

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Kepatuhan**

##### **2.1.1 Pengertian Kepatuhan**

Kepatuhan merupakan perilaku individu dalam mengikuti anjuran atau aturan yang telah ditetapkan oleh tenaga kesehatan, termasuk dalam hal mengkonsumsi obat atau suplemen sesuai dengan dosis, waktu, dan cara yang dianjurkan.

Menurut Soekidjo Notoatmodjo, kepatuhan adalah perilaku seseorang dalam melaksanakan tindakan kesehatan yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan atau pihak yang berwenang guna mencapai kondisi kesehatan yang optimal. Sementara itu, kepatuhan didefinisikan oleh Haynes Brian sebagai tingkat di mana pasien mengikuti saran penyedia layanan kesehatan tentang obat-obatan, makanan, dan perubahan gaya hidup.

Organisasi Kesehatan Dunia mendefinisikan kepatuhan sebagai "sejauh mana tindakan individu terkait dengan pengobatan yang diresepkan, pembatasan diet, dan modifikasi gaya hidup lainnya yang disepakati dengan penyedia layanan kesehatan" (WHO).

Dalam konteks studi ini, kepatuhan yang dimaksud adalah perilaku remaja putri dalam mengkonsumsi tablet Fe secara rutin sesuai dengan anjuran yang diberikan oleh tenaga kesehatan guna menghindari anemia.

### **2.1.2 Faktor–Faktor yang Memengaruhi Kepatuhan**

World Health Organization ada sebagian faktor yang memengaruhi kepatuhan individu untuk menjalankan pengobatan atau konsumsi suplemen, yaitu:

1. Faktor Sosial dan Ekonomi : Faktor sosial ekonomi seperti pendidikan, kondisi ekonomi, serta dukungan keluarga dapat memengaruhi kepatuhan seseorang dalam mengikuti anjuran kesehatan.

2. Faktor Sistem Pelayanan Kesehatan : Akses kepada pelayanan kesehatan, kualitas komunikasi antara tenaga kesehatan dan pasien, serta ketersediaan informasi kesehatan dapat memengaruhi kepatuhan individu.

3. Faktor Kondisi Individu : Karakteristik individu seperti usia, pengetahuan, sikap, dan motivasi dapat memengaruhi perilaku kepatuhan seseorang.

4. Faktor Terapi atau Pengobatan : Jenis pengobatan, lama pengobatan, serta efek samping yang dirasakan dapat memengaruhi kepatuhan seseorang dalam mengkonsumsi obat.

5. Faktor Dukungan Lingkungan : Dukungan keluarga, teman teman, ustadzah, maupun nakes dapat menambah kepatuhan seseorang dalam menjalankan pengobatan.

### **2.1.3 Kepatuhan Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Fe**

Kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe sebagai suatu faktor penting untuk menghindari anemia pada remaja. Remaja putri punya risiko yang lebih tinggi merasakan anemia karena kehilangan darah saat menstruasi serta kebutuhan zat besi yang meningkat pada masa pertumbuhan.

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, remaja putri dianjurkan untuk mengonsumsi tablet tambah darah (tablet Fe) ada satu tablet setiap minggu sebagai upaya pencegahan anemia.

Namun dalam pelaksanaannya masih banyak remaja putri yang tidak patuh konsumsi tablet Fe. Hal ini dapat dikarenakan kurangnya pengetahuan mengenai manfaat tablet Fe, adanya efek samping seperti mual, serta kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar.

## **2.2 Anemia**

### **2.2.1. Pengertian Anemia**

Ketidakmampuan darah untuk membawa oksigen ke jaringan tubuh berkurang ketika kadar hemoglobin (Hb) turun di bawah normal, suatu kondisi yang dikenal sebagai anemia. Sel darah merah mengandung protein hemoglobin, yang mengangkut oksigen dari paru-paru ke setiap jaringan di tubuh. Gejala kelemahan, kelelahan, dan gangguan konsentrasi dapat muncul akibat penurunan pasokan oksigen yang disebabkan oleh kekurangan hemoglobin (WHO, 2020).

Anemia defisiensi besi dan kehilangan darah menstruasi merupakan penyebab utama anemia pada remaja perempuan (Kementerian Kesehatan Indonesia, 2022).

Protein hemoglobin terletak di dalam eritrosit, yang bertanggung jawab untuk membawa oksigen ke seluruh tubuh dan sebagian karbon dioksida kembali ke paru-paru untuk diekskresikan.

Masing-masing dari empat subunit protein yang membentuk hemoglobin—globin—mengandung gugus heme, yaitu atom besi (Fe). Pengikatan oksigen adalah salah satu fungsi atom besi ini.

### **2.2.2. Fungsi Utama Hemoglobin**

1. Mengangkut oksigen ( $O_2$ ) : Hemoglobin mengikat oksigen di paru-paru dan mengantarkannya ke seluruh jaringan tubuh untuk digunakan dalam metabolisme seluler.
2. Membawa karbon dioksida ( $CO_2$ ) : Sebagian karbon dioksida yang dihasilkan jaringan tubuh diangkut kembali oleh hemoglobin ke paru-paru untuk dikeluarkan dari pernapasan.
3. Memberi warna merah pada darah : Hemoglobin memberikan warna merah khas darah karena adanya gugus heme yang berikatan dengan oksigen.

(Anbalagan S, 2025)

### **2.2.3. Jenis dan Penyebab Anemia**

#### **1. Anemia Defisiensi Besi**

Merupakan jenis anemia paling sering dijumpai secara global. Terjadi akibat kekurangan zat besi yang diperlukan untuk pembentukan hemoglobin. Penyebabnya meliputi asupan zat besi yang kurang, gangguan penyerapan (misalnya gangguan saluran cerna), peningkatan kebutuhan (kehamilan, pertumbuhan), serta perdarahan kronis seperti menstruasi berlebihan atau perdarahan saluran cerna. ( WHO, 2021)

#### **2. Anemia Penyakit Kronis (*Anemia of Chronic Disease*)**

Terjadi pada kondisi inflamasi kronis seperti penyakit ginjal, infeksi menahun, kanker, atau penyakit autoimun. Peradangan meningkatkan produksi hepcidin yang menghambat penggunaan zat besi dan mengurangi produksi eritrosit di sumsum tulang. (WHO, 2021)

### 3. Anemia Megaloblastik

Dikarenakan defisiensi vitamin B12 atau asam folat yang perannya krusial dalam sintesis DNA. Kekurangan ini menyebabkan gangguan pematangan inti sel darah merah alhasil terbentuk sel berukuran besar (makrositik). Penyebabnya dapat berupa malnutrisi, gangguan penyerapan (misalnya anemia pernisiiosa), atau penyakit saluran cerna. (National Institutes of Health, 2022)

### 4. Anemia Hemolitik

Muncul saat sel darah merah terhancur lebih cepat dibandingkan pembentukannya. Dapat bersifat genetik (misalnya *talasemia*, defisiensi *enzim*) atau didapat (autoimun, infeksi, reaksi obat). (National Organization for Rare Disorders, 2023)

### 5. Anemia Aplastik

Merupakan kondisi langka saat sumsum tulang gagal menciptakan sel darah merah secara adekuat. Penyebabnya dapat berupa gangguan autoimun, paparan bahan kimia beracun, infeksi virus, atau efek samping obat tertentu. (Mayo Clinic, 2024)

#### **2.2.4. Tanda dan Gejala Anemia**

Tanda dan gejala anemia antara lain:

- 1) Mudah lelah
- 2) Lemah, lesu, letih
- 3) Pusing atau sakit kepala
- 4) Wajah pucat
- 5) Konsentrasi menurun
- 6) Mengantuk di siang hari
- 7) Sesak napas ringan
- 8) Jantung berdebar (WHO, 2023).

#### **2.2.5. Dampak Anemia**

Anemia berdampak luas terhadap kesehatan individu maupun populasi karena berkurangnya kapasitas darah dalam membawa oksigen ke jaringan. Dampak ini dapat sifatnya jangka pendek maupun jangka panjang, tergantung pada tingkat keparahan, durasi, serta kelompok usia yang terdampak.

1. Dampak terhadap Kesehatan Fisik
  - a. Penurunan kapasitas kerja dan aktivitas fisik : Kekurangan oksigen berakibat kelelahan kronis, penurunan daya tahan tubuh, dan berkurangnya produktivitas kerja maupun kemampuan belajar.
  - b. Gangguan fungsi kardiovaskular : Pada anemia berat, jantung harus bekerja lebih keras untuk trepenuhi kebutuhan oksigen jaringan.
2. Dampak pada Ibu Hamil dan Bayi : Anemia pada kehamilan berhubungan dengan:

- a. Peningkatan risiko persalinan prematur
- b. Berat badan lahir rendah (BBLR)
- c. Gangguan pertumbuhan janin
- d. Peningkatan risiko kematian ibu pada anemia berat

Kekurangan zat besi pada masa kehamilan juga dapat memengaruhi perkembangan otak janin. (WHO, 2023)

3. Dampak pada Anak dan Remaja : Pada anak-anak, anemia terutama defisiensi besi dapat menyebabkan:
  - a. Gangguan perkembangan kognitif
  - b. Penurunan konsentrasi dan prestasi belajar
  - c. Gangguan pertumbuhan
  - d. Penurunan sistem imun alhasil lebih rentan infeksi

Dampak kognitif dapat sifatnya jangka panjang bila terjadi pada periode awal kehidupan. ( WHO, 2022-2023)

#### **2.2.6. Diagnosis dan Penanganan**

Diagnosis anemia dilaksanakan melalui pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) mempergunakan hemoglobinometer atau pemeriksaan laboratorium darah lengkap.

Penanganan anemia meliputi:

- 1) Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD/Fe)
- 2) Konsumsi makanan tinggi zat besi (hati ayam, daging merah, sayur hijau)
- 3) Konsumsi vitamin C

- 4) Pengobatan cacangan bila ada
- 5) Edukasi gizi

Program nasional menganjurkan remaja putri mengonsumsi 1 tablet Fe setiap minggu sepanjang tahun (Kemenkes RI, 2022).

### 2.2.7. Klasifikasi Anemia pada Remaja

Menurut WHO (2020), klasifikasi anemia remaja putri:

Kategori	Kadar Hemoglobin (Hb)	Keterangan
Tidak anemia	$\geq 12,0$ g/dL	Normal
Anemia ringan	11,0 – 11,9 g/dL	Anemia derajat ringan
Anemia sedang	8,0 – 10,9 g/dL	Anemia derajat sedang
Anemia berat	$< 8,0$ g/dL	Anemia derajat berat

## 2.3 Remaja

### 2.3.1 Definisi Remaja

Organisasi Kesehatan Dunia mendefinisikan remaja sebagai mereka yang mengalami perubahan fisik, mental, dan sosial yang signifikan saat mereka beralih dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (WHO, 2021).

### 2.3.2 Tahapan Perkembangan Remaja

- 1) Remaja awal (10-13 tahun) mulai pubertas

Pada usia 10 tahun, anak-anak mulai memasuki pubertas. Ini terjadi antara usia 10 dan 13 tahun, ketika seorang remaja mulai memasuki pubertas dan mengalami pertumbuhan yang pesat. Selama masa pubertas, kedua jenis kelamin mengalami perkembangan fisik yang pesat dan peningkatan hasrat dalam aktivitas seksual. Selain itu, perubahan tubuh adalah sesuatu yang sangat disadari oleh remaja. Sebagai contoh, perkembangan payudara pada remaja perempuan, pembesaran testis pada remaja laki-laki, dan dimulainya pertumbuhan rambut ketiak dan alat kelamin adalah contoh dari perubahan

tersebut. Dalam kebanyakan kasus, perempuan akan tumbuh lebih cepat daripada laki-laki.

2) Remaja tengah (14-16 tahun) pencarian identitas

Usia 14–16 tahun merupakan masa remaja pertengahan. Selama pubertas, tubuh seorang gadis mengalami sejumlah perubahan, termasuk pembesaran pinggul, pinggang, dan bokong, dimulainya menstruasi, peningkatan keringat, dan perkembangan reproduksi. Pada saat yang sama, laki-laki biasanya mengalami periode perkembangan fisik yang cepat, ditandai dengan perubahan penampilan seperti penambahan berat badan, menjadi lebih tinggi, mengembangkan suara yang lebih dalam, mengembangkan bahu dan dada yang lebih besar, menumbuhkan kumis dan cambang, dan memperbesar penis mereka.

3) Remaja akhir (17-19 tahun) mulai matang secara emosional

Remaja akhir didefinisikan sebagai mereka yang berusia antara tujuh belas dan dua puluh satu tahun. Tubuh mereka biasanya matang pada saat mereka mencapai kapasitas maksimalnya. Selain itu, mentalitas mereka jauh lebih berkembang daripada anak sekolah menengah. Mencapai tujuan yang direncanakan lebih penting bagi mereka, dan mereka mampu membuat pilihan yang sesuai dengan harapan dan ambisi mereka. Hal-hal seperti mengerjakan pekerjaan rumah dan berpegang teguh pada prinsip adalah contoh prioritas bagi remaja. Kekasih, teman, dan keluarga semuanya merasa lebih aman. Mereka telah memutuskan untuk curhat kepada orang dewasa yang dipercaya, seperti orang tua atau saudara kandung, atau untuk membicarakan sesuatu yang penting bagi mereka

### **2.3.3 Perkembangan Fisik Remaja**

Perkembangan fisik remaja ialah bagian dari proses pubertas, yaitu masa transisi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai oleh percepatan pertumbuhan, pematangan organ reproduksi, serta perubahan komposisi tubuh. Proses ini terpengaruhi faktor genetik, hormon, status gizi, lingkungan, dan kesehatan umum.

Perkembangan fisik remaja ditandai oleh percepatan pertumbuhan, pematangan sistem reproduksi, perubahan komposisi tubuh, serta perubahan kulit dan karakteristik seksual sekunder. Proses ini ialah bagian normal dari pubertas dan sangat terpengaruhi faktor hormonal, gizi, dan lingkungan. (National Heart, Lung, and Blood Institute 2022).

### **2.3.4 Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe**

Teori utama yang digunakan adalah Model Keyakinan Kesehatan (Health Belief Model/HBM), yang menyatakan bahwa bagaimana seseorang memandang penyakit dan tindakan pencegahan berdampak pada perilaku kesehatannya (Rosenstock, direvisi dalam Glanz dkk., 2022).

Faktor-faktor yang berasal dari individu, sosial, pendidikan, dan lingkungan perawatan kesehatan semuanya berperan dalam menentukan apakah remaja perempuan mengonsumsi tablet zat besi secara konsisten atau tidak. Selama masa pubertas, kebutuhan pil zat besi remaja perempuan meningkat, sehingga meningkatkan risiko anemia.. (Faroidlillahi F. et al. 2025)

### **2.2.1 Pengetahuan**

#### **1) Pengertian Pengetahuan**

Pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan manusia

kepada suatu objek melalui panca indera, terutama penglihatan dan pendengaran, alhasil individu mengetahui, memahami, dan mampu menginterpretasikan suatu informasi (Notoatmodjo, 2020).

## 2) Teori Pengetahuan (*Bloom Revisi Anderson*)

Menurut teori kognitif Bloom yang diperbarui Anderson & Krathwohl dan digunakan dalam promosi kesehatan (Notoatmodjo, 2020; Glanz et al., 2022), pengetahuan memiliki 6 tingkat:

### (1) Tahu (*Know*)

ialah kemampuan individu untuk mengingat kembali informasi yang telah dipelajari sebelumnya tanpa harus memahami maknanya secara mendalam. Informasi tersebut dapat berupa fakta, istilah, definisi, nama, atau konsep sederhana.

### (2) Memahami (*Comprehension*)

Menurut Notoatmodjo (2020), seseorang dikatakan memahami apabila ia mampu mengetahui secara benar tentang suatu objek yang diketahui serta bisa menjelaskan materi tersebut secara tepat.

### (3) Aplikasi (*Application*)

Menurut taksonomi Bloom yang telah direvisi oleh Lorin W. Anderson dan David R. Krathwohl, aplikasi merupakan tingkat pengetahuan yang menunjukkan kemampuan mempergunakan informasi yang telah dipelajari dalam situasi nyata.

### (4) Analisis (*Analysis*)

Kemampuan untuk membedah apa pun menjadi bagian-bagian komponennya sambil mempertahankan keterkaitannya adalah apa yang dimaksud Notoatmodjo (2020) ketika mereka mengatakan bahwa analisis adalah keterampilan yang diperlukan.

(5) Sintesis (*Synthesis*)

Notoatmodjo (2020) menyatakan bahwa sintesis adalah kemampuan untuk mengintegrasikan informasi yang ada untuk menghasilkan pola atau rumus baru.

(6) Evaluasi (*Evaluation*)

Kemampuan untuk mengevaluasi hal-hal atau materi menggunakan kriteria yang telah ditetapkan adalah apa yang dimaksud Notoatmodjo (2020) ketika mereka mengatakan bahwa evaluasi ditentukan. Peluang seseorang untuk mengadopsi kebiasaan sehat meningkat sebanding dengan tingkat informasi yang mereka miliki

3) Cara Mengukur Pengetahuan

(1) Mempergunakan Kuesioner ( Tes Tertulis )

Menurut soeidjo Notoatmodjo (2020), pengetahuan dapat diukur dengan memberikan pertanyaan tertulis yang mencakup materi yang ingin diteliti. Bentuk pertanyaan dapat berupa :

- a. Pilihan ganda
- b. Benar – salah
- c. Isian singkat
- d. Essay

(2) Sistem skoring

Menurut Notoatmodjo (2020), cara penilaian

- a. Jawaban benar = skor 1
- b. Jawaban salah = skor 0
- c. Kemudian dihitung total skor dan dikonversi dalam bentuk presentase :

Nilai pengetahuan = skor diperoleh per skor maksimal x 100%

(3) Kategori tingkat pengetahuan

Berdasarkan kriteria yang sering digunakan dalam penelitian kesehatan masyarakat (Notoatmodjo, 2020):

Persentase Skor	Kategori
76–100%	Baik
56–75%	Cukup
< 56%	Kurang

4) Indikator Pengetahuan pada Penelitian

- (1) Mengetahui anemia
- (2) Mengetahui gejala anemia
- (3) Mengetahui manfaat tablet fe
- (4) Mengetahui waktu minum tablet fe
- (5) Mengetahui makanan sumber zat besi

### 2.2.2 Sikap

1) Definisi Sikap (9 Definisi Para Ahli)

- (1) Allport

Sikap ialah kesiapan mental serta saraf yang terbentuk dari pengalaman yang memengaruhi respons individu terhadap objek.

- (2) Notoatmodjo (2020)

Sikap merupakan respons tertutup seseorang kepada stimulus atau objek kesehatan.

(3) Azwar (2021)

Sikap ialah kecenderungan evaluatif kepada suatu objek, baik positif maupun negatif.

(4) Thurstone

Sikap adalah derajat perasaan mendukung atau tidak mendukung suatu objek.

(5) Fishbein & Ajzen (Theory of Planned Behavior)

Sikap merupakan evaluasi individu kepada suatu perilaku yang menentukan niat bertindak.

(6) Newcomb

Sikap ialah kesiapan individu untuk bertindak kepada suatu objek sosial.

(7) Secord & Backman

Sikap adalah konfigurasi emosi, ide, dan kecenderungan seseorang yang telah ditentukan sebelumnya dalam kaitannya dengan suatu objek.

(8) Krech & Crutchfield

Komponen mental, emosional, perseptual, dan motivasi dari suatu sikap terorganisir dengan baik dan konsisten.

(9) WHO (2021)

Sikap merupakan predisposisi psikologis yang memengaruhi perilaku kesehatan seseorang.

2) Teori Perubahan Sikap

(1) *Health Belief Model* (HBM) Dikembangkan oleh para ahli psikolog sosial dilayanan Kesehatan Masyarakat AS.

Model ini menyatakan perubahan sikap terpengaruhi :

- a. Presepsi kerentanan (merasa berisiko anemia)
- b. Presepsi keparahan (anemia berbahaya )
- c. Presepsi manfaat ( tablet Fe menghindari anemia )
- d. Presepsi hambatan (misalnya takut mual)

(2) *Theory of Planned Behavior* (Ajzen)

Dikemukakan oleh Icek Ajzen Teori ini menjelaskan bahwa perubahan sikap dan perilaku dipengaruhi oleh:

- a. Sikap terhadap perilaku
- b. Norma subjektif (dukungan sosial)
- c. Persepsi kontrol diri

Contoh : remaja akan patuh minum tablet Fe jika memiliki sikap positif, mendapat dukungan teman/guru, dan merasa mampu melakukannya

(3) *Cognitive Dissonance Theory*

Dikemukakan oleh Leon Festinger (1957) Teori ini menyatakan bahwa individu akan merasa tidak nyaman (disonansi) Ketika terdapat ketidaksesuaian diantara pengetahuan, sikap, dan perilakunya. Untuk mengurangi ketidaknyamanan tersebut, seseorang akan mengubah sikap atau perilakunya agar menjadi konsisten.

Contoh : remaja yang tahu pentingnya tablet Fe tetapi tidak meminumnya akan merasa tidak konsisten, alhasil terdorong untuk mulai rutin mengonsumsinya.

### 3) Indikator Pengukuran Sikap terhadap Tablet Fe

- a. kesediaan minum tablet Fe
- b. tidak takut efek samping
- c. percaya manfaat tablet Fe
- d. merasa penting menghindari anemia
- e. tidak malu minum tablet Fe di sekolah

### 4) Kategori Sikap

Sikap adalah respons tertutup seseorang kepada suatu objek, yang mencerminkan perasaan, keyakinan, dan kecenderungan perilaku terhadap objek tersebut (menurut Soekidjo Notoatmodjo).

Karena sikap tidak dapat diamati secara langsung, maka diperlukan instrumen berupa kuesioner atau skala sikap.

## 2.2.3 Persepsi Kerentanan (*Perceived Susceptibility*)

### 1) Definisi Persepsi

Persepsi adalah proses internal individu dalam menerima, menyeleksi, mengorganisasi, dan menginterpretasikan stimulus dari lingkungan alhasil menciptakan makna tertentu kepada suatu objek (Notoatmodjo, 2020).

Menurut WHO (2021), persepsi dalam konteks kesehatan ialah keyakinan subjektif seseorang mengenai risiko, keparahan, manfaat, dan hambatan kepada suatu masalah kesehatan yang akan memengaruhi perilaku kesehatan.

Dalam studi ini, persepsi remaja putri berkaitan dengan bagaimana mereka memandang:

- a. Risiko terkena anemia,

- b. Tingkat keparahan anemia,
- c. Manfaat tablet fe,
- d. Hambatan dalam mengonsumsi tablet fe.

## 2) Teori Persepsi

### A. Teori Persepsi dalam Health Belief Model (HBM)

#### a. Konsep dasar *health belief model*

*Health Belief Model* (HBM) sebagai suatu teori perilaku kesehatan yang menjelaskan bahwa perilaku seseorang dalam melaksanakan tindakan kesehatan terpengaruhi persepsi atau keyakinan individu terhadap ancaman penyakit dan efektivitas tindakan pencegahan.

Model ini pertama kali dikembangkan pada tahun 1950-an oleh para psikolog sosial di U.S. *Public Health Service*, yaitu *Godfrey M. Hochbaum*, kemudian dikembangkan lebih lanjut oleh *Irwin M. Rosenstock* dan *Stephen Kegeles*.

HBM *health belief model* digunakan untuk menjelaskan mengapa seseorang mau atau tidak mau melaksanakan tindakan pencegahan penyakit, termasuk dalam konteks konsumsi Tablet Fe untuk menghindari anemia pada remaja putri.

Dalam model ini, perilaku kesehatan bukan hanya terpengaruhi pengetahuan, namun juga oleh persepsi individu kepada risiko, dampak, manfaat, dan hambatan yang dirasakan.

#### b. Komponen persepsi dalam HBM

##### a) *Perceived Susceptibility* (Persepsi Kerentanan)

Persepsi kerentanan ialah keyakinan individu terkait kemungkinan dirinya terkena suatu penyakit. Dalam konteks anemia Remaja putri yang merasa dirinya rentan merasakan anemia (misalnya karena menstruasi setiap bulan) akan lebih terdorong untuk mengonsumsi Tablet Fe. Makin tinggi persepsi kerentanan, makin besar kemungkinan seseorang melaksanakan tindakan pencegahan.

b) *Perceived Severity (Persepsi Keseriusan)*

Persepsi keseriusan ialah keyakinan tentang seberapa berat dampak penyakit tersebut, baik secara medis maupun sosial.

Contohnya:

- 1) Anemia menyebabkan lemas dan sulit konsentrasi belajar.
- 2) Anemia berisiko pada kehamilan di masa depan.

Jika remaja menganggap anemia sebagai masalah serius, maka motivasi untuk minum Tablet Fe akan meningkat.

c) *Perceived Benefits (Persepsi Manfaat)*

Persepsi manfaat ialah keyakinan bahwa tindakan tertentu dapat mengurangi risiko atau dampak penyakit.

Contoh: Remaja percaya bahwa konsumsi Tablet Fe secara rutin dapat menghindari anemia dan meningkatkan stamina. Makin besar manfaat yang dirasakan, makin tinggi kemungkinan kepatuhan.

d) *Perceived Barriers (Persepsi Hambatan)*

Persepsi hambatan adalah penilaian individu terhadap kendala yang dirasakan dalam melaksanakan tindakan kesehatan.

Contoh hambatan:

- 1) Takut efek samping (mual, konstipasi)
- 2) Rasa tablet tidak enak
- 3) Lupa minum
- 4) Kurangnya pengawasan

Jika hambatan dirasa lebih besar dibanding manfaat, maka perilaku tidak dilaksanakan.

e) *Cues to Action (Isyarat untuk Bertindak)*

Isyarat untuk bertindak adalah faktor pemicu yang mendorong seseorang melaksanakan tindakan kesehatan.

Contoh:

- 1) Edukasi dari petugas kesehatan
- 2) Program minum Tablet Fe di sekolah
- 3) Dukungan guru dan teman sebaya
- 4) Poster atau penyuluhan

f) *Self-Efficacy*

*Self-efficacy* ialah keyakinan individu bahwa dirinya mampu melaksanakan tindakan tersebut secara konsisten. Dalam konteks penelitian: yang yakin mampu minum Tablet Fe setiap minggu meskipun sibuk atau malas akan lebih patuh dibanding yang tidak percaya diri. (Jurnal Kesehatan Kesehatan mulawarman, 2024).

#### **2.2.4 Ketersediaan Tablet Fe**

- 1) Definisi

Ketersediaan Tablet Fe ialah kondisi tersedianya suplemen zat besi (tablet tambah darah) dalam jumlah yang cukup, mudah diakses, dan berkesinambungan untuk memenuhi kebutuhan sasaran, terutama remaja putri.

Tablet Fe sebagai suatu intervensi pemerintah dalam upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan ibu hamil. Program ini dilaksanakan melalui distribusi rutin di sekolah maupun fasilitas pelayanan kesehatan.

Menurut *World Health Organization* (2021) suplementasi zat besi merupakan strategi efektif dalam mengurangi *prevalensi* anemia pada kelompok berisiko, termasuk remaja putri.

## 2) Pentingnya Ketersediaan tablet Fe

Anemia pada remaja putri masih jadi masalah kesehatan masyarakat global. Remaja putri berisiko tinggi merasakan anemia karena:

- (1) Kehilangan darah saat menstruasi
- (2) Asupan zat besi yang kurang
- (3) Pola makan yang tidak seimbang

*World Health Organization* (2021) menyatakan bahwa suplementasi zat besi secara berkala pada remaja putri dapat mengurangi risiko anemia dan meningkatkan status gizi.

Di Indonesia, program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) untuk remaja putri ialah bagian dari program nasional pencegahan anemia yang dicanangkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

### **2.2.5 Akses Pelayanan Kesehatan**

#### 1) Definisi

Akses pelayanan kesehatan ialah kemampuan individu atau kelompok untuk memperoleh dan mempergunakan pelayanan kesehatan yang dibutuhkan secara tepat waktu, terjangkau, dan bermutu.

Menurut *World Health Organization*, akses kepada pelayanan kesehatan ialah bagian penting dari pencapaian *Universal Health Coverage (UHC)*, yaitu setiap orang punya akses kepada pelayanan kesehatan yang dibutuhkan tanpa mengalami kesulitan finansial.

Sementara itu, menurut Ronald M. Andersen dalam *Andersen Behavioral Model*, pemanfaatan pelayanan kesehatan terpengaruhi faktor predisposisi, faktor pendukung (*enabling*), dan faktor kebutuhan (*need factors*). Akses termasuk dalam faktor pendukung yang memungkinkan seseorang mempergunakan layanan kesehatan.

Akses pelayanan kesehatan ialah kemudahan individu dalam memperoleh layanan kesehatan yang dibutuhkan, baik secara geografis, ekonomi, maupun sosial (WHO, 2021).

## 2) Dimensi Akses

Akses pelayanan Kesehatan tidak sekadar berarti adanya fasilitas Kesehatan, tetapi mencakup beberapa dimensi penting :

### (1) Ketersediaan (*Availability*)

Ketersediaan fasilitas , tenaga Kesehatan, obat – obatan, dan sarana penunjang Contoh : puskesmas menyediakan tablet Fe dan tenaga Kesehatan untuk edukasi anemia.

(2) Keterjangkauan (*Affordability*) : Kemampuan individu untuk membayar layanan Kesehatan, termasuk biaya transportasi dan biaya pelayanan.

- (3) Keterkesan geografis (*Accessibility*) Jarak dan kemudahan transportasi menuju fasilitas Kesehatan. Contoh : remaja yang jauh dari puskesmas mungkin sulit memperoleh tablet Fe tambahan
- (4) Penerimaan (*Acceptability*) : Kesesuaian layanan dengan nilai sosial, budaya dan kepercayaan Masyarakat.
- (5) Kualitas (*Quality*) : Mutu pelayanan, termasuk sikap petugas, kejelasan informasi, dan efektivitas pelayanan. (WHO, 2020)

### 2.2.6 Edukasi / Penyuluhan Kesehatan

#### 1) Definisi

Pendidikan kesehatan melibatkan pengajaran kepada orang-orang tentang bagaimana menjadi lebih sehat dengan meningkatkan pemahaman mereka tentang topik-topik terkait kesehatan dan mendorong mereka untuk membuat pilihan gaya hidup yang positif.

Definisi Organisasi Kesehatan Dunia: Pendidikan kesehatan adalah serangkaian kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, mendorong perubahan pola pikir dan tindakan, dan pada akhirnya meningkatkan kesehatan masyarakat, keluarga, dan komunitas.

Sementara itu, menurut *Lawrence Green*, edukasi kesehatan termasuk dalam faktor *predisposing* yang dapat menciptakan perilaku kesehatan seseorang.

#### 2) Tujuan edukasi anemia

Edukasi kesehatan anemia bermaksud untuk:

- (1) Meningkatkan pengetahuan tentang anemia
- (2) Menambah kesadaran akan risiko dan dampaknya

- (3) Menciptakan sikap positif terhadap konsumsi Tablet Fe
- (4) Menambah kepatuhan minum Tablet Tambah Darah
- (5) Mendorong pola makan kaya zat besi. (WHO, 2023).

### **2.2.7 Program UKS / Tenaga Kesehatan**

#### **1) Definisi**

Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) yaitu upaya terpadu lintas program dan lintas sektor untuk menambah kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan sekolah alhasil tercapai derajat kesehatan yang optimal.

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Pendidikan kesehatan, layanan kesehatan, dan menciptakan iklim sekolah yang sehat merupakan bagian dari misi UKS untuk meningkatkan kesejahteraan siswa.

Program UKS menerima pendanaan dari Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia, yang bertujuan untuk meningkatkan karakter dan kesehatan siswa melalui inisiatif berbasis sekolah. Seperti yang dinyatakan pada tahun 2021 oleh Kementerian Kesehatan Indonesia.

#### **2) Peran UKS dalam pencegahan anemia remaja putri**

Dalam penelitian tentang kepatuhan konsumsi Tablet Fe, UKS berperan sebagai:

- (1) Media edukasi anemia
- (2) Sarana distribusi Tablet Tambah Darah

(3) Tempat monitoring kepatuhan

(4) Sarana skrining kesehatan

Optimalisasi UKS dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Tablet Fe.

### **2.2.8 Dukungan Keluarga (Orang Tua)**

#### 1) Definisi

Dukungan orang tua adalah bentuk perhatian, bantuan, dan keterlibatan yang diberikan orang tua kepada anak dalam bentuk emosional, informasi, maupun tindakan nyata untuk mendukung kesehatan dan kesejahteraan anak.

Menurut Sheldon Cohen, dukungan sosial merupakan sumber daya psikososial yang diperoleh individu dari orang-orang terdekat yang dapat menambah kemampuan individu dalam menghadapi stres dan mempertahankan kesehatan.

Sedangkan menurut James S. House, dukungan sosial terdiri dari beberapa bentuk yang memengaruhi perilaku kesehatan seseorang.

Dalam konteks remaja, orang tua merupakan sumber dukungan utama yang sangat berpengaruh terhadap perilaku kesehatan, termasuk kepatuhan mengonsumsi Tablet Tambah Darah.

#### 2) Bentuk Dukungan Keluarga

Menurut teori dukungan sosial (House, diperbarui dalam Glanz et al., 2022):

##### A. Dukungan emosional

- a. Perhatian
- b. Kasih sayang

- c. Motivasi
- B. Dukungan instrumental
  - a. Menyediakan makanan bergizi
  - b. Membeli buah/sayur
- C. Dukungan informasi
  - a. Mengingatnkan minum Fe
  - b. Memberi informasi anemia
- D. Dukungan penghargaan (*appraisal*)
  - a. Pujian
  - b. Penguatan positif
- E. Indikator
  - a. Orang tua mengingatnkan minum tablet Fe
  - b. Orang tua mendukung program sekolah
  - c. Orang tua menyediakan makanan sehat

### **2.2.9 Dukungan Guru**

#### 1) Definisi

Dukungan guru ialah keterlibatan guru dalam membimbing, mengawasi, dan memotivasi siswa menjalankan perilaku kesehatan di sekolah (Kemenkes RI, 2021).

#### 2) Bentuk Dukungan

- (1) Mengawasi minum tablet Fe bersama
- (2) Mengingatnkan jadwal minum
- (3) Memberi motivasi
- (4) Memberi izin ke UKS

Guru merupakan reinforcing factor dalam teori perilaku kesehatan (Glanz et al., 2022).

### **2.2.10 Dukungan Teman Sebaya**

#### 1) Definisi

Dukungan teman sebaya adalah pengaruh positif dari teman yang memiliki usia dan status sosial yang sama dalam mendorong perilaku kesehatan (WHO, 2023).

Remaja sangat dipengaruhi peer group, bahkan lebih kuat daripada orang tua pada beberapa perilaku kesehatan.

#### 2) Bentuk Dukungan

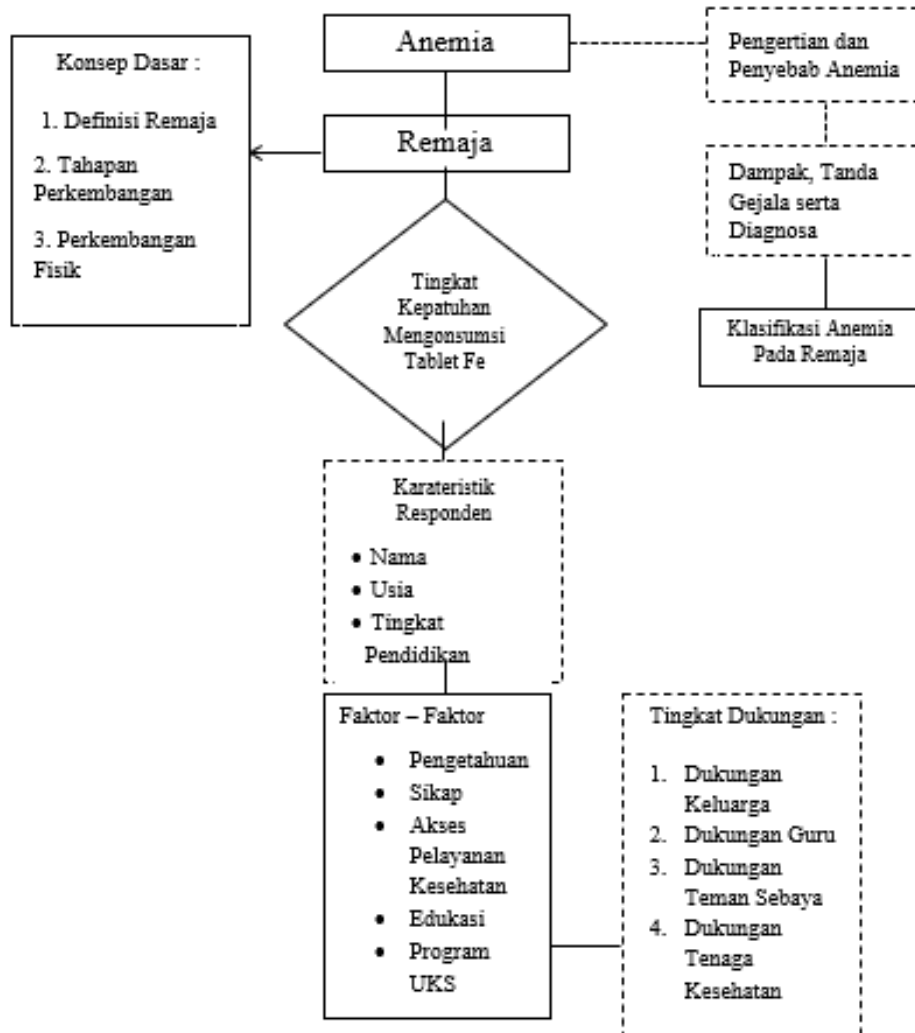
- (1) Minum tablet Fe bersama
- (2) Saling mengingatkan
- (3) Tidak mengejek efek samping
- (4) Memberi contoh perilaku sehat

#### 3) Indikator

- (1) Teman mengingatkan minum Fe
- (2) Teman juga minum Fe
- (3) Teman mendukung program kesehatan

## 2.4 Kerangka Teori

Berdasarkan uraian dalam tinjauan teori, disusun kerangka teori sebagai berikut:



Gambar 2.1 Kerangka Teori

*(Analisis Faktor yang Memengaruhi Kepatuhan Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet FE di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific Bogor*

Gambar Kerangka Teori :

Notoatmodjo, S. (2020) Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta:

Rineka Cipta.(Green & Kreuter) dalam Glanz, Rimer & Viswanath (2022)

## 2.5 Kerangka konsep

