

## Profil Kepribadian Penderita Diabetes Mellitus pada Etnis Minangkabau: Studi Deskriptif Psikologi Kesehatan

Rida Yanna Primanita, Miranda Khairul, Alfian Yanda Putra

Universitas Negeri Padang  
yannaprimanita@fip.unp.ac.id

---

### Article History

accepted 5/1/2026

approved 16/1/2026

published 2/2/2026

---

### Abstract

*Diabetes Mellitus is a chronic metabolic disease influenced by physiological, psychological, and socio-cultural factors. Minangkabau society has unique cultural values that shape daily behaviors of individuals with Diabetes Mellitus. This study aimed to describe personality types based on the Myers-Briggs Type Indicator (MBTI) and sex among individuals with Diabetes Mellitus in the Minangkabau population from a health psychology perspective. A descriptive quantitative design was conducted with 235 participants. Data were collected using an Indonesian version of the MBTI and analyzed descriptively. The results showed that most participants were female (63%). The dominant personality dimensions were Introversion, Sensing, Feeling, and Judging, with ISFJ and ISTJ as the most prevalent types. Males tended to show higher introversion and feeling, while females showed higher sensing and judging. In conclusion, understanding personality characteristics is important for explaining health behaviors among individuals with Diabetes Mellitus in the Minangkabau cultural context.*

**Keywords:** *Personality types, MBTI, diabetes mellitus, sex, health psychology, Minangkabau*

### Abstrak

Diabetes Mellitus sebagai penyakit metabolik kronis yang semakin banyak terjadi di Sumatera Barat dipengaruhi oleh faktor fisiologis, gaya hidup dan dinamika karakteristik kepribadian, jenis kelamin dengan kebiasaan sehari-hari masyarakat Minangkabau yang membentuk perilaku kesehatannya. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tipe kepribadian berdasarkan *Myers-Briggs Type Indicator* (MBTI) dan jenis kelamin pada penderita Diabetes Mellitus dalam populasi Minangkabau dari perspektif psikologi kesehatan. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif deskriptif dengan 235 partisipan sesuai kriteria. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner MBTI versi Indonesia dan dianalisis secara deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas partisipan adalah perempuan (63%). Dimensi kepribadian dominan meliputi *Introversion*, *Sensing*, *Feeling*, dan *Judging*, dengan tipe ISFJ dan ISTJ paling banyak ditemukan. Laki-laki cenderung lebih dominan pada *introversion* dan *feeling*, sedangkan perempuan pada *sensing* dan *judging*. Simpulan penelitian ini menegaskan pentingnya pemahaman kepribadian dalam konteks budaya Minangkabau untuk memahami perilaku kesehatan penderita Diabetes Mellitus.

**Kata kunci:** *Tipe kepribadian, MBTI, diabetes mellitus, jenis kelamin, psikologi kesehatan, Minangkabau*



## PENDAHULUAN

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit yang umum dijumpai pada masyarakat modern dan menjadi masalah kesehatan global. Penyakit ini tergolong sebagai penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah akibat gangguan produksi insulin, kerja insulin, atau keduanya, sehingga mengganggu metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein serta berpotensi menimbulkan kerusakan serius pada berbagai organ tubuh (American Diabetes Association, 2024; World Health Organization, 2023). Meskipun termasuk dalam kelompok penyakit tidak menular, diabetes melitus memiliki dampak jangka panjang yang signifikan terhadap kualitas hidup individu dan beban sistem kesehatan. Dalam perspektif psikologi kesehatan, diabetes melitus tidak dipahami semata-mata sebagai kondisi biologis, tetapi sebagai penyakit kronis yang sangat dipengaruhi oleh faktor perilaku, psikologis, dan sosial, baik dalam proses terjadinya maupun dalam pengelolaannya (Taylor, 2021). Pengelolaan diabetes melitus menuntut perubahan gaya hidup jangka panjang, seperti pengaturan pola makan, peningkatan aktivitas fisik, kepatuhan terhadap pengobatan, serta kemampuan individu dalam mengelola stres dan emosi. Oleh karena itu, karakteristik psikologis individu menjadi aspek penting yang tidak dapat diabaikan dalam memahami dinamika penyakit ini.

Di Indonesia, peningkatan prevalensi diabetes melitus berkaitan erat dengan perubahan gaya hidup masyarakat, seperti pola konsumsi tinggi gula dan lemak, rendahnya aktivitas fisik, serta meningkatnya perilaku sedentari (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Provinsi Sumatera Barat termasuk wilayah dengan jumlah penderita gangguan metabolik yang relatif tinggi, terutama diabetes melitus, sehingga penyakit ini menjadi isu kesehatan masyarakat yang signifikan di kalangan masyarakat Minangkabau. Masyarakat etnis Minangkabau dikenal memiliki budaya kuliner yang kaya cita rasa dan telah diwariskan secara turun-temurun. Pola makan etnis ini pun cenderung kaya akan lemak jenuh, santan, dan karbohidrat, yang apabila tidak diimbangi dengan aktivitas fisik yang memadai dapat meningkatkan risiko gangguan metabolik, termasuk diabetes melitus (Afriwardi et al., 2019). Dari sudut pandang psikologi kesehatan, pola makan dan gaya hidup tersebut tidak hanya merupakan pilihan individu, tetapi hasil dari proses pembelajaran sosial, kebiasaan budaya, serta persepsi terhadap kesehatan dan penyakit yang terbentuk dalam lingkungan sosial (Ogden, 2019). Perubahan gaya hidup modern, seperti menurunnya aktivitas fisik dan meningkatnya konsumsi makanan tinggi kalori, semakin memperkuat risiko diabetes melitus pada masyarakat Minangkabau. Hal ini perlu dipahami secara komprehensif karena perilaku kesehatan individu tidak terlepas dari norma, nilai, dan kebiasaan yang berkembang dalam masyarakat (Marks et al., 2018).

Faktor penyebab dan pengelolaan diabetes melitus tidak berdiri sendiri. Selain faktor perilaku dan lingkungan, aspek psikologis individu merupakan faktor penting yang memengaruhi kerentanan terhadap penyakit serta cara individu mengelola kondisi kronis tersebut. Dalam kajian psikologi kesehatan, kepribadian dipahami sebagai pola karakteristik yang relatif stabil dan memengaruhi cara individu mengelola stres, membentuk kebiasaan hidup sehat, serta mematuhi rekomendasi medis pada penyakit kronis (Friedman & Kern, 2014). Kepribadian juga berperan dalam regulasi emosi, pengambilan keputusan, dan kontrol diri, yang semuanya sangat relevan dalam pengelolaan diabetes melitus jangka panjang (Contrada & Baum, 2011). Salah satu pendekatan yang populer dalam mengklasifikasikan kepribadian adalah *Myers-Briggs Type Indicator* (MBTI). Instrumen ini mengelompokkan individu ke dalam 16 tipe kepribadian berdasarkan empat dimensi utama, yaitu orientasi energi (*extraversion–introversion*), cara memperoleh informasi (*sensing–intuition*), pengambilan keputusan (*thinking–feeling*), dan gaya hidup (*judging–perceiving*) (Myers et al., 1998). Perbedaan pada dimensi-dimensi tersebut berpotensi memengaruhi perilaku kesehatan, seperti

kepatuhan terhadap diet, konsistensi aktivitas fisik, serta keterlibatan aktif individu dalam pengelolaan penyakit kronis, termasuk diabetes melitus (Chapman et al., 2011).

Selain kepribadian, jenis kelamin juga merupakan faktor penting yang memengaruhi kecenderungan perilaku kesehatan. Perbedaan biologis, hormonal, serta peran sosial antara laki-laki dan perempuan berpengaruh terhadap kerentanan terhadap penyakit, persepsi risiko kesehatan, serta perilaku pencarian pertolongan medis (Courtenay, 2000; Gochman, 2013). Penelitian menunjukkan adanya perbedaan pola kejadian dan pengelolaan diabetes melitus berdasarkan jenis kelamin, yang berkaitan dengan perbedaan gaya hidup, regulasi emosi, dan respons terhadap stres (Kautzky-Willer et al., 2016). Dengan demikian, kepribadian, jenis kelamin, dan budaya merupakan faktor yang saling berinteraksi dalam membentuk perilaku kesehatan individu.

Pada masyarakat Minangkabau, nilai budaya yang kuat berinteraksi dengan karakteristik kepribadian dan peran gender dalam membentuk pola perilaku terkait kesehatan dan penyakit kronis, termasuk diabetes melitus (Marks et al., 2018; Taylor, 2021). Hal ini menempatkan penderita diabetes melitus sebagai individu yang aktif secara psikologis dan sosial, bukan sekadar objek medis. Namun demikian, meskipun diabetes melitus merupakan masalah kesehatan yang menonjol di Sumatera Barat, penelitian yang mengkaji penyakit ini dari perspektif psikologi kesehatan, khususnya yang menggambarkan kecenderungan tipe kepribadian Myers-Briggs Type Indicator dan distribusi jenis kelamin pada penderita diabetes melitus, masih relatif terbatas.

Berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran tipe kepribadian berdasarkan Myers-Briggs Type Indicator dan distribusi jenis kelamin pada penderita diabetes melitus di Provinsi Sumatera Barat. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tipe kepribadian Myers-Briggs Type Indicator dan distribusi jenis kelamin pada penderita diabetes melitus di Provinsi Sumatera Barat dalam kerangka psikologi kesehatan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan intervensi psikologis, edukasi kesehatan, serta strategi promosi kesehatan yang lebih personal, efektif, dan sesuai dengan konteks budaya Minangkabau.

## METODE

Desain penelitian adalah deskriptif kuantitatif pendekatan *cross sectional* (Creswell, 2018), untuk memperoleh gambaran kepribadian psikologis penderita diabetes melitus berdasarkan *Myers-Briggs Type Indicator* (MBTI) dan jenis kelamin, pada satu waktu pengukuran tanpa melakukan intervensi atau pengujian hubungan kausal, di beberapa faskes Sumatera Barat, bulan Oktober-Desember 2025. Partisipan sejumlah 235 orang, menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria didiagnosis diabetes melitus minimal 2 tahun, mengkonsumsi obat rutin, berusia di atas 20 tahun, etnis Minangkabau. Partisipan mengisi lembar identitas diri serta riwayat sakit dan pengobatan. Lalu mengisi instrumen penelitian yaitu kuesioner MBTI versi Bahasa Indonesia, jumlah item 28 item, perdimensi 7 item. MBTI digunakan sebagai alat klasifikasi preferensi kepribadian, bukan alat diagnosis psikologis. Hasil kuesioner dikodekan sesuai dimensi kepribadian MBTI yaitu Ekstroversi (E) / Introversi (I), Sensing (S) / Intuition (N), Thinking (T) / Feeling (F), Judging (J) / Perceiving (P). Tipe kepribadian dikodekan sebagai ISTJ, ISFJ, ISTP, ISFP, INTJ, INFJ, INTP, INFP, ESTJ, ESFJ, ESTP, ESFP, ENTJ, ENFJ, ENTP dan ENFP. Analisis data menggunakan statistik deskriptif, meliputi perhitungan frekuensi dan persentase, dalam bentuk tabel dan diagram. Analisis deskriptif dipilih karena penelitian ini berfokus pada pemetaan dan deskripsi karakteristik psikologis responden tanpa melakukan pengujian hipotesis atau inferensi kausal (Sugiyono, 2019; Polit & Beck, 2021).

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 235 penderita diabetes melitus etnis Minangkabau. Terdiri dari perempuan 148 orang (63%), dan laki-laki 87 orang (37%). Berdasarkan jenis kelamin, pada dimensi orientasi energi, *introversion* pada laki-laki 65,5%, perempuan 52%; dimensi persepsi informasi, *sensing* pada perempuan 68,2%, laki-laki 54%; dimensi pengambilan keputusan, *feeling* pada laki-laki 67,8%, perempuan 55,4%; dimensi gaya hidup, *judging* pada perempuan 74,3%, laki-laki 59,8%.

Tabel 1. Distribusi Dimensi MBTI Berdasarkan Jenis Kelamin

|                              | Laki-laki n (%) | Perempuan n (%) | Total n (%) |
|------------------------------|-----------------|-----------------|-------------|
| <b>Orientasi Energi</b>      |                 |                 |             |
| Ekstroversi (E)              | 30 (34,5)       | 71 (48,0)       | 101 (43,0)  |
| Introversi (I)               | 57 (65,5)       | 77 (52,0)       | 134 (57,0)  |
| Total                        | 87 (100)        | 148 (100)       | 235 (100)   |
| <b>Persepsi Informasi</b>    |                 |                 |             |
| Sensing (S)                  | 47 (54,0)       | 100 (68,2)      | 148 (63,0)  |
| Intuition (N)                | 40 (46,0)       | 47 (31,8)       | 87 (37,0)   |
| Total                        | 87 (100)        | 148 (100)       | 235 (100)   |
| <b>Pengambilan Keputusan</b> |                 |                 |             |
| Thinking (T)                 | 28 (32,2)       | 66 (44,6)       | 94 (40,0)   |
| Feeling (F)                  | 59 (67,8)       | 82 (55,4)       | 141 (60,0)  |
| Total                        | 87 (100)        | 148 (100)       | 235 (100)   |
| <b>Gaya Hidup</b>            |                 |                 |             |
| Judging (J)                  | 52 (59,8)       | 110 (74,3)      | 162 (69,0)  |
| Perceiving (P)               | 35 (40,2)       | 38 (25,7)       | 73 (31,0)   |
| Total                        | 87 (100)        | 148 (100)       | 235 (100)   |

Berdasarkan pengelompokan ke dalam 16 tipe kepribadian MBTI, mayoritas memiliki tipe kepribadian ISFJ (20,4%), diikuti ISTJ (17,9%). Pada kelompok laki-laki tipe kepribadian yang paling dominan adalah ISTJ (20,7%), diikuti ISFJ (17,2%). Pada kelompok perempuan tipe kepribadian yang paling dominan adalah ISFJ (22,3%), diikuti ISTJ (16,2%).

Tabel 2. Distribusi Tipe Kepribadian MBTI Berdasarkan Jenis Kelamin (n = 235)

| Tipe MBTI | Laki-laki n (%) | Perempuan n (%) | Total n (%) |
|-----------|-----------------|-----------------|-------------|
| ISTJ      | 18 (20,7)       | 24 (16,2)       | 42 (17,9)   |
| ISFJ      | 15 (17,2)       | 33 (22,3)       | 48 (20,4)   |
| INFJ      | 8 (9,2)         | 10 (6,8)        | 18 (7,7)    |
| INTJ      | 7 (8,0)         | 9 (6,1)         | 16 (6,8)    |
| ISTP      | 9 (10,3)        | 5 (3,4)         | 14 (6,0)    |
| ISFP      | 7 (8,0)         | 12 (8,1)        | 19 (8,1)    |
| INFP      | 4 (4,6)         | 8 (5,4)         | 12 (5,1)    |
| INTP      | 5 (5,7)         | 5 (3,4)         | 10 (4,3)    |
| ESTP      | 5 (5,7)         | 3 (2,0)         | 8 (3,4)     |
| ESFP      | 4 (4,6)         | 7 (4,7)         | 11 (4,7)    |

| Tipe MBTI | Laki-laki n (%) | Perempuan n (%) | Total n (%) |
|-----------|-----------------|-----------------|-------------|
| ENFP      | 3 (3,4)         | 6 (4,1)         | 9 (3,8)     |
| ENTP      | 3 (3,4)         | 3 (2,0)         | 6 (2,6)     |
| ESTJ      | 4 (4,6)         | 7 (4,7)         | 11 (4,7)    |
| ESFJ      | 2 (2,3)         | 7 (4,7)         | 9 (3,8)     |
| ENFJ      | 1 (1,1)         | 0 (0,0)         | 1 (0,4)     |
| ENTJ      | 1 (1,1)         | 0 (0,0)         | 1 (0,4)     |
| Total     | 87 (100)        | 148 (100)       | 235 (100)   |

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penderita diabetes melitus pada masyarakat Minangkabau lebih cenderung dialami oleh perempuan. Temuan ini sejalan dengan kajian psikologi kesehatan yang menyatakan bahwa perempuan memiliki kerentanan yang lebih tinggi terhadap penyakit kronik tertentu akibat interaksi faktor biologis, psikologis, dan sosial (Taylor, 2021). Secara psikososial, perempuan cenderung lebih terlibat dalam peran domestik dan pengelolaan makanan keluarga, yang dalam konteks budaya Minangkabau berpotensi meningkatkan paparan terhadap pola konsumsi tinggi lemak dan karbohidrat. Kondisi ini dapat berkontribusi terhadap risiko metabolik jangka panjang, terutama ketika pola makan tradisional tidak diimbangi dengan aktivitas fisik yang memadai.

Temuan bahwa mayoritas partisipan memiliki kecenderungan pada dimensi *introversion* sejalan dengan teori kepribadian yang menyatakan bahwa individu *introvert* cenderung mengarahkan perhatian ke dalam diri, lebih reflektif, dan berhati-hati dalam mengambil keputusan (Myers et al., 2018). Karakteristik ini dapat berdampak ambivalen terhadap pengelolaan diabetes melitus. Di satu sisi, ia berpotensi lebih patuh terhadap aturan pengobatan karena kecenderungan mereka terhadap perencanaan dan kontrol diri. Namun, di sisi lain ini juga dapat berkaitan dengan rendahnya pencarian dukungan sosial, yang merupakan faktor penting dalam adaptasi terhadap penyakit kronis. Dalam masyarakat Minangkabau yang menjunjung tinggi nilai kolektivitas dan musyawarah, kecenderungan *introversion*, terutama pada laki-laki, dapat memengaruhi cara penderita berkomunikasi mengenai kondisi kesehatannya dan memanfaatkan dukungan sosial yang tersedia. *Introversion* yang dominan mengindikasikan bahwa sebagian besar penderita cenderung memproses stres, emosi, dan pengalaman kesehatan secara internal. Dalam konteks penyakit kronik seperti diabetes melitus, individu *introvert* cenderung mengandalkan regulasi diri internal dibandingkan pencarian dukungan sosial secara eksplisit (Friedman & Kern, 2014). Hal ini berimplikasi pada pola *coping* yang lebih tertutup, yang dapat berdampak pada kepatuhan pengelolaan penyakit apabila tidak diimbangi dengan dukungan psikososial yang memadai.

Mayoritas partisipan menunjukkan dimensi *sensing*, yang menggambarkan kecenderungan individu untuk berfokus pada pengalaman konkret, kebiasaan, dan realitas sehari-hari. Individu dengan kecenderungan *sensing* akan mempertahankan kebiasaan lama dan lebih sulit mengubah perilaku kesehatan jika perubahan tersebut tidak memberikan manfaat yang langsung dirasakan (Glanz et al., 2015). Dalam konteks budaya Minangkabau, *sensing* dapat berkaitan dengan kuatnya tradisi kuliner yang diwariskan secara turun-temurun. Makanan khas Minangkabau, seperti rendang dan berbagai olahan bersantan, merupakan bagian dari identitas budaya yang dijaga secara kolektif. Individu dengan kecenderungan *sensing* akan kesulitan melakukan modifikasi pola makan karena kebiasaan tersebut telah terinternalisasi sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari.

Hasil penelitian pun menunjukkan bahwa dimensi *feeling* lebih dominan secara keseluruhan dan relatif lebih tinggi pada partisipan laki-laki. Ini menggambarkan kecenderungan individu dalam mengambil keputusan berdasarkan nilai personal, relasi interpersonal, dan pertimbangan emosional (Myers et al., 1998). Preferensi *feeling* berhubungan dengan sensitivitas terhadap stres emosional dan kualitas hubungan sosial, yang merupakan faktor penting dalam adaptasi terhadap penyakit kronik (Taylor, 2018). Pada masyarakat Minangkabau, nilai "*raso jo pareso*" (rasa dan pertimbangan) menjadi prinsip utama dalam interaksi sosial. Nilai ini mendorong individu untuk mempertimbangkan aspek perasaan dan keharmonisan sosial, termasuk dalam merespons kondisi kesehatan dan penyakit. Namun demikian, dimensi *feeling* juga dapat meningkatkan kerentanan terhadap distress psikologis apabila individu mengalami konflik antara tuntutan pengelolaan penyakit dan kewajiban sosial-budaya, seperti partisipasi dalam kegiatan adat yang berkaitan dengan konsumsi makanan tertentu.

Dimensi *judging* yang dominan, terutama pada perempuan, menunjukkan kecenderungan terhadap keteraturan, perencanaan, dan kepatuhan terhadap aturan. Karakteristik ini umumnya dikaitkan dengan kepatuhan yang lebih baik terhadap regimen pengobatan dan kontrol penyakit kronik (Taylor, 2021), perilaku kesehatan yang lebih terstruktur, termasuk kepatuhan terhadap jadwal pengobatan dan kontrol kesehatan (Bogg & Roberts, 2004). Dalam budaya Minangkabau, perempuan memiliki peran penting dalam mengatur kehidupan rumah tangga dan menjaga stabilitas keluarga. Kecenderungan pada dimensi *judging* pada perempuan penderita diabetes melitus dapat memperkuat kemampuan mereka dalam menjalankan rutinitas pengobatan dan diet. Namun, tuntutan peran sosial yang tinggi dalam kegiatan bermasyarakat juga berpotensi meningkatkan beban psikologis.

Secara keseluruhan, distribusi tipe kepribadian menunjukkan bahwa penderita diabetes melitus masyarakat Minangkabau dalam penelitian ini cenderung memiliki tipe kepribadian yang berorientasi pada pikiran dan perasaan internal, pengalaman konkret, pertimbangan emosional, dan keteraturan, yang tercermin dalam dominasi preferensi *Introversion*, *Sensing*, *Feeling*, dan *Judging* (ISFJ). Profil kepribadian ini menggambarkan individu yang cenderung reflektif dan berhati-hati, mengandalkan pengalaman dan kebiasaan nyata dalam menjalani kehidupan sehari-hari, mempertimbangkan nilai dan keharmonisan sosial dalam pengambilan keputusan, serta memiliki kecenderungan untuk terstruktur, patuh terhadap aturan, dan bertanggung jawab. Dalam konteks psikologi kesehatan, karakteristik tersebut menunjukkan bahwa penderita diabetes melitus masyarakat Minangkabau umumnya memiliki kecenderungan untuk menjaga stabilitas, mempertahankan tradisi, dan menjalani peran sosial secara konsisten, yang selaras dengan nilai-nilai budaya Minangkabau yang menjunjung tinggi keteraturan sosial, tanggung jawab keluarga, dan keharmonisan komunitas.

Dengan demikian, tipe kepribadian yang dominan pada populasi ini dapat dipahami sebagai profil individu yang relatif adaptif terhadap tuntutan struktur dan rutinitas, namun berpotensi membutuhkan dukungan psikososial yang lebih terarah untuk mendorong keterbukaan, fleksibilitas, dan pemaknaan kesehatan jangka panjang dalam pengelolaan diabetes melitus. Dalam konteks intervensi psikologi kesehatan, pendekatan edukasi yang menekankan tanggung jawab personal, peran keluarga, dan konsistensi rutinitas akan berpotensi lebih efektif bagi populasi ini. Selain itu, temuan perbedaan distribusi tipe kepribadian berdasarkan jenis kelamin menegaskan pentingnya pendekatan yang sensitif gender dan budaya dalam promosi kesehatan. Psikologi kesehatan menekankan bahwa intervensi yang mempertimbangkan karakteristik psikologis dan konteks budaya individu akan menghasilkan kepatuhan dan kualitas hidup yang lebih baik pada penderita penyakit kronik (Sarafino & Smith, 2020).

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian deskriptif kuantitatif mengenai tipe kepribadian *Myers-Briggs Type Inventory* dan jenis kelamin pada penderita diabetes melitus etnis Minangkabau, dapat disimpulkan bahwa mayoritas partisipan berjenis kelamin perempuan. Profil kepribadian penderita diabetes melitus dalam penelitian ini didominasi oleh preferensi *Introversion*, *Sensing*, *Feeling*, dan *Judging*, dengan tipe kepribadian yang paling banyak ditemukan adalah ISFJ dan ISTJ. Distribusi dimensi kepribadian menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan cenderung berorientasi pada pengalaman internal, mengandalkan informasi konkret, mempertimbangkan aspek emosional dalam pengambilan keputusan, serta menyukai keteraturan dan perencanaan dalam kehidupan sehari-hari. Perbedaan distribusi preferensi kepribadian berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa laki-laki lebih dominan pada preferensi *introversion* dan *feeling*, sedangkan perempuan lebih dominan pada preferensi *sensing* dan *judging*. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa pengelolaan diabetes melitus dalam etnis Minangkabau tidak dapat dilepaskan dari karakteristik psikologis individu dan konteks budaya yang melingkupinya.

Untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan desain penelitian yang lebih komprehensif guna mengkaji hubungan antara tipe kepribadian dengan perilaku kesehatan pada penderita diabetes melitus etnis Minangkabau. Selain itu, penggunaan instrumen kepribadian lain yang lebih spesifik terhadap konteks kesehatan dapat dipertimbangkan untuk memperkaya pemahaman psikologis. Penelitian kualitatif juga diperlukan untuk menggali secara mendalam pengalaman subjektif penderita diabetes melitus dalam konteks budaya Minangkabau.

### DAFTAR PUSTAKA

- American Diabetes Association. (2023). *Standards of medical care in diabetes—2023*. Diabetes Care, 46(Suppl. 1), S1–S291. <https://doi.org/10.2337/dc23-Sint>
- Afriwardi, A., Sulastri, D., & Kadri, H. (2019). Pola makan dan risiko penyakit metabolik pada masyarakat Minangkabau. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 123–131.
- Bennett, P., Murphy, S., & Bennett, J. (2020). *Health psychology* (3rd ed.). Open University Press.
- Bogg, T., & Roberts, B. W. (2004). Conscientiousness and health-related behaviors: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 130(6), 887–919. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.6.887>
- Brannon, L., Feist, J., & Updegraff, J. A. (2018). *Health psychology: An introduction to behavior and health* (9th ed.). Cengage Learning.
- Chapman, B. P., Roberts, B., & Duberstein, P. (2011). Personality and longevity: Knowns, unknowns, and implications for public health and personalized medicine. *Journal of Aging Research*, 2011, 1–24. <https://doi.org/10.4061/2011/759170>
- Contrada, R. J., & Baum, A. (2011). *The handbook of stress science: Biology, psychology, and health*. Springer.
- Courtenay, W. H. (2000). Constructions of masculinity and their influence on men's well-being: A theory of gender and health. *Social Science & Medicine*, 50(10), 1385–1401. [https://doi.org/10.1016/S0277-9536\(99\)00390-1](https://doi.org/10.1016/S0277-9536(99)00390-1)
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Friedman, H. S., & Kern, M. L. (2014). Personality, well-being, and health. *Annual Review of Psychology*, 65, 719–742. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115123>

- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (2015). *Health behavior: Theory, research, and practice* (5th ed.). Jossey-Bass.
- Gochman, D. S. (Ed.). (2013). *Health behavior: Emerging research perspectives*. Springer.
- Hagger, M. S., & Orbell, S. (2020). *Theoretical approaches to health behavior change*. Oxford University Press.
- International Diabetes Federation. (2021). *IDF diabetes atlas* (10th ed.). International Diabetes Federation.
- Kautzky-Willer, A., Harreiter, J., & Pacini, G. (2016). Sex and gender differences in risk, pathophysiology and complications of type 2 diabetes mellitus. *Endocrine Reviews*, 37(3), 278–316. <https://doi.org/10.1210/er.2015-1137>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Laporan nasional Riskesdas 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Marks, D. F., Murray, M., Evans, B., & Estacio, E. V. (2018). *Health psychology: Theory, research and practice* (5th ed.). Sage Publications.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (2010). Cultures and selves: A cycle of mutual constitution. *Perspectives on Psychological Science*, 5(4), 420–430. <https://doi.org/10.1177/1745691610375557>
- Myers, I. B., McCaulley, M. H., Quenk, N. L., & Hammer, A. L. (1998). *MBTI® manual: A guide to the development and use of the Myers-Briggs Type Indicator* (3rd ed.). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press
- Myers, I. B., Myers, P. B., & Kirby, L. K. (2018). *Introduction to type: A guide to understanding your results on the Myers-Briggs Type Indicator* (4th ed.). CPP, Inc.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Ogden, J. (2019). *Health psychology* (6th ed.). Routledge.
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2021). *Nursing Research: Generating and Assessing Evidence for Nursing Practice* (11th ed.). Philadelphia: Wolters Kluwer.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2020). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (10th ed.). Wiley.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Taylor, S. E. (2018). *Health psychology* (10th ed.). New York, NY: McGraw-Hill Education.
- Taylor, S. E. (2021). *Health psychology* (11th ed.). McGraw-Hill Education.
- Triandis, H. C. (2018). *Individualism and collectivism*. Routledge.
- World Health Organization. (2023). *Diabetes*. World Health Organization.