

BAB II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Suplemen Kesehatan

2.1.1. Pengertian Suplemen

Suplemen dibuat untuk memenuhi kebutuhan gizi, memelihara, meningkatkan kondisi kesehatan, memiliki nilai gizi dan efek fisiologis yang terdiri dari beberapa macam mineral, asam amino, serta vitamin (BPOM, 2020).

2.1.2. Macam-Macam Suplemen

1) Multivitamin

Multivitamin sangat diperlukan dalam tubuh, memiliki manfaat bagi kesehatan, membutuhkan sejumlah kecil senyawa kompleks, yang berperan penting dalam pengaturan atau aktivitas tubuh. (Pratiwi dkk., 2020). Vitamin dikeluarkan saat dibutuhkan dan disebarluaskan di dalam tubuh. Vitamin larut air baiknya digunakan dalam jumlah kecil dan umumnya terbawa oleh makanan. Saat makanan dicerna, vitamin yang dikeluarkan akan masuk ke darah lalu diedarkan ke seluruh tubuh. Jika tidak diperlukan, vitamin ini dapat langsung dikeluarkan melalui urin (Permana dkk., 2018).

Beberapa kandungan yang terdapat dalam multivitamin diantaranya: (Permana dkk., 2018)

A. Vitamin Larut Lemak

- a) Vitamin A (Retinol)
- b) Vitamin D (Calciferol)
- c) Vitamin E (alpha-toksiferol)
- d) Vitamin K

B. Vitamin Larut Air

- a) Vitamin C (Asam Askorbat)
- b) Vitamin B
- c) Vitamin B1 (Tiamin)
- d) Vitamin B2 (Riboflavin)
- e) Vitamin B3 (Niasin)

2). Penambah Nafsu Makan

Beberapa kandungan suplemen penambah nafsu makan adalah sebagai berikut :

a. Minyak Hati Ikan Kod

Minyak yang dihasilkan dari ikan kod adalah sumber yang kaya akan vitamin D (Mardalena and Suyani, 2016).

b. Curcumin

Kunyit (*Curcuma domestica Val.*) umumnya digunakan untuk menambah nafsu makan, memperlancar pengeluaran empedu dan anti radang (Anwar, 2010).

c. Zink

Zink adalah sejumlah kecil mikronutrien dan elemen dari zat anorganik yang dibutuhkan tubuh untuk beberapa fungsi fisiologis tubuh. Kekurangan zink dapat menyebabkan penurunan kemampuan tubuh untuk menyimpan vitamin A. Selain itu, bayi yang kekurangan zink lebih rentan terhadap infeksi dan pertumbuhan yang tidak normal. Zink dalam makanan disa ditemukan pada keju, kepiting, kuning telur dan daging sapi (BPOM, 2020).

3). Probiotik

Probiotik ini merupakan mikroorganisme hidup yang apabila diberikan dalam dosis yang cukup dapat menjaga keseimbangan flora mikroba dalam tubuh yang bermanfaat bagi kesehatan manusia sebagai inangnya. Probiotik ini umumnya berasal dari bakteri asam laktat (BAL), contohnya seperti genus *Lactobacillus* dan genus *Bifidobacterium*, yang merupakan bagian dari flora normal saluran pencernaan (BPOM, 2020).

4). Zat besi

Zat besi ini memiliki peran mendistribusikan oksigen ke seluruh tubuh. Ketika penyaluran oksigen ke tulang berkurang, tulang tidak bisa berkembang secara optimal. Anak-anak yang memiliki masalah kekurangan zat besi akan menyebabkan masalah fisik dan meningkatkan risiko kematian (Dewi dan Nindya, 2017).

5). Imunomodulator

Imunomodulator adalah obat yang dapat mengubah respon imun dengan cara merangsang mekanisme pertahanan tubuh alami dan adaptif (Fitmawati dkk., 2017).

2.2. Masalah Pada Anak

Masalah gizi dapat menyebabkan *stunting*, *wasting* dan *underweight*. Gizi berlebihan juga dapat menyebabkan obesitas dan diabetes (Wiradharma dkk., 2020).

2.2.1. Pola Makan

Faktor yang sangat berperan dalam terjadinya obesitas pada anak yaitu pola makan, kegiatan fisik, juga pola istirahat yang berlaku pada anak. Coklat, permen, minuman kaya gula, makanan cepat saji, kue kaya gula, keju, dan kacang-kacangan merupakan makanan yang dapat menyebabkan masalah gizi pada anak (Sukraniti dkk., 2018).

2.2.2. Aktivitas Anak

Aktivitas fisik dalam masa pertumbuhan anak dapat membantu pola pertumbuhan yang diinginkan. Selain itu, salah satu kunci dalam mempermudah kontrol terhadap pola pertumbuhan ke arah yang ideal adalah porsi makanan yang sesuai dengan usia (Sukraniti dkk., 2018).

2.3. Masalah Dalam Penggunaan Suplemen

2.3.1. Dampak Kelebihan Suplemen

Dampak dari kelebihan suplemen dapat menyebabkan obesitas dan kelebihan berat badan dalam jangka panjang. Pada jenis vitamin yang larut air cenderung lebih aman karena kelebihannya biasanya diekskresikan dalam urin. Namun, pada penggunaan suplemen vitamin C harus digunakan dengan bijak dan hati-hati, karena jika berlebihan menyebabkannya mengendap dan mengkristal di ginjal. Vitamin yang larut dalam lemak (vitamin A, D, E, K) dapat menyebabkan keracunan jika dikonsumsi secara berlebihan dan disimpan di dalam tubuh. (Eveline & Djamarudin, 2010).

2.3.2. Kesalahan Cara Penggunaan Suplemen

Suplemen kesehatan tidak digunakan sebagai obat atau pengobatan alternatif untuk menyembuhkan penyakit. Namun, konsumsi suplemen kesehatan adalah untuk memenuhi kebutuhan suplemen untuk membantu pemulihan dari penyakit. Penggunaan suplemen kesehatan ini bukanlah sebagai pengganti makanan harian. Dalam penggunaanya harus rutin berkonsultasi dengan dokter atau ahli kesehatan secara teratur untuk menggunakan suplemen kesehatan yang sesuai (BPOM, 2020).

2.4. Pelayanan Kesehatan

2.4.1. KIE (Komunikasi, Informasi dan Edukasi)

KIE ialah sebuah pelayanan yang diberikan kepada pasien yang bertujuan untuk menyampaikan informasi dan mengedukasi dalam penggunaan obat untuk mengurangi atau mencegah *medication error* (penggunaan obat yang salah). Bersandar kepada kewenangan yang terdapat dalam peraturan perundang-undangan, Pelayanan Kefarmasian sudah bertransformasi dan berkembang dimana awalnya fokusnya sekadar pada hal mengelola obat menjadi pelayanan komprehensif terdiri atas pelayanan obat dan pelayanan farmasi klinik dimana tujuannya guna mendorong peningkatan atas kualitas hidup pasien (Nurjannah dkk., 2020).

2.4.2. Konseling

Konseling pada pasien adalah suatu proses yang interaktif antara apoteker dengan seorang pasien ataupun dengan keluarga dari pasien yang bertujuan guna meningkatkan baik pemahaman, pengetahuan, kesadaran serta kepatuhan dari pasien itu sendiri, yang dilakukan baik atas rujukan dari dokter, atas inisiatif dari apoteker, maupun atas keinginan pasien itu sendiri ataupun keluarganya, yang diharapkan terjadinya perubahan perilaku dari pasien di dalam menggunakan obat serta dalam penyelesaian masalah yang dihadapi oleh pasien itu sendiri. Untuk mencapai konseling yang efektif maka dibutuhkan kepercayaan dari pasien ataupun keluarga pasien (Lutfiyati dkk., 2016).

Aktivitas konseling ini bisa diberikan dengan berdasar kepada inisiatif langsung dari apoteker. Konseling gizi memiliki tujuan dalam memberikan kesadaran guna mengatasi masalah yang dialaminya terkait kesehatan serta gizi, yang diberikan kepada individu ataupun masyarakat (Lutfiyati dkk., 2016).

A. Manfaat Konseling

1. Bagi pasien
 - a. Memberikan jaminan atas keamanan dan efektifitas pengobatan
 - b. Membantu ketika merawat atau perawatan kesehatan sendiri
 - c. Membantu menyelesaikan persoalan terapi pada suatu kondisi
 - d. Mendorong kepatuhan dari pasien untuk melakukan terapi
 - e. Memperoleh pemaparan tambahan terkait penyakit yang dideritanya
 - f. Menekan potensi kesalahan dalam menggunakan obat
 - g. Menghindari reaksi obat yang tidak dikehendaki
 - h. Mendorong efektivitas & efisiensi biaya kesehatan (Direktorat Bina Farmasi Komunitas dan Klinik, 2007).
2. Bagi Apoteker
 - a. Menjaga citra profesi sebagai komponen dari tim pelayanan kesehatan
 - b. Menciptakan wujud pelayanan asuhan kefarmasian sebagai tanggung jawab profesi apoteker
 - c. Menghindari apoteker dari tuntutan dikarenakan kesalahan dalam menggunakan obat (*Medication error*)
 - d. Sebuah pelayanan tambahan dalam menarik konsumen yang mana merupakan upaya promosi jasa pelayanan (Direktorat Bina Farmasi Komunitas dan Klinik, 2007).

B. Masalah Dalam Konseling

1. Faktor Penyakit
 - a. Keparahan penyakit atau stadium penyakit
 - b. Lamanya terapi berlangsung
2. Faktor Terapi
 - a. Regimen pengobatan yang kompleks baik jumlah obat maupun jadwal penggunaan obat
 - b. Kesulitan ketika menggunakan obat
 - c. Terjadinya efek samping
 - d. Penggunaan obat menjadi tidak sesuai karena rutinitas sehari-hari
3. Faktor Pasien
 - a. Kurang seriusnya dalam memahami penyakit dan hasil yang diperoleh apabila pengobatan tidak dilakukan
 - b. Pengobatan yang dijalankan dianggap tidak terlalu efektif
 - c. Kurangnya motivasi ingin sembuh
 - d. Kepribadian atau perilaku yang tidak disiplin
 - e. Motivasi dari lingkungan sekitar dan keluarga
 - f. Sosio-demografi pasien: umur, tingkat pendidikan, pekerjaan, dll.
4. Faktor Komunikasi
 - a. Informasi atau instruksi yang jelas tentang pengobatannya kurang
 - b. Informasi cara atau solusi untuk mengubah gaya hidupnya kurang didapatkan
 - c. Kurang dan tidak puas dalam berkomunikasi dengan tenaga ahli kesehatan
 - d. Dalam mengambil keputusan, apoteker tidak melibatkan pasien (Direktorat Bina Farmasi Komunitas dan Klinik, 2007).

2.4.3. PIO (Pelayanan Informasi Obat)

PIO atau pelayanan informasi obat adalah aktivitas apoteker saat menyampaikan informasi tentang obat secara netral. Informasi tentang obat tidak terkecuali obat resep dokter, obat bebas dan obat herbal. Informasi yang disampaikan terdiri atas dosis, bentuk sediaan, formulasi spesifik, rute pemberian , farmakokinetik, farmakologi, terapeutik serta alternatif, efikasi, keamanan penggunaan dari ibu hamil dan menyusui, efek samping, hubungan, stabilitas, ketersediaan, harga, sifat fisika atau kimia dari obat serta lain-lain.

Aktivitas Pelayanan Informasi Obat di Apotek terdiri atas:

- a. Memberikan jawaban atas semua pertanyaan baik secara lisan ataupun tulisan
- b. Membuat dan mempublikasikan buletin/brosur/leaflet atau penyuluhan pada masyarakat
- c. Memberi informasi dan edukasi kepada pasien
- d. Mahasiswa farmasi yang tengah praktik profesi diberi pengetahuan dan keterampilan
- e. Melakukan penelitian penggunaan obat
- f. Melakukan program jaminan mutu dan membuat atau mengemukakan makalah pada forumilmiah (Permenkes, 2016).

2.5. Apoteker

Apoteker ialah sarjana farmasi yang sudah lulus sebagai apoteker dan sudah mengucapkan sumpah jabatan apoteker (Permenkes, 2016).

2.5.1. Peran Apoteker Dalam KIE

Peran seorang apoteker yaitu dituntut untuk menaikkan pengetahuan, keterampilan, dan perilaku supaya bisa melakukan hubungan langsung dengan pasien. Wujud interaksi yang dilakukan tersebut diantaranya, memberikan informasi obat dan konseling kepada pasien yang memerlukannya. Apoteker juga diharuskan bisa memahami dan sadar akan semua potensi yang terjadi pada kesalahan pengobatan (*medication error*) saat proses pelayanan serta melakukan pengidentifikasi, pencegahan, dan menyelesaikan permasalahan yang berkaitan dengan obat (*drug related problems*), persoalan farmakoekonomi, serta farmasi sosial. Apoteker wajib melakukan praktik sejalan terhadap standar pelayanan dan diharuskan bisa menjalin komunikasi dengan tenaga kesehatan lainnya ketika melakukan penetapan terhadap terapi guna memberikan dukungan dalam menggunakan obat yang tepat dan rasional (Nurjannah dkk., 2020).

2.6. Perilaku Petugas Kesehatan

2.6.1. Pengetahuan

Pengetahuan ialah reaksi tahu setiap individu melalui indera atas sesuatu yang dimilikinya. Penginderaan dengan menggunakan panca indera yaitu indera penciuman, penglihatan, pendengaran, rasa dan raba. Pengetahuan manusia banyak didapat melalui telinga dan mata (Sukraniti dkk., 2018).

A. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

1) Pendidikan.

Seseorang dengan pendidikan tinggi akan memiliki pengetahuan yang lebih baik. Namun, seseorang dengan pendidikan terbatas juga tidak berarti pengetahuannya

kurang. Meningkatkan pengetahuan bukan hanya didapat dari pendidikan yang formal, bisa juga di pendidikan nonformal (Retnaningsih, 2016).

2) Pengaruh Media Massa

Perkembangan teknologi memungkinkan berbagai media informasi yang mempengaruhi pengetahuan umum tentang inovasi baru (Retnaningsih, 2016).

3) Sosial, Budaya, dan Ekonomi

Budaya yang dilakukan tanpa pilihan rasional antara apa yang baik untuk dilakukan dan apa yang tidak menambah pengetahuan mereka. Tingkat ekonomi seseorang juga mempengaruhi integritas fasilitas yang dibutuhkan untuk pekerjaan tertentu sehingga situasi ini dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang (Retnaningsih, 2016).

4) Pengalaman

Pengalaman belajar yang diperoleh di tempat kerja dapat meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan. Ini mencerminkan integrasi pemikiran ilmiah dan moral berdasarkan masalah tempat kerja saat ini (Retnaningsih, 2016).

5) Lingkungan

Lingkungan dapat mempengaruhi proses pemberian pengetahuan kepada seorang individu, masing-masing merespon sebagai pengetahuan (Retnaningsih, 2016).

6) Usia

Seiring bertambahnya usia, ingatan dan pemikiran manusia akan berkembang sehingga pengetahuan yang diperoleh menjadi lebih baik. Sebagai orang dewasa muda, mereka mungkin lebih sering berpartisipasi dan mempersiapkan diri untuk komunitas dan kehidupan sosial untuk beradaptasi dengan usia mereka (Retnaningsih, 2016).

B. Tingkat Pengetahuan

1) Tahu (Know)

Tahap ini adalah tingkat yang paling rendah, dikarenakan pengetahuan yang dimiliki terbatas untuk mengingat ulang pengetahuan yang dipelajari sebelumnya. Kemampuan pengetahuan ini dapat meliputi uraian, deskripsi, pernyataan dan definisi (Sukraniti dkk., 2018)

2) Memahami (Comprehension)

Pemahaman adalah kemampuan untuk menjelaskan sesuatu dengan tepat. Siapapun yang memahami materi yang disajikan dapat menjelaskan, menyimpulkan, dan menginterpretasikan sesuatu yang diselidiki. (Sukraniti dkk., 2018).

3) Aplikasi (Application)

Pada tahap ini, pelajaran yang dipetik dapat diterapkan pada situasi yang sebenarnya (Sukraniti dkk., 2018)

4) Analisis (Analysis)

Pada tahap analisis ini objek atau bahan dapat digambarkan sebagai elemen yang saling berhubungan seperti perbedaan atau perbandingan, pemisahan, pengelompokan (Sukraniti dkk., 2018)

5) Sintesis (Syntesis)

Pada tahapan sinesis ini merupakan kemampuan mereka untuk menghubungkan berbagai elemen pengetahuan ke model baru yang lebih komprehensif seperti perencanaan, perencanaan, perancangan, pembuatan, dan klasifikasi (Sukraniti dkk., 2018).

6) Evaluasi (Evaluation)

Evaluasi ialah kemampuan seorang individu dalam menjalankan suatu riset terhadap sebuah objek atau materi. Tahap ini dapat mendeskripsikan proses perencanaan, memperoleh dan memberikan informasi yang dibutuhkan untuk membuat keputusan alternatif (Sukraniti dkk., 2018).

2.6.2. Sikap

Sikap artinya respon tertutup yang berasal dari seorang individu terhadap sebuah rangsangan atau stimulus. Bersandar kepada pendapat Newcomb, seorang ahli psikologi sosial berkata bahwa sikap termasuk ke dalam bentuk kesiapan atau kesediaan seorang individu dalam melakukan Tindakan. Sikap belum berwujud tindakan ataupun kegiatan tapi artinya kecenderungan khusus ke arah tindakan (Sukraniti dkk., 2018).

1) Menerima (Receiving)

Ingin dan menaruh perhatiannya kepada rangsangan yang diberikan.

2) Merespons (Responding)

Memberikan jawaban ketika diberikan pertanyaan dan menjawab pertanyaan lalu dikerjakan.

3) Menghargai (Valuing)

Mengajak individu lain dan melakukan diskusi stimulus.

4) Bertanggungjawab (Responsible)

Memiliki kesiapan dalam menjalankan dan menanggung seluruh risikonya.

2.6.3. Praktik / Tindakan

Suatu perilaku belum atau tidak serta merta perwujudannya terjadi pada sebuah tindakan atau perilaku dimana tampak secara langsung. Supaya suatu perilaku perwujudannya bisa dilakukan sebagai tindakan atau praktik maka diharapkan faktor pendukung lain atau sebuah syarat yang berpotensi misalnya terdapatnya sarana dan prasarana, seseorang yang menguatkan atau support dan sebagainya (Sukraniti dkk., 2018).

1) Persepsi (Perception)

Mampu memilih beberapa pilihan.

2) Respons Terpimpin (Guided Response)

Menjalankan suatu hal yang sejalan terhadap prosedur yang benar.

3) Makanisme (Mechanism)

Suatu tindakan dilakukan layaknya kebiasaan secara otomatis.

4) Adaptasi (Adaption)

Tindakan yang sudah dikembangkan.