

GAMBARAN TINGKAT LITERASI KESEHATAN MAHASISWA FAKULTAS ILMU OLAHRAGA UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA

Desi Emilia*, Endang Sri Wahjuni

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Surabaya

*desiemilia16060464089@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Literasi kesehatan adalah kemampuan seseorang untuk dapat memperoleh, memproses, dan memahami dasar informasi kesehatan dan kebutuhan pelayanan yang dibutuhkan untuk pengambilan keputusan kesehatan yang tepat. Literasi kesehatan di kalangan mahasiswa diharapkan mampu menambah wawasan pengetahuan tentang kesehatan dengan cara membaca, menulis, dan mendengarkan informasi kesehatan. Pada penelitian ini peneliti memiliki tujuan yaitu mengetahui gambaran literasi kesehatan mahasiswa Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Surabaya angkatan 2017 dengan jumlah sampel 112 mahasiswa. Adapun penelitian ini termasuk dalam penelitian non eksperimen dengan metode survei. Pengambilan data dilakukan dengan pengisian kuesioner *HLS-EU-Q16* dan *NVS (Newest Vital Sign)*. Analisis data menggunakan persentase. Hasil dari penelitian berdasarkan pengisian angket *HLS-EU-Q16* menunjukkan bahwa literasi kesehatan mahasiswa kategori rendah 1 mahasiswa (0,9%), 21 mahasiswa (18,8%) termasuk kategori sedang, dan 90 mahasiswa (80,4%) termasuk kategori tinggi. Sedangkan hasil penelitian berdasarkan pengisian angket *NVS* terdapat 71,4% termasuk kategori kemungkinan besar literasi terbatas, 26,8% termasuk kategori kemungkinan literasi terbatas, dan 1,8% termasuk kategori kemungkinan literasi cukup. Hal ini menunjukkan gambaran tingkat literasi kesehatan mahasiswa Fakultas Ilmu Olahraga berdasarkan dimensi yang sesuai dengan pengisian kuesioner *HLS-EU-Q16* termasuk ke dalam kategori tinggi, dan tingkat literasi kesehatan mahasiswa Fakultas Ilmu Olahraga berdasarkan pengisian kuisisioner *NVS (Newest Vital Sign)* termasuk ke dalam kemungkinan besar literasi terbatas.

Kata kunci: literasi kesehatan, mahasiswa, fakultas ilmu olahraga

Abstract

Health literacy is the ability of a person to be able to obtain, process, and understand basic health information and the service requirements needed for proper health decision making. Health literacy among students is expected to increase knowledge about health by reading, writing and listening to health information. In this study the researchers had the aim to find out the health literacy picture of students from the Faculty of Sports, Surabaya State University, 2017 class with a sample of 112 students. This research is included in non-experimental research with survey methods. Data was collected by filling out the *HLS-EU-Q16* and *NVS (Latest Vital Sign)* questionnaires. Data analysis uses percentages. The results of the study based on the filling out of the *HLS-EU-Q16* questionnaire showed that student health literacy was in the low category of 1 student, 21 students (18.8%) was in the medium category, and 90 students (80.4%) was in the high category. While the results of research based on filling in the *NVS* questionnaire were 71.4% included in the category of most likely limited literacy, 26.8% included in the category of likelihood of limited literacy, and 1.8% included in the category of likelihood of adequate literacy. This shows a picture of the health literacy level of the students of the Faculty of Sport Sciences based on dimensions corresponding to the filling of the *HLS-EU-Q16* questionnaire included in the high category, and the level of health literacy of the students of the Faculty of Sports Science based on the filling of the *NVS (Newest Vital Sign)* questionnaire included in the possibilities limited literacy large.

Keyword: health literacy, students, faculty of sport science

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu faktor penunjang untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Kualitas kesehatan dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah faktor perilaku, faktor lingkungan dan faktor pelayanan kesehatan. Menurut Undang-Undang Kesehatan No. 23 Tahun 1992, menjelaskan kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomi.

Akses pelayanan kesehatan dalam Riskesdas (2013: vi) menyebutkan ada berbagai macam fasilitas yang dapat digunakan, untuk perawatan kesehatan diantaranya rumah sakit pemerintah, rumah sakit swasta, puskesmas atau puskesmas pembantu, praktik dokter atau klinik, praktik bidan atau rumah bersalin, posyandu, poskesdes atau poskestren dan polindes. Kebutuhan akan adanya informasi kesehatan tidak begitu saja diperoleh dengan mudah, seseorang yang ingin mendapatkan informasi kesehatan mereka harus mampu memastikan dan memahami informasi yang mereka peroleh apakah itu informasi yang benar atau salah dengan melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan dapat membantu seseorang untuk mengambil keputusan berdasarkan tingkat pengetahuan mereka mengenai hal-hal yang berkaitan dengan pengaruh kesehatan terhadap dirinya maupun orang lain dalam pemeliharaan kesehatan. Bentuk dari kegiatan pendidikan kesehatan adalah membaca buku, mengakses informasi dari berbagai sumber, menulis buku dan lain sebagainya yang berkaitan dengan kesehatan. Kegiatan membaca atau literasi dapat menambah informasi, pengetahuan, dan wawasan seseorang.

Literasi kesehatan adalah suatu keahlian yang dimiliki oleh setiap orang agar bisa mendapat, memproses dan mengartikan dasar informasi kesehatan serta keperluan pelayanan kesehatan yang diperlukan untuk mendapatkan keputusan kesehatan dengan tepat (Fleary, et al., 2017). Menurut Chisolm (2014), literasi kesehatan didefinisikan sebagai sejauh mana individu memiliki kapasitas untuk memperoleh, memproses, dan memahami informasi dan layanan kesehatan dasar yang diperlukan untuk membuat keputusan kesehatan yang tepat. Manguel (1996) berpendapat bahwa, literasi kesehatan merupakan kemampuan seseorang untuk dapat memperoleh, memproses, dan memahami dasar informasi kesehatan dan kebutuhan pelayanan yang dibutuhkan untuk pengambilan keputusan kesehatan yang tepat, konsep literasi telah digambarkan sebagai kemampuan seseorang untuk membaca dan menulis. Literasi kesehatan sering artikan sebagai kemampuan seseorang dalam membaca, menulis dan memperoleh informasi terkait dengan kesehatan.

Literasi kesehatan telah didefinisikan sebagai akses ke layanan kesehatan individu, memahami dan menggunakan sistem informasi kesehatan, menafsirkan masalah terkait kesehatan dan membuat keputusan yang tepat (Olgun *et al.*, 2015). Literasi kesehatan sangat berperan dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia (SDM) yang seharusnya sudah dikenalkan sejak usia dini. Karena pada saat usia tersebut tingkat emosional masih rentan, kebanyakan dari mereka hanya mampu menerima informasi kesehatan secara utuh tanpa mencari tahu kebenaran dari informasi kesehatan, dengan adanya hal tersebut literasi tidak hanya penting bagi anak usia dini tetapi juga untuk mahasiswa. Menurut UURI No. 12 Tahun 2012 mahasiswa ialah siswa dalam jenjang yang lebih tinggi. Mahasiswa merupakan masa transisi dari sekolah menengah atas ke sekolah perguruan tinggi, mahasiswa memiliki kebebasan yang cenderung lebih besar atas gaya hidup mereka dari pada kehidupan yang sebelumnya. Tong *et al.* (2016) menyatakan bahwa, pada saat memasuki sekolah perguruan tinggi, mahasiswa akan menghadapi berbagai tantangan seperti tempat tinggal yang jauh dari rumah, menyesuaikan diri dengan lingkungan dan kehidupan mandiri, menghadapi teman baru, dan mencoba bersaing dengan mahasiswa yang lainnya. Kemampuan literasi yang baik akan menentukan capaian akademik mahasiswa dalam perkuliahan (Suprpto, *et al.*, 2019:626). Mahasiswa Fakultas Ilmu Olahraga angkatan 2017 adalah sekelompok mahasiswa yang ada di Universitas Negeri Surabaya yang sekarang sudah memasuki semester 6 masa perkuliahan. Mahasiswa angkatan 2017 merupakan mahasiswa yang sudah menempuh mata kuliah kesehatan seperti ilmu gizi dan pendidikan kesehatan sekolah, mahasiswa angkatan 2017 sudah mampu beradaptasi dengan kehidupan dan lingkungan baru, sudah mampu mengemban tugas dan tanggung jawab baru. Berdasarkan hasil dari pengalaman dan pengamatan peneliti, mahasiswa angkatan 2017 sudah banyak menerima informasi kesehatan dan perawatan kesehatan mulai dari asuransi kesehatan, mengatur pola makan dan kecukupan gizi seimbang, informasi mengenai komposisi dan kandungan gizi pada produk makanan dan minuman. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat literasi kesehatan mahasiswa Fakultas Ilmu Olahraga.

METODE

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian survei. Menurut (Maksum, 2018:84), penelitian survei merupakan penelitian yang mengambil sampel dari satu populasi dan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data yang pokok. Populasi adalah

mahasiswa dari 3 jurusan yang ada di FIO angkatan 2017 Universitas Negeri Surabaya. Pemilihan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Cluster Random Sampling*. Total sampel yang dijadikan penelitian sebanyak 112 sampel dari 3 jurusan yaitu jurusan Pendidikan Olahraga sebanyak 32 mahasiswa, Pendidikan Kepeleatihan Olahraga sebanyak 40 mahasiswa, dan Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi sebanyak 40 mahasiswa. Waktu pelaksanaan penelitian dilakukan selama 3 hari, pertemuan pertama pengambilan data di jurusan Pendidikan Olahraga, pertemuan kedua pengambilan data di jurusan Pendidikan Kepeleatihan, dan pertemuan ketiga pengambilan data di jurusan Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi.

Pengumpulan data menggunakan instrumen *HLS-EU-Q16* yang berfungsi untuk mengetahui persepsi mahasiswa mengenai literasi kesehatan dan *NVS (Newest Vital Sign)* yang berfungsi untuk mengetahui tingkat literasi kesehatan mahasiswa dengan cara memahami dan membaca keterangan gizi dari suatu produk makanan atau minuman yang dia konsumsi. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis *korelasi product moment, mean, standart deviasi* dan *koefisien determinasi*. Penghitungan data menggunakan program komputer IBM SPSS 25 (*Statistical package for social science 25*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil data dari penelitian ini diperoleh dari pengisian angket *HLS-EU-Q16* dan *NVS*. Berikut adalah hasil analisis data yang mewakili penelitian ini:

Tabel 1. Analisis Data Literasi Kesehatan Pada Jurusan Pendidikan Olahraga

Dimensi	Kategori					
	Rendah		Sedang		Tinggi	
	N	%	N	%	N	%
Mencari Informasi	1	3.1%	5	15.6%	26	81.3%
Memahami Informasi	0	0,0%	0	0.0%	32	100%
Menganalisis	6	18.8%	10	31.3%	16	50.0%
Menerapkan	3	9.4%	4	12.5%	25	78.1%
Literasi Kesehatan	0	0.0%	3	9.4%	29	90.6%

Berdasarkan tabel diatas dapat dipaparkan gambaran literasi kesehatan mahasiswa jurusan Pendidikan Olahraga tidak ditemukan mahasiswa dengan kategori rendah 0 mahasiswa (0,0%), 3 mahasiswa (9,4%) termasuk ke dalam kategori sedang, dan 29 mahasiswa (90,6%) termasuk ke dalam kategori tinggi.

Tabel 2. Analisis Data Literasi Kesehatan Pada Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

Dimensi	Kategori					
	Rendah		Sedang		Tinggi	
	N	%	N	%	N	%
Mencari Informasi	2	5.0%	12	30.0%	26	65.0%
Memahami Informasi	0	00%	5	12.5%	35	87.5%
Menganalisis	10	25.0%	7	17.5%	23	57.5%
Menerapkan	5	12.5%	10	25.0%	25	62.5%
Literasi Kesehatan	1	2.5%	11	27.5%	28	70.0%

Berdasarkan tabel diatas dapat dipaparkan gambaran tingkat literasi kesehatan mahasiswa jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga terdapat 1 mahasiswa (2,5%) termasuk ke dalam kategori rendah, 11 mahasiswa (27,5%) termasuk ke dalam kategori sedang, dan 28 mahasiswa (70,0%) termasuk ke dalam kategori tinggi.

Tabel 3. Analisis Data Literasi Kesehatan Pada Jurusan Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi

Dimensi	Kategori					
	Rendah		Sedang		Tinggi	
	N	%	N	%	N	%
Mencari Informasi	4	10.0%	9	22.5%	27	67.5%
Memahami Informasi	0	0,00%	0	0.0%	40	100%
Menganalisis	8	20.0%	10	25.0%	22	55.0%
Menerapkan	1	2.5%	10	25.0%	29	72.5%
Literasi Kesehatan	0	0.0%	7	17.5%	33	82.5%

Berdasarkan tabel diatas dapat dipaparkan gambaran literasi kesehatan mahasiswa jurusan Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi tidak terdapat mahasiswa yang memiliki kategori literasi kesehatan redah, hanya 7 mahasiswa (17,5%) termasuk kategori sedang dan sisanya 33 mahasiswa (82,5%) termasuk ke dalam kategori tinggi.

Tabel 4. Analisis Data Literasi Kesehatan Pada Fakultas Ilmu Olahraga

Dimensi	Kategori					
	Rendah		Sedang		Tinggi	
	N	%	N	%	N	%
Mencari Informasi	7	6.3%	26	23.2%	79	70.5%
Memahami Informasi	0	0,0%	5	4.5%	107	95.5%
Menganalisis	24	21.4%	27	24.1%	61	54.5%
Menerapkan	9	8.0%	24	21.4%	79	70.5%
Literasi Kesehatan	1	0.9%	21	18.8%	90	80.4%

Berdasarkan tabel diatas dapat dipaparkan gambaran literasi kesehatan mahasiswa FIO angkatan 2017 yang berjumlah 112 mahasiswa hanya ada 1 mahasiswa (0,9%) yang termasuk ke dalam kategori rendah, 21 mahasiswa (18,8%) termasuk ke dalam kategori sedang dan 90 mahasiswa (80,4%) termasuk ke dalam kategori tinggi.

Tabel 5. Newest Vital Sign (NVS)

Jurusan	Kemungkinan besar literasi terbatas	Kemungkinan literasi terbatas	Kemungkinan literasi cukup
Pendidikan Olahraga	65,5%	31,3%	3,1%
Pendidikan Kepeleatihan Olahraga	77,5%	20,0%	2,5%
Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi	70,0%	30,0%	0,0%
FIO	71,4%	26,8%	1,8%

Berdasarkan tabel diatas dapat dipaparkan gambaran tingkat literasi mahasiswa FIO yang termasuk kategori kemungkinan besar literasi kesehatannya terbatas 71,4%, kemungkinan literasi kesehatan terbatas 26,8%, kemungkinan literasi kesehatan cukup 1,8%.

Gambaran tingkat literasi kesehatan mahasiswa FIO angkatan 2017 berdasarkan pengisian angket *HLS-EU-Q16* berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 90 mahasiswa atau 80,4%. Hasil data menunjukkan bahwa mahasiswa FIO memiliki literasi yang baik pada semua dimensi. Mahasiswa baik dalam mencari informasi, baik dalam memahami informasi, baik dalam menganalisis informasi, dan baik dalam menerapkan informasi. Hal ini menunjukkan mahasiswa FIO sudah mampu untuk menemukan atau memperoleh sumber informasi yang

sudah terjamin kebenarannya dan gambaran tingkat literasi kesehatan mahasiswa FIO angkatan 2017 berdasarkan pengisian angket *NVS*, secara garis besar ketiga jurusan yang ada di FIO berada pada kategori kemungkinan besar literasi terbatas. Hal ini dikarenakan kurangnya kemampuan dan pengetahuan mahasiswa FIO untuk memahami keterangan gizi yang ada di kemasan produk makanan atau minuman yang dia konsumsi..

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan nilai data yang diperoleh dari penelitian dan sudah diuraikan, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat literasi kesehatan mahasiswa FIO angkatan 2017 yang berjumlah 112 mahasiswa berdasarkan dimensi yang sesuai dengan pengisian kuesioner *HLS-EU-Q16* termasuk ke dalam kategori tinggi.
2. Tingkat literasi kesehatan mahasiswa FIO Universitas Negeri Surabaya angkatan 2017 berdasarkan pengisian kuesioner *NVS (Newest Vital Sign)* termasuk ke dalam kemungkinan besar literasi terbatas.

Saran

Adapun saran dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa. Mahasiswa dapat meningkatkan pengetahuan terkait literasi kesehatan terutama pada aktivitas membaca dan menghitung informasi gizi yang ada di kemasan produk makanan agar pada saat akan mengonsumsi makanan mahasiswa dapat memperhitungkan jumlah asupan gizi yang akan dia konsumsi, serta mahasiswa mampu mengikutsertakan masyarakat dan lingkungan sekitar untuk mencari dan menerapkan informasi kesehatan dengan tepat.
2. Bagi peneliti. Penelitian ini memberikan informasi dan pengalaman bahwa literasi kesehatan sangat dibutuhkan untuk menambah kewaspadaan diri terhadap masalah kesehatan.
3. Bagi peneliti selanjutnya. Dapat melakukan penelitian tentang gambaran tingkat literasi kesehatan dalam jumlah sampel yang lebih besar serta dapat melakukan penelitian pada fakultas dan universitas yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

Chisolm, Deena J. (2014). Health Literacy, Alcohol Expectancies, And Alcohol Use Behaviors in Teens. USA: *The Ohio State University College of Medicine.*

- Fleary, S.A., Joseph. P., & Pappagianopoulos, J. E. (2017). Adolescent Health Literacy and Health Behaviors: A Systematic. *Journal of Adolescence*, 62 :116-127.
- Maksum, A. (2018). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Manguel, A. (1996). *A History of Reading*. New York, NY, Viking Press.
- Olgun, G., Turac. O. S., & Orak. S. (2015). Health Literacy: *Journal Social and Behavioral Science*, 174: 2629-2633.
- Republik Indonesia. (2012). Undang-undang Republik Indonesia No. 12 Tahun 2012 Tentang Pendidikan Tinggi Pasal 1, 5, 12.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013. Pedoman Pewawancara Petugas Pengumpul Data. Jakarta: Badan Litbangkes, Depkes R1, 2013.
- Suprpto, N., Saragih, O.k., & Al Ardha, M. A. (2019). Life Adjustment of International Student in Eastren Taiwan. *Journal of International Students*, 9(2), 613-634.
- Tong, W. T., Islam, A., Low, W. H., Clire, W. Y. C., Adina, A. (2016). Health Behaviours and Its Associated Factors among Undergraduate Students in Kuala Lumpur, Malaysia. *In The 2nd International Meeting of Public Health 2016 with theme "Public Health Prespective of Sustainable Development Goals. The Challenges Aand Opportunities in Asia-Pasific Region"*, *KnE Life Science*. DOI 10.18502/cls. V4i4. 2274:161-172.

