabetes Melitus Tipe 2 pada Pasien Rawat Jalan di RSUD Karangasem Bali. *Aesculapius Medical ....*  
<https://ejurnal.warmadewa.ac.id/index.php/amj/article/view/5472>
- Prasestiyo, H., & Asnindari, L. N. (2017). *Analisis hubungan faktor lama menderita dan komplikasi penyakit dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus di rumah sakit pku muhammadiyah bantul*. digilib.unisayogya.ac.id. <http://digilib.unisayogya.ac.id/id/eprint/2537>
- Rahmani, R., Suryatno, H., & ... (2023). Hubungan Lama Menderita Penyakit Kronis dengan Quality of life (Qol) pada Penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Banyumulek. ... *Jurnal Ilmiah Ilmu ....*  
<https://jurnal.stikes-mataram.ac.id/index.php/jurnal/article/view/48>
- Suryati, I., Primal, D., & Pordiati, D. (2019). Hubungan tingkat pengetahuan dan lama menderita diabetes mellitus (dm) dengan kejadian ulkus diabetikum pada pasien dm tipe 2. *Jurnal Kesehatan Perintis*. <https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/JKP/article/view/214>
- Syiva, U. (2024). *Hubungan Kepatuhan Pengobatan dan Lama Penyakit dengan Kejadian Disfungsi Ereksi pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Dr. H. Abdul ....* FAKULTAS KEDOKTERAN.
- Wulansari, D. N., Suprayetno, E. D. H., & Juwariah, T. (2024). ... PENDERITA DIABETES MELITUS: RELATIONSHIP BETWEEN LENGTH OF SUFFERING AND THE INCIDENCE OF DIABETIC ULCERS IN DIABETES .... In *Well Being*.