

Kesejahteraan Psikologis sebagai Prediktor Kontrol Glikemik pada Diabetes Melitus Tipe 2

Gloria Elisabet Sjawal^{1*}, Juwita Moreen Toar², Septriani Renteng³

¹⁻³Universitas Sam Ratulangi, Manado, Indonesia

gloriasjawal39@gmail.com^{1*}, ns.juwita@unsrat.ac.id², septriani.renteng@unsrat.ac.id³

Info Artikel

Submit, 23 Juli 2025
Review, 25 Juli 2025
Diterima, 31 Juli 2025

Kata Kunci:

Diabetes Melitus Tipe 2,
Kesejahteraan Psikologis,
Kontrol Glikemik

Keywords:

Glycemic Control,
Psychological Well Being
Type 2 Diabetes Mellitus

ABSTRAK

Latar Belakang: Kontrol glikemik yang baik penting untuk mencegah komplikasi dan menurunkan angka kematian akibat diabetes. Pencapaian kontrol glikemik ini tidak hanya bergantung pada aspek medis, tetapi juga pada faktor psikologis. **Tujuan:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kesejahteraan psikologis dengan kontrol glikemik pada pasien diabetes melitus tipe 2. **Metode:** Desain penelitian menggunakan studi *cross-sectional*. Penelitian dilakukan di Klinik Imanuel Manado. Sebanyak 87 sampel pasien diabetes melitus tipe 2 dipilih secara *purposive* dengan kriteria inklusi penelitian ini yaitu pasien diabetes melitus tipe 2 yang berusia 30 tahun keatas, pasien yang terdiagnosis diabetes melitus tipe 2 lebih dari 1 tahun, dan melakukan pemeriksaan kadar HbA1c selama 3 bulan terakhir. Pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian yang terdiri dari kuesioner *Ryff's Scale of Psychological Well-Being* (SPWB) yang diadaptasi oleh peneliti sebelumnya. **Hasil:** Hasil uji statistik dengan korelasi *Spearman rho* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan kontrol glikemik pada pasien DM Tipe 2 dengan kekuatan hubungan ($r = -.753$) dengan nilai $p=0,038$ ($p<0,05$). **Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dan kontrol glikemik pada pasien DM tipe 2, dengan korelasi negatif yang kuat.

ABSTRACT

Background: Good glycemic control is essential in preventing complications and reducing mortality among individuals with diabetes. The achievement of optimal glycemic control is influenced not only by medical factors but also by psychological aspects. **Objective:** This study aims to examine the relationship between psychological well-being and glycemic control in patients with type 2 diabetes mellitus. **Method:** This study employed a cross-sectional design and was conducted at Imanuel Clinic, Manado. A total of 87 patients with type 2 diabetes mellitus were selected using purposive sampling. The inclusion criteria were: patients aged 30 years and above, diagnosed with type 2 diabetes mellitus for more than one year, and having undergone HbA1c testing within the past three months. Data were collected using a research instrument consisting of the *Ryff's Scale of Psychological Well-Being* (SPWB) questionnaire, as adapted by previous researchers. **Result:** Spearman's rho correlation test revealed a significant relationship between psychological well-being and glycemic control in patients with type 2 diabetes mellitus, with a strong negative correlation ($r = -0.753$) and a p-value of 0.038 ($p<0.05$). **Conclusion:** There is a significant relationship between psychological well-being and glycemic control in patients with type 2 diabetes mellitus, indicating that higher psychological well-being is associated with better glycemic outcomes.



Khatulistiwa Nursing Journal is licensed under
A Creative Commons Attribution 4.0 International License
Copyright ©2025 STIKes YARSI Pontianak. All rights reserved

1. PENDAHULUAN

Diabetes melitus adalah salah satu penyakit kronis yang prevalensinya terus meningkat secara global dan menjadi tantangan besar bagi sistem kesehatan. Data dari *International Diabetes Federation* (IDF) tahun 2021, sekitar 536,6 juta orang dewasa (10,5% dari populasi dunia) hidup dengan diabetes, dan diperkirakan mencapai 783,2 juta pada tahun 2045. Indonesia berada di peringkat kelima negara dengan jumlah kasus diabetes terbanyak dengan 19,5 juta penderita pada tahun 2021 dan diprediksi akan menjadi 28,6 juta pada 2045 (IDF, 2021). Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi diabetes di Indonesia terus mengalami peningkatan. Sulawesi Utara tercatat sebagai salah satu daerah dengan prevalensi diabetes melitus yang tinggi yaitu sebesar 2,1% (SKI, 2023). Peningkatan angka prevalensi ini menjadi perhatian serius, karena diabetes melitus dapat mengakibatkan berbagai komplikasi yang serius.

Komplikasi diabetes melitus merupakan dampak jangka panjang yang akan mempengaruhi berbagai organ tubuh dan berdampak negatif pada kualitas hidup penderita. Komplikasi ini tidak hanya menyebabkan penurunan kualitas hidup, tetapi juga berkontribusi pada angka kematian yang tinggi, di mana diabetes bertanggung jawab atas sekitar 6,7 juta kematian pada tahun 2021 (IDF, 2021). Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan strategi pengelolaan yang optimal guna mencegah komplikasi yang dapat berakibat fatal bagi pasien, salah satunya dengan melakukan pemantauan kadar glukosa darah atau kontrol glikemik yang efektif.

Kontrol glikemik adalah parameter penting dalam pengelolaan diabetes melitus. Salah satu metode yang umum digunakan untuk menilai kontrol glikemik adalah pengukuran hemoglobin glikosilasi (HbA1c), yang memberikan gambaran tentang rata-rata kadar glukosa darah selama 3 bulan terakhir (ADA, 2023). Kontrol glikemik yang optimal dapat mengurangi risiko komplikasi diabetes hingga 30-50% (Dian et al., 2021) Untuk mencapai kontrol glikemik yang baik dan optimal bukan hanya bergantung pada faktor medis dan pengobatan, tetapi juga dipengaruhi oleh aspek psikologis pasien. Salah satu faktor yang berperan penting dalam hal ini adalah kesejahteraan psikologis (Mojahed et al., 2019).

Kesejahteraan psikologis yang baik dapat membantu pasien diabetes melitus mengelola stres, meningkatkan motivasi, dan menerapkan gaya hidup sehat sehingga mendukung kontrol glikemik yang optimal (Kalra et al., 2018). Berhubungan dengan salah satu dimensi kesejahteraan psikologis yaitu penerimaan diri penelitian Tristiana *et al.*, (2019) menyatakan penderita diabetes melitus tipe 2 mengalami respon kehilangan melalui 5 tahap yaitu menyangkal, marah, menawar, depresi, dan menerima. Setelah mencapai tahap penerimaan terhadap penyakitnya, respon kehilangan ini bisa kembali terjadi secara berulang dan tidak pasti. Menurut penelitian Yan *et al.*, (2017) rendahnya penerimaan diri pada penderita diabetes melitus tipe 2 tidak hanya mempengaruhi kondisi psikologis mereka, tetapi juga

berdampak pada hubungan sosial karena penderita tidak percaya diri dengan kondisinya, sehingga menarik diri dari lingkungan. Kesejahteraan psikologis yang rendah berkaitan erat dengan tingginya tingkat stres dan depresi pada pasien diabetes melitus tipe 2. Penelitian Siregar (2023) yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat stres dan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2, dimana tingkat stres yang tinggi berhubungan dengan kadar gula darah yang tidak terkontrol. Penelitian Vina *et al.*, (2021) juga mengungkapkan bahwa depresi berkontribusi terhadap peningkatan kadar glukosa darah.

Berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang lebih banyak menyoroti aspek negatif seperti stres dan depresi, penelitian ini menekankan pada aspek positif kesejahteraan psikologis, seperti perasaan kesejahteraan hidup dan optimisme dalam pengendalian glikemik. Selain itu, di Indonesia masih terdapat keterbatasan bukti ilmiah yang secara spesifik mengaitkan kesejahteraan psikologis dengan kontrol glikemik pada pasien diabetes melitus tipe 2. Penelitian yang menyoroti aspek positif dari kesejahteraan psikologis ini dapat membantu menjelaskan bagaimana faktor psikologis berperan dalam pengelolaan diabetes melitus tipe 2.

2. METODE

Desain penelitian

Penelitian ini menggunakan desain korelasi untuk menganalisis hubungan antar variabel yang diteliti, dengan pendekatan *cross-sectional* yaitu penelitian yang mengukur variabel *dependent* dan *independent* secara bersamaan dan dilakukan dalam satu waktu

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah pasien yang terdiagnosis diabetes melitus tipe 2 di Klinik Imanuel Manado sebanyak 110 orang. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *nonprobability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Untuk menentukan jumlah sampel, peneliti menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 87 responden. Sampel yang dipilih dalam penelitian ini harus memenuhi sejumlah kriteria inklusi yaitu pasien diabetes melitus tipe 2 yang berusia 30 tahun keatas, pasien yang terdiagnosis diabetes melitus tipe 2 lebih dari satu tahun, dan melakukan pemeriksaan kadar HbA1c selama 3 bulan terakhir.

Variabel

Penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu kesejahteraan psikologis sebagai variabel independen, dan kontrol glikemik sebagai variabel dependen, Kedua variabel ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kesejahteraan psikologis dan kontrol glikemik pada pasien diabetes melitus tipe 2.

Instrumen

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner *Ryff's Scale of Psychological Well-Being* (SPWB) yang dikembangkan oleh Carol dan Ryff pada tahun 1989 dan diadaptasi kembali oleh Talamati (2012). Terdapat 18 item pertanyaan yang disusun berdasarkan pada 6 dimensi kesejahteraan psikologis yaitu *self acceptance, personal growth, positive relations with others, autonomy, dan purpose in life*. Instrumen ini sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan hasil uji validitas $r = 0,295$ dan reliabilitas *Cronbach alpha* sebesar $0,704 \geq 0,6$ (nilai konstanta). Instrumen ini menggunakan skala likert dengan terdapat 6 pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Agak Setuju (AS), Agak Tidak Setuju, (ATS), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Untuk kontrol glikemik diukur melalui kadar HbA1c yang didapatkan dari hasil pemeriksaan laboratorium pasien melalui data rekam medis.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data diperoleh melalui pengisian kuisisioner oleh responden, dan pengambilan data melalui hasil pemeriksaan HbA1c melalui rekam medis. Tahapan pelaksanaan pengumpulan data dilakukan secara sistematis untuk memastikan data yang diperoleh sesuai dengan tujuan dan kebutuhan penelitian. Proses ini melibatkan beberapa langkah mulai dari identifikasi responden, pengambilan data hasil pemeriksaan HbA1c melalui rekam medis dan pemberian kuisisioner. Jika responden mengalami kesulitan dalam pengisian kuisisioner maka peneliti membantu untuk menjelaskan. Pengisian kuisisioner dilakukan di Klinik Imanuel Manado, dan setelah selesai mengisi kuisisioner selanjutnya dikumpulkan kepada peneliti, peneliti memeriksa kembali data responden dan kuisisioner, apabila terdapat jawaban yang masih kosong atau tidak sesuai dengan petunjuk maka peneliti meminta responden untuk melengkapinya, peneliti memastikan bahwa data hasil pemeriksaan HbA1c sesuai dengan responden yang mengisi kuisisioner.

Analisa Data

Analisa data dilakukan secara deskriptif untuk menggambarkan karakteristik responden, gambaran kesejahteraan psikologis, dan gambaran kontrol glikemik. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan perangkat lunak SPSS versi 22. Untuk menguji hubungan antara kesejahteraan psikologis dan kontrol glikemik digunakan uji korelasi *Spearman rho* karena data tidak terdistribusi normal.

Kelayakan Etik

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komite Etik Penelitian dan pengembangan kesehatan sekolah tinggi ilmu kesehatan Sint carolus dengan nomor 098/KEPPKSTIKSC/VI/2025.

3. HASIL

A. Karakteristik Responden

Distribusi frekuensi karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 1.1 berikut ini.

Tabel 1.1 Karakteristik Demografi Responden DM Tipe 2 di Klinik Imanuel Manado

Karakteristik	f	%
Umur		
36-45 tahun	1	1.1
46-55 tahun	30	34.5
56-65 tahun	56	64.4
Total	87	100.0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	33	37.9
Perempuan	54	62.1
Total	87	100.0
Pendidikan Terakhir		
SMP	12	13.8
SMA	51	58.6
Perguruan Tinggi	24	27.6
Total	87	100.0
Lama Menderita Penyakit		
1-4 tahun	34	39.1
≥5 tahun	53	60.9
Total	87	100.0
Jenis Terapi		
Antidiabetes oral	81	93.1
Insulin	3	3.4
Antidiabetes oral dan insulin	3	3.4
Total	87	100.0

Sumber: data primer 2025

Berdasarkan hasil diatas menunjukkan bahwa rentang usia responden mayoritas berada pada kelompok usia 56–65 tahun yaitu sebanyak 56 orang (64,4%), sedangkan usia responden paling sedikit berada pada kelompok usia 36–45 tahun yaitu 1 orang (1,1%). Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 54 orang (62,1%), sedangkan laki-laki berjumlah 33 orang (37,9%). Berdasarkan pendidikan terakhir, mayoritas responden adalah lulusan SMA sebanyak 51 orang (58,6%). Mayoritas reponden telah menderita DM tipe 2 lebih dari 5 tahun sebanyak 53 orang (60,9%), dengan sebagian besar responden menjalani terapi antidiabetes oral sebanyak 81 orang (93,1%).

B. Analisa Univariat

1) Gambaran kesejahteraan psikologis responden

Tabel. 1.2 Distribusi Frekuensi Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan Psikologis	f	%
Rendah	3	3,4
Tinggi	84	96,6
Total	87	100.0

Sumber: data primer 2025

Berdasarkan hasil diatas menunjukkan sebanyak 84 responden (96,6%) termasuk dalam kategori kesejahteraan psikologis tinggi, sedangkan hanya 3 responden (3,4%) yang tergolong rendah. Data ini menunjukkan mayoritas responden memiliki tingkat kesejahteraan psikologis tinggi.

2) Gambaran kontrol glikemik responden

Tabel. 1.3 Distribusi Frekuensi Kontrol Glikemik

Kontrol Glikemik	f	%
Kontrol glikemik baik ($\leq 7\%$)	84	96,6
Kontrol glikemik buruk ($> 7\%$)	3	3,4
Total	87	100.0

Sumber: data sekunder 2025

Berdasarkan hasil diatas menunjukkan sebanyak 84 responden (96,6%) memiliki kadar kontrol glikemik baik ($HbA1c \leq 7\%$). Hanya 3 responden (3,4%) yang memiliki kontrol glikemik buruk ($HbA1c > 7\%$). Data ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kontrol glikemik baik.

C. Analisa Bivariat

Hubungan kesejahteraan psikologis dengan kontrol glikemik pada pasien diabetes melitus tipe 2

Tabel. 1.4 Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Kontrol Glikemik pada Pasien DM Tipe 2 di Klinik Imanuel Manado

	Kontrol Glikemik
Kesejahteraan Psikologis	$r = -0,753$ $p = 0,001$ $n = 87$

Sumber: data olahan spss 2025

Berdasarkan hasil diatas menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan kuat antara kesejahteraan psikologis dengan kontrol glikemik pada pasien DM tipe 2, dengan nilai koefisien korelasi *Spearman* (r) = -0,753 dan nilai signifikansi (p) = 0,001. Nilai r negatif ini menandakan bahwa semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologis seseorang, maka semakin baik (semakin rendah) kadar gula darah yang dimiliki.

4. PEMBAHASAN

Kesejahteraan psikologis merupakan salah satu aspek penting bagi pasien diabetes melitus (DM) tipe 2 dalam mengelola penyakitnya secara efektif (Malgorzata & Ciebiada, 2022). Berdasarkan hasil pengolahan data terhadap 87 responden, diperoleh bahwa mayoritas responden memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang tergolong tinggi. Temuan ini menunjukkan responden mampu menjaga kondisi mental yang sehat meskipun menghadapi tantangan dalam mengelola penyakit kronis. Sejalan dengan itu mayoritas responden pada penelitian ini memiliki kontrol glikemik yang baik. Sebanyak 84 responden memiliki kadar $HbA1c \leq 7\%$. Temuan ini mencerminkan keberhasilan responden dalam menerapkan strategi pengelolaan DM tipe 2. Keberhasilan ini menunjukkan bahwa pasien mampu

beradaptasi dengan tuntutan pengelolaan diabetes yang berkelanjutan serta menunjukkan komitmen yang kuat dalam menerapkan perubahan gaya hidup yang mendukung kesehatan mereka. Capaian kontrol glikemik yang baik ini berkaitan dengan beberapa faktor yaitu kepatuhan terhadap pengobatan, pengaturan pola makan serta aktivitas fisik (Saibi *et al.*, 2020; Ardeliani *et al.*, 2021; Andriani *et al.*, 2022; Putri *et al.*, 2022). Kondisi ini konsisten dengan pendekatan perawatan diabetes yang menekankan pentingnya *self-management*. Menurut Qi *et al.*, (2021) keberhasilan kontrol glikemik tidak hanya bergantung pada terapi farmakologis, tetapi juga pada kemampuan pasien dalam menerapkan perawatan mandiri secara konsisten. Ini termasuk pemantauan kadar glukosa darah, pengaturan diet, pengobatan rutin, dan pengendalian stres.

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan kontrol glikemik pada pasien DM tipe 2. Berdasarkan uji korelasi Spearman, menunjukkan bahwa semakin tinggi kesejahteraan psikologis seseorang, maka semakin rendah kadar HbA1c-nya. Korelasi negatif ini menggambarkan bahwa semakin tinggi kesejahteraan psikologis pasien, maka semakin rendah kadar HbA1c, yang menunjukkan kontrol glikemik yang semakin baik. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Kalra *et al.*, (2018) yang menyatakan bahwa aspek kesejahteraan psikologis yang positif, berkontribusi terhadap perbaikan metabolik. Kesejahteraan psikologis yang tinggi dapat meningkatkan motivasi pasien dalam mengelola penyakit, menjaga pola makan, rutin berobat, dan menjalani gaya hidup sehat yang berdampak pada stabilitas kadar gula darah.

Secara fisiologis, hubungan antara kondisi psikologis dan kontrol glikemik dapat dijelaskan melalui respon stres. Individu dengan kesejahteraan psikologis rendah lebih mudah mengalami stres berkepanjangan, yang dapat meningkatkan kadar hormon kortisol dan adrenalin dalam tubuh. Hormon-hormon ini dapat meningkatkan glukoneogenesis dan resistensi insulin, yang pada akhirnya menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah Hatting *et al.*, (2019). Sebaliknya, individu dengan kesejahteraan psikologis yang baik cenderung memiliki sistem saraf otonom yang lebih stabil, lebih mampu mengatur emosinya, dan menghindari perilaku tidak sehat seperti makan berlebihan atau mengabaikan terapi. Penelitian Alwani *et al.*, (2024) juga mendukung temuan ini, dimana disebutkan bahwa pasien DM tipe 2 dengan tingkat stres sedang hingga tinggi memiliki risiko 1,9 kali lebih besar untuk mengalami kontrol glikemik buruk (HbA1c $\geq 7\%$).

Dari hasil penelitian ini ditemukan bahwa terdapat beberapa responden yang mengalami kesejahteraan psikologis rendah di seluruh dimensi, dan juga menunjukkan kontrol glikemik yang buruk (HbA1c $> 7\%$). Temuan ini menunjukkan adanya keterkaitan yang sangat nyata antara kondisi psikologis yang rendah dengan ketidakmampuan dalam mengelola kadar gula darah secara optimal. Kondisi psikologis yang rendah, dapat berdampak pada motivasi dan disiplin individu dalam menjalankan manajemen diabetes. Hal ini sejalan dengan penelitian Mirahmadizadeh *et al.*, (2021) yang menyatakan bahwa pasien dengan kesejahteraan

psikologis rendah cenderung mengalami kesulitan dalam menjaga pola makan, rutin berolahraga, dan mematuhi terapi medis, yang semuanya merupakan faktor penting dalam pengendalian HbA1c. Demikian pula Mojahed *et al.*, (2019) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis yang baik berkontribusi signifikan terhadap kontrol glikemik yang lebih baik melalui peningkatan perilaku perawatan diri, kepatuhan terhadap pengobatan, dan pengendalian stres. Maka dari itu, temuan ini memperkuat pandangan bahwa aspek psikologis tidak dapat diabaikan dalam penatalaksanaan diabetes mellitus tipe 2, dan intervensi yang mendukung kesejahteraan psikologis dapat menjadi strategi penting dalam meningkatkan kontrol glikemik pasien.

Selain itu, kesejahteraan psikologis pada pasien DM tipe 2 turut dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti faktor dukungan, persepsi individu terhadap ketersediaan bantuan emosional, informasi atau instrumental dari orang-orang terdekatnya. Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden DM tipe 2 diklinik Imanuel Manado merasa memiliki hubungan sosial yang dapat diandalkan baik dari keluarga ataupun komunitas sekitarnya yang dibuktikan dengan tingginya dimensi hubungan positif dengan orang lain. Bentuk dukungan ini dapat berupa pendampingan saat berobat, pengingat minum obat, bantuan dalam menjalani pola makan khusus, atau sekedar tempat berbagi perasaan dan keluhan. Dukungan sosial memiliki dua fungsi utama yaitu fungsi langsung dalam meningkatkan kesejahteraan emosional, dan fungsi buffering dalam melindungi individu dari dampak negatif stres (Parviniannasab *et al.*, 2024; Shin & Park, 2022). Hubungan interpersonal yang kuat dapat menjadi peredam tekanan psikologis yang muncul akibat penyakit DM, serta berperan dalam manajemen penyakit, khususnya dalam pengendalian kadar glukosa darah. Faktor kontrol diri, merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan, menjaga disiplin, dan memprioritaskan tindakan jangka panjang demi kesehatan. Pasien yang memiliki kontrol diri yang kuat cenderung lebih mampu menahan keinginan untuk konsumsi makanan berisiko tinggi, menjaga kepatuhan terhadap jadwal pengobatan, dan menjadikan gaya hidup sehat sebagai bagian dari rutinitas harian. Sebaliknya, pasien dengan kontrol diri rendah cenderung mengalami fluktuasi glikemik akibat ketidakteraturan dalam menjalani pengobatan, serta kesulitan dalam mengendalikan kebiasaan makan dan pola aktivitas fisik. Temuan ini didukung oleh Babazadeh *et al.*, (2023) yang menyatakan bahwa kontrol diri memiliki hubungan signifikan terhadap kepatuhan pengobatan dan efektivitas manajemen diri, yang pada akhirnya berdampak pada penurunan kadar HbA1c. Individu yang mampu mengontrol perilaku kesehatannya memiliki peluang lebih besar untuk mencapai kontrol glikemik yang optimal. Selain itu, kontrol diri yang baik juga memungkinkan pasien untuk lebih disiplin dalam mengikuti pengobatan, mengatur pola makan, dan mempertahankan gaya hidup sehat, sehingga secara keseluruhan berkontribusi terhadap pencapaian kontrol glikemik yang optimal.

Dengan demikian, tingkat kesejahteraan psikologis yang baik berperan penting dalam mendukung keberhasilan pengelolaan DM tipe 2, khususnya dalam menjaga kestabilan kadar glukosa darah. Kesejahteraan psikologis yang baik mendorong pasien untuk lebih disiplin dalam menjalani terapi, menerapkan pola

hidup sehat, serta mengelola stres dengan lebih efektif, yang secara keseluruhan berkontribusi terhadap tercapainya kontrol glikemik yang optimal.

5. KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dan kontrol glikemik pada pasien DM tipe 2, dengan korelasi negatif yang kuat. Penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi psikologis yang positif berperan penting dalam pengelolaan diri pasien, sehingga temuan ini memberikan kontribusi praktis bagi pelayanan kesehatan melalui rekomendasi skrining psikologis, edukasi manajemen stres, serta mendorong penelitian lanjutan dengan cakupan sampel dan wilayah lebih luas dan pendekatan intervensi seperti pelatihan teknik koping untuk melihat dampaknya terhadap kontrol glikemik.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada dosen pembimbing atas bimbingan dan arahannya, Klinik Imanuel Manado yang telah memberikan izin dan bantuan selama proses pengambilan data, serta seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan informasi yang dibutuhkan dalam penelitian ini

7. REFERENSI

- Ada. (2023). American Diabetes Association (Ada). *The Grants Register 2024*, 46(January), 64–64. https://doi.org/10.1057/978-1-349-96073-6_16356
- Alwani, A. A., Kaur, R., Bairwa, M., Misra, P., & Nongkynrih, B. (2024). Diabetes Distress And Associated Factors Among Adults With Diabetes Mellitus Residing In A Metropolitan City Of India: A Community-Based Study. *Clinical Diabetes And Endocrinology*, 10(1). <https://doi.org/10.1186/S40842-024-00203-7>
- Andriani, E., Haskas, Y., & Mutmainna, A. (2022). Hubungan Kontrol Glikemik Dan Kepatuhan Pengobatan Dengan Kejadian Hospital Readmission Pada Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 17(1), 32–39.
- Ardeliani, I. G. A. I., Ratnasari, P. M. D., & Yuliawati, A. N. (2021). Analisis Hubungan Kepatuhan Pengobatan Terhadap Kontrol Glikemik Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Instalasi Rawat Jalan Rumah Sakit “X” Buleleng. *Jurnal Ilmiah Ibnu Sina (Jiis): Ilmu Farmasi Dan Kesehatan*, 6(2), 331–340. <https://doi.org/10.36387/Jiis.V6i2.739>
- Babazadeh, T., Lotfi, Y., & Ranjbaran, S. (2023). *Predictors Of Self-Care Behaviors And Glycemic Control Among Patients With Type Diabetes Mellitus. 1*.
- Dian, P., Kurnianta, M., Made, P., Ratnasari, D., & Arini, H. D. (2021). Ketercapaian Target Glikemik Dan Analisis Faktor-Faktor Terkait Pada Pasien

- Diabetes Tipe 2. *Original Article Mff*, 25(2), 44–50. <https://doi.org/10.20956/Mff.V25i2.13037>
- Hatting, M., Tavares, C. D. J., Sharabi, K., Rines, A. K., & Puigserver, P. (2019). Insulin Regulation Of Gluconeogenesis. *Annals Of The New York Academy Of Sciences*, 1411(1), 21–35. <https://doi.org/10.1111/Nyas.13435>
- Idf. (2021). International Diabetes Federation. In *Diabetes Research And Clinical Practice* (Vol. 102, Issue 2). <https://doi.org/10.1016/J.Diabres.2013.10.013>
- Survei Kesehatan Indonesia (Ski). (2023). Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia .
- Kalra, S., Jena, B. N., & Yeravdekar, R. (2018). Emotional And Psychological Needs Of People With Diabetes. *Indian Journal Of Endocrinology And Metabolism*, 22(5), 696–704. https://doi.org/10.4103/Ijem.Ijem_579_17
- Malgorzata, G. C., & Ciebiada, M. (2022). Psychological Care As An Interdisciplinary Approach In The Management Of Diabetes: A Narrative Review Of Literature. *Clinical Diabetology*, 11(6), 420–431. <https://doi.org/10.5603/Dk.A2022.0053>
- Mirahmadizadeh, A., Mahizadeh, H., Seif, M., & Sharifi, M. H. (2021). Factors Related To Psychological Well-Being Amongst Patients With Type 2 Diabetes. *Diabetes Research And Clinical Practice*, 178(2021), 108982. <https://doi.org/10.1016/J.Diabres.2021.108982>
- Mojahed, A., Fallah, M., Ganjali, A., & Heidari, Z. (2019). The Role Of Social Support And Coping Strategies In The Prediction Of Psychological Well-Being In Type 2 Diabetic Patients Of Zahedan. *Bali Medical Journal*, 8(1), 281–286. <https://doi.org/10.15562/Bmj.V8i1.663>
- Parviniannasab, A. M., Faramarzian, Z., Hosseini, S. A., Hamidizadeh, S., & Bijani, M. (2024). The Effect Of Social Support, Diabetes Management Self-Efficacy, And Diabetes Distress On Resilience Among Patients With Type 2 Diabetes: A Moderated Mediation Analysis. *Bmc Public Health*, 24(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/S12889-024-18022-X>
- Putri, M. G., Seno, H. N. H., & Mateus, S. A. (2022). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dan Tingkat Aktivitas Fisik Dengan Kontrol Glikemik Diabetes Melitus Tipe 2. 7(1), 341–350.
- Qi, X., Xu, J., Chen, G., Liu, H., Liu, J., Wang, J., Zhang, X., & Hao, Y. (2021). Self - Management Behavior And Fasting Plasma Glucose Control In Patients With Type 2 Diabetes Mellitus Over 60 Years Old : Multiple Effects Of Social Support On Quality Of Life. *Health And Quality Of Life Outcomes*, 1–15. <https://doi.org/10.1186/S12955-021-01881-Y>

- Saibi, Y., Romadhon, R., & Nasir, N. M. (2020). Kepatuhan Terhadap Pengobatan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Jakarta Timur. *Jurnal Farmasi Galenika (Galenika Journal Of Pharmacy) (E-Journal)*, 6(1), 94–103. <https://doi.org/10.22487/J24428744.2020.V6.I1.15002>
- Shin, H., & Park, C. (2022). Social Support And Psychological Well-Being In Younger And Older Adults: The Mediating Effects Of Basic Psychological Need Satisfaction. *Frontiers In Psychology*, 13(November), 1–14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1051968>
- Siregar, R. H. (2023). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii Dipuskesmas Sadabuan Kota Padangsidempuan. *Nucl. Phys.*, 13(1), 104–116.
- Tristiana, R. D. (Rr), -, K. (Kusnanto), Widyawati, I. Y. (Ika), Yusuf, A. (Ah), & Fitryasari, R. (Rizky). (2016). Psychological Well Being In Type 2 Diabetes Mellitus Patients In Mulyorejo Public Health Center Surabaya. *Jurnal Ners*, 11(2), 147–156. <https://www.neliti.com/publications/116749/>
- Vina, F., Wilson, W., & Ilmiawan, M. I. (2021). Hubungan Tingkat Depresi Terhadap Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Poli Penyakit Dalam Rsud Sultan Syarif Mohamad Alkadrie Kota Pontianak. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 17(1), 1. <https://doi.org/10.24853/jkk.17.1.1-8>
- Yan, L. S., Marisdayana, R., & Irma, R. (2017). Hubungan Penerimaan Diri Dan Tingkat Stres Pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Endurance*, 2(3), 312. <https://doi.org/10.22216/jen.V2i3.2234>