

HUBUNGAN LITERASI KESEHATAN DENGAN PENERAPAN *SELF-MANAGEMENT* PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS GROGOL KABUPATEN SUKOHARJO

Annisa Nur Rahmah

Universitas Muhammadiyah Surakarta, Jalan Jenderal Ahmad Yani, Pabelan, Kartasura,
Pabelan, Kartasura, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah, Indonesia

✉ Email korespondensi: annisanurrahmah0123@gmail.com

Abstrak. Diabetes melitus merupakan salah satu masalah kesehatan utama dengan angka kejadian yang terus meningkat di Indonesia. Upaya pengelolaan penyakit ini memerlukan keterlibatan aktif pasien melalui *self-management*, yang dipengaruhi oleh tingkat literasi kesehatan yang mereka miliki. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara literasi kesehatan dengan penerapan *self-management* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo. Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*, melibatkan 161 responden yang dipilih dengan teknik cluster random sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner literasi kesehatan (HLS-EU-16Q) dan kuesioner *self-management* (DSMQ), kemudian dianalisis dengan uji *Spearman Rho*. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden memiliki literasi kesehatan sedang hingga cukup (91,3%), dengan rata-rata skor *self-management* sebesar $34,08 \pm 5,28$ dari maksimal 43. Uji bivariat menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara literasi kesehatan dengan *self-management* ($p = 0,004$; $r = 0,228$), menunjukkan semakin tinggi literasi kesehatan, semakin baik penerapan *self-management*. Penelitian ini menekankan pentingnya edukasi kesehatan yang terstruktur untuk meningkatkan literasi kesehatan pasien guna mendukung keberhasilan pengendalian penyakit secara mandiri.

Kata kunci: Diabetes Melitus tipe 2, *Self-Management*, Literasi Kesehatan.



PENDAHULUAN

Diabetes merupakan salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia dengan proyeksi peningkatan kasus baru setiap tahun. Hal tersebut dibuktikan dengan jumlah penyakit diabetes melitus terus menerus meningkat setiap tahunnya (Maymunah, 2023). Menurut *International Diabetes Federation* (IDF) tahun 2021, memperhitungkan angka kejadian orang menderita Diabetes Melitus di dunia pada tahun 2021 sebanyak 537 juta orang dan angka ini diproyeksikan mencapai 643 juta orang pada tahun 2030 di dunia, dan juga diproyeksikan 783 juta orang pada tahun 2045 di dunia (IDF, 2020). Indonesia berada di peringkat ke 7 dari 10 negara dengan penderita terbanyak yaitu sejumlah 10,7 juta penderita (Diabetes Federation International, 2019).

Indonesia berada di peringkat ke 7 dari 10 negara dengan jumlah penderita terbanyak, yaitu sebesar 11,3%. (*Diabetes Federation International*, 2019). Perawatan yang buruk dapat mengakibatkan komplikasi akut seperti koma hipoglikemik, hiperglikemia ketoasidosis, atau non ketoasidosis, efek somogyi, dan dawn phenomenon (Maymunah, 2023). Menurunkan risiko komplikasi dapat dilakukan dengan manajemen diri (*self-management*) pada penderita DM dan setiap penderita DM harus dapat melakukannya dengan baik (Maymunah, 2023). *Self-management* adalah kegiatan individu yang memperhatikan dan menjaga kondisi kesehatan dan penyakit, serta mencegah komplikasi penyakit. Timbulnya perilaku *self-management* yang baik didasari oleh adanya kemauan, motivasi yang tinggi dan pengetahuan DM yang cukup sehingga pasien diharapkan dapat melakukan tindakan perawatan diri sehari-hari.

Self-Management dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya usia, jenis kelamin, tingkat pengetahuan, monitoring glukosa, dan literasi kesehatan. Keberhasilan dari program manajemen penyakit kronis tidak hanya bergantung pada *self-management*, tetapi juga pada tingkat literasi kesehatan yaitu kemampuan seseorang untuk mengakses, memahami, dan menggunakan informasi serta layanan kesehatan dalam membuat keputusan terkait perawatan dirinya (Alfania, 2019). Penelitian sebelumnya tentang Hubungan Health Literacy dengan Penerapan *Self Care Management* pada Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Arjasa, menunjukkan bahwa ada hubungan bermakna antara Health Literacy dengan Penerapan *Self Care Management* pada Pasien Diabetes Melitus di



Puskesmas Arjasa. Hasil penelitian (Patandung et al., 2018) menunjukkan bahwa tingkat literasi kesehatan pada pasien dengan diabetes melitus type 2 dalam kategori rendah. Didaerah grogol belum ada penelitian sebelumnya terkait literasi kesehatan, hal ini sangat penting untuk diteliti karena kaitanya dengan upaya *self-management* pada pasien kedepannya.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan, salah satu daerah di Jawa Tengah dengan angka penderita Diabetes Melitus yang cukup tinggi adalah Kabupaten Sukoharjo, yang tercatat memiliki 17.910 penderita. Dari jumlah tersebut, Puskesmas Grogol menempati posisi tertinggi dengan jumlah kasus Diabetes Melitus mencapai 3.383 kasus. Sehingga hal ini perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui tingkat literasi kesehatan pada pasien dengan diabetes melitus (DM) serta hubungannya dengan kemampuan mereka dalam mengelola penyakitnya, agar dapat dilakukan suatu upaya untuk ke depannya (Safitri, 2022).

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yaitu observasional analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk menganalisis apakah hubungan antara dukungan keluarga (variabel bebas) dan *Self-Management* pada pasien DM (variabel terikat). Pendekatan analitik *cross-sectional* adalah jenis penelitian dengan cara pengambilan data variabel bebas yaitu literasi kesehatan dan variabel terikat yaitu *Self-Management* yang dilakukan pada sekali waktu secara bersamaan. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Grogol Sukoharjo dan waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus 2024. Target Populasi pada penelitian ini adalah pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Grogol selama 3 bulan terakhir, yaitu dari bulan Oktober sampai bulan Desember 2023 rentang usia 40-60 tahun sejumlah 199 pasien.

Penelitian ini mengadopsi teknik *Cluster Random Sampling* untuk menentukan sampel, dengan kelompok sasaran berupa pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Grogol, di mana desa digunakan sebagai unit *cluster*. Dari total 14 desa yang ada, dilakukan pengundian dan diputuskan untuk mengambil seluruh responden dari 12 desa yang terpilih, dengan total awal



sebanyak 177 responden. Setelah melalui proses seleksi dan pemenuhan kriteria inklusi, jumlah akhir responden yang layak untuk dianalisis dalam penelitian ini adalah 161 orang.

HASIL

Analisis univariat dalam penelitian ini menyajikan berbagai ukuran statistik deskriptif untuk masing-masing variabel dan sub variabel yang diteliti. Informasi yang disajikan mencakup nilai rata-rata (mean), nilai tengah (median), standar deviasi, serta nilai maksimum dan minimum untuk memberikan gambaran yang komprehensif mengenai distribusi data.

Tabel 1. Analisis Univariat Literasi Kesehatan dan *Self-Management*

Variabel	N	Mean ± SD	Median (Min,Max)
Literasi Kesehatan	161	12,62 ± 3,52	14,00 (0,16)
Health Care	161	3,82 ± 0,106	4 (0,5)
Disease Prevention	161	3,82 ± 0,106	4 (0,4)
Health Promotion	161	2,80 ± 0,113	3 (0,4)
<i>Self-Management</i>	161	34,08 ± 5,285	35,22 (20,43)
Manajemen Glukosa	161	8,03 ± 1,543	8 (3,10)
Kontrol Diet Aktivitas Fisik	161	8,40 ± 1,422	8,33 (5,10)
Penggunaan Perawatan Kesehatan	161	7,64 ± 1,803	7,78 (2,10)
Kesehatan	161	7,38 ± 1,836	7,78 (2,10)

Tabel di atas menyajikan analisis univariat mengenai literasi kesehatan yang memperoleh skor rata-rata sebesar 12,62 dengan skor maksimal yang didapat yaitu 16 angka tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden menunjukkan tingkat literasi kesehatan yang baik, ditunjukkan melalui akses informasi yang dapat mendukung dalam pengelolaan kondisi kesehatan mereka. Literasi kesehatan dibagi menjadi tiga sub variabel : perawatan kesehatan, pencegahan penyakit dan promosi kesehatan. Perawatan kesehatan mencakup kemampuan individu dalam mengakses, memahami, dan menggunakan informasi terkait pelayanan kesehatan untuk mengelola kondisi medis secara efektif, dengan nilai median 4 dapat dikatakan bahwa responden dapat menerapkan gaya hidup sehat dari informasi untuk membantu pengelolaan kondisi kesehatan mereka. Kemudian pada sub Pencegahan penyakit mencakup kemampuan individu dalam memahami informasi yang berkaitan dengan faktor



risiko serta langkah-langkah pencegahan terhadap penyakit, dengan nilai median 4, hal ini menunjukkan bahwa responden mendapatkan informasi mengenai gejala awal suatu penyakit serta menghindari faktor risiko seperti merokok, konsumsi alkohol, atau pola makan tidak sehat. Kemudian pada sub variabel promosi kesehatan berkaitan dengan kemampuan individu dalam memperoleh dan memanfaatkan informasi guna meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan secara umum, dengan nilai median 3, hal ini menunjukkan bahwa responden mendapatkan informasi tentang lingkungan sehat dan faktor sosial yang mempengaruhi kesehatan dan dapat mengambil keputusan yang mendukung kesehatan jangka panjang.

Analisis ini menyajikan tabel distribusi responden hubungan literasi kesehatan terhadap *Self-Management* pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Grogol Sukoharjo. Data di analisis menggunakan uji *Rank Spearman* dengan ρ value 0,004 ($<0,05$). Uji statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik dari variabel yang diteliti sehingga data yang disajikan akan mudah dipahami dan informatif. Analisis statistik deskriptif terdiri dari jumlah skor per sub pertanyaan variabel, nilai minimum, nilai maksimum, rata-rata (Mean) dan standar deviasi dari masing-masing variabel. Penelitian ini memiliki variabel independen yaitu literasi kesehatan sedangkan variabel dependen dalam penelitian ini adalah *Self-Management*. Berikut merupakan uji statistik deskriptif:

Tabel 2. Analisis Bivariat hubungan literasi kesehatan terhadap *Self-Management* pada pasien DM Tipe 2

	n	Median	IQR	ρ value	r
Literasi Kesehatan	161	14,00	4	0,004	0,228

Tabel diatas menyajikan hasil analisis yang menggali korelasi dukungan keluarga dan kemampuan manajemen diri pada pasien diabetes melitus (DM) tipe 2. Menurut hasil dari pengujian uji statistic *Spearman Rho* diperoleh r sebesar 0,228 yang menunjukkan adanya hubungan yang positif. Artinya, semakin besar literasi kesehatan yang dilakukan oleh responden, semakin baik pula kemampuan pasien



dalam mengelola kondisi kesehatannya dengan $p\ value < 0,05$, ini menegaskan bahwa hubungan tersebut signifikan secara statistik, menunjuk bahwa terdapat hubungan literasi kesehatan terhadap *self management* responden.

Berdasarkan hasil dari analisis bivariat yang dilakukan oleh peneliti dengan metode statistik uji *Spearman Rho* didapatkan hasil nilai $p\ value 0,004$ yang berarti nilai $P < 0,05$ maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan bermakna antara literasi kesehatan dengan penerapan *self management* pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa literasi kesehatan berhubungan positif dengan kemampuan *self-management* pasien. Hasil tersebut menunjukkan tingkat literasi kesehatan yang lebih tinggi berkorelasi positif dengan kemampuan pasien menerapkan *self-management*, hal ini diperkuat oleh nilai signifikansi $< 0,05$ dan nilai korelasi yang menunjukkan hubungan positif.

PEMBAHASAN

Dari 161 responden yang diteliti, mayoritas (91,3%) memiliki literasi kesehatan pada kategori sedang hingga cukup, dan hanya 8,7% yang memiliki kategori literasi kesehatan rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar pasien memiliki kemampuan yang cukup dalam memahami informasi kesehatan. dengan tenaga medis, dan mampu menerapkan informasi kesehatan. Sedangkan untuk tingkat literasi kesehatan yang rendah dapat menjadi hambatan bagi individu untuk mengelola kesehatan mereka secara efektif, meningkatkan risiko kesalahan pengobatan, penundaan diagnosis, dan penggunaan layanan kesehatan yang tidak tepat. Sehubungan dengan hal tersebut, upaya untuk meningkatkan literasi kesehatan pada tingkat individu dan masyarakat secara keseluruhan sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan pasien diabetes melitus. (Sorensen, 2018). Namun, kelompok dengan literasi rendah tetap perlu menjadi perhatian karena mereka lebih rentan terhadap komplikasi akibat pengelolaan penyakit yang kurang optimal. Literasi kesehatan memiliki peran yang sangat penting dalam menunjang upaya pengelolaan pasien penderita diabetes secara optimal yang terdiri dari tiga indikator yaitu perawatan diri (*health care*), pencegahan penyakit (*disease prevention*) dan promosi kesehatan (*health promotion*).



Literasi kesehatan yang baik berperan penting dalam meningkatkan kemampuan *self-management* pada pasien diabetes mellitus tipe 2 karena memungkinkan pasien memahami informasi medis dengan jelas, mengevaluasi saran kesehatan secara kritis, dan mengambil keputusan yang tepat terkait pengelolaan penyakit mereka sehari-hari. Dengan literasi yang memadai, pasien mampu mengikuti instruksi penggunaan obat, menerapkan pola makan sehat, rutin memantau kadar gula darah, serta mengenali tanda-tanda komplikasi sejak dini. Akses yang mudah terhadap informasi kesehatan khususnya mengenai diabetes mellitus, dapat memengaruhi tingkat literasi kesehatan pasien. Selain itu, mereka lebih percaya diri berkomunikasi dengan tenaga kesehatan, bertanya jika ada yang tidak dipahami, dan aktif dalam perencanaan perawatan. Semua kemampuan ini mendukung pengelolaan mandiri yang efektif, sehingga berdampak positif pada kontrol gula darah, kepatuhan pengobatan, dan pencegahan komplikasi jangka panjang. Dengan kata lain, semakin baik literasi kesehatan seseorang, semakin besar kemampuannya untuk mengelola penyakitnya secara mandiri dan mencapai hasil kesehatan yang optimal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan literasi kesehatan dengan penerapan *self-management* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden (91,3%) memiliki tingkat literasi kesehatan sedang hingga cukup, dengan skor rata-rata sebesar $12,62 \pm 3,52$ dari skor maksimal 16. Hasil analisis bivariat menggunakan uji *Spearman Rho* menunjukkan adanya hubungan signifikan antara literasi kesehatan dengan penerapan *self-management* pada pasien diabetes melitus tipe 2, dengan nilai $p = 0,004 (< 0,05)$ dan nilai korelasi $r = 0,228$ yang menunjukkan arah hubungan positif yang lemah. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat literasi kesehatan yang dimiliki pasien, semakin baik kemampuan mereka dalam menerapkan *self-management* untuk mengelola kondisi kesehatannya secara mandiri.

UCAPAN TERIMA KASIH



Penulis mengungkapkan rasa terima kasih terhadap Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, atas dukungan dan fasilitas yang diterima sepanjang proses penelitian yang dijalankan ini. Penulis mengungkapkan rasa terima kasih terhadap Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, atas dukungan dan fasilitas yang diterima sepanjang proses penelitian yang dijalankan ini. Tidak lupa, penghargaan disampaikan kepada seluruh pasien diabetes melitus yang dengan penuh ketulusan dan kesediaan telah berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian ini. Tanpa adanya dukungan, bantuan, dan keterlibatan dari berbagai pihak, penyusunan skripsi dan artikel ini tidak akan dapat terselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

Artikel Jurnal

- [1] Alfania, Z. (2019). Hubungan Health Literacy dengan Self Monitoring Blood Glucose pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSD dr. Soebandi Jember.
- [2] IDF. (2019). In IDF Diabetes Atlas, 9th edition. Ninth Edition 2019, 4–5. [https://doi.org/https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)31679-8](https://doi.org/https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(16)31679-8).
- [3] IDF. (2020). International Diabetes Federation. Ninth Edition 2020. In IDF Diabetes Atlas, 10th Edition, 4–5. <https://doi.org/https://doi.org/>
- [4] Maymunah, F. A. (2023). Hubungan Health Literacy Dengan Penerapan Self Care Managemen Pada Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Arjasa (Doctoral dissertation, Universitas dr. SOEBANDI).
- [5] Safitri, R., Mahmud, N. U., & Sulaeman, U. (2022). Hubungan Health Literacy Dengan Manajemen Perawatan Diri Pasien Diabetes Melitus Di Rsud Tenriawaru Bone. *Window of Public Health Journal*, 3(2), 2087–2098.
- [6] Sorensen. (2018). Health Literacy an Public Health: a systematic review and integration of definitions and models. *BMC Public Health*, 12(1).

