

Hubungan Literasi Kesehatan dengan Stres Kerja pada Tenaga Kesehatan: *Literature Review*

Rizkita Arfiana*, Heni Trisnowati², Widodo Hariyono³

¹⁻³Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan

Abstrak:

Tenaga kesehatan merupakan kelompok profesi yang rentan mengalami stres kerja akibat beban kerja tinggi, tekanan waktu, tuntutan emosional serta tanggung jawab terhadap keselamatan pasien. Stres kerja yang berlangsung kronis dapat berdampak pada kesehatan mental, penurunan kinerja, *burnout* dan kualitas pelayanan kesehatan. Literasi kesehatan dipandang sebagai salah satu faktor protektif yang berperan dalam meningkatkan kemampuan tenaga kesehatan memahami informasi kesehatan, mengelola stres serta menerapkan strategi koping adaptif. Penelitian ini menggunakan metode *systematic literature review* yang disusun berdasarkan pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). Pencarian artikel dilakukan melalui basis data PubMed, Scopus, ScienceDirect, dan Google Scholar pada periode 2016–2025. Artikel diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Proses seleksi artikel sebanyak 15 artikel memenuhi kriteria dan dianalisis secara naratif. Hasil kajian menunjukkan bahwa tingkat literasi kesehatan yang lebih tinggi berhubungan dengan tingkat stres kerja yang lebih rendah pada tenaga kesehatan. Literasi kesehatan berkontribusi dalam meningkatkan *self-efficacy*, kemampuan koping, resiliensi serta pengambilan keputusan yang lebih baik dalam menghadapi tekanan kerja. Temuan ini menegaskan bahwa Literasi kesehatan berperan penting sebagai faktor protektif terhadap stres kerja pada tenaga kesehatan. Oleh karena itu didapatkan kesimpulan bahwa upaya peningkatan literasi kesehatan dapat dijadikan strategi promotif dan preventif dalam program kesehatan kerja.

Kata Kunci: Literasi kesehatan, Stres kerja, Tenaga kesehatan

Abstract:

Healthcare workers are a professional group that is highly vulnerable to work-related stress due to high workloads, time pressure, emotional demands, and responsibility for patient safety. Chronic work-related stress can adversely affect mental health, job performance, burnout, and the quality of healthcare services. Health literacy is considered a protective factor that plays an important role in enhancing healthcare workers' ability to understand health information, manage stress, and apply adaptive coping strategies. This study employed a systematic literature review method conducted in accordance with the Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) guidelines. Article searches were carried out using PubMed, Scopus, ScienceDirect, and Google Scholar databases for publications from 2016 to 2025. Articles were selected based on predefined inclusion and exclusion criteria, resulting in 15 articles that met the criteria and were analyzed narratively. The findings indicate that higher levels of health literacy are associated with lower levels of work-related stress among healthcare workers. Health literacy contributes to improved self-efficacy, coping ability, resilience, and better decision-making when facing work-related pressures. These findings confirm that health literacy plays an important protective role against work-related stress among healthcare workers. Therefore, efforts to improve health literacy may serve as promotive and preventive strategies within occupational health programs.

Keywords: Health literacy, Work-related stress, Healthcare workers

Pendahuluan

Tenaga kesehatan menghadapi tuntutan kerja yang kompleks dan berkelanjutan, termasuk beban kerja tinggi, tekanan waktu, tanggung jawab besar terhadap keselamatan pasien serta tuntutan emosional dalam memberikan pelayanan⁽¹⁾. Kondisi tersebut menjadikan tenaga kesehatan sebagai salah satu kelompok profesi dengan risiko tinggi mengalami stres kerja, khususnya dalam sistem pelayanan kesehatan yang menuntut kecepatan, ketepatan dan akurasi

*Korespondensi:

Rizkita Arfiana, Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta Jl. Prof. Dr. Soepomo, S.H., Warungboto, Umbulharjo, Yogyakarta 55164, Email: 2408053031@webmail.uad.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.70304/jmsi.v5i01.72>

Copyright © 2026, Jurnal Masyarakat Sehat Indonesia, E-ISSN: 2828-1381, P-ISSN: 2828-738X

tinggi. Stres kerja yang tidak terkelola dengan baik dapat berdampak pada kelelahan emosional dan fisik, penurunan kinerja, meningkatnya risiko kesalahan medis, serta menurunnya kualitas pelayanan kesehatan. Dampak ini tidak hanya mempengaruhi kesejahteraan tenaga kesehatan, tetapi juga keselamatan pasien dan efektivitas pelayanan kesehatan secara keseluruhan⁽²⁾.

Stres kerja pada tenaga kesehatan telah menjadi perhatian global, terutama seiring dengan meningkatnya tuntutan pelayanan kesehatan, keterbatasan sumber daya manusia serta perubahan sistem kerja di sektor kesehatan. Berbagai studi menunjukkan bahwa stres kerja berhubungan erat dengan burnout, gangguan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi, serta penurunan kepuasan kerja⁽³⁾. Selain itu, stres kerja juga dikaitkan dengan meningkatnya ketidakhadiran kerja dan keinginan untuk berpindah pekerjaan yang dapat memperburuk kekurangan tenaga kesehatan⁽⁴⁾. Oleh karena itu, pengelolaan stres kerja menjadi isu penting dalam kesehatan kerja dan manajemen sumber daya manusia di bidang kesehatan.

Pendekatan dalam mengatasi stres kerja pada tenaga kesehatan tidak hanya berfokus pada faktor organisasi, seperti beban kerja dan lingkungan kerja, tetapi juga perlu mempertimbangkan faktor individual⁽⁵⁾. Faktor individual yang berfungsi sebagai faktor protektif berperan penting dalam membantu tenaga kesehatan beradaptasi dengan tuntutan kerja yang tinggi, faktor ini memengaruhi cara individu menilai dan merespons stresor di lingkungan kerja, sehingga dapat memodulasi hubungan antara tuntutan pekerjaan dan dampak psikologis yang ditimbulkan. Salah satu faktor yang berpotensi berperan dalam konteks ini adalah literasi kesehatan. Literasi kesehatan dipandang sebagai sumber daya personal yang dapat memperkuat kemampuan individu dalam memahami risiko kesehatan dan mengelola tekanan kerja secara lebih efektif⁽⁶⁾.

Literasi kesehatan didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk mengakses, memahami, mengevaluasi, dan menggunakan informasi kesehatan dalam pengambilan keputusan yang tepat⁽⁷⁾. Pada tenaga kesehatan, literasi kesehatan tidak hanya berperan dalam meningkatkan kualitas pelayanan kepada pasien, tetapi juga berkontribusi dalam pengelolaan kesehatan diri dan kesehatan kerja. Literasi kesehatan yang baik memungkinkan tenaga kesehatan memahami risiko kerja, mengenali tanda-tanda stres sejak dini serta menerapkan strategi koping yang lebih adaptif⁽⁸⁾. Dengan demikian, literasi kesehatan dapat memperkuat persepsi kontrol individu terhadap tuntutan kerja, sebagaimana dijelaskan dalam model *Job Demand Control*.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa literasi kesehatan berhubungan dengan peningkatan self-efficacy, resiliensi dan kemampuan koping pada tenaga kesehatan. Peningkatan faktor-faktor tersebut berkontribusi pada penurunan tingkat stres kerja dan risiko burnout⁽⁹⁾. Temuan ini sejalan dengan teori stres dan koping yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman, yang menekankan pentingnya kemampuan individu dalam menilai dan merespons situasi stres secara adaptif⁽¹⁰⁾. Namun, hasil penelitian yang ada masih tersebar dan menunjukkan variasi dalam desain penelitian, karakteristik populasi serta instrumen pengukuran yang digunakan.

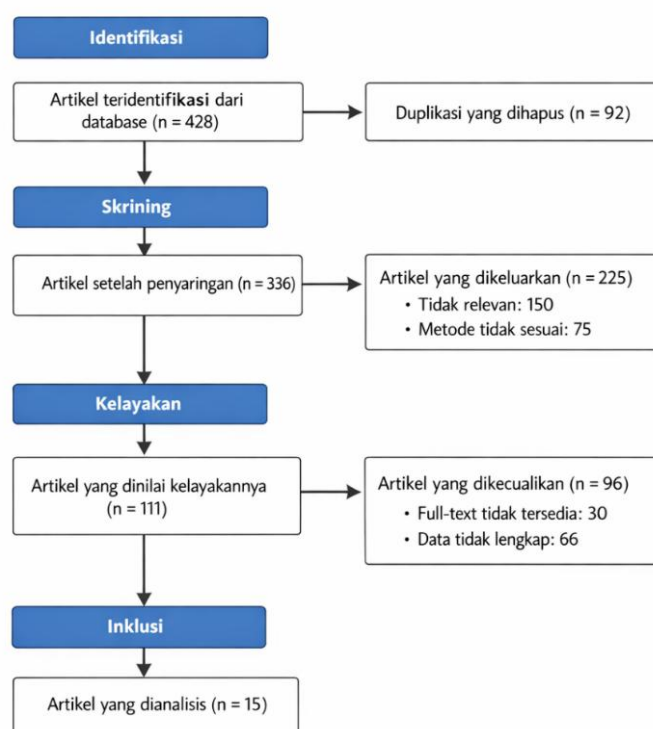
Hingga saat ini, kajian yang merangkum secara sistematis peran literasi kesehatan terhadap stres kerja pada tenaga kesehatan masih terbatas. Ketiadaan sintesis bukti yang komprehensif menyulitkan pemahaman mengenai sejauh mana literasi kesehatan dapat berperan sebagai faktor protektif terhadap stres kerja. Oleh karena itu, diperlukan tinjauan literatur yang disusun secara sistematis untuk mengintegrasikan temuan-temuan penelitian yang ada. Penelitian ini bertujuan untuk melakukan *systematic literature review* guna mengkaji hubungan literasi kesehatan terhadap stres kerja pada tenaga kesehatan.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan *systematic literature review* yang disusun berdasarkan pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) untuk

menjamin transparansi dan ketepatan proses seleksi artikel. Pencarian literatur dilakukan melalui basis data PubMed, Scopus, ScienceDirect dan Google Scholar terhadap artikel yang dipublikasikan pada periode 2016–2025 dengan menggunakan kata kunci yang berkaitan dengan literasi kesehatan, stres kerja dan tenaga kesehatan. Artikel diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan, meliputi jenis penelitian, relevansi topik, ketersediaan teks lengkap serta bahasa publikasi. Proses seleksi dilakukan melalui tahap identifikasi, skrining judul dan abstrak, penilaian kelayakan teks lengkap, hingga penentuan artikel yang memenuhi kriteria untuk dianalisis. Artikel yang terpilih kemudian dianalisis secara naratif untuk mengidentifikasi pola temuan dan hubungan antara literasi kesehatan dan stres kerja pada tenaga kesehatan.

Pencarian artikel dilakukan melalui PubMed, Scopus, ScienceDirect dan Google Scholar menggunakan kombinasi kata kunci *health literacy*, *literasi kesehatan*, *job stress*, *work stress* dan *healthcare workers*. Kriteria inklusi dalam penelitian ini mencakup artikel penelitian asli yang melibatkan subjek tenaga kesehatan serta secara spesifik membahas hubungan antara literasi kesehatan dan stres kerja. Artikel yang dipilih harus diterbitkan dalam rentang waktu 2016–2025 untuk memastikan relevansi dan kebaruan temuan, serta ditulis dalam bahasa Indonesia atau bahasa Inggris. Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi artikel yang berbentuk editorial, opini, dan tinjauan pustaka non-sistematis karena tidak menyajikan data empiris primer. Selain itu, penelitian dengan subjek selain tenaga kesehatan juga dikeluarkan dari kajian ini guna menjaga kesesuaian fokus dan konsistensi analisis.



Gambar 1. Diagram Alur PRISMA

Pencarian awal memperoleh 428 artikel dari empat basis data. Setelah penghapusan duplikasi, tersisa 312 artikel. Tahap skrining judul dan abstrak menghasilkan 74 artikel yang dinilai relevan. Setelah penilaian teks lengkap, sebanyak 15 artikel memenuhi seluruh kriteria inklusi dan dimasukkan dalam sintesis akhir. Diagram PRISMA menggambarkan proses seleksi artikel mulai dari tahap identifikasi, skrining, penilaian kelayakan hingga inklusi akhir. Diagram ini disusun sesuai pedoman PRISMA 2020 dan merepresentasikan alur seleksi 428 artikel awal hingga diperoleh 15 artikel yang dianalisis dalam *systematic literature review* ini.

Analisis dilakukan secara naratif dengan mengelompokkan temuan berdasarkan hubungan literasi kesehatan dan stres kerja.

Hasil

Secara keseluruhan memperoleh 428 artikel dari empat basis data. Setelah penghapusan duplikasi, tersisa 312 artikel. Tahap skrining judul dan abstrak menghasilkan 74 artikel yang dinilai relevan. Setelah penilaian teks lengkap, sebanyak 15 artikel memenuhi seluruh kriteria inklusi dan dimasukkan dalam sintesis akhir artikel diidentifikasi melalui pencarian awal di basis data melalui PubMed, Scopus, ScienceDirect dan Google Scholar dan kriteria inklusi PRISMA pada Gambar 1. Situasi ini memperluas cakupan hasil kajian, namun sekaligus menjadi tantangan dalam melakukan generalisasi temuan. Uraian karakteristik metodologis serta temuan utama dari masing-masing artikel disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Ringkasan Hasil Artikel yang Direview

No.	Penulis & Tahun	Negara	Desain Penelitian	Subjek	Instrumen Literasi Kesehatan	Instrumen Stres Kerja	Hasil Utama
1.	Do et al., 2020 ⁽¹¹⁾	Vietnam	Cross-sectional	Tenaga Kesehatan	Health Literacy Questionnaire (HLQ)	Dass-21	Literasi kesehatan yang lebih tinggi berhubungan signifikan dengan tingkat stres, kecemasan, dan depresi yang lebih rendah pada tenaga kesehatan.
2.	Tsai et al., 2024 ⁽¹²⁾	Taiwan	Cross-sectional	Perawat rumah sakit	HLS-EU-Q	Nursing Stress Scale	Literasi kesehatan berhubungan signifikan dengan tingkat stres kerja yang lebih rendah serta berperan dalam meningkatkan resiliensi perawat dalam menghadapi tuntutan kerja dan tekanan emosional di lingkungan rumah sakit.
3.	Yang, 2018 ⁽¹³⁾	Korea Selatan	Cross-sectional	Perawat klinis	Health Literacy Competencies Scale	Patient-Centered Care	Literasi kesehatan tenaga perawat berhubungan positif dan

No.	Penulis & Tahun	Negara	Desain Penelitian	Subjek	Instrumen Literasi Kesehatan	Instrumen Stres Kerja	Hasil Utama
							signifikan dengan peningkatan patient-centered care. Perawat dengan kompetensi literasi kesehatan yang lebih tinggi menunjukkan kemampuan komunikasi dan pengambilan keputusan yang lebih baik dalam praktik keperawatan.
4.	Nogueira et al., 2018 ⁽¹⁴⁾	Brasil	Cross-sectional	Perawat di institusi kesehatan publik	Maslach Burnout Inventory (MBI); Nursing Work Index-Revised (NWI-R)	Burnout (kelelahan emosional, depersonalisasi, penurunan pencapaian diri)	Lingkungan kerja yang tidak mendukung, khususnya rendahnya otonomi, dukungan organisasi, dan kontrol terhadap lingkungan kerja, berhubungan signifikan dengan peningkatan kelelahan emosional dan depersonalisasi sebagai komponen utama burnout pada perawat.
5.	Bollweg et al., 2020 ⁽¹⁵⁾	Jerman	Cross-sectional	Tenaga kesehatan	HLS-EU-Q	Kesejahteraan kerja & kapasitas pengelolaan tuntutan kerja	Literasi kesehatan yang lebih tinggi pada tenaga kesehatan berhubungan dengan kapasitas yang lebih baik dalam memahami informasi kesehatan, mengelola

No.	Penulis & Tahun	Negara	Desain Penelitian	Subjek	Instrumen Literasi Kesehatan	Instrumen Stres Kerja	Hasil Utama
							tuntutan kerja, serta menjaga kesejahteraan psikososial. Literasi kesehatan berperan sebagai faktor protektif terhadap tekanan kerja dan kelelahan kerja.
6.	Michou et al., 2021 ⁽¹⁶⁾	Yunani	Cross-sectional	Dewasa (≥ 18 tahun).	European Health Literacy Questionnaire (HLS-EU-Q47)	Perceived Stress Scale-14 (PSS-14)	Literasi kesehatan yang rendah berhubungan signifikan dengan tingkat stres yang lebih tinggi. Analisis regresi menunjukkan bahwa perceived stress berasosiasi negatif dengan literasi kesehatan setelah dikontrol faktor sosiodemografi.
7.	Stavdal et al., 2021 ⁽¹⁷⁾	Multi-negara (Eropa)	Cross-sectional	Dokter gigi dan tenaga kesehatan primer	HLS-EU-Q47	Job Stress Questionnaire	Literasi kesehatan yang lebih tinggi berhubungan signifikan dengan tingkat stres kerja yang lebih rendah. Tenaga kesehatan dengan literasi kesehatan adekuat memiliki kemampuan yang lebih baik dalam memahami tuntutan kerja, mengelola tekanan profesional, dan mengambil

No.	Penulis & Tahun	Negara	Desain Penelitian	Subjek	Instrumen Literasi Kesehatan	Instrumen Stres Kerja	Hasil Utama
							keputusan klinis secara efektif.
8.	Chen et al., 2020 ⁽¹⁸⁾	China	Cross-sectional	Perawat	Health Literacy Scale	Nurses Occupational Stressor Scale (NOSS)	Literasi kesehatan berhubungan signifikan dengan tingkat stres kerja dan mekanisme coping pada perawat.
9.	Kim U, Oh J. 2019 ⁽¹⁹⁾	Korea Selatan	Cross-sectional	Perawat	Health Literacy Questionnaire	Job Stress Scale	Literasi kesehatan yang lebih tinggi berhubungan signifikan dengan tingkat stres kerja yang lebih rendah pada perawat. Perawat dengan literasi kesehatan yang baik lebih mampu memahami informasi kesehatan dan tuntutan kerja, sehingga dapat mengelola stres kerja secara lebih efektif.
10.	Zhang H, Zhao W, He Y, Wu J (2025) ⁽²⁰⁾	Norwegia	Kualitatif	Tenaga kesehatan	Konsep Health Literacy Sensitivity	Stres kerja dieksplorasi secara kualitatif melalui wawancara	Literasi kesehatan sensitif dipengaruhi oleh beban kerja, keterbatasan waktu, dan dukungan organisasi. Hambatan tersebut memicu frustrasi dan stres kerja tenaga kesehatan. Dukungan organisasi dan pelatihan

No.	Penulis & Tahun	Negara	Desain Penelitian	Subjek	Instrumen Literasi Kesehatan	Instrumen Stres Kerja	Hasil Utama
							komunikasi diperlukan untuk mengurangi stres.
11.	Kim KA, Hyun MS, De Gagne JC, Ahn JA (2022) ⁽²¹⁾	Korea Selatan	Cross-sectional	Perawat	Health literacy competencies scale	Nursing Stress Scale	Kompetensi literasi kesehatan berhubungan signifikan dengan praktik <i>patient-centered care</i> yang pada gilirannya terkait dengan outcome perawatan dan faktor kerja.
12.	Sato et al., 2021 ⁽²²⁾	Jepang	Cross-sectional	Tenaga kesehatan	Health Literacy Survey	Health practices	Tinggi <i>health literacy</i> berkaitan dengan perilaku kerja yang lebih sehat (mis. istirahat teratur, tempo kerja baik, keseimbangan kerja-hidup) pada perawat dan care workers.
13.	Friis et al., 2020 ⁽²³⁾	Denmark	Population-based cohort	Individu dewasa (≥ 18 tahun)	Health Literacy Questionnaire	Burnout Scale	Literasi kesehatan rendah merupakan prediktor independen mortalitas jangka menengah pada populasi dengan penyakit kronis.
14.	Marthoenis et al., 2021 ⁽²⁴⁾	Indonesia	Cross-sectional	Perawat	Kuesioner Literasi Kesehatan	DASS-21	Ditemukan prevalensi depresi, kecemasan, dan stres pada perawat selama pandemi COVID-19; tingkat stres bervariasi dari ringan hingga berat dan

No.	Penulis & Tahun	Negara	Desain Penelitian	Subjek	Instrumen Literasi Kesehatan	Instrumen Stres Kerja	Hasil Utama
							dipengaruhi oleh faktor pekerjaan serta kondisi pandemi.
15.	Putri et al., 2023 ⁽²⁵⁾	Indonesia	Cross-sectional	Tenaga kesehatan	Health Literacy Questionnaire	Perceived Stress Scale (PSS)	Gangguan keseimbangan kerja–kehidupan (work–life balance) berhubungan signifikan dengan peningkatan tingkat stres kerja pada tenaga kesehatan selama pandemi COVID-19.

Sebanyak 15 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dianalisis dalam tinjauan ini. Artikel-artikel tersebut berasal dari berbagai negara, baik negara maju maupun berkembang serta melibatkan beragam profesi tenaga kesehatan, termasuk perawat, dokter, bidan dan tenaga kesehatan lainnya yang bekerja di berbagai tingkat pelayanan kesehatan. Mayoritas penelitian menggunakan desain potong lintang (*cross-sectional*), meskipun terdapat variasi dalam ukuran sampel, karakteristik responden, serta konteks organisasi pelayanan kesehatan. Instrumen yang digunakan untuk mengukur literasi kesehatan dan stres kerja juga beragam, mulai dari kuesioner literasi kesehatan hingga instrumen psikometrik stres dan burnout yang telah tervalidasi⁽²⁶⁾.

Secara umum, seluruh artikel menunjukkan adanya hubungan yang relatif konsisten antara tingkat literasi kesehatan dan stres kerja pada tenaga kesehatan. Tenaga kesehatan dengan tingkat literasi kesehatan yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat stres kerja yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang memiliki literasi kesehatan rendah. Hubungan ini ditemukan pada berbagai setting pelayanan kesehatan, baik di rumah sakit, puskesmas maupun fasilitas pelayanan kesehatan lainnya yang menunjukkan bahwa peran literasi kesehatan bersifat lintas konteks dan lintas profesi⁽²⁷⁾. Temuan ini mengindikasikan bahwa literasi kesehatan memiliki relevansi yang luas dalam mendukung kesehatan kerja tenaga kesehatan.

Beberapa penelitian melaporkan bahwa literasi kesehatan berperan dalam meningkatkan kemampuan tenaga kesehatan dalam memahami tuntutan kerja serta risiko kesehatan yang dihadapi di lingkungan kerja⁽²⁸⁾. Literasi kesehatan yang baik mempermudah tenaga kesehatan dalam mengakses, memahami dan menggunakan informasi terkait kesehatan kerja, manajemen stres, serta kebijakan dan prosedur organisasi⁽²⁹⁾. Pemahaman tersebut membantu tenaga kesehatan dalam mengambil keputusan yang lebih tepat ketika menghadapi situasi kerja yang penuh tekanan, sehingga dapat menurunkan persepsi stres yang berlebihan.

Selain itu, literasi kesehatan berhubungan erat dengan peningkatan kemampuan koping dan *self-efficacy* pada tenaga kesehatan⁽³⁰⁾. Tenaga kesehatan dengan literasi kesehatan yang memadai dilaporkan lebih mampu mengenali tanda-tanda stres sejak dini, menerapkan strategi koping adaptif, serta menjaga keseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan kesehatan diri.

Beberapa studi juga menunjukkan bahwa literasi kesehatan berkontribusi terhadap peningkatan resiliensi, yang berperan dalam menurunkan risiko kelelahan emosional dan burnout pada tenaga kesehatan⁽³¹⁾.

Meskipun terdapat variasi dalam instrumen pengukuran dan konteks penelitian, arah hubungan antara literasi kesehatan dan stres kerja yang ditemukan relatif konsisten. Tidak ada penelitian yang melaporkan hubungan negatif antara literasi kesehatan dan stres kerja pada tenaga kesehatan. Konsistensi temuan ini memperkuat indikasi bahwa literasi kesehatan merupakan faktor penting yang berpotensi melindungi tenaga kesehatan dari dampak negatif stres kerja dan mendukung perannya sebagai salah satu strategi promotif dan preventif dalam program kesehatan kerja⁽³²⁾.

Meskipun terdapat variasi dalam instrumen dan konteks penelitian, arah hubungan yang ditemukan relatif konsisten. Tidak ada penelitian yang melaporkan hubungan negatif antara literasi kesehatan dan stres kerja. Temuan ini mengindikasikan bahwa literasi kesehatan merupakan faktor penting yang berpotensi melindungi tenaga kesehatan dari dampak negatif stres kerja.

Pembahasan

Hasil tinjauan literatur ini menunjukkan bahwa literasi kesehatan memiliki peran signifikan dalam pengelolaan stres kerja pada tenaga kesehatan⁽⁹⁾. Literasi kesehatan yang baik memungkinkan tenaga kesehatan untuk memahami informasi kesehatan secara komprehensif, mengenali faktor risiko stres, serta memilih strategi koping yang sesuai dengan kondisi kerja mereka. Konsep literasi kesehatan mencakup kemampuan untuk mengakses, memahami, menilai, dan mengaplikasikan informasi kesehatan dalam konteks pekerjaan, termasuk dalam merespon tuntutan kerja yang tinggi serta mengidentifikasi sumber stres secara proaktif sebagaimana dikutip dalam definisi literatur kesehatan kerja⁽⁷⁾. Studi empiris menunjukkan bahwa tingkat literasi kesehatan yang lebih tinggi berkaitan dengan penurunan risiko stres kerja dalam berbagai setting pekerjaan, pekerja dengan literasi kesehatan kerja yang memadai cenderung memiliki risiko stres yang lebih rendah dibandingkan mereka yang memiliki literasi rendah, menekankan pentingnya penguatan literasi kesehatan dalam intervensi kesehatan kerja⁽³⁰⁾.

Literasi kesehatan dipahami sebagai konsep multidimensional yang mencakup kemampuan individu dalam mengakses, memahami, menilai, dan menggunakan informasi kesehatan secara efektif dalam kehidupan sehari-hari. Tinjauan sistematis oleh Broder et al. menunjukkan bahwa literasi kesehatan tidak hanya berkaitan dengan keterampilan kognitif dasar, tetapi juga melibatkan aspek motivasi, kompetensi sosial, serta interaksi individu dengan sistem pelayanan kesehatan, sehingga berperan penting dalam kemampuan adaptasi terhadap tuntutan kesehatan yang kompleks⁽³³⁾. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian populasi besar oleh Aaby et al. menemukan bahwa tingkat literasi kesehatan yang lebih tinggi secara signifikan berhubungan dengan perilaku kesehatan yang lebih baik dan status kesehatan fisik serta mental yang lebih tinggi, termasuk peningkatan aktivitas fisik, pola makan yang lebih sehat, serta penurunan risiko perilaku merugikan seperti merokok dan inaktivitas fisik⁽³⁴⁾. Temuan dari kedua studi ini menegaskan bahwa literasi kesehatan merupakan faktor protektif yang dapat dimodifikasi dan memiliki peran penting dalam meningkatkan kapasitas individu untuk mengelola kondisi kesehatan serta menghadapi tekanan dan tuntutan, termasuk dalam konteks pekerjaan dan penyakit kronis.

Selain itu, literatur lain menunjukkan bahwa literasi kesehatan berkaitan dengan kesejahteraan psikologis secara umum di tempat kerja, kesehatan mental karyawan termasuk dalam menghadapi tekanan kerja yang dipengaruhi oleh tingkat literasi kesehatan baik secara individu maupun organisasi yang pada gilirannya berdampak pada kesejahteraan psikologis dan kemampuan koping terhadap stres kerja⁽³⁵⁾. Dalam konteks tenaga kesehatan, literasi kesehatan

yang tinggi juga memungkinkan pekerja untuk lebih efektif dalam memahami pedoman klinis, protokol keselamatan dan praktik pencegahan penyakit, sehingga mengurangi ketidakpastian dan kecemasan yang sering menjadi faktor pemicu stres kerja, terutama selama situasi krisis kesehatan seperti pandemi COVID-19. Dengan demikian, literasi kesehatan tidak hanya berkontribusi pada keterampilan teknis tenaga kesehatan, tetapi juga memperkuat kemampuan mereka dalam merespon tuntutan psikososial pekerjaan melalui strategi koping adaptif, seperti *problem-focused coping* dan dukungan sosial yang tepat⁽³⁶⁾. Pendekatan ini sejalan dengan teori stres di mana kemampuan kognitif individu dalam mengevaluasi situasi stres dan memilih respon yang tepat dapat memoderasi dampak negatif stres terhadap kesejahteraan mental dan kinerja kerja misalnya, model *Transactional Model of Stress and Coping* oleh Lazarus & Folkman⁽³⁷⁾. Penguatan literasi kesehatan baik melalui pelatihan spesifik maupun program kesehatan organisasi merupakan strategi penting dalam mitigasi stres kerja dan peningkatan kesehatan mental tenaga kesehatan secara keseluruhan.

Literasi kesehatan juga berperan dalam membentuk sikap proaktif tenaga kesehatan terhadap pencegahan stres kerja dan gangguan kesehatan mental. Tenaga kesehatan dengan tingkat literasi kesehatan yang tinggi cenderung lebih mampu mengenali gejala awal stres kronis dan kelelahan emosional⁽³⁸⁾. Kesadaran dini ini memungkinkan dilakukannya tindakan pencegahan sebelum kondisi berkembang menjadi burnout atau gangguan psikologis yang lebih berat. Penelitian oleh Henshall et al. menunjukkan bahwa literasi kesehatan berhubungan signifikan dengan perilaku pencarian bantuan dan pencegahan masalah kesehatan mental pada tenaga kesehatan⁽³⁹⁾. Selain itu, literasi kesehatan mempengaruhi sikap terhadap stigma kesehatan mental di tempat kerja. Individu dengan pemahaman yang baik cenderung memiliki sikap lebih terbuka terhadap isu kesehatan mental dan intervensi psikologis⁽⁴⁰⁾. Dengan demikian, literasi kesehatan berkontribusi dalam menciptakan budaya kerja yang lebih peduli terhadap kesehatan mental tenaga kesehatan.

Literasi kesehatan dipahami sebagai kemampuan yang bersifat komprehensif dan mencakup kecakapan individu dalam memperoleh, memahami, mengevaluasi, serta menggunakan informasi kesehatan secara efektif dalam pelayanan kesehatan, upaya pencegahan penyakit, promosi kesehatan, dan konteks kerja, yang dipengaruhi oleh faktor personal, sosial, maupun organisasi. Konsep ini tidak terbatas pada keterampilan membaca dan berhitung semata, tetapi juga melibatkan motivasi, kemampuan kognitif, komunikasi, serta proses pengambilan keputusan yang berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hidup dan pemberdayaan masyarakat⁽¹¹⁾. Temuan empiris menunjukkan bahwa tingkat literasi kesehatan yang rendah berasosiasi dengan perilaku kesehatan yang kurang adaptif, meningkatnya risiko gangguan psikologis seperti depresi, rendahnya pemanfaatan layanan kesehatan preventif, serta memburuknya hasil kesehatan, terutama pada kelompok rentan seperti lansia dan individu dengan status sosial ekonomi rendah⁽⁴¹⁾. Dalam lingkungan kerja, literasi kesehatan kerja berperan penting dalam menjaga kemampuan kerja karyawan, khususnya apabila didukung oleh kepemimpinan yang berfokus pada kesehatan dan budaya organisasi yang mendorong partisipasi serta kepedulian terhadap kesehatan⁽⁴²⁾. Dengan demikian, penguatan literasi kesehatan melalui pendekatan pada tingkat individu, interpersonal, dan organisasi merupakan strategi kunci dalam promosi kesehatan, pencegahan penyakit, serta peningkatan kesejahteraan masyarakat secara berkelanjutan.

Selain itu, literasi kesehatan berperan dalam meningkatkan kapasitas adaptasi tenaga kesehatan terhadap perubahan sistem kerja dan kebijakan organisasi. Lingkungan pelayanan kesehatan sering mengalami perubahan cepat, seperti penerapan teknologi baru, protokol klinis dan kebijakan keselamatan kerja⁽⁴³⁾. Tenaga kesehatan dengan literasi kesehatan yang baik lebih mampu memahami perubahan tersebut dan menyesuaikan diri secara konstruktif. Penelitian menunjukkan bahwa kemampuan adaptasi yang baik berhubungan dengan tingkat stres kerja yang lebih rendah dan kepuasan kerja yang lebih tinggi⁽⁴⁴⁾. Literasi kesehatan

membantu tenaga kesehatan menilai perubahan sebagai tantangan yang dapat dikelola, bukan ancaman yang berlebihan. Hal ini mendukung mekanisme koping yang lebih fleksibel dan berorientasi pada solusi. Oleh karena itu, literasi kesehatan menjadi faktor penting dalam menjaga keseimbangan psikologis tenaga kesehatan di lingkungan kerja yang dinamis.

Kesimpulan

Tinjauan literatur ini menyimpulkan bahwa literasi kesehatan memiliki peran penting sebagai faktor protektif dalam pengelolaan stres kerja pada tenaga kesehatan. Peningkatan literasi kesehatan berkontribusi pada kemampuan individu dalam memahami tuntutan kerja, mengelola tekanan psikososial serta menerapkan strategi koping yang adaptif, sehingga mendukung kesejahteraan kerja dan kesehatan mental tenaga kesehatan. Kontribusi utama penelitian ini adalah penyediaan sintesis bukti ilmiah yang memperkuat posisi literasi kesehatan sebagai pendekatan promotif dan preventif dalam bidang kesehatan kerja. Temuan ini dapat diaplikasikan dalam pengembangan program intervensi kesehatan kerja berbasis peningkatan literasi kesehatan di berbagai fasilitas pelayanan kesehatan. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain longitudinal atau eksperimental guna memperkuat pemahaman hubungan kausal serta mengeksplorasi efektivitas intervensi literasi kesehatan dalam menurunkan stres kerja secara berkelanjutan.

Daftar Pustaka

1. Sipos D, Goyal R, Zapata T. Addressing burnout in the healthcare workforce: current realities and mitigation strategies. *Lancet Reg Heal - Eur* [Internet]. 2024;42(June):100961. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2024.100961>
2. Donnan C. Mental health at work [Internet]. Vol. 57, Labour Administration, Labour Inspection and Occupational Safety and Health Branch Governance and Tripartism Department International Labour Organization. 2005. 16 p. Available from: <https://10.0.3.248/j.lanepe.2024.100961>
3. Satriyanto MD. Determinant Stress Kerja pada Pelayanan Kesehatan: Analisis Lingkungan Kerja dan Beban Kerja (Studi Literature Review). *J Multidiscip Res Deve;lopment* [Internet]. 2022;4(4):344–60. Available from: <https://doi.org/10.38035/rrj.v4i4>
4. Purwaningsih. Faktor Risiko Stres Kerja pada Perawat di Rumah Sakit. *J Penelit Kesehat Suara Forikes* [Internet]. 2025;16(September):901–8. Available from: <https://dx.doi.org/10.33846/sf16341>
5. Ardiyany Ilyas L, Rahim MR, Awaluddin A. Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Sayang Rakyat Makassar. *Hasanuddin J Public Heal* [Internet]. 2020;1(2):191–200. Available from: doi:<https://10.14710/jkli.22.2.221-228>
6. Nutbeam D. Health literacy as a public health goal: A challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21st century. *Health Promot Int* [Internet]. 2000;15(3):259–67. Available from: dpo:<https://10.1093/heapro/15.3.259>
7. Sørensen K, Van Den Broucke S, Fullam J, Doyle G, Pelikan J, Slonska Z, et al. Health literacy and public health: A systematic review and integration of definitions and models. *BMC Public Health* [Internet]. 2012;12(1):80. Available from: doi:<https://10.1186/1471-2458-12-80>
8. Junaidah, Wardhani C, Muharni S. Hubungan Beban kerja dan Lingkungan Kerja dengan Tingkat Stres Perawat di RS X Kota Batam. *J Sains, Teknol dan Kesehat* [Internet]. 2023;2:85–94. Available from: <https://doi.org/10.55681/saintekes.v2i2>
9. Mazelda F, Arneliwati A, Erika E. Tingkat Stres Kerja dengan Kinerja Perawat di Rumah Sakit: Literature Riview. *J Keperawatan Jiwa* [Internet]. 2022;10(2):345. Available from:

- doi:<https://10.26714/jkj.10.2.2022.345-354>
10. Retni A, Harismayanti, Sudirman AN, Daud AW. Strategi Coping Terhadap Stress Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit: Literatur Review. *J Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu* [Internet]. 2023;8(1):51. Available from: doi:<https://10.1021/jm301777k>
 11. Do BN, Nguyen PA, Pham KM, Nguyen HC, Nguyen MH, Tran CQ, et al. Determinants of Health Literacy and Its Associations With Health-Related Behaviors, Depression Among the Older People With and Without Suspected COVID-19 Symptoms: A Multi-Institutional Study. *Front Public Heal* [Internet]. 2020;8(November). Available from: <https://10.0.13.61/fpubh.2020.581746>
 12. Tsai HY, Lee SYD, Coleman C, Sørensen K, Tsai TI. Health literacy competency requirements for health professionals: a Delphi consensus study in Taiwan. *BMC Med Educ* [Internet]. 2024;24(1):1–11. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12909-024-05198-4>
 13. Yang Y. Effects of health literacy competencies on patient-centered care among nurses. *BMC Health Serv Res* [Internet]. 2022;22(1):1–9. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12913-022-08550-w>
 14. Nogueira et al. Calidad del servicio en la imagen institucional del servicio de enfermería en emergencia de pediatría del Hospital Nacional Dos de Mayo Lima 2018. *Univ César Vallejo Vallejo* [Internet]. 2018;71(2):336–42. Available from: doi: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0524>
 15. Bollweg TM, Okan O, Freţian AM, Bröder J, Domanska OM, Jordan S, et al. Adapting the European Health Literacy Survey Questionnaire for Fourth-Grade Students in Germany: Validation and Psychometric Analysis. *Heal Lit Res Pract* [Internet]. 2020;4(3):e144–59. Available from: doi:<https://doi.org/10.1016/j.puhip.2023.100420>
 16. Michou M, Panagiotakos DB, Lionis C, Costarelli V. Low Health Literacy and Perceived Stress in Adults: Is There a Link? *Cent Eur J Public Health* [Internet]. 2021;29(3):195–200. Available from: <https://doi.org/10.21101/cejph.a6692>
 17. Stavdal MN, Hermansen Å, Sjetne IS, Larsen MH, Wahl AK, Kohnen D, et al. Associations Between Work-Related Factors, Mental Well-Being, and Health Literacy Sensitivity: A Cross-Sectional Study Among Healthcare Personnel. *J Healthc Leadersh* [Internet]. 2025;17(August):383–94. Available from: <https://10.0.8.99/JHL.S533694>
 18. Chen YC, Guo YLL, Lin LC, Lee YJ, Hu PY, Ho JJ, et al. Development of the nurses' occupational stressor scale. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2020;17(2):1–14. Available from: doi:<https://10.3390/ijerph17020649>
 19. Kim S, Oh J. The relationship between e-health literacy and health-promoting behaviors in nursing students: A multiple mediation model. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(11).
 20. Zhang H, Zhao W, He Y, Wu J. Association between occupational health literacy and occupational stress among workers in metal mining, metallurgy and non-metallic manufacturing in Gansu, China. *BMC Public Health*. 2025;
 21. Kim KA, Hyun MS, De Gagne JC, Ahn JA. A cross-sectional study of nursing students' eHealth literacy and Covid-19 preventive behaviours. *J Nurs* [Internet]. 2023;10(2):544–51. Available from: doi:<https://10.1002/nop2.1320>
 22. Sato Y, Iwakiri K, Matsuo T, Sasaki T. Impact of health literacy on health practices in the working life of young Japanese nurses and care workers. *Ind Health* [Internet]. 2021;59(3):171–9. Available from: doi:<https://10.2486/indhealth.2020-0218>
 23. Friis K, Aaby A, Lasgaard M, Pedersen MH, Osborne RH, Maindal HT. Low health literacy and mortality in individuals with cardiovascular disease, chronic obstructive pulmonary disease, diabetes, and mental illness: A 6-year population-based follow-up study. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(24):1–10.

24. Marthoenis, Maskur, Fathiariani L, Nassimbwa J. Investigating the burden of mental distress among nurses at a provincial Covid-19 referral hospital in Indonesia: a cross-sectional study. *BMC Nurs* [Internet]. 2021;20(1):1–8. Available from: doi:[https://10.1186/s12912-021-00596-1](https://doi.org/10.1186/s12912-021-00596-1)
25. Putri NK, Melania MKN, Fatmawati SMY, Lim YC. How does the work-life balance impact stress on primary healthcare workers during the COVID-19 pandemic? *BMC Health Serv Res* [Internet]. 2023;23(1):1–12. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12913-023-09677-0>
26. Budiyanto, Rattu AJ., Umboh JM. Perawat Pelaksana Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Bethesda Gmim Tomohon. *J Kesehat Masy Univ Sam Ratulangi* [Internet]. 2019;8(3):1–18. Available from: doi:[https://10.35790/jkp.v7i1.24339](https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.24339)
27. Ehmann AT, Ög E, Rieger MA, Siegel A. Work-related health literacy: A scoping review to clarify the concept. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2021;18(19). Available from: doi:[https://10.3390/ijerph18199945](https://doi.org/10.3390/ijerph18199945).
28. Saqib Lodhi F, Sharif Bukhari H, Idris Abdulshakur A. Prevalence of Insomnia and Its Associated Factors among Family Medicine Residents Makkah, Saudi Arabia. *Artic Am J Med Sci Med* [Internet]. 2021;9(4):105–10. Available from: <http://pubs.sciepub.com/ajmsm/9/4/2>
29. Cairns K, Rossetto A. School-based mental health literacy interventions [Internet]. *International Handbook of Health Literacy*. 2023. 291–306 p. Available from: doi:[https://10.56687/9781447344520-022](https://doi.org/10.56687/9781447344520-022)
30. Liu C, Wang D, Liu C, Jiang J, Wang X, Chen H, et al. What is the meaning of health literacy? A systematic review and qualitative synthesis. *Fam Med Community Heal* [Internet]. 2020;8(2):1–8. Available from: doi:[https://10.1136/fmch-2020-000351](https://doi.org/10.1136/fmch-2020-000351)
31. Kim K, Shin S, Kim S, Lee E. The Relation between eHealth Literacy and Health-Related Behaviors: Systematic Review and Meta-analysis. *J Med Internet Res* [Internet]. 2023;25. Available from: doi:[https://10.2196/40778](https://doi.org/10.2196/40778)
32. Bunyamin B. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stres pada Tenaga Kesehatan di Klinik Pratama Radjak Grup. *J Kesehat Masy Perkota* [Internet]. 2021;1(1):1–11. Available from: doi:[https://10.37012/jkmp.v1i1.550](https://doi.org/10.37012/jkmp.v1i1.550)
33. Bröder J, Okan O, Bauer U, Bruland D, Schlupp S, Bollweg TM, et al. Health literacy in childhood and youth: A systematic review of definitions and models. *BMC Public Health* [Internet]. 2017;17(1):1–25. Available from: doi:[https://10.1186/s12889-017-4267-y](https://doi.org/10.1186/s12889-017-4267-y)
34. Aaby A, Friis K, Christensen B, Rowlands G, Maindal HT. Health literacy is associated with health behaviour and self-reported health: A large population-based study in individuals with cardiovascular disease. *Eur J Prev Cardiol* [Internet]. 2017;24(17):1880–8. Available from: doi:[https://10.1177/2047487317729538](https://doi.org/10.1177/2047487317729538)
35. Osman N, Michel C, Schimmelmann BG, Schilbach L, Meisenzahl E, Schultze-Lutter F. Influence of mental health literacy on help-seeking behaviour for mental health problems in the Swiss young adult community: a cohort and longitudinal case–control study. *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci* [Internet]. 2023;273(3):649–62. Available from: <https://doi.org/10.1007/s00406-022-01483-9>
36. Dewi ADC, Sundari RI, Yudono DT. Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stress Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Umum Wijaya Kusuma Kebumen. *Semin Nas Penelit dan Pengabd Kpd Masy* [Internet]. 2021;771–81. Available from: doi:[https://10.35790/jikwa.v16i2.31682](https://doi.org/10.35790/jikwa.v16i2.31682)
37. Zobbi M Al, Alsinglawi B, Mubin O, Alnajjar F. Measurement method for evaluating the lockdown policies during the COVID-19 pandemic. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2020;17(15):1–9. Available from: doi:[https://10.3390/ijerph17155574](https://doi.org/10.3390/ijerph17155574)
38. Erviana E. Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat IGD. *J Heal Soc*.

- 2024;13(2):105–11.
39. Henshall C, Davey Z, Jackson D. Nursing resilience interventions—A way forward in challenging healthcare territories. *J Clin Nurs* [Internet]. 2020;29(19–20):3597–9. Available from: doi:<https://10.1111/jocn.15276>
 40. Fitriani Y, Suryani D. Faktor-faktor yang memengaruhi stres kerja perawat di rumah sakit umum daerah. *J Keperawatan Indones* [Internet]. 2022;25(2):103–12. Available from: doi:<https://10.33221/jiiki>.
 41. Coughlin SS, Vernon M, Hatzigeorgiou C, George V. Health Literacy, Social Determinants of Health, and Disease Prevention and Control. *J Environ Heal Sci* [Internet]. 2020;6(1):2019–22. Available from: doi:<https://10.15436/2378-6841.20.3061>.
 42. Friedrich J, Rupp M, Feng YS, Sudeck G. Occupational health literacy and work ability: a moderation analysis including interpersonal and organizational factors in healthy organizations. *Front Public Heal* [Internet]. 2024;12(February). Available from: doi:<https://10.3389/fpubh.2024.1243138>
 43. Hardiyanti R, Nasedum IR, Fitriani F. Strategi Coping Perawat Dalam Menghadapi Stres Kerja Selama Masa Pandemi Covid-19: penelitian kualitatif. *Heal Inf J Penelit* [Internet]. 2022;14(2):168–76. Available from: doi:<https://10.36990/hijp.v14i2.686>
 44. Park IJ, Kim M, Kwon S, Lee HG. The relationships of self-esteem, future time perspective, positive affect, social support, and career decision: A longitudinal multilevel study. *Front Psychol* [Internet]. 2018;9(APR):1–14. Available from: doi:<https://10.3389/fpsyg.2018.00514>