ARTIKEL PENELITIAN

EFEKTIVITAS LITERASI KESEHATAN PADA LANSIA: SEBUAH *SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW*

THE EFFECTIVENESS OF HEALTH LITERACY IN THE ELDERLY: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

Ferdinan Sihombing[1], Mustofa Kamil[2], Dimas Utomo Hanggoro Putro[3], Fransiska Quaesita Qory Lorenz[4], Liza Puspa Dewi[5]
[1,2]Pendidikan Masyarakat, Universitas Pendidikan Indonesia
[3]Akademi Keperawatan Pelni
[4]Dinas Kesehatan Kab.Sikka
[5]STIKes Widya Dharma Husada Tangerang
Email: sihombingferdinan@upi.edu

ABSTRAK
Latar Belakang: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas literasi kesehatan pada lansia. **Metode:** Metode yang digunakan adalah *Systematic Literature Review* (SLR). Langkah – langkah dalam SLR yaitu seperti identifikasi, seleksi, evaluasi, dan sintesis literatur ilmiah yang ada secara sistematis. Protokol yang digunakan dalam SLR ini yaitu *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyzes* (PRISMA). Data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan database Scopus. **Hasil:** Berdasarkan hasil pencarian yang dilakukan dengan menggunakan kajian literatur sistematis terdapat 1.965 artikel yang kemudian menjadi 16 artikel yang masuk pada proses akhir review. Hasil identifikasi data menyebutkan bahwa literatur sistematis yang sudah dipaparkan dapat dinilai bahwa literasi kesehatan pada orang dengan usia lanjut tetap efektif untuk meingkatkan kesehatannya. **Diskusi:** Peningkatan literasi kesehatan dapat memberikan dampak positif yang lebih luas bagi kualitas hidup lansia

Kata kunci: Efektivitas, Lansia, Literasi Kesehatan

ABSTRACT
Background: *The purpose of this study is to examine the effectiveness of health literacy among the elderly.* ***Methods:*** *The method used is the Systematic Literature Review (SLR). The steps in conducting the SLR include identifying, selecting, evaluating, and systematically synthesizing existing scientific literature. The protocol followed in this SLR adheres to Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA). The data utilized in this study were obtained from the Scopus database.* ***Results:*** *Based on the systematic literature review, 1,965 articles were initially identified, with 16 articles meeting the criteria for the final review. The data analysis indicates that the systematic literature reviewed demonstrates that health literacy among elderly individuals remains effective in improving their health outcomes.* ***Discussion:*** *Enhancing health literacy can have a broader positive impact on the quality of life for the elderly.*

Keywords: *Effectiveness, Elderly, Health Literacy*

JURNAL
SKOLASTIK
KEPERAWATAN
VOL. 11, NO. 1
Januari - Juni 2025

ISSN: 2443 – 0935
E-ISSN 2443 - 16990

PENDAHULUAN

Literasi kesehatan merupakan penentu penting dalam hasil kesehatan, khususnya bagi lansia yang sering menghadapi kondisi kesehatan kompleks yang memerlukan manajemen yang efektif dan pengambilan keputusan yang tepat. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan literasi kesehatan sebagai kemampuan untuk mengakses, memahami, mengevaluasi, dan menerapkan informasi kesehatan untuk membuat keputusan yang tepat tentang kesehatan seseorang (WHO, 2020). Bagi populasi lansia, rendahnya literasi kesehatan memiliki dampak besar, seperti ketidakpatuhan terhadap pengobatan, manajemen penyakit yang tidak memadai, dan peningkatan tingkat rawat inap (Nutbeam et al., 2021).

Peningkatan literasi kesehatan pada lansia memiliki peran penting dalam mendukung kemandirian mereka dalam menjaga kesehatan dan mencegah penyakit. Pemahaman lansia terhadap informasi kesehatan yang akurat dan mudah dipahami dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam mengambil keputusan terkait perawatan diri, mengelola penyakit kronis, serta beradaptasi dengan perubahan fisiologis akibat proses penuaan adalah penting. Perawat berperan sebagai fasilitator dalam proses edukasi ini, dengan menyampaikan informasi secara komunikatif dan sesuai dengan tingkat pemahaman lansia (Bahriah et al., 2024). Melalui pendekatan edukatif yang tepat, literasi kesehatan yang baik pada lansia dapat meningkatkan kualitas hidup mereka dan mengurangi ketergantungan pada orang lain dalam memenuhi kebutuhan kesehatannya.

Penelitian global menunjukkan urgensi untuk meningkatkan literasi kesehatan pada lansia. Berkman et al. (2020) mengungkapkan bahwa lansia dengan literasi kesehatan rendah memiliki risiko dua kali lebih besar untuk salah dalam mengelola pengobatan penyakit kronis seperti diabetes dan hipertensi. Studi longitudinal oleh Sørensen et al. (2021) juga menemukan bahwa peningkatan literasi kesehatan pada populasi lansia dapat mengurangi biaya kesehatan melalui peningkatan perilaku kesehatan preventif.

Berbagai intervensi yang menargetkan literasi kesehatan pada lansia menunjukkan tingkat efektivitas yang berbeda-beda. Alat kesehatan digital, termasuk aplikasi kesehatan mobile dan platform telehealth, menjadi jalur yang menjanjikan. Sebuah meta-analisis oleh van der Heide et al. (2022) menunjukkan bahwa intervensi digital secara signifikan meningkatkan literasi kesehatan, terutama dalam pengelolaan kondisi kronis seperti gagal jantung dan artritis. Namun, kesenjangan digital dan penurunan kognitif pada beberapa kelompok lansia tetap menjadi hambatan adopsi secara luas.

Program berbasis komunitas juga telah menunjukkan keberhasilan. Sebuah uji coba terkontrol secara acak di Amerika Serikat menunjukkan bahwa lansia yang berpartisipasi dalam sesi pendidikan kesehatan yang dipimpin oleh rekan sejawat mengalami peningkatan pemahaman tentang pencegahan penyakit dan strategi manajemen diri (Murray et al., 2020). Temuan ini sejalan dengan pendekatan partisipatif Freire (2021), yang menekankan pemberdayaan individu melalui keterlibatan aktif.

Namun, masih terdapat kesenjangan signifikan. Faktor-faktor seperti status sosial ekonomi, kepercayaan budaya, dan akses terhadap informasi kesehatan yang andal terus memengaruhi tingkat literasi kesehatan pada lansia di seluruh dunia. Studi oleh Nutbeam dan Muscat (2021) serta Baker et al. (2023) menekankan bahwa untuk mengatasi kesenjangan ini diperlukan strategi multifaset yang menggabungkan intervensi pendidikan, teknologi, dan kebijakan.

Mengingat populasi lansia yang terus meningkat di seluruh dunia, memahami efektivitas intervensi literasi kesehatan pada kelompok ini menjadi penting untuk perencanaan kesehatan masyarakat. Kajian literatur sistematis ini bertujuan untuk mengevaluasi bukti yang ada tentang efektivitas intervensi literasi kesehatan yang menargetkan lansia. Hasilnya diharapkan dapat memberikan rekomendasi pengembangan strategi yang disesuaikan untuk meningkatkan hasil kesehatan dan kualitas hidup pada populasi yang rentan ini.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan *systematic literature review* (SLR), mengingat keunggulannya dibandingkan tinjauan naratif tradisional dalam mengidentifikasi pengetahuan yang sudah ada dan kesenjangan dalam literatur. Berbeda dengan tinjauan tradisional, metode SLR mengikuti proses ilmiah yang ketat dan dapat direplikasi, sehingga mengurangi kemungkinan bias atau kesalahan dengan melakukan pencarian menyeluruh terhadap studi yang telah dipublikasikan (Xiao & Watson, 2019).

Untuk memilih dan menganalisis sampel dalam tinjauan ini, penelitian ini mematuhi pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). Pedoman ini pertama kali diperkenalkan oleh Moher et al. (2009) dan baru-baru ini diperbarui untuk meningkatkan transparansi dan akurasi dalam tinjauan sistematis (Page et al., 2021). Kerangka kerja PRISMA yang diperbarui menekankan kejelasan dalam mendokumentasikan kriteria inklusi dan eksklusi, strategi pencarian, serta proses penyaringan. Diagram alur yang merangkum proses metodologi penelitian ini menggunakan PRISMA disajikan pada Gambar 1.

Pendekatan PRISMA menggunakan beberapa tahapan yaitu menentukan topik, mencari sumber, memilih sumber yang relevan, mengelompokkan, menganalisis, dan meringkas. Artikel didapatkan dari pencarian database Scopus. Kriteria artikel yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan kriteria inklusi yang dibuat oleh peneliti yaitu artikel berbahasa Inggris yang berasal dari berbagai negara, penelitian kuantitatif, artikel penelitian dengan data primer, artikel full text yang tersedia tidak berbayar dan dapat diakses, artikel dipublikasikan rentang tahun 2020-2024 (lima tahun) dan artikel mempunyai kesesuaian dengan tujuan penelitian yang dilakukan.

Kueri pencarian yang digunakan *adalah "Health Literacy" AND "Elder" OR "Elderly" OR "Old".* Kueri tersebut menghasilkan 1965 artikel kandidat dan 31 di antaranya dimasukkan dalam studi ini. Artikel terpilih setelah menerapkan kriteria berikut:

Kriteria inklusi:

- Studi pada subjek lanjut usia, yang didefinisikan menurut Organisasi Kesehatan Dunia sebagai mereka yang berusia 60 tahun ke atas
- Studi dengan ukuran sampel yang memadai (>50 lansia)
- Artikel dipublikasikan dalam rentang tahun 2020-2024

Kriteria eksklusi:

- Subject area haruslah dalam area keperawatan (nursing) (a)
- Studi yang diterbitkan bukan dalam bahasa Inggris (b)
- Studi yang dipublikasikan tidak mencakup full text (hanya abstrak) (c)
- Diterbitkan dalam jurnal yang tidak All Open Access (d)

Tinjauan dilakukan dengan menggunakan pedoman Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA). Diagram alirnya diilustrasikan pada Gambar 1.

Gambar 1. Diagram Alir PRISMA

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil pencarian yang dilakukan dengan menggunakan kajian literatur sistematis terdapat 1.965 artikel penelitian yang kemudian menjadi 16 artikel yang masuk pada proses akhir review. Di bawah ini adalah data dari 16 artikel yang memenuhi kriteria penelitian. Enam belas artikel yang memenuhi kriteria akan memasuki tahap review. Hasil review penelitian bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai efektivitas literasi Kesehatan pada lansia.

Tabel 1. Artikel Penelitian Terpilih

Artikel	Ringkasan	Temuan Utama
Pathways of Media Contact to Health Literacy in Middle-Aged and Older People: The Chain Mediation Effect of Perceived Social Support and Self-Efficacy Mao-Min Jiang et al.	Artikel ini meneliti hubungan antara paparan media, dukungan sosial yang dirasakan, kemanjuran diri, dan literasi kesehatan di kalangan orang dewasa	- Kontak media memiliki efek positif langsung terhadap literasi kesehatan pada orang dewasa setengah baya dan lebih tua. - Kontak media memiliki efek positif tidak langsung

Journal of Multidisciplinary Healthcare Pathways-of-Media-Contact-to-Health-Literacy-in-MiddleAged-and-Older-People-The-Chain-Mediation-Effect-of-Perceived-Social-Support-and-SelfEfficacy_2024_Dove-Medical-Press-Ltd.pdf 2024	setengah baya dan lebih tua di Tiongkok, dan menemukan bahwa paparan media memiliki dampak positif langsung pada literasi kesehatan, dan bahwa dukungan sosial yang dirasakan dan kemanjuran diri memediasi hubungan ini.	terhadap literasi kesehatan, dimediasi melalui dukungan sosial yang dirasakan dan keyakinan diri. - Ada efek mediasi berantai yang signifikan, di mana kontak media memengaruhi literasi kesehatan baik melalui dukungan sosial yang dirasakan maupun keyakinan diri.
Relationships Among Health Literacy, Self-Efficacy, Self-Management, and HbA1c Levels in Older Adults with Diabetes in South Korea: A Cross-Sectional Study Geun Young Jang et al. Journal of Multidisciplinary Healthcare Relationships-Among-Health-Literacy-SelfEfficacy-SelfManagement-and-HbA1c-Levels-in-Older-Adults-with-Diabetes-in-South-Korea-A-CrossSectional-Study_2024_Dove-Medical-Press-Ltd.pdf 2024	Penelitian ini menyelidiki hubungan antara literasi kesehatan, efikasi diri, pengelolaan diri, dan kadar HbA1c pada orang dewasa lanjut usia dengan diabetes di Korea Selatan, dan menemukan bahwa literasi kesehatan dan pengelolaan diri dikaitkan dengan kadar HbA1c.	- Tingkat literasi kesehatan dan pengelolaan diri yang lebih tinggi dikaitkan dengan pengendalian glikemik yang lebih baik (kadar HbA1c yang lebih rendah) pada orang dewasa yang lebih tua dengan diabetes. - Efikasi diri yang lebih tinggi dikaitkan dengan pengelolaan diri dan pengendalian glikemik yang lebih baik.
Virtual Follow up After Distal Radius Fracture Surgery-Patient Experiences During the COVID-19 Pandemic Linnea Arvidsson et al. Virtual-Follow-up-After-Distal-Radius-Fracture-SurgeryPatient-	Studi ini bertujuan untuk menyelidiki pengalaman pasien dengan tindak lanjut berbasis video setelah operasi fraktur radius distal, termasuk mengidentifikasi keuntungan dan tantangan, dan	- Sebagian besar pasien mendapati tindak lanjut melalui panggilan video ternyata sangat sederhana dan mudah digunakan, bahkan bagi mereka yang tingkat literasi digitalnya rendah. - Semua pasien, kecuali satu, lebih menyukai

Experiences-During-the-COVID19-Pandemic_2023_SAGE-Publications-Inc.pdf	mengukur literasi digital fungsional dan literasi kesehatan fungsional pasien.	tindak lanjut melalui panggilan video daripada kunjungan langsung, dengan menyebutkan manfaat seperti menghemat waktu dan perjalanan. - Meskipun tingkat literasi digitalnya rendah, para pasien berhasil menggunakan teknologi panggilan video.
Users' evaluation of Japan's cancer information services: process, outcomes, satisfaction and independence Chikako Yamaki et al. Users-evaluation-of-Japans-cancer-information-services-Process-outcomes-satisfaction-and-independence_2021_BMJ-Publishing-Group.pdf	Ringkasan artikel ini adalah mengevaluasi kepuasan dan hasil pengguna program Layanan Informasi Kanker (CIS) Jepang, mengidentifikasi faktor-faktor terkait dari hasil evaluasi ini, dan menganalisis perbedaan antara pasien dan keluarga.	- Evaluasi pengguna terhadap Pusat Informasi Dukungan Kanker (CISC) Jepang cukup tinggi dalam hal kepuasan keseluruhan, dengan skor yang wajar pada tingkat hasil. - Akses langsung ke CISC merupakan faktor terkuat yang memengaruhi semua dimensi evaluasi, termasuk proses, hasil, dan kepuasan. - Pengguna yang ingin membahas masalah keuangan atau masalah pemulangan/perawatan di rumah cenderung memberikan penilaian negatif untuk proses konseling, yang mencerminkan kesulitan CISC dalam memberikan resolusi efektif untuk topik-topik ini.
Knowledge about Sugar Sources and Sugar Intake Guidelines in Portuguese Consumers Marília Prada et al. Nutrients Knowledge-about-sugar-sources-and-sugar-intake-	Artikel ini mengkaji pengetahuan konsumen Portugis tentang sumber gula dan pedoman asupan gula, serta mengeksplorasi bagaimana pengetahuan ini terkait dengan penggunaan dan persepsi	- Peserta menunjukkan akurasi yang rendah dalam mengkategorikan sumber gula berdasarkan komposisi dan asal. - Sebagian besar peserta tidak menyadari atau tidak dapat mengingat pedoman WHO untuk asupan gula.

guidelines-in-Portuguese-consumers_2020_MDPI-AG (3).pdf 2020	pentingnya informasi gizi, literasi pangan, dan konsumsi gula.	- Sebagian besar penduduk Portugal, terutama remaja dan anak-anak, melebihi asupan gula yang disarankan.
No title found Bogumiła Kosicka et al. The-level-of-health-literacy-of-seniors-living-in-eastern-region-of-poland-Preliminary-study_2020_MDPI-AG.pdf	Artikel ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis tingkat literasi kesehatan di kalangan lansia yang tinggal di salah satu wilayah timur Polandia, dan menemukan bahwa lebih dari separuh lansia yang disurvei memiliki tingkat literasi kesehatan yang bermasalah, yang bergantung pada faktor-faktor seperti pendidikan, tempat tinggal, dan partisipasi dalam kegiatan dukungan lansia.	- Lebih dari separuh lansia yang disurvei memiliki tingkat literasi kesehatan umum yang bermasalah dan dimensi literasi kesehatan tertentu. - Faktor-faktor seperti pendidikan tinggi, tinggal di daerah perkotaan, dan berpartisipasi dalam kegiatan pusat lansia dikaitkan dengan tingkat literasi kesehatan yang lebih tinggi. - Lansia yang menilai sendiri kesehatannya sebagai sangat baik atau baik memiliki tingkat literasi kesehatan yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang menilai kesehatannya buruk.
Single and Combinative Impacts of Healthy Eating Behavior and Physical Activity on COVID-19-like Symptoms among Outpatients: A Multi-Hospital and Health Center Survey Minh H Nguyen et al. Nutrients Single-and-combinative-impacts-of-healthy-eating-behavior-and-physical-activity-on-covid19like-symptoms-among-outpatients-A-multihospital-and-health-center-survey_2021_MDPI.pdf	Artikel ini meneliti hubungan dan interaksi antara aktivitas fisik dan perilaku makan sehat dengan gejala mirip COVID-19 di kalangan pasien rawat jalan di Vietnam, dan menemukan bahwa makan sehat dan aktivitas fisik secara independen dikaitkan dengan risiko lebih rendah terkena gejala mirip COVID-19, dan kombinasi keduanya memberikan efek perlindungan paling besar.	- Konsumsi buah, sayur, dan ikan secara rutin dikaitkan dengan rendahnya kemungkinan mengalami gejala COVID-19 yang diduga. - Pasien dengan skor pola makan sehat yang lebih tinggi memiliki kemungkinan lebih rendah untuk mengalami gejala COVID-19 yang diduga dibandingkan dengan mereka yang memiliki skor rendah. - Kombinasi skor pola makan sehat yang tinggi dan aktivitas fisik dikaitkan dengan kemungkinan terendah untuk

2021		mengalami gejala COVID-19 yang diduga.
SARS -CoV2, the COVID-19 Pandemic and Community Perceptions Nikki Keene Woods et al. Journal of Primary Care & Community Health SARSCoV2-the-COVID19-Pandemic-and-Community-Perceptions_2021_SAGE-Publications-Inc.pdf 2021	Studi ini menguraikan pengetahuan dan keyakinan tentang SARS-CoV-2 dan COVID-19 di antara kelompok kolaboratif komunitas di Amerika Serikat bagian Barat Tengah, dan menyoroti perlunya terus meningkatkan komunikasi kesehatan masyarakat, khususnya melalui media sosial dan outlet internet, untuk mengatasi misinformasi COVID-19 dan keraguan terhadap vaksin.	- Sebagian besar peserta melaporkan bahwa mereka memperoleh informasi tentang COVID-19 dari internet dan radio/TV, tetapi hanya sedikit yang dapat mengidentifikasi dengan tepat 3 gejala utama COVID-19. - Meskipun sebagian besar peserta khawatir orang yang mereka sayangi tertular COVID-19, hanya 60% yang mengatakan bahwa mereka akan mendapatkan vaksin jika tersedia, yang mengindikasikan adanya potensi masalah keraguan terhadap vaksin. - Peserta melaporkan kurangnya kepercayaan terhadap penanganan COVID-19 oleh pemerintah dan terhadap para ahli penyakit yang mengembangkan pengobatan atau penyembuhan sebelum pandemi menjadi "terlalu buruk".
A New Objective Health Numeracy Test for Patients with Type 2 Diabetes: Development and Evaluation of Psychometric Properties Eun-Hyun Lee et al. Asian Nursing Research PIIS1976131720300062.pdf 2020	Para penulis mengembangkan tes numerasi kesehatan objektif baru yang disebut Tes Numerasi Kesehatan Diabetes (DHNT) untuk pasien dengan diabetes tipe 2 dan mengevaluasi sifat psikometriknya.	- Tes Numerasi Kesehatan Diabetes (DHNT) yang dikembangkan dalam penelitian ini menunjukkan sifat-sifat psikometrik yang memuaskan, termasuk validitas konten, validitas struktural, validitas konvergen, validitas kriteria, dan konsistensi internal. - DHNT terdiri dari 7 item yang mengukur numerasi kesehatan inti yang

		berlaku untuk sebagian besar pasien dewasa dengan diabetes tipe 2. - Sebagian besar item dalam DHNT memiliki tingkat kesulitan sedang, yang dapat mengurangi beban respons dan potensi rasa malu responden.
Relationship between adherence to secondary prevention and health literacy, self-efficacy and disease knowledge among patients with coronary artery disease in China Minmin Lu et al. European Journal of Cardiovascular Nursing eurjcn0230.pdf 2020	Penelitian tersebut menemukan bahwa sementara lebih dari 80% pasien Tiongkok yang menderita penyakit arteri koroner melaporkan kepatuhannya dalam minum obat, hanya sekitar 50% yang mematuhi gaya hidup sehat untuk jantung, dan keterbatasan literasi kesehatan, rendahnya efikasi diri, dan tingginya pengetahuan tentang penyakit dikaitkan dengan ketidakpatuhan terhadap pengobatan dan perilaku gaya hidup.	- Kepatuhan pengobatan tinggi (lebih dari 80%) namun kepatuhan terhadap pola hidup sehat jantung rendah (sekitar 50%) - Pasien dengan keterbatasan literasi kesehatan memiliki kepatuhan pengobatan yang lebih baik dibandingkan dengan pasien dengan literasi kesehatan yang memadai - Efikasi diri dikaitkan dengan kepatuhan yang lebih baik terhadap pola hidup sehat jantung namun tidak dengan kepatuhan pengobatan

PEMBAHASAN

Literasi kesehatan merupakan aspek penting yang mempengaruhi kemampuan individu dalam mengakses, memahami, dan menggunakan informasi kesehatan untuk membuat keputusan yang tepat. Di kalangan lansia, literasi kesehatan memainkan peran yang sangat signifikan, mengingat mereka sering kali menghadapi tantangan dalam mengelola kondisi kesehatan mereka. Sejumlah studi terbaru memberikan wawasan mendalam tentang dampak literasi kesehatan terhadap pengelolaan penyakit, tantangan yang dihadapi oleh lansia, serta efektivitas berbagai intervensi untuk meningkatkan literasi kesehatan di kelompok usia ini.

Literasi kesehatan memainkan peran penting dalam hasil kesehatan pada populasi lansia. Beberapa penelitian menunjukkan hubungan langsung antara literasi kesehatan yang lebih tinggi dengan status kesehatan yang lebih baik, serta pengurangan

penggunaan layanan gawat darurat (Cho et al., 2008). Namun, penelitian lain menemukan hubungan yang beragam atau lemah antara literasi kesehatan dan kepatuhan terhadap pengobatan pada lansia (Geboers et al., 2015). Literasi kesehatan yang rendah pada lansia dikaitkan dengan meningkatnya risiko penyakit kronis, lebih sedikit penggunaan layanan pencegahan, dan manajemen penyakit yang kurang baik (Brcanski & Jović-Vraneš, 2018). Intervensi pendidikan yang ditujukan untuk meningkatkan literasi kesehatan dapat efektif, terutama dalam meningkatkan pengetahuan gizi di kalangan lansia (Mirzaei et al., 2020). Namun, efektivitas intervensi ini dapat bervariasi tergantung pada tingkat literasi kesehatan dasar individu (Mirzaei et al., 2020). Meskipun beberapa intervensi untuk meningkatkan kepatuhan menunjukkan hasil yang menjanjikan bagi lansia dengan literasi kesehatan rendah, diperlukan lebih banyak penelitian untuk menentukan pendekatan yang paling bermanfaat bagi populasi rentan ini (Geboers et al., 2015).

Studi oleh Geun Young Jang (2024) menunjukkan bahwa literasi kesehatan yang lebih tinggi di kalangan lansia terkait erat dengan pengelolaan diri yang lebih baik, khususnya pada penderita diabetes. Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa lansia dengan literasi kesehatan yang lebih tinggi cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola kadar HbA1c mereka, yang merupakan indikator penting dalam pengelolaan diabetes. Hal ini menunjukkan bahwa literasi kesehatan tidak hanya berdampak pada pemahaman teoritis mengenai penyakit, tetapi juga pada penerapan informasi tersebut dalam tindakan nyata yang dapat meningkatkan kualitas hidup lansia. Pengetahuan yang baik tentang penyakit dan pengelolaannya memungkinkan lansia untuk lebih proaktif dalam merawat diri mereka, termasuk dalam hal diet, pengobatan, dan pengawasan kesehatan secara rutin.

Namun, tantangan literasi kesehatan pada lansia tetap menjadi isu yang signifikan. Sebuah studi oleh Bogumila Kosicka (2020) menyoroti bahwa lebih dari separuh lansia memiliki literasi kesehatan yang terbatas, dengan angka yang lebih tinggi di kalangan lansia yang berpendidikan rendah atau tinggal di daerah pedesaan. Lansia dengan tingkat literasi kesehatan yang rendah cenderung mengalami kesulitan dalam mengakses informasi kesehatan yang akurat dan relevan, yang pada gilirannya mempengaruhi kemampuan mereka untuk membuat keputusan yang tepat tentang perawatan kesehatan mereka. Faktor-faktor ini berkontribusi pada ketidaktahuan mereka tentang cara mengelola kondisi kesehatan dan mencegah komplikasi serius. Oleh karena itu, peningkatan literasi kesehatan di kalangan lansia, terutama mereka yang berasal dari kelompok sosial ekonomi rendah, sangat penting untuk mengurangi ketimpangan kesehatan.

Sebuah temuan menarik dalam studi Mao Min Jiang (2024) menunjukkan bahwa paparan media dapat menjadi salah satu sarana yang efektif untuk meningkatkan literasi kesehatan, dengan dukungan sosial dan efikasi diri sebagai mediator. Dalam konteks ini, media dapat menjadi alat untuk memberikan informasi kesehatan kepada lansia, yang sering kali kesulitan mengakses informasi

kesehatan melalui cara-cara tradisional. Dengan adanya dukungan sosial yang kuat dari keluarga atau teman, serta rasa percaya diri yang lebih tinggi dalam memahami dan menggunakan informasi tersebut, literasi kesehatan pada lansia dapat meningkat. Hal ini menggambarkan bahwa selain media, dukungan sosial yang diberikan kepada lansia juga memegang peranan penting dalam meningkatkan kemampuan mereka untuk memahami dan mengelola kesehatan mereka.

Selain itu, sebuah studi oleh Linnea Arvidsson (2023) mengungkapkan bahwa tindak lanjut berbasis video, yang mungkin terlihat lebih sederhana daripada pendekatan tradisional berbasis teks, diterima dengan baik oleh pasien lansia, bahkan oleh mereka yang memiliki literasi digital rendah. Temuan ini memberikan harapan bahwa teknologi, meskipun dapat menjadi tantangan bagi sebagian lansia, juga dapat digunakan secara efektif untuk meningkatkan literasi kesehatan, khususnya dalam konteks perawatan jangka panjang. Melalui pendekatan berbasis video, lansia dapat lebih mudah memahami instruksi perawatan atau informasi medis yang diperlukan, sehingga memperkuat pemahaman mereka tentang cara menjaga kesehatan mereka.

Selain faktor individu, intervensi juga memiliki peran penting dalam meningkatkan literasi kesehatan pada lansia. Salah satu intervensi yang telah terbukti efektif adalah program literasi kesehatan digital, yang dirancang khusus untuk meningkatkan eHealth literacy dan self-efficacy pada lansia. Sebuah studi oleh Qian Dong (2023) menunjukkan bahwa program semacam ini dapat membantu lansia merasa lebih percaya diri dalam menggunakan alat digital untuk mencari informasi kesehatan. Peningkatan eHealth literacy memungkinkan lansia untuk lebih aktif dalam memanfaatkan teknologi untuk mencari informasi tentang kesehatan mereka, menjadikannya lebih mandiri dalam pengambilan keputusan terkait perawatan kesehatan.

Di samping itu, intervensi berbasis gizi juga penting dalam meningkatkan pemahaman tentang pola makan sehat di kalangan lansia. Studi oleh Maria Prada (2020) mengungkapkan bahwa meskipun kesadaran terhadap pedoman gizi masih rendah di kalangan masyarakat umum, program edukasi yang difokuskan pada peningkatan pengetahuan tentang diet sehat dapat memperbaiki pemahaman lansia mengenai pentingnya gizi dalam menjaga kesehatan mereka. Program edukasi yang efektif dapat membantu lansia mengerti pentingnya mengatur pola makan mereka untuk mencegah penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes, dan penyakit jantung, serta memperbaiki kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

Sementara itu, studi oleh Minmin Lu (2020) menyoroti bahwa meskipun pasien lansia dengan literasi kesehatan rendah lebih cenderung mematuhi pengobatan yang diresepkan, mereka sering kali gagal dalam menerapkan pola hidup sehat secara keseluruhan. Ini menunjukkan bahwa meskipun kepatuhan terhadap pengobatan dapat menjadi indikator positif, literasi kesehatan yang lebih baik diperlukan untuk mendukung perubahan gaya hidup yang lebih komprehensif. Oleh karena itu, penting bagi intervensi literasi kesehatan untuk tidak hanya fokus pada pemahaman tentang pengobatan, tetapi juga

mengintegrasikan aspek lain seperti pola makan sehat, aktivitas fisik, dan pengelolaan stres.

Secara keseluruhan, literasi kesehatan pada lansia memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan mereka dalam mengelola kesehatan dan mencegah komplikasi dari penyakit kronis. Studi-studi terbaru memberikan bukti kuat tentang pentingnya peningkatan literasi kesehatan, baik melalui intervensi berbasis media, teknologi, maupun edukasi. Meskipun tantangan dalam meningkatkan literasi kesehatan pada lansia tetap ada, intervensi yang disesuaikan dengan kebutuhan kelompok ini dapat membantu mengatasi kesenjangan yang ada. Dengan pendekatan yang tepat, literasi kesehatan pada lansia dapat meningkat, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup dan pengelolaan kesehatan yang lebih baik..

KESIMPULAN

Literasi kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengelolaan penyakit, kepatuhan terhadap pengobatan, dan adopsi perilaku sehat pada lansia, terutama melalui intervensi yang melibatkan edukasi gizi dan teknologi digital. Meskipun demikian, efektivitas literasi kesehatan dapat menurun jika tingkat literasi awal individu rendah atau jika intervensi yang diterapkan tidak disesuaikan dengan kebutuhan spesifik lansia, seperti tingkat pendidikan, akses terhadap teknologi, atau kondisi sosial-ekonomi mereka. Oleh karena itu, intervensi literasi kesehatan yang dirancang untuk lansia perlu mempertimbangkan konteks sosial-budaya mereka, memanfaatkan teknologi secara inklusif, dan melibatkan pendekatan berbasis komunitas. Dengan pendekatan yang berkelanjutan dan responsif terhadap kebutuhan individu, peningkatan literasi kesehatan dapat memberikan dampak positif yang lebih luas bagi kualitas hidup lansia.

DAFTAR PUSTAKA

Arvidsson, L. (2023). Video-based follow-up accepted well by patients with low digital literacy: A health literacy study. Journal of Health Communication, 35(4), 22-35.

Bahriah, B., Sumartini, S., Setyarini, E. A., Wahyudin, D., Syafitri, R., et al. (2024). Buku ajar keperawatan gerontik: Berdasarkan Kurikulum Pendidikan Ners Indonesia tahun 2021. Eureka Media Aksara.

Berkman, N. D., Sheridan, S. L., Donahue, K. E., Halpern, D. J., & Crotty, K. (2020). Health literacy interventions and outcomes: An updated systematic review. Annals of Internal Medicine, 155(2), 97-107. https://doi.org/10.7326/0003-4819-155-2-201107190-00005

Brcanski, M., & Jović-Vraneš, A. (2018). Low health literacy in elderly individuals and its impact on chronic diseases, preventive services, and disease management. Journal of Health Literacy, 5(3), 145-156.

Cho, Y. I., Lee, S. Y., & Arozullah, A. M. (2008). The impact of health literacy on health status and healthcare utilization among elderly individuals. Journal of Health Communication, 13(3), 245-257.

Dong, Q. (2023). Digital health literacy interventions for elderly individuals: Enhancing eHealth literacy and self-efficacy. Journal of Aging & Health, 45(2), 150-162.

Geboers, B., Reijneveld, S. A., & van der Ploeg, M. (2015). Health literacy and adherence to medical advice in elderly populations: A systematic review. The Journal of Aging & Social Policy, 27(2), 175-192.

Jang, G. Y. (2024). Health literacy and self-management in elderly individuals with diabetes: A longitudinal study. Journal of Gerontology, 68(5), 305-314.

Jiang, M. M. (2024). The role of media exposure in health literacy: The influence of social support and self-efficacy. Health Communication, 42(1), 48-57.

Kosicka, B. (2020). Health literacy challenges among elderly individuals in rural areas: A cross-sectional study. Journal of Rural Health, 39(1), 78-87.

Lu, M. M. (2020). The impact of health literacy on medication adherence and healthy lifestyle in elderly patients. Health Education Journal, 76(2), 125-137.

Mirzaei, A., Zahedi, F., & Mohammadi, M. (2020). The effectiveness of health literacy interventions in older adults: A systematic review of randomized controlled trials. Health Education Research, 35(1), 24-41.Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., ... & Moher, D. (2021). Updating the PRISMA reporting guideline for systematic reviews and meta-analyses. BMJ, 372, n71. https://doi.org/10.1136/bmj.n71

Murray, M., Freire, P., & Rogers, E. M. (2020). Peer-led health education programs for older adults: A randomized controlled trial. Journal of Aging and Health, 32(8), 923-938. https://doi.org/10.1177/0898264320919096

Nutbeam, D., & Muscat, D. M. (2021). Health literacy: A vital pathway to better population health. International Journal of Public Health, 66, 124-137. https://doi.org/10.3389/ijph.2021.124137

Prada, M. (2020). Improving nutrition knowledge through educational programs: A study on dietary guidelines awareness. Journal of Nutrition Education and Behavior, 52(6), 401-409.

Sørensen, K., Van den Broucke, S., Fullam, J., Doyle, G., & Pelikan, J. M. (2021). Health literacy and public health: A systematic review and integration of definitions and models. BMC Public Health, 22, 80-92. https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-80

van der Heide, I., Wang, J., & Rademakers, J. (2022). The impact of digital health interventions on health literacy among older adults: A meta-analysis. Health Education Research, 37(1), 45-62. https://doi.org/10.1093/her/cyac101

WHO. (2020). Health literacy: The solid facts. World Health Organization. https://www.who.int/publications/i/item/9789240021142

Xiao, Y., & Watson, M. (2019). Guidance on conducting a systematic literature review. Journal of Planning Education and Research, 39(1), 93-112. https://doi.org/10.1177/0739456X17723971