

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

A.1 Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Tanpa pengetahuan seseorang tidak mempunyai dasar untuk mengambil keputusan dan menentukan tindakan terhadap masalah yang dihadapi (Purwoastuti dan Elisabeth, 2015)

A.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, yaitu:

1. Faktor internal: faktor dari dalam diri sendiri, misalnya intelengensia, minat, kondisi fisik.
2. Faktor eksternal: faktor dari luar diri, misalnya keluarga, masyarakat, informasi, saran (Purwoastuti dan Elisabeth, 2015).

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Terdapat tujuh faktor yang, mempengaruhi pengetahuan seseorang.

1. Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan kepada orang lain agar dapat memahami sesuatu hal. Semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya pengetahuan yang dimilikinya akan semakin banyak. Sebaliknya, jika seseorang memiliki tingkat pendidikan yang rendah yang rendah, maka akan menghambat perkembangan sikap orang tersebut terhadap penerimaan informasi dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan.

2. Pekerjaan

Lingkungan pekerjaan dapat membuat seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan, baik secara langsung maupun tidak langsung.

3. Umur

Dengan bertambahnya umur seseorang akan mengalami perubahan aspek fisik dan psikologis (mental). Secara garis besar pertumbuhan fisik terdiri dari empat kategori perubahan yaitu perubahan ukuran, perubahan proporsi, hilangnya ciri-ciri lama dan timbulnya ciri-ciri baru. Perubahan ini terjadi karena pematangan fungsi organ. Pada aspek psikologis atau mental, taraf berfikir seseorang menjadi semakin matang dan dewasa.

4. Minat

Minat sebagai suatu kecendrungan atau keinginan yang tinggi terhadap sesuatu. Minat menjadikan seseorang untuk mencoba dan menekuni suatu hal sehingga seseorang memperoleh pengetahuan yang lebih mendalam.

5. Pengalaman

Pengalaman adalah suatu kejadian yang pernah dialami seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Orang cenderung berusaha melupakan pengalaman yang kurang baik. Sebaliknya, jika pengalaman tersebut menyenangkan maka secara psikologis mampu menimbulkan kesan yang sangat mendalam dan membekas dalam emosi kejiwaan seseorang. Pengalaman baik ini akhirnya dapat membentuk sikap positif dalam kehidupannya.

6. Kebudayaan dan lingkungan

Lingkungan sangat berpengaruh dalam pembentukan sikap pribadi atau sikap seseorang, Kebudayaan lingkungan tempat kita hidup dan dibesarkan mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan sikap kita. Apakah dalam suatu wilayah mempunyai sikap menjaga kebersihan lingkungan, maka sangat mungkin masyarakat sekitarnya mempunyai sikap selalu menjaga kebersihan lingkungan.

7. Informasi

Kemudahan untuk memperoleh informasi dapat mempercepat seseorang memperoleh pengetahuan yang baru (Mubarak, 2014).

A.3 Kriteria Tingkat Pengetahuan

Menurut (Wawan, A., dan Dewi, 2019) pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu:

1. Baik, bila responden menjawab benar 76-100% seluruh pertanyaan.
2. Cukup, bila responden menjawab benar 56-75% seluruh pertanyaan.
3. Kurang, bila response menjawab benar <56% seluruh pertanyaan.

A.4 Tingkat Domain Pengetahuan

Ada enam tingakt domain pengetahuan, yaitu:

1. Tahu (know)

Tahu diartikan sebagai mengingat kembali (*recall*) terhadap suatu materi yang telah dipelajari.

2. Memahami

Suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut dengan benar.

3. Aplikasi

Diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi dan konsi yang sebenarnya.

4. Analisis

Adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen tetapi masih dalam suatu struktur organisasi dan tidak kaitannya dengan yang lain.

5. Sintesa

Sintesa menunjukkan suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam suatu bentuk keseluruhan baru.

6. Evaluasi

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melaksanakan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi/objek (Purwoastuti dan Elisabeth, 2015)

B. Konsep Tablet Tambah Darah

B.1. Pengertian Tablet Tambah Darah

Tablet tambah darah adalah suplemen yang mengandung zat besi. Zat besi adalah sebuah nutrisi esensial yang diperlukan oleh setiap sel manusia (Ani, 2020)

B.2 Kandungan Tablet Tambah Darah

Setiap tablet tambah darah bagi wanita usia subur dan ibu hamil sekurangnya mengandung : Zat besi setara dengan 60 mg besi elemental (dalam bentuk sediaan *Ferro Sulfat*, *Ferro Fumarat* atau *Ferro Gluconat*) dan *Asam Folat* 0,400 mg (Haspriyanti, 2016).

B.3. Manfaat Tablet Tambah Darah

Beberapa manfaat tablet tambah darah bagi tubuh adalah: Mencukupi kebutuhan zat besi tubuh, Memastikan produksi hemoglobin yang mengikat oksigen tetap optimal, Menambah energi, Mengatasi anemia dan neutropenia.

Pemberian tablet tambah darah sebagai salah satu upaya penting dalam pencegahan dan penanggulangan anemia yang merupakan cara efektif karena dapat mencegah dan menanggulangi anemia akibat kekurangan zat besi dan asam folat (Kemenkes RI, 2017).

Tablet tambah darah adalah suplemen yang mengandung zat besi. Suplementasi tablet tambah darah dihubungkan dengan penurunan prevalensi anemia, kondisi anemia dan perbaikan anemia, dengan suplementasi dosis kecil dan lama menjadi lebih efektif dibandingkan dengan pemberian dalam waktu singkat (Ani, 2020).

B.4. Cara Mengonsumsi

Tablet tambah darah merupakan tablet yang diberikan kepada wanita usia subur dan ibu hamil . bagi wanita usia subur diberikan sebanyak satu kali seminggu (Kemenkes RI, 2019). Sebaiknya tablet tambah darah diminum bersama dengan air putih atau jus Serta menghindari mengonsumsi tablet tambah darah bersamaan dengan:

1. Teh dan kopi karena mengandung senyawa fitat dan titan yang dapat mengikat zat besi menjadi senyawa yang kompleks sehingga tidak dapat diserap.
2. Tablet Kalsium (kalk) dosis yang tinggi, dapat menghambat dalam jumlah yang tinggi sehingga dapat menurunkan penyerapan zat besi di mukosa usus.
3. Obat sakit maag yang berfungsi melapisi permukaan lambung sehingga penyerapan zat besi terhambat. Penyerapan zat besi akan semakin terhambat jika menggunakan obat maag yang mengandung kalsium.

Apabila ingin mengkonsumsi makanan dan minuman yang dapat menghambat penyerapan zat besi, sebaiknya dilakukan dua jam sebelum dan sesudah mengkonsumsi tablet tambah darah (Kemenkes RI, 2017).

B.5. Efek Samping Tablet Tambah Darah

Gejala seperti nyeri/perih di ulu hati, mual, muntal dan tinja berwarna hitam) tidak berbahaya. Untuk mengurangi gejala tersebut sangat dianjurkan minum tablet tambah darah setelah makan (perut tidak kosong) atau malam sebelum tidur. Bagi remaja putrid dan WUS yang mempunyai gangguan lambung dianjurkan konsultasi kepada dokter (Kemenkes RI, 2017)

B.6. Dampak Tidak Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah

Wanita usia subur cenderung menderita anemia dikarenakan wanita mengalami menstruasi setiap bulan, dan hal ini akan diperberat jika asupan zat besi dari makanan sehari-hari rendah. Wanita usia subur yang

mengalami anemia gizi besi akan mudah sakit karena daya tahan tubuh yang rendah sehingga produktivitas kerja rendah (Kemenkes RI, 2017).

Anemia pada remaja putri dapat menurunkan daya tahan tubuh, kebugaran dan prestasi belajar. Selain itu tidak hanya mempengaruhi kehidupannya dalam jangka pendek, namun berpengaruh pada jangka panjang yaitu kehamilan, remaja putri merupakan calon ibu yang dapat meningkatkan resiko pertumbuhan janin terhambat (PJT) Prematur, BBLR, stunting dan gangguan neurokognitif (Haspriyanti, 2016)

B.7 Kebutuhan atau dosis zat besi

Kebutuhan zat besi terabsorpsi pada remaja putri diperkirakan sekitar 1,9 mg/hari, berdasarkan rata-rata kebutuhan untuk tubuh (0,5 mg), dan kehilangan darah saat menstruasi (0,6 mg). Apabila AKG zat besi 15 mg/hari, dengan asumsi penyerapan zat besi 10-15%, akan menghasilkan asupan zat besi sekitar 1,5-2,2 mg/hari. Jumlah ini cukup untuk mempertahankan keseimbangan zat besi di dalam tubuh, termasuk untuk penyimpanan sebesar 300 mg (Briawan, 2019).

B.8 Penyimpanan tablet tambah darah

Penyimpanan sebaiknya sesuai dengan standar penyimpanan obat, yaitu di tempat yang sejuk dan tidak boleh terkena sinar matahari langsung dan dalam kemasan tertutup (Kemenkes RI, 2017).

C. Konsep Penyuluhan Kesehatan

C.1 Pengertian Penyuluhan Kesehatan

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak hanya sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisamelakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan Kesehatan

Penyuluhan kesehataaan adalah gabungan berbagai kegiatan dan kesempatan yang dilandaskan prinsip-prinsip belajar untuk mencapai suatu keadaan, dimana individu, keluarga, kelompok atau masyarakat secara keseluruhan ingin hidup sehat, tahu bagaimana caranya dan melakukan apa yang bisa dilakukan, secara kelompok dan meminta pertolongan (Notoatmodjo, 2016).

C.2 Sasaran Penyuluhan Kesehatan

Sasaran penyuluhan kesehatan mencakup individu, keluarga, kelompok dan masyarakat. Penyuluhan kesehatan pada indivodu dapat dilakukan di rumah sakit, klinik, puskesmas, posyandu, keluaraga binaan dan masyarakat binaan. Penyuluhan kesehataaan pada kelurga diutamakan pada keluarga resiko tinggi, seperti kelurga yang menderita penyakit menular, keluarga dengan social ekonomi rendah, keluarga dengan status gizi buruk, keluarga dan sebagainya. Penyuluhan kesehatan pada sasaran kelompok dapat dilakukan pada kelompok ibu hamil, kelompok ibu yang memiliki balita. Kelopak masyarakat yang rawan terhadap masalah kesehatan seperti kelompok lansia, kelompok yang ada di berbagai institusi pelayanan kesehatan

seperti anak sekolah, pekerja dalam perusahaan dan lain-lain. Penyuluhan kesehatan dengan sasaran masyarakat dapat dilakukan pada masyarakat binaan puskesmas, puskesmas pedesaan, masyarakat nelayan, masyarakat yang terkena wabah dan lain-lain (Notoatmodjo, 2016).

C.3 Metode penyuluhan

Metode penyuluhan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tercapainya suatu hasil promosi kesehatan secara optimal. Metodenya antara lain :

1). Metode individual (perorangan)

Dalam penyuluhan kesehatan metode ini digunakan untuk membina perilaku baru atau seseorang yang telah mulai tertarik pada suatu perubahan perilaku atau inovasi. Dasar digunakan pendekatan individual ini karena setiap orang mempunyai masalah atau alasan yang berbeda-beda, sehubungan dengan penerimaan atau perilaku baru tersebut. Metode yang dapat dikemukakan antar lain adalah metode bimbingan dan wawancara.

1) Metode kelompok

Dalam memilih metode penyuluhan kelompok harus mengingat besarnya kelompok sasaran serta tingkat pendidikan formal pada sasaran. Untuk kelompok yang besar metodenya akan berbeda dengan kelompok kecil. Efektifitas suatu metode akan tergantung pula pada besarnya sasaran penyuluhan. Metode ini mencakup ceramah dan seminar.

2) Metode massa

Dalam metode ini penyampaian informasi ditujukan kepada masyarakat yang sifatnya massa atau publik. Oleh karena sasaran bersifat umum dalam arti tidak membedakan golongan umur, pekerjaan, status ekonomi, tingkat pendidikan dan sebagainya, maka pesan kesehatan harus dirancang sedemikian rupa sehingga dapat ditangkap oleh massa tersebut. Beberapa contoh dari metode ini adalah ceramah umum, berbincang-bincang (talk show) tentang kesehatan melalui media elektronik, simulasi, dialog antara pasien dan petugas kegiatan, tulisan majalah atau koran, spanduk, leaflet, poster dan sebagainya (Notoatmodjo, 2016).

C.4 Jenis Media Promosi Kesehatan

Berdasarkan fungsinya sebagai penyalur pesan-pesan kesehatan, media ini dibagi menjadi tiga, yakni media cetak, media elektronik dan media papan (Notoatmodjo, 2016). Yang menjadi variabel dalam penelitian ini adalah media cetak yaitu leaflet.

D. Leaflet

D.1 Pengertian Leaflet

Leaflet merupakan bentuk penyampaian informasi atau pesan-pesan kesehatan melalui lembaran yang dilipat. Isi informasi dapat dalam bentuk kalimat maupun gambar, atau kombinasi (Notoatmodjo, 2016).

Leaflet merupakan salah satu bentuk media dalam memberikan penyuluhan visual-aid yang memiliki salah satu manfaat yaitu untuk mempermudah penerimaan informasi bagi sasaran pendidikan. Media akan

sangat membantu agar pesan-pesan yang disampaikan dalam penyuluhan dapat diberikan dengan jelas sehingga sasaran dapat menerima pesan dengan jelas dan tepat yang dapat terlihat dengan terjadinya peningkatan nilai pengetahuan (Notoatmodjo, 2014).

D.2 Kegunaan Leaflet

a. Sebagai Alat promosi

Fungsi utama leaflet adalah sebagai alat untuk mempromosikan suatu produk atau jasa dan juga kegiatan atau acara yang akan diselenggarakan, kepada target konsumen

b. Sebagai penyebar informasi

Selain berguna untuk promosi, fungsi lain dari leaflet adalah sebagai alat untuk menyebarkan informasi seperti informasi kesehatan (Notoatmodjo, 2016).

D.3 Ciri-Ciri Leaflet

- a. Tulisan terdiri dari 200 sampai 400 kata dengan tulisan cetak biasanya diselingi dengan gambar-gambar
- b. Gambar yang ditampilkan sesuai dengan informasi pada leaflet
- c. Isi leaflet dapat dibaca sekali pandang
- d. Desainya terdiri dari dua muka halaman, yang dirancang sesuai bentuk lipatan kertas
- e. Ukuran leaflet 20-30 cm (Notoatmodjo, 2016).

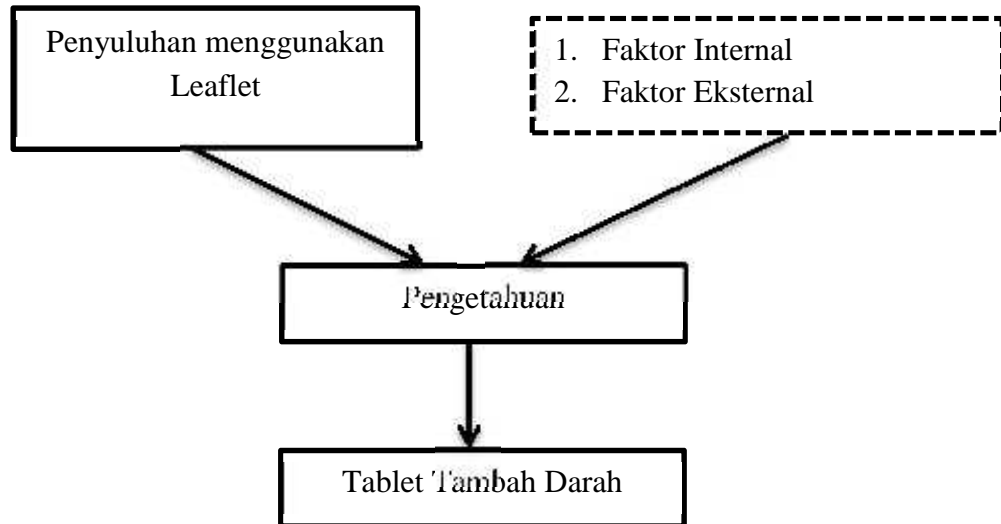
D.4 Kelebihan Leaflet

- a. Bentuk dan ukuran leaflet sangatlah ringan sehingga mudah dibagikan dan mudah dibawa kemana-mana
- b. Mudah dimengerti
- c. Tahan lama, Biaya tidak tinggi, Tidak perlu listrik, dapat mengungkit rasa keindahan, Mempermudah pemahaman, Meningkatkan gairah belajar
(Supriyati, Eny, 2019)

D.5 Kekurangan Leaflet

- a. Sangat tergantung pada desain, terutama dalam hal pemilihan warna dan ukuran tulisan, layout, dan juga tingkat kepadatan informasi yang ada di dalamnya, dimana hal-hal tersebut menentukan konsumen akan membaca leaflet tersebut atau tidak.
- b. Tidak terlalu efektif dan efisien apabila menargetkan calon konsumen pada area yang terlalu luas.
- c. Tidak dapat menstimulir efek gerak, efek suara, dan mudah rusak,
- d. Leaflet hanya untuk dibagikan, tidak bisa dipajang (Notoatmodjo, 2016).

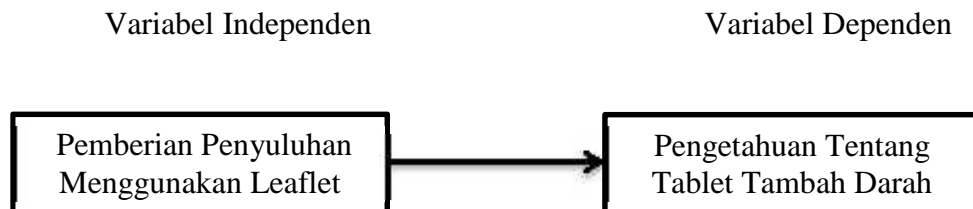
E. Kerangka Teori



Gambar 2.1
Kerangka Teori

F. Kerangka Konsep

Kerangka teori pada penelitian ini adalah seperti berikut:



Gambar 2.2
Kerangka Konsep

G. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada pengaruh penyuluhan menggunakan leaflet terhadap pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah di SMP Swasta Nasional Kabupaten Langkat.