

HUBUNGAN LITERASI KESEHATAN DENGAN PERAWATAN DIRI LANSIA DENGAN DIABETES MELITUS TIPE 2

Aliyah Nur Alfita^{1*}, Neti Juniarti², Hesti Platini³

¹Program Studi Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Jl. Raya Bandung-Sumedang Km 21, Jatinangor, Sumedang, Jawa Barat 45363

²Departemen Keperawatan Komunitas, Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Jl. Raya Bandung-Sumedang Km 21, Jatinangor, Sumedang, Jawa Barat 45363

³Departemen Keperawatan Medikal Bedah, Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Jl. Raya Bandung-Sumedang Km 21, Jatinangor, Sumedang, Jawa Barat 45363

^{*}E-mail: aliyah22002@mail.unpad.ac.id

Received: 18 Maret 2026, Revised: 1 April 2026, Accepted: 24 April 2026

ABSTRAK

Peningkatan prevalensi DM pada lansia menjadi tantangan kesehatan yang memerlukan pengelolaan melalui perawatan diri guna mengendalikan kadar glukosa darah dan meminimalkan risiko komplikasi. Literasi kesehatan berkontribusi terhadap peningkatan pemahaman informasi kesehatan sehingga mendukung perilaku perawatan diri yang lebih optimal. **Tujuan penelitian:** Studi ini dirancang untuk menganalisis hubungan antara literasi kesehatan dan perawatan diri lansia penderita DM tipe 2. **Metode:** Studi ini menerapkan desain kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional dengan sampel 81 lansia pengidap DM tipe 2, ditentukan melalui teknik *purposive sampling*. Data diperoleh pada bulan Oktober–November 2025 menggunakan kuesioner HLS-EU-Q16 dan SDSCA, kemudian dianalisis berdasarkan analisis univariat dan analisis bivariat uji *Spearman rank*. **Hasil:** Temuan mengindikasikan bahwa jumlah terbanyak lansia dengan DM tipe 2 memiliki tingkat literasi kesehatan yang memadai (*sufficient*) (53,1%) dan perawatan diri yang cukup baik (70,4%). Hasil uji statistik *Spearman's rho* menunjukkan hasil dengan nilai *p-value* <,001 dan nilai ($r = 0,406$) menyatakan bahwa hasil tersebut memiliki hubungan positif dengan tingkat korelasi sedang/moderat. **Diskusi:** Temuan ini mengindikasikan bahwa terdapat hubungan antara kemampuan lansia dalam memahami hingga memanfaatkan informasi kesehatan dengan pelaksanaan praktik perawatan diri. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara pemahaman lansia terhadap informasi kesehatan dengan kemampuan dalam melaksanakan perawatan diri, meskipun beberapa aspek masih perlu ditingkatkan. Oleh karena itu, disarankan pengembangan edukasi kesehatan yang lebih praktis dan mudah dipahami, seperti penggunaan media visual sederhana serta pemantauan rutin berbasis buku kontrol perawatan diri dengan pendampingan kader kesehatan setempat untuk membantu lansia dalam menjaga konsistensi perawatan diri.

Kata Kunci: diabetes melitus (DM), lansia, literasi kesehatan, perawatan diri.

Correlation Between Health Literacy and Self-Care Activities Among Elderly Patients with Type 2 Diabetes Mellitus

ABSTRACT

*The rising prevalence of diabetes mellitus (DM) among the elderly poses a significant healthcare challenge that demands effective self-care management to control blood glucose levels and minimize the risk of complications. Health literacy contributes to a better understanding of health information, thereby fostering more optimal self-care behaviors. **Objective:** This study was designed to analyze the correlation between health literacy and self-care practices among elderly individuals with type 2 DM. **Methods:** A quantitative study using a descriptive-correlational approach was conducted with a sample of 81 elderly individuals with type 2 DM, selected via purposive sampling.*

Data were collected between October and November 2025 utilizing the HLS-EU-Q16 and SDSCA questionnaires, and subsequently analyzed using univariate analysis and the Spearman rank bivariate test. **Results:** The findings indicated that the majority of elderly respondents with type 2 DM possessed sufficient health literacy (53.1%) and adequate self-care practices (70.4%). The Spearman's rho statistical test yielded a p -value < 0.001 and a correlation coefficient of $r = 0.406$, indicating a statistically significant, positive correlation with a moderate correlation strength. **Discussion:** These findings demonstrate that the ability of older adults to comprehend and utilize health information is closely correlated to their execution of daily self-care practices. **Conclusion:** There is a significant correlation between older adults' understanding of health information and their capacity to perform self-care, although certain aspects still require improvement. Consequently, it is recommended to develop health education that is more practical and accessible, such as using simple visual media and routine monitoring via self-care logbooks, supported by local community health volunteers (*kader kesehatan*) to help the elderly maintain consistency in their self-care routines.

Keywords: Diabetes Mellitus (DM), Elderly, Health Literacy, Self-Care.

LATAR BELAKANG

Diabetes merupakan masalah kesehatan yang berlangsung lama yang angka kejadiannya terus mengalami peningkatan di berbagai belahan dunia, termasuk Indonesia (Hossain, Al-Mamun, dan Islam, 2024). International Diabetes Federation (2025) mencatat bahwa sebaran penderita diabetes secara global memperlihatkan angka yang sangat menonjol, dengan estimasi sekitar 589 juta penduduk dunia saat ini hidup dengan penyakit diabetes. Angka tersebut diperkirakan akan mengalami peningkatan secara signifikan dan dapat mencapai 853 juta kejadian di tahun 2050.

Angka kejadian diabetes cenderung meningkat seiring dengan bertambahnya usia, sehingga kelompok usia di atas 65 tahun diperkirakan memiliki angka kejadian tertinggi. Pada tahun 2024, jumlah penderita diabetes berusia 65–99 tahun diperkirakan mencapai 158,3 juta jiwa (23,7%). Apabila tren ini berlanjut, angka tersebut diproyeksikan meningkat menjadi 278 juta pada tahun 2050. Data ini menggambarkan lonjakan signifikan jumlah penderita diabetes pada populasi lanjut usia dalam 25 tahun mendatang, yang berpotensi menimbulkan tantangan besar bagi kesehatan masyarakat. Lalu, total angka kematian global untuk penderita diabetes di atas 60 tahun sebanyak 2,2 juta jiwa dan 9,2%

dari semua penyebab kematian disebabkan oleh diabetes pada kelompok lansia. Pada tahun 2024, 63% kematian akibat diabetes terjadi pada orang di atas 60 tahun (International Diabetes Federation, 2025).

Diabetes melitus (DM) termasuk permasalahan kesehatan yang umum ditemukan pada populasi lanjut usia (American Diabetes Association, 2021). Lebih dari seperempat individu berusia di atas 65 tahun diketahui menderita diabetes, sementara hampir setengahnya berada pada kondisi pradiabetes. Jumlah lansia yang mengalami diabetes maupun kondisi pradiabetes diproyeksikan akan mengalami peningkatan yang bermakna dalam beberapa dekade ke depan. Lansia dengan diabetes berpotensi lebih tinggi dibandingkan lansia nondiabetes untuk mengalami berbagai masalah kesehatan khas usia lanjut, seperti penggunaan obat multipel (polifarmasi), penurunan fungsi kognitif, depresi, inkontinensia urine, kejadian jatuh yang dapat menyebabkan cedera, nyeri kronis, serta kondisi kerapuhan fisik. Berbagai masalah tersebut dapat menghambat kemampuan lansia dalam melakukan perilaku perawatan diri diabetes dan berpotensi menurunkan kualitas hidup apabila tidak ditangani dengan baik (American Diabetes Association, 2023).

Pada populasi dewasa dan lansia, DM tipe 2 merupakan jenis diabetes yang paling

banyak ditemukan secara epidemiologis. Data dari International Diabetes Federation dalam *Diabetes Atlas* edisi terbaru menyebutkan bahwa lebih dari 90% kasus diabetes di dunia merupakan DM tipe 2 (International Diabetes Federation, 2025). Selain itu, DM tipe 2 berkaitan erat dengan proses penuaan, resistansi insulin, serta faktor gaya hidup sehingga lebih banyak ditemukan pada kelompok usia lanjut (Zhao dan Yue, 2024). Peningkatan usia juga merupakan salah satu faktor utama yang berhubungan dengan meningkatnya prevalensi DM tipe 2 secara global (Bahat, Ozkok, dan Petrovic, 2023).

Lansia merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap komplikasi diabetes akibat perubahan fungsi tubuh yang mengikuti proses penuaan. Gangguan metabolik dan melemahnya fungsi organ membuat mereka lebih rentan terhadap komplikasi, seperti neuropati diabetik, retinopati, penyakit kardiovaskular, dan nefropati, yang dapat berdampak serius pada kualitas hidup mereka (Adawiyah *et al.*, 2024). Untuk menjaga kesehatan dan kualitas hidup lansia, perawatan diri menjadi faktor krusial, karena dapat menunjang kestabilan stabilitas kadar gula darah dan mencegah komplikasi lebih lanjut. Aktivitas perawatan diri merupakan wujud konkret dari upaya pasien dalam mengendalikan diabetes secara berkelanjutan melalui perilaku perawatan kesehatan sehari-hari yang dilakukan secara mandiri (Wilda dan Salsadila, 2024).

Perilaku perawatan diri merupakan komponen esensial dalam pengelolaan diabetes karena berperan penting dalam mencegah maupun menunda terjadinya komplikasi. Upaya tersebut difokuskan pada pemeliharaan kestabilan kadar glukosa darah (kontrol glikemik) supaya masih dalam kisaran normal (Cita, Yuanita, dan Antari, 2019). Bentuk aktivitas perawatan diri mencakup berbagai tindakan, seperti menerapkan pola makan yang

sehat melalui pengaturan diet, mengikuti terapi pengobatan sesuai anjuran medis, melakukan latihan fisik secara teratur, menjaga kebersihan dan kesehatan kaki guna mencegah luka atau infeksi, serta rutin memantau kadar gula darah untuk memastikan pengendalian yang optimal (Sugiharto *et al.*, 2019).

Lansia umumnya telah mengidap diabetes untuk jangka waktu yang berkepanjangan sehingga penelitian ini memungkinkan penggambaran perubahan perilaku perawatan diri seiring berjalannya waktu. Dalam tinjauan literatur, ditemukan variasi temuan mengenai pengaruh lama menderita terhadap perilaku perawatan diri. Salah satu penelitian menyebutkan bahwa perawatan diri lebih optimal pada pasien baru terdiagnosis diabetes (Rochmat *et al.*, 2025), sementara penelitian lain melaporkan bahwa pengalaman dan pemahaman yang diperoleh dari durasi penyakit yang lebih lama mendorong praktik perawatan diri yang lebih baik (Adimuntja, 2020). Perbedaan temuan ini menunjukkan bahwa pengaruh lama menderita diabetes terhadap perilaku perawatan diri lansia belum konsisten sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengeksplorasi dampaknya dengan lebih komprehensif.

Tingkat perawatan diri pada lansia diabetes secara garis besar pada beberapa penelitian masih menjadi perhatian. Studi yang dijalankan oleh Paulina, Sani, dan Witriyani (2024) membuktikan bahwa mayoritas lansia memiliki perawatan diri yang buruk sekitar 76,5% dan sekitar 23,5% lansia mempunyai perawatan diri yang baik. Selain itu, studi lain yang dilaksanakan oleh Abdallah *et al.* (2024) menunjukkan bahwa kebanyakan lansia DM memiliki perawatan diri yang buruk sekitar 73,5% dan sekitar 26,5% lansia memiliki perawatan diri yang baik (Abdallah *et al.*, 2024). Berbagai hasil penelitian menunjukkan bahwa perawatan diri yang buruk ini lebih

banyak sehingga mencerminkan tantangan yang dihadapi oleh pasien dalam mengelola kondisi kesehatan mereka. Rendahnya tingkat perilaku perawatan diri bisa dipicu oleh berbagai hal, di antaranya adanya tingkat literasi kesehatan yang rendah (Artborirak *et al.*, 2023).

Literasi kesehatan mengacu pada kapasitas seseorang dalam mengakses, memahami, mengevaluasi, serta memanfaatkan informasi dan layanan kesehatan secara efektif guna menentukan tindakan yang sesuai terkait kesehatannya. Tingkat literasi ini memiliki keterkaitan yang kuat dengan partisipasi pasien dalam mengelola penyakit yang kompleks serta menjalankan praktik perawatan diri (American Diabetes Association, 2023). Literasi kesehatan berperan penting dalam pengambilan keputusan terkait pengelolaan penyakit dan kepatuhan terhadap terapi yang telah ditentukan. Literasi kesehatan diketahui memiliki keterkaitan yang erat dengan perilaku perawatan diri pasien serta terbukti berperan dalam memengaruhi kondisi kesehatan yang dicapai (Artborirak *et al.*, 2023).

Lansia dengan pemahaman yang mendalam terkait DM cenderung menunjukkan kemampuan yang lebih tepat dalam melakukan perawatan dirinya. Sebaliknya, rendahnya literasi kesehatan dapat memengaruhi lansia dalam melakukan perawatan dirinya yang akan cenderung buruk (Abdallah *et al.*, 2024). Berdasarkan hasil studi literatur, ditemukan bahwa mayoritas lansia memiliki tingkat literasi kesehatan yang rendah, yang berdampak pada kurang optimalnya perawatan diri (Ezalina *et al.*, 2023).

Berdasarkan data profil kesehatan Kota Bandung tahun 2023, Kecamatan Kiaracondong tercatat sebagai wilayah dengan total pengidap DM tertinggi di Kota Bandung, yaitu sebanyak 2.142 orang. Sebagian besar pasien tercatat menjalani pengobatan di dua fasilitas layanan kesehatan utama, yakni

Puskesmas Babakan Sari dan Puskesmas Babakan Surabaya. Dari total tersebut, 1.517 penderita berobat di Puskesmas Babakan Sari, sedangkan 625 penderita lainnya tercatat di Puskesmas Babakan Surabaya. Kondisi ini menunjukkan bahwa Puskesmas Babakan Sari menjadi pusat layanan kesehatan dengan jumlah kunjungan pasien DM terbanyak di wilayah tersebut (Dinas Kesehatan, 2023). Dengan memperhatikan tingginya prevalensi DM di Kecamatan Kiaracondong serta dominasi jumlah pasien di Puskesmas Babakan Sari, lokasi ini dinilai tepat dan representatif sebagai tempat penelitian terkait perawatan diri DM, sekaligus memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai karakteristik pasien di daerah dengan beban penyakit yang tinggi.

Berdasarkan studi pendahuluan, perawat yang mengelola data sekaligus bertanggung jawab terhadap layanan DM menjelaskan bahwa sebagian besar pasien yang rutin melakukan kontrol bulanan berasal dari kelompok usia produktif, sementara jumlah pasien lansia yang melakukan kontrol teratur relatif lebih rendah dibandingkan dengan usia produktif (UPTD Puskesmas, 2025). Kondisi ini menjadi perhatian penting, mengingat lansia memiliki kerentanan lebih tinggi terhadap komplikasi akibat perubahan fisiologis dan penurunan fungsi organ (Adawiyah *et al.*, 2024).

Kurangnya keteraturan lansia dalam melakukan kontrol rutin dapat menyebabkan pemantauan kadar gula darah tidak optimal, keterlambatan dalam penanganan gejala, serta meningkatnya risiko terjadinya komplikasi kronis (Li *et al.*, 2022). Dengan demikian, diperlukan upaya yang terarah untuk memperkuat kemampuan lansia dalam melakukan perawatan diri sehingga mereka mampu menjalankan perawatan mandiri secara berkesinambungan di rumah. Penguatan perilaku perawatan diri ini diharapkan menjadi salah satu strategi alternatif untuk mengatasi

rendahnya angka kunjungan kontrol rutin ke fasilitas kesehatan, sekaligus berperan dalam mencegah timbulnya komplikasi serius di kemudian hari. Mengacu pada fenomena yang telah diuraikan, peneliti bermaksud mengkaji lebih lanjut hubungan literasi kesehatan dan perawatan diri lansia dengan diabetes melitus tipe 2.

METODE

Jenis penelitian ini dikategorikan sebagai penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Babakan Sari dan pengambilan data dilakukan pada bulan Oktober–November 2025.

Populasi pada penelitian ini terdiri atas lansia penderita DM tipe 2, dengan jumlah total 284 orang. Sampel dihitung menggunakan rumus Slovin (Adhikari, 2021) dengan *margin of error* 10% sehingga diperoleh sampel minimal sebesar 74 responden. Untuk mengantisipasi kemungkinan terjadinya *drop out* serta data yang tidak lengkap atau tidak memenuhi kriteria analisis, peneliti menambahkan jumlah responden sekitar $\pm 10\%$ dari jumlah minimal yang telah ditentukan. Dengan demikian, total responden yang dilibatkan dalam penelitian ini berjumlah 81 orang.

Teknik sampling yang dipakai ialah *purposive sampling* sesuai kriteria inklusi, yaitu lansia DM berusia ≥ 60 tahun dan mampu berkomunikasi secara efektif/tidak mengalami gangguan kognitif berat. Sementara itu, kriteria eksklusi yang digunakan ialah lansia yang memiliki penyakit kronis lain yang dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari, seperti stroke dan lansia dengan gangguan pendengaran atau penglihatan berat yang dapat menghambat pengisian kuesioner.

Kuesioner untuk variabel literasi kesehatan pada penelitian ini ialah kuesioner *Health Literacy Scale European Union 16*

Question (HLS-EU-Q16) yang diadopsi dari AHLA Indonesia selaku pemilik hak penggunaan kuesioner tersebut dan sudah dipakai dengan versi bahasa Indonesia oleh Nurjanah, Rachmani, dan Manglapy (2014). Kuesioner tersebut terdiri atas 16 pertanyaan menggunakan pengategorian jawaban dikotomis. Bila responden memilih jawaban sangat sulit dan cukup sulit, diperoleh skor (0); bila cukup mudah dan sangat mudah, diperoleh skor (1). Pengategorian kuesioner ini berdasarkan pada total skor jawaban kuesioner yang dibagi menjadi tiga kategori, di antaranya *Inadequate HL* (0–8), *Problematic HL* (9–12), dan *Sufficient HL* (13–16). Hasil uji validitas pada kuesioner tersebut ialah 0,490–0,886 dan hasil uji reliabilitasnya yaitu nilai 0,947.

Kuesioner untuk variabel perawatan diri pada penelitian ini ialah kuesioner *Summary of Diabetes Self Care Activities* (SDSCA) yang diadopsi dari Nurjannah (2022). Kuesioner ini mencakup 13 pertanyaan yang terdiri atas pola makan 3 butir, aktivitas fisik 3 butir, pemeriksaan gula darah 2 butir, pengobatan 2 butir, serta perawatan kaki 3 butir. Seluruh pertanyaannya *favorable* dengan penilaian dilihat dari jumlah hari. Nilai 0 hari dengan skor 0, hanya 1 hari dengan skor 1, 2 hari dengan skor 2, 3 hari dengan skor 3, 4 hari dengan skor 4, 5 hari dengan skor 5, 6 hari dengan skor 6, dan 7 hari dengan skor 7. Pengategorian kuesioner ini berdasarkan nilai kumulatif atau total skor pada jawaban kuesioner yang kemudian dimasukkan ke dalam rumus *cut off point* yang dibagi menjadi tiga kategori, yaitu perawatan diri buruk ($< 30,34$), perawatan diri cukup baik ($30,34 \leq x < 60,66$), dan perawatan diri baik ($\geq 60,66$). Pengkategorian perawatan diri tersebut mengacu pada penelitian sebelumnya oleh Nurjannah (2022), yang membagi batas *Cut Off Point* perawatan diri buruk, cukup baik, dan baik. Hasil uji validitas menyatakan bahwa nilai *r* hitung berada pada rentang 0,421 hingga 0,878 dan hasil uji reliabilitasnya menyatakan

bahwa nilai r alpha sebesar 0,656 (r alpha > 0,361).

Proses pengambilan data dilakukan dengan kunjungan *door to door* ke rumah lansia penderita DM berdasarkan data dari Puskesmas Babakan Sari yang mencatat warga Babakan Sari yang pernah menjalani pengobatan di fasilitas tersebut. Selama pelaksanaan kunjungan, peneliti didampingi oleh kader setempat guna mempermudah proses identifikasi responden serta meningkatkan penerimaan masyarakat terhadap kegiatan penelitian. Sebelum memulai proses penelitian, peneliti menjelaskan terlebih dahulu tujuan dan manfaat penelitian kepada setiap responden, serta memastikan bahwa mereka benar-benar memahami informasi yang disampaikan dan bersedia untuk berpartisipasi. Persetujuan responden diperoleh melalui penandatanganan lembar *informed consent* yang telah disiapkan oleh peneliti. Setelah mendapatkan persetujuan, peneliti melakukan pengumpulan data melalui wawancara menggunakan kuesioner yang dibacakan secara langsung oleh peneliti. Selama proses pengisian berlangsung, peneliti memberi tahu responden bahwa jika terdapat pertanyaan yang sulit dipahami, mereka dipersilakan untuk bertanya lebih lanjut terkait pertanyaan tersebut. Peneliti kemudian akan memberikan penjelasan atas bagian yang belum dimengerti. Setelah semua pertanyaan terjawab dengan lengkap, proses pengisian kuesioner dinyatakan selesai dan data dikumpulkan langsung atau dikirim jawaban respondennya melalui Google Forms untuk dianalisis lebih lanjut.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat yang diterapkan pada tiap variabel menggunakan distribusi frekuensi pada data demografis, seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status pekerjaan, dan lama menderita DM. Selain itu, analisis univariat juga diterapkan untuk memberikan gambaran berupa distribusi

frekuensi terkait tingkat literasi kesehatan dan kemampuan perawatan diri pada lansia penderita DM. Lalu, penelitian ini juga menggunakan analisis bivariat dengan uji *Spearman rank* untuk mengetahui hubungan antara literasi kesehatan dan perawatan diri lansia dengan DM tipe 2. Uji ini dipilih karena data yang digunakan berskala ordinal dan hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal sehingga tidak memenuhi asumsi untuk menggunakan uji parametrik seperti Pearson.

Analisis univariat yang diterapkan pada tiap variabel, salah satunya melalui distribusi frekuensi pada data demografis, untuk data usia akan dikategorikan berdasarkan klasifikasi lanjut usia menurut *World Health Organization* (WHO (dalam Dahlan *et al.*, 2018), yaitu lanjut usia (*elderly*) antara 60–74 tahun, usia tua (*old*) pada 75–90 tahun, dan usia sangat tua (*very old*) bagi individu > 90 tahun (Dahlan, Umrah, dan Abeng, 2018). Pengelompokan ini digunakan sebagai dasar yang terstandar secara internasional untuk menggambarkan tahapan usia lanjut sehingga memudahkan interpretasi hasil. Selain itu, data lama menderita DM akan dikategorikan menjadi < 5 tahun dan \geq 5 tahun. Pengelompokan ini mengacu pada penelitian sebelumnya yang menggunakan batasan serupa (Syavamaruah, Prihandono, dan Sukarya, 2025; Rochmat *et al.*, 2025; Adimuntja, 2020) serta digunakan untuk menjaga konsistensi dengan studi terdahulu dan memudahkan perbandingan hasil penelitian. Penelitian ini sudah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Universitas As’Aisyiyah Bandung dengan No: 1500/KEP.01/UNISA-BANDUNG/VIII/2025.

HASIL

Tabel 1 menggambarkan bahwa jumlah terbanyak responden berada pada rentang usia 60–74 tahun (92,60%), jenis kelamin

Tabel 1. Karakteristik demografi lansia DM tipe 2 ($n = 81$)

Data Demografi	Frekuensi (n)	Persentase (%)	
Usia ($mean = 66,62 \pm 5,26$)	60–74 tahun	75	92,60
	75–90 tahun	6	7,40
	> 90 tahun	0	0,00
Jenis kelamin	Laki-laki	19	23,50
	Perempuan	62	76,50
Pendidikan terakhir	SD	42	51,90
	SMP	16	19,80
	SMA	20	24,70
	Perguruan tinggi	3	3,70
Pekerjaan	Bekerja	18	22,20
	Tidak bekerja	63	77,80
Lama menderita DM ($mean = 5,35 \pm 5,26$)	< 5 tahun	43	53,10
	≥ 5 tahun	38	46,90

perempuan (76,50%), tingkat pendidikan SD (51,90%), sudah tidak bekerja (77,80%), dan lama menderita DM < 5 tahun (53,10%). Berdasarkan data pada Tabel 2, jumlah terbanyak dengan DM menunjukkan tingkat literasi kesehatan pada kategori memadai (*sufficient*), dengan jumlah mencapai 43 orang (53,10%).

Berdasarkan data pada Tabel 3, jumlah terbanyak responden dengan DM menunjukkan tingkat perawatan diri yang cukup baik dengan jumlah 57 orang (70,40%). Berdasarkan data pada Tabel 4, jumlah terbanyak responden yang tingkat literasi kesehatannya memadai (*sufficient*) memiliki tingkat perawatan diri yang cukup baik (83,70%). Terdapat hubungan antara literasi kesehatan dan perawatan diri

lansia DM tipe 2, dengan hasil uji *Spearman rank* nilai $p\text{-value} < \alpha$, yaitu <,001 yang berarti H_0 ditolak. Nilai korelasi I diperoleh 0,406 yang berarti tingkat korelasinya sedang/moderat dan bernilai positif. Hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin tinggi literasi kesehatan, semakin baik perawatan diri lansia meskipun kekuatan hubungannya tergolong sedang.

DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian, nilai korelasi bersifat positif dan terdapat hubungan yang sedang/moderat antara literasi kesehatan dan perawatan diri lansia. Hal tersebut selaras dengan studi yang dilaksanakan oleh Ezalina

Tabel 2. Distribusi frekuensi literasi kesehatan lansia DM tipe 2 ($n = 81$)

Literasi Kesehatan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<i>Inadequate</i> HL	20	24,70
<i>Problematic</i> HL	18	22,20
<i>Sufficient</i> HL	43	53,10
Total	81	100,00

Tabel 3. Distribusi frekuensi perawatan diri lansia DM tipe 2 ($n = 81$)

Perawatan Diri	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Perawatan diri buruk	14	17,30
Perawatan diri cukup baik	57	70,40
Perawatan diri baik	10	12,30
Total	81	100,00

Tabel 4. Hubungan antara literasi kesehatan dengan perawatan diri lansia DM tipe 2 ($n = 81$)

Literasi Kesehatan	Perawatan Diri						<i>r</i>	<i>p-value</i>
	Buruk		Perawatan Diri Cukup Baik		Perawatan Diri Baik			
	f	%	f	%	f	%		
<i>Inadequate HL</i>	9	45,00	9	45,00	2	10,00	0,406	<,001
<i>Problematic HL</i>	4	22,20	12	66,70	2	11,10		
<i>Sufficient HL</i>	1	2,30	36	83,70	6	14,00		

et al. (2023) yang mengungkapkan adanya hubungan bermakna antara literasi kesehatan dan perilaku perawatan diri pada lansia dengan diabetes meskipun penelitian tersebut tidak secara spesifik melaporkan kekuatan hubungan yang diperoleh. Dalam hal instrumen, penelitian Ezalina *et al.* (2023) menggunakan instrumen yang sama dalam mengukur literasi kesehatan, yaitu HLS-EU-Q16, tetapi dalam pengukuran perawatan diri. Penelitian tersebut menggunakan DSMQ, sedangkan penelitian ini menggunakan SDSCA. Perbedaan instrumen tersebut berpotensi memengaruhi variasi hasil yang diperoleh, tetapi secara umum, kedua penelitian menunjukkan arah hubungan yang konsisten. Lansia yang mempunyai tingkat literasi kesehatan yang memadai cenderung mampu menjalankan praktik perawatan diri yang optimal. Temuan ini sejalan dengan penelitian Abdallah *et al.* (2024) yang mengidentifikasi literasi kesehatan sebagai prediktor signifikan terhadap praktik perawatan diri yang baik pada lansia dengan diabetes serta sejalan dengan temuan Ezalina *et al.* (2023) yang menunjukkan bahwa semakin baik tingkat

literasi kesehatan individu, semakin baik pula kemampuan dalam melakukan perawatan diri.

Berdasarkan hasil temuan pada Tabel 1, didapatkan bahwa jumlah terbanyak responden berusia 60–74 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa sampel penelitian sebagian besar terdiri atas lansia pada tahap awal hingga pertengahan lansia. Temuan tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Akbar dan Jafar (2024) yang menyatakan bahwa mayoritas lansia usia 60–74 tahun berada pada kategori literasi kesehatan yang cukup (Akbar dan Jafar, 2024). Selain itu, hasil ini juga konsisten dengan temuan Wilda dan Salsadila (2024) yang menunjukkan bahwa mayoritas lansia tahap awal memiliki tingkat perawatan diri dalam kategori cukup.

Mayoritas lansia pada penelitian ini berjenis kelamin perempuan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Setyarini *et al.* (2024) yang melaporkan bahwa sebagian besar responden lansia berjenis kelamin perempuan dan berada pada tingkat literasi kesehatan yang cukup (*sufficient health*

literacy). Lalu, temuan tersebut juga sejalan dengan penelitian Kusuma, Prihatiningsih, dan Widaryati (2025) yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dan berada pada tingkat perawatan diri yang cukup baik.

Karakteristik berikutnya ialah status pendidikan. Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas lansia memiliki pendidikan terakhir SD. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki tingkat pendidikan formal yang relatif rendah. Temuan ini sejalan dengan studi Kwon dan Kwon (2025) yang melaporkan bahwa sebagian besar kelompok lansia memiliki tingkat pendidikan SD atau lebih rendah (Kwon dan Kwon, 2025).

Pada penelitian ini, mayoritas lansia berstatus tidak bekerja. Kondisi ini kemungkinan memberikan lebih banyak waktu bagi lansia untuk memperhatikan kesehatan mereka, misalnya mengikuti pemeriksaan berkala atau terlibat dalam program pengelolaan penyakit. Tidak adanya tuntutan pekerjaan juga dapat memungkinkan lansia memiliki interaksi sosial yang lebih sering dan paparan terhadap informasi kesehatan menjadi lebih tinggi (Mufida *et al.*, 2024). Selain itu, pelaksanaan perawatan diri juga memerlukan waktu, motivasi, serta keterlibatan aktif pasien dalam kegiatan harian mereka. Oleh karena itu, ketersediaan waktu menjadi faktor krusial yang menentukan sejauh mana lansia dapat melaksanakan perawatan diri secara konsisten untuk mencapai pengendalian penyakit yang lebih optimal (Alqahtani dan Alqahtani, 2022).

Mayoritas lansia pada penelitian ini menderita DM selama < 5 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki durasi penyakit yang relatif singkat. Temuan ini sejalan dengan penelitian Rosyida dan Sulistiyani (2024) yang melaporkan bahwa sebagian besar pasien DM memiliki durasi penyakit < 5 tahun.

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 2, didapatkan bahwa literasi kesehatan lansia dengan diabetes melitus tipe 2 sebagian besarnya berada pada kategori memadai (*sufficient*). Temuan tersebut selaras dengan studi yang dilaksanakan oleh Forghani *et al.* (2020) yang menjelaskan bahwa mayoritas lansia dengan DM tipe 2 memiliki literasi kesehatan pada kategori memadai (*sufficient*). Namun, terdapat perbedaan instrumen yang digunakan, yaitu penelitian Forghani *et al.* menggunakan TOFHLA, sedangkan penelitian ini menggunakan HLS-EU-Q16 yang memiliki cakupan pengukuran lebih luas. Meskipun menggunakan instrumen yang berbeda, kedua penelitian menunjukkan hasil yang konsisten. Hal ini mengindikasikan bahwa lansia dengan DM tipe 2 sebagian besar memiliki tingkat literasi kesehatan yang memadai (*sufficient*).

Berdasarkan Tabel 3, didapati bahwa perawatan diri lansia DM tipe 2 mayoritas berada pada kategori cukup baik. Temuan tersebut sejalan dengan studi yang dilaksanakan oleh Mukamuhirwa *et al.* (2025) bahwa mayoritas lansia dengan DM tipe 2 pada penelitian tersebut berada pada kategori perawatan diri “*fair*” (sedang). Namun, terdapat perbedaan pada instrumen yang digunakan. Penelitian Mukamuhirwa dan Silali (2025) menggunakan kuesioner yang disusun dengan mengadaptasi beberapa instrumen tervalidasi untuk menilai pengetahuan, sikap, dan praktik. Dalam hal ini, aspek perawatan diri termasuk dalam komponen praktik, berbeda dari penelitian ini yang menggunakan instrumen spesifik berupa SDSCA untuk mengukur perawatan diri. Perbedaan pendekatan pengukuran tersebut menunjukkan bahwa meskipun metode yang digunakan tidak sama, hasil yang diperoleh tetap konsisten. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar lansia dengan DM tipe 2 memiliki tingkat perawatan diri yang cukup baik.

Keterbatasan dalam penelitian ini terletak pada jumlah sampel yang relatif kecil sehingga analisis yang dilakukan terbatas pada analisis bivariat. Kondisi tersebut menyebabkan penelitian ini belum mampu mengidentifikasi pengaruh simultan dari berbagai variabel secara komprehensif, sebagaimana yang dapat diperoleh melalui analisis multivariat. Berdasarkan keterbatasan tersebut, disarankan agar penelitian selanjutnya melibatkan jumlah sampel yang lebih besar sehingga memungkinkan dilakukannya analisis multivariat. Dengan demikian, hubungan antarvariabel dapat dianalisis secara lebih mendalam dan memberikan gambaran yang lebih komprehensif terkait faktor-faktor yang memengaruhi perawatan diri pada lansia dengan DM tipe 2.

SIMPULAN

Hasil temuan menyatakan bahwa terdapat hubungan yang sedang/moderat dan bersifat positif antara literasi kesehatan dengan perawatan diri lansia DM tipe 2. Hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin tinggi literasi kesehatan, semakin baik perawatan diri lansia meskipun kekuatan hubungannya tergolong sedang.

Saran bagi puskesmas ialah mengembangkan edukasi kesehatan yang lebih praktis dan mudah dipahami, seperti melalui penggunaan media visual sederhana serta melakukan pemantauan rutin berbasis buku kontrol perawatan diri dengan pendampingan kader kesehatan setempat untuk membantu lansia dalam menjaga konsistensi perawatan diri. Institusi pendidikan keperawatan disarankan untuk mengintegrasikan pembelajaran berbasis praktik terkait literasi kesehatan dan perawatan diri lansia dengan DM tipe 2, seperti melalui pelatihan komunikasi edukatif, simulasi penggunaan media edukasi sederhana, serta keterlibatan mahasiswa dalam

program pendampingan lansia di komunitas guna meningkatkan kemampuan perawatan diri pasien secara nyata.

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan sampel yang lebih besar agar memungkinkan analisis multivariat sehingga hubungan antarvariabel dapat dikaji lebih mendalam dan memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi perawatan diri lansia dengan DM tipe 2.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdallah, S.M.A., Ayoub, A.I., Makhlof, M. M.E., & Ashour, A. (2024). Diabetes knowledge, health literacy and diabetes self-care among older adults living with diabetes in Alexandria, Egypt. *BMC Public Health*, 24(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20238-w>
- Adawiyah, S.E., Aulia, H., Dzahra, N.A., Putri, N.A., Oktaviani, N.P., & Fandila, F.B. (2024). Penyuluhan kesehatan lansia dalam menghambat penyakit diabetes. *Prosiding Seminar Nasional LPPM UMJ*, 1–5.
- Adhikari, G. P. (2021). Calculating the sample size in quantitative studies. *Scholars' Journal*, 4(1), 14–29. <https://doi.org/10.3126/scholars.v4i1.42458>
- Adimuntja, N.P. (2020). Determinan aktivitas self-care pada pasien DM Tipe 2 di RSUD Labuang Baji. *Gorontalo Journal Health and Science Community*, 4(1), 8–17. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v4i1.4483>
- Akbar, A. & Jafar, N. (2025). The description of health literacy, knowledge, and skills of elderly people with diabetes mellitus using insulin injections at public health centers in Makassar City. *Indonesian Contemporary Nursing Journal*, 9(2), 109–123.
- Alqahtani, J. & Alqahtani, I. (2022). Self-care in

- the older adult population with chronic disease: Concept analysis. *Heliyon*, 8(7), 1–5. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09991>
- American Diabetes Association. (2021). Older adults: Standards of medical care in diabetes-2021. *Diabetes Care*, 44, S168–S168. <https://doi.org/10.2337/dc21-s012>
- American Diabetes Association. (2022). Older adults: Standards of medical care in Diabetes-2022. *Diabetes Care*, 45, S195–S207. <https://doi.org/10.2337/dc22-S013>
- American Diabetes Association. (2023). Standards of care in diabetes-2023 abridged for primary care. *Clinical Diabetes*, 41(1). <https://doi.org/10.2337/cd23-as01>
- Artborirak, P.O., Seangpraw, K., Boonyathee, S., Auttama, N., & Winaiprasert, P. (2023). Health literacy, self-efficacy, self-care behaviors, and glycemic control among older adults with type 2 diabetes mellitus: a cross-sectional study in Thai communities. *BMC Geriatrics*, 23(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12877-023-04010-0>
- Bahat, G., Ozkok, S., & Petrovic, M. (2023). Management of type 2 Diabetes in frail older adults. *Drugs & Aging*, 40(9), 751–761. <https://doi.org/10.1007/s40266-023-01049-x>
- Chen, W. (2024). Aging and Endocrine Function: Implications for diabetes care. *Endocrinology & Diabetes Research Perspective*, 10(2). <https://doi.org/10.4172/ecdr.1000388>
- Cita, E.E., Yuanita, & Antari, I. (2019). Perawatan diri (self care) pada pasien diabetes melitus tipe II. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 10(2), 85–91. <https://doi.org/10.36569/jmm.v10i2.75>
- Dahlan, A.K., Umrah, A.S., & Abeng, T. (2018). *Kesehatan Lansia Kajian Teori Gerontologi dan Pendekatan Asuhan Pada Lansia*. Intimedia.
- Dinas Kesehatan. (2023). *Profil Kesehatan Kota Bandung 2023*. Dinkes Kota Bandung.
- Ezalina, Mandasari, D., Puswati, D., & Adelia, G. (2023). Analysis of health literacy and self-care in diabetes mellitus elderly. *Jurnal Kesehatan*, 16(1), 43–52. <https://doi.org/10.24252/kesehatIn.v16i1.33815>
- Forghani, T., Hasanzadeh, T., Ghahhar, M. R., Panahi, S., & Alizaeh, M. (2020). The relationship between health literacy and self-care behaviors in diabetic type 2 elderly people. *Journal of Health Literacy*, 5(2), 46–53. <https://doi.org/10.22038/jhl.2020.49765.1117>
- Hossain, M.J., Al-Mamun, M., & Islam, M.R. (2024). Diabetes mellitus, the fastest growing global public health concern: Early detection should be focused. *Health Science Reports*, 7(3), 1–5. <https://doi.org/10.1002/hsr2.2004>
- International Diabetes Federation. (2025). *IDF Diabetes Atlas 11th Edition*. International Diabetes Federation.
- Kusuma, F.K.D., Prihatiningsih, D., & Widaryati. (2025). Self-care pada pasien lansia diabetes mellitus tipe-2. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*, 3, 1452–1457.
- Kwon, D.H. & Kwon, Y.D. (2025). Patterns of health literacy and influencing factors differ by age: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 25(1556), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-22838-6>
- Li, Y., Zhong, Q., Zhu, S., Cheng, H., Huang, W., Wang, H.H.X., & Li, Y.T. (2022). Frequency of follow-up attendance and blood glucose monitoring in type

- 2 diabetic patients at moderate to high cardiovascular risk: A cross-sectional study in primary care. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(21), 1–12. <https://doi.org/10.3390/ijerph192114175>
- Mufida, S.N., Anugrahini, H.N., Padoli, & Joeliantina, A. (2024). Kepatuhan lansia dalam kegiatan posyandu rutin di Posyandu lansia Sumur Welut RW 1 Kecamatan Lakarsantri Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 18(2), 171–177. <https://doi.org/10.36568/nersbaya.v18i2.211>
- Mukamuhirwa, M. & Silali, M.B. (2025). Assessment of knowledge and self-care practices among elderly patients with type 2 diabetes mellitus at Kigeme District Hospital, Rwanda. *Global Journal of Health Ethics*, 1(1), 51–78. <https://doi.org/10.63101/gjhe.v1i1.004>
- Nurjanah, Rachmani, E., & Manglapy, Y.M. (2019). Assessing health literacy on student using online HLS-EU-16. <https://ahla-indonesia.dinus.ac.id/2019/12/12/assessing-health-literacy-on-student-using-online-hls-eu-16/>
- Nurjannah, A. (2022). Pengaruh diabetes self management education (DSME) melalui Whatsapp di masa pandemi COVID-19 terhadap self care pasien DM tipe 2 di Puskesmas Seyegan [Undergraduate thesis]. Sarjana Terapan Keperawatan, Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia.
- Paulina, D., Sani, F.N., & Witriyani. (2024). Hubungan self care dengan kualitas hidup penderita diabetes mellitus. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(3), 9375–9382.
- Putri, N.A. (2024). Hubungan tingkat pendidikan dengan aktivitas perawatan diri pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Karangmalang. *Jurnal Ners*, 8(1), 1076–1083. <https://doi.org/10.31004/jn.v8i1.17725>
- Rochmat, R.A., Firmansyah, M.R., Nuritasari, R.T., Purba, Y.T., & Zahirah, E. (2025). The relationship of disease perception and duration of suffering to self-care management in patients with diabetes mellitus in Rimbo Recap Village, South Curup District, Rejang Lebong Bengkulu 2025. *Journal of Professional Evidence-based Research and Advances in Wellness and Treatment (PERAWAT)*, 2(2), 1–8. <https://doi.org/10.69855/perawat.v2i2.137>
- Rosyida, R.W. & Sulistiyani, A.D. (2024). Level of health literacy predict the self-care activities in middle age with type 2 diabetes mellitus. *Indian Journal of Endocrinology and Metabolism*, 28(5), 488–493. https://doi.org/10.4103/ijem.ijem_239_22
- Setyarini, E.A., Mariana, E.C., Triastusi, L., & Budi, A. (2024). Health literacy dengan illness perception pada lansia diabetes mellitus. *Jurnal Kesehatan Saemakers PERDANA*, 7(2), 320–326. <https://doi.org/10.32524/jksp.v7i2.1232>
- Sugiharto, Hsu, Y.-Y., Toobert, D.J., & Wang, S.T. (2019). The validity and reliability of the summary of diabetes self-care activities questionnaire: An Indonesian version. *Indonesian Nursing Journal of Education and Clinic (Injec)*, 4(1), 25–36. <https://doi.org/10.24990/injec.v4i1.229>
- Syavamaruah, D.A., Prihandono, D.S., & Sukarya, I.G.A. (2025). Hubungan lama menderita diabetes melitus tipe 2 dengan kadar albumin di Puskesmas Sidomulyo Kota Samarinda. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(3), 12944–12950. <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i3.49420>
- Wilda, L.O. & Salsadila, O. (2024). Self management pada lansia penderita

diabetes melitus di posyandu lansia.
*Jurnal Pengabdian Masyarakat
Mandira Cendikia*, 3(7), 71–77.-

Zhao, Y. & Yue, R. (2024). Aging adipose tissue, insulin resistance, and type 2 diabetes. *Biogerontology*, 25(1), 53–69. <https://doi.org/10.1007/s10522-023-10067-6>