

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

A.1 Pengertian

Pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terhadap objek terjadi melalui panca indra manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Pada waktu pengindraan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga(Wawan, 2013).

Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Akan tetapi perlu ditekankan, bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula. Hal ini mengingat bahwa peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh dari pendidikan non formal saja, akan tetapi dapat diperoleh melalui pendidikan non formal. Pengetahuan seseorang tentang suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negative. Kedua aspek ini yang akan menentukan sikap seseorang, semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap makin positif terhadap objek tertentu.

Menurut teori *WHO* (*World Health Organization*) salah satu bentuk objek kesehatan dapat dari pengalaman sendiri (wawan, 2013).

A.2 Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*ovent behavior*). Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan yang cukup didalam domain kognitif mempunyai 6 tingkat yaitu : (Wawan, 2013)

1. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap suatu yang spesifik dan seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu “tahu” ini adalah merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari yaitu menyebutkan, menguraikan, mengidentifikasi, menyatakan dan sebagainya.

2. Memahami (*Comprehention*)

Memahami artinya sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dimana dapat menginterpretasikan secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi terus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap suatu objek yang dipelajari.

3. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi ataupun kondisi *real*(sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

4. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menyatakan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen tetapi masih didalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain.

5. Sintesis (*Syntesis*)

Sintesis yang dimaksud menunjukkan pada suatu kemampuan untuk melaksanakan atau menghubungkan bagian-bagian didalam suatu keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi yang ada.

6. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

A.3 Cara Memperoleh Pengetahuan menurut Wawan, 2013.

1. Cara kuno untuk memperoleh pengetahuan

a. Cara coba salah (*Trial and Error*)

Cara ini telah dipakai orang sebelum kebudayaan, bahkan mungkin sebelum adanya peradaban. Cara coba salah ini dilakukan dengan menggunakan kemungkinan dalam memecahkan masalah dan apabila kemungkinan itu tidak berhasil maka di coba sampai masalah tersebut dipecahkan.

b. Cara kekuasaan atau otoritas

Sumber pengetahuan cara ini dapat berupa pemimpin-pimpinan masyarakat baik formal atau informal, ahli agama, pemegang pemerintah dan berbagai prinsip oran lain yang menerima, mempunyai yang dikemukakan oleh orang yang mempunyai otoritas tanpa menguji terlebih dahulu atau membuktikan kebenarannya baik berdasarkan fakta empiris maupun penalaran sendiri.

c. Berdasarkan pengalaman pribadi

Pengalaman pribadipun dapat digunakan sebagai upaya memperoleh pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang pernah diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi masa lalu.

2. Cara modern dalam memperoleh pengetahuan

Cara ini disebut metode penelitian ilmiah atau lebih populer atau disebut metodologi penelitian. Cara ini mula-mula dikembangkan oleh Deobold Van Daven. Akhirnya lahir suatu cara untuk melakukan penelitian yang dewasa ini kita kenal dengan penelitian ilmiah (Wawan, 2013).

A.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan menurut

Wawan,(2013).

a. Faktor Internal

1. Pendidikan

Pendidikan diperlukan untuk mendapatkan informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan, pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi.

2. Pekerjaan

Pekerjaan adalah keburukan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan tetapi lebih banyak meruokan cara mencari nafkah yang membosankan, berulang dan banyak tantangan, sedangkan bekerja umumnya merupakan kegiatan yang menyita waktu.

3. Umur

Menurut Elisabeth BH yang dikutip Nursalam, usia adalah umur individu yang dihitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Sedangkan menurut Huclok semakin cukup umur, tingkat kematangan dalam berfikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih dewasa dipercaya dari orang yang belum tinggii kedewasaannya.

b. Faktor Eksternal

1. Faktor Lingkungan

Lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi kelompok perkembangan dan perilaku orang atau kelompok.

2. Sosial Budaya

Sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi dari sikap dalam menerima informasi (Wawan, 2013).

A.5 Kriteria Tingkat Pengetahuan

Menurut Arikunto pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasi kan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu :

1. Baik (Jika skor $\geq 7-15$)
2. Kurang (Jika skor $\leq 1-7$)

B. Sikap

B.1. Pengertian Sikap

Sikap adalah keteraturan tertentu dalam hal perasaan (afeksi), pemikiran (kognitif) dan predisposisi tindakan (konasi) seseorang terhadap suatu aspek

di lingkungan sekitarnya (Azwar, 2014).

Sikap merupakan konsep paling penting dalam psikologi social yang membahas unsur sikap baik sebagai individu maupun kelompok. Banyak kajian dilakukan untuk merumuskan pengertian sikap, proses terbentuknya sikap maupun perubahan. Banyak pula penelitian telah dilakukan terhadap sikap kaitannya dengan efek dan perannya dalam pembentukan karakter dan sistem hubungan antar kelompok serta pilihan yang ditentukan berdasarkan lingkungan dan pengaruhnya terhadap perubahan. (Wawan, 2010)

Orang yang memiliki sikap positif terhadap suatu objek psikologi, bersifat favorable (mendukung atau memihak), sebaliknya orang yang dikatakan memiliki sikap negative terhadap suatu objek psikologi bersifat unfavourable (tidak mendukung atau tidak memihak) (Azwar, 2014)

Sikap yang menjadi suatu pernyataan evaluatif, penilaian terhadap suatu objek selanjutnya yang menentukan tindakan individu terhadap sesuatu. Struktur sikap dibedakan atas 3 komponen yang saling menunjang, yaitu:

- a) Komponen kognitif merupakan representasi apa yang dipercayai oleh individu pemilik sikap, komponen kognitif berisi kepercayaan stereotype yang dimiliki individu mengenai sesuatu dapat disamakan penanganan (opini) terutama apabila menyangkut masalah isu atau problem yang kontroversial
- b) Komponen afektif merupakan perasaan yang menyangkut aspek emosional. Aspek emosional inilah yang biasanya berakar paling dalam sebagai komponen sikap dan merupakan aspek yang paling bertahan terhadap

pengaruh – pengaruh yang mungkin adalah mengubah sikap seseorang komponen afektif disamakan dengan perasaan yang dimiliki seseorang terhadap sesuatu

- c) Komponen konatif merupakan aspek kecenderungan berperilaku tertentu dengan sikap yang dimiliki oleh seseorang. Dan berisi kecenderungan untuk bertindak/bereaksi terhadap sesuatu dengan cara- cara tertentu dan berkaitan dengan objek yang dihadapinya adalah logis untuk mengharapkan bahwa sikap seseorang adalah dicerminkan dalam bentuk kecenderungan perilaku (Azwar, 2014)

B.2 Ciri- ciri sikap

Ciri – ciri sikap menurut Purwanto dalam Wawan (2010) adalah:

- a. Sikap bukan dibawa sejak lahir melainkan dibentuk atau dipelajari sepanjang perkembangan itu dalam hubungan dengan obyeknya. Sifat ini membedakannya dengan sifat motif – motif biogenis seperti lapar, haus kebutuhan akan istirahat.
- b. Sikap dapat berubah – ubah karena itui sikap dapat dipelajari dan sikap dapat berubah pada orang – orang bila terdapat keadaan – keadaan dan syarat tertentu yang mempermudah sikap pada orang itu
- c. Sikap tidak berdiri sendiri, tetapi senantiasa mempunyai hubungan tertentu terhadap suatu objek. Dengan kata lain, sikap itu terbentuk dipelajari atau berubah senantiasa berkenan dengan suatu objek tertentu yang dapat dirumuskan dengan jelas

- d. Objek sikap itu merupakan suatu hal tertentu tetapi dapat juga merupakan kumpulan dari hal – hal tersebut
- e. Sikap mempunyai segi – segi motivasi dan segi – segi persaan, sifat alamiah yang membedakan sikap dan kecakapan – kecakapan atau pengetahuan – pengetahuan yang dimiliki orang

B.3 Tingkatan Sikap

Newcom salah seorang ahli psikolog social yang mengatakan bahwa sikap adalah kesiapan atau kesediaan untuk bertindak, dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu. Seperti halnya sikap juga mempunyai tingkat – tingkat berdasarkan intensitasnya, yaitu:

1. Menerima (receiving)

Menerima diartikan bahwa orang (subyek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (objek). Misalnya sikap orang terhadap bahaya narkoba dapat dilihat dari kesediaan dan perhatian orang itu terhadap bahaya – bahaya yang ditimbulkan dari penggunaan narkoba

2. Merespon (responding)

Memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi dari sikap. Karena dengan suatu usaha untuk menjawab pertanyaan atau mengerjakan tugas yang diberikan, terlepas dari pekerjaan itu benar atau salah, adalah berarti bahwa orang menerima ide tersebut

3. Menghargai (valuing)

Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah adalah suatu indikasi sikap tingkat tiga. Misalnya seorang mengajak ibu yang lain (tetangga, saudaranya, dsb) untuk menimbang anaknya ke posyandu atau mendiskusikan tentang gizi adalah suatu bukti bahwa si ibu telah mempunyai sikap positif terhadap gizi anak

4. Bertanggung jawab (responsible)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko adalah mempunyai sikap yang paling tinggi. Misalnya, seorang ibu mau menjadi akseptor KB, meskipun mendapatkan tantangan dari mertua atau orang tuanya sendiri (Wawan, 2010)

B.4 Pembentukan Sikap

Sikap social terbentuk dari adanya interaksi social yang dialami oleh individu. Interaksi social mengandung arti lebih daripada sekedar adanya kontak social dan hubungan antar individu sebagai anggota kelompok social. Dalam interaksi social, terjadi hubungan saling mempengaruhi di antara individu yang satu dengan yang lainnya

B.5 Perubahan Sikap

Tiga proses yang berperan dalam proses perubahan sikap yaitu:

a. Kesiediaan(Compliance)

Terjadinya proses yang disebut kesiediaan adalah ketika individu bersedia

menerima pengaruh dari orang lain atau kelompok lain dikarenakan ia berharap untuk memperoleh reaksi positif, seperti pujian, dukungan, simpati dan sebagainya sambil menghindari hal – hal yang dianggap negatif

b. Identifikasi (Identification)

Proses identifikasi terjadi apabila individu meniru perilaku tau sikap seseorang atau sikap sekelompok orang dikarenakan sikap tersebut sesuai dengan apa yang dianggapnya sebagai bentuk hubungan menyenangkan antara lain dengan pihak yang dimaksud

c. Internalisasi (Internalization)

Internalisasi terjadi apabila individu menerima pengaruh dan bersedia menuruti pengaruh itu dikarenakan sikap tersebut sesuai dengan apa yang dipercaya dan sesuai dengan system nilai yang dianutnya. Dalam hal ini, maka isi dan hakekat sikap yang diterima itu sendiri dianggap memuaskan oleh individu (Azwar, 2014)

B.6.Faktor Yang Mempengaruhi Sikap

Proses belajar sosial terbentuk dari interaksi social. Dalam interaksi sosial, individu membentuk pola sikap tertentu terhadap berbagai objek psikologis yang dihadapinya. Diantaranya berbagai factor yang mempengaruhi pembentukan sikap adalah:

a. Pengalaman pribadi dan pengetahuan

Untuk dapat menjadi dasar pembentukan sikap, pengalaman pribadi harus meninggalkan kesan yang kuat. Karena itu, sikap akan lebih mudah terbentuk apabila pengalaman pribadi tersebut melibatkan faktor emosional. Dalam situasi yang melibatkan emosi, penghayatan akan pengalaman akan lebih mendalam dan lebih lama membekas

b. Kebudayaan

Tanpa disadari kebudayaan telah menanamkan garis pengarah sikap kita terhadap berbagai masalah. Kebudayaan telah mewarnai sikap anggota masyarakatnya, karena kebudayaanlah yang memberi corak pengalaman individu – individu masyarakat asuhannya

c. Orang lain yang dianggap penting

Pada umumnya, individu cenderung untuk memiliki sikap yang konformis atau searah dengan sikap orang yang dianggap penting. Kecenderungan ini antara lain dimotivasi oleh keinginan untuk berafiliasi dan keinginan untuk menghindari konflik dengan orang yang dianggap penting tersebut

d. Media massa

Dalam pemberitaan surat kabar maupun radio atau media komunikasi lainnya, berita yang seharusnya factual disampaikan secara obyektif cenderung dipengaruhi oleh sikap penulisnya, akibatnya berpengaruh terhadap sikap konsumennya

e. Lembaga Pendidikan dan Lembaga Agama

Sebagai suatu sistem, institusi pendidikan dan agama mempunyai pengaruh kuat dalam pembentukan sikap dikarenakan keduanya meletakkan dasar pengertian dan konsep moral dalam diri individu. Pemahaman akan baik dan buruk, garis pemisah antara sesuatu yang boleh dan tidak boleh dilakukan, diperoleh dari pendidikan dan dari pusat keagamaan serta ajaran – ajarannya

f. Faktor emosi dalam diri

Tidak semua bentuk sikap ditentukan oleh situasi lingkungan dan pengalaman pribadi seseorang. Kadang – kadang, suatu bentuk sikap merupakan

pernyataan yang didasari oleh emosi yang berfungsi sebagai semacam penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego. Sikap demikian bersifat sementara dan segera berlaku begitu frustrasi telah hilang akan tetapi dapat pula merupakan sikap yang lebih persisten dan lebih tahan lama, contohnya bentuk sikap yang didasari oleh faktor emosional adalah prasangka (Azwar,2014)

B.7. Pengukuran Sikap

1. Metode penskalaan pernyataan sikap yang digunakan dalam penelitian adalah penskalaan model Likert, dan salah satu skor standar yang biasanya digunakan dalam skala Likert (Sugiyono, 2015).
2. Setiap pernyataan sikap yang telah ditulis dapat disepakati sebagai pernyataan yang favorabel atau pernyataan yang tak favorabel. Kemudian responden akan diminta untuk menyatakan kesetujuan atau ketidaksetujuannya terhadap isi pernyataan dalam empat macam kategori jawaban, yaitu “sangat tidak setuju” (STS), “tidak setuju” (TS), “setuju” (S), dan “sangat setuju” (SS). Untuk setiap pernyataan responden diberi skor sesuai dengan nilai skala kategori jawaban yang diberikannya. Skor responden pada setiap pernyataan dijumlahkan sehingga merupakan skor responden pada skala sikap yaitu :
 - a. Positif (Jika skor 31-60)
 - b. Negatif (Jika skor 1-30)

C.Kelas Ibu Hamil

C.1 Pengertian Kelas Ibu Hamil

Kelas ibu hamil adalah kelompok belajar ibu-ibu hamil dengan jumlah jumlah peserta maksimal 10 orang. Di kelas ini ibu-ibu hamil akan belajar bersama ,diskusi dan tukar pengalaman tentang kesehatan ibu dan anak (KIA) secara menyeluruh dan sistematis serta dapat dilaksanakan secara terjadwal dan berkesinambungan. Kelas ibu hamil difasilitasi oleh bidan/tenaga kesehatan dengan menggunakan paket kelas ibu hamil yaitu Buku KIA ,Flipchart (lembar balik),Pedoman Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil dan Pegangan Fasilitator Kelas Ibu Hamil (Kemenkes, 2014).

Kelas ibu hamil, merupakan sarana untuk belajar bersama tentang kesehatan bagi ibu hamil, dalam bentuk tatap muka dalam kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu mengenai kehamilan, persalinan, perawatan nifas, perawatan bayi baru lahir, mitos ,penyakit menular dan akte kelahiran (Linarsih,2012).

Beberapa Keuntungan Kelas Ibu Hamil adalah :

1. Materi diberikan secara menyeluruh dan terencana sesuai dengan pedoman kelas ibu hamil yang memuat mengenai (1) pemeriksaan kehamilan agar ibu dan janin sehat, (2) persalinan aman, nifas aman, ibu selamat, bayi sehat, (3)pencegahan penyakit komplikasi kehamilan ,persalinan dan nifas agar ibu dan bayi sehat, (4) perawatan bayi baru lahir agar tumbuh kembang optimal, serta (5) aktivitas fisik ibu hamil

2. Materi lebih komprehensif sehingga memudahkan petugas kesehatan dalam persiapan pelaksanaan kelas ibu hamil sebelum penyajian materi.
3. Dapat mendatangkan tenaga ahli untuk memberikan penjelasan mengenai topik tertentu
4. Ada interaksi antara petugas kesehatan dengan ibu hamil pada saat pembahasan materi dilaksanakan
5. Dilaksanakan secara berkala dan berkesinambungan.
6. Dilakukan evaluasi terhadap petugas kesehatan dan ibu hamil dalam memberikan penyajian materi sehingga dapat meningkatkan kualitas sistem pembelajaran .

C.2. Tujuan Umum Kelas ibu hamil

Menurut Kemkes RI (2012), tujuan umum kelas ibu hamil adalah meningkatkan pengetahuan, merubah sikap dan prilaku ibu agar memahami tentang kehamilan, perubahan tubuh dan keluhan selama kehamilan, perawatan kehamilan, persalinan, perawatan nifas, KB pasca persalinan, perawatan bayi baru lahir , mitos/kepercayaan/adat istiadat setempat, penyakit menular dan akte kelahiran (Pedoman Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil, 2014).

Menurut Sanitiari dkk, (2017), tujuan pertemuan kelas ibu hamil yaitu meningkatkan pengetahuan, keterampilan ibu-ibu dan keluarga mengenai perawatan kehamilan, persalinan, nifas, penyakit dan komplikasi saat hamil, bersalin dan nifas, perawatan bayi baru lahir, dan senam hamil menggunakan buku KIA. Keikutsertaan ibu hamil dan keluarga pada kelas ibu hamil diharapkan

dapat meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku ibu hamil dan keluarga. Dengan meningkatnya pengetahuan dan perubahan perilaku ini diharapkan kesadaran terhadap pentingnya perawatan kesehatan selama kehamilan dan pengenalan tanda komplikasi menjadi meningkat (2017)

C.3. Tujuan Khusus Kelas Ibu Hamil

1. Terjadinya interaksi dan berbagai pengalaman antar peserta (ibu hamil dengan ibu hamil) dan antar ibu hamil dengan petugas kesehatan/bidan tentang kehamilan, perubahan tubuh dan keluhan selama kehamilan perawatan kehamilan, persalinan ,perawatan nifas ,KB pasca persalinan, perawatan bayi baru lahir , mitos/kepercayaan/adat istiadat setempat, penyakit menular dan akte kelahiran.
2. Meningkatkan pemahaman, sikap dan perilaku ibu hamil tentang :
 - a. Kehamilan, perubahan tubuh dan perubahan tubuh selama kehamilan, keluhan umum saat hamil dan cara mengatasinya, apa saja yang perlu dilakukan ibu hamil dan pengaturan gizi termasuk pemberian tablet tambah darah untuk penanggulangan anemia
 - b. Perawatan kehamilan (kesiapan psikologis menghadapi kehamilan, hubungan suami istri selama kehamilan, obat yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi oleh ibu hamil, tanda bahaya kehamilan dan P4K (Perencanaan Persalinan dan Pencegahan Komplikasi).
 - c. Persalinan (tanda-tanda persalinan, tanda bahaya persalinan dan proses persalinan.

- d. Perawatan nifas (apa saja yang dilakukan ibu nifas agar dapat menyusui eksklusif ? Bagaimana menjaga kesehatan ibu nifas; tanda-tanda bahaya dan penyakit ibu nifas).
- e. KB pasca persalinan.
- f. Perawatan Bayi Baru Lahir.

C.4. Sasaran Kelas Ibu Hamil

Peserta kelas ibu hamil sebaiknya semua ibu hamil yang ada di wilayah tersebut, Jumlah peserta kelas ibu hamil maksimal sebanyak 10 orang setiap kelas. Diharapkan suami/keluarga ikut serta minimal 1 kali pertemuan sehingga dapat mengikuti berbagai materi tentang tanda bahaya serta persiapan persalinan atau materi yang lainnya. Selain itu dalam pelaksanaan dapat dilibatkan 1 orang kader yang ada di wilayah kerja pada setiap kelas ibu hamil. Fasilitator kelas ibu hamil adalah bidan atau petugas kesehatan yang telah mendapat pelatihan fasilitator kelas ibu hamil dan setelah itu diperbolehkan untuk melaksanakan fasilitas kelas ibu hamil. Dalam pelaksanaan kelas ibu hamil, fasilitator dapat meminta bantuan narasumber untuk menyampaikan materi bidang tertentu.

C.5. Tahapan Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil

Penyelenggaraan kelas ibu hamil dapat dilaksanakan oleh pemerintah, swasta, Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) dan masyarakat.

1. Fungsi dan Peran (Provinsi, Kabupaten dan Puskesmas)

Pelaksanaan kelas ibu hamil dikembangkan sesuai dengan fungsi dan peran pada masing-masing level yaitu : Provinsi, Kabupaten dan Puskesmas. Fungsi dan peran provinsi yaitu menyiapkan tenaga pelatih, mendukung

pelaksanaan kelas ibu hamil (sarana dan prasarana), serta monitoring dan evaluasi. Fungsi dan peran kabupaten yaitu menyiapkan tenaga fasilitator kelas ibu hamil, bertanggung jawab atas terlaksananya kelas ibu hamil (dana, sarana dan prasarana), serta monitoring dan evaluasi. Fungsi dan peran Puskesmas yaitu kepala Puskesmas sebagai penanggung jawab dan mengkoordinir pelaksanaan kelas ibu hamil di wilayah kerjanya. Bidan/tenaga kesehatan bertanggung jawab dalam pelaksanaan kelas ibu hamil (identifikasi calon peserta, koordinasi dengan *stake holder*, fasilitasi pertemuan, monitoring, evaluasi dan pelaporan).

2. Fasilitator dan Nara Sumber

Fasilitator kelas ibu hamil adalah bidan atau petugas kesehatan yang telah mendapat pelatihan fasilitator kelas ibu hamil (atau melalui *on the job training*) dan setelah itu diperbolehkan untuk melaksanakan fasilitasi kelas ibu hamil. Dalam pelaksanaan kelas ibu hamil fasilitator dapat meminta bantuan narasumber untuk menyampaikan materi bidang tertentu. Nara sumber adalah tenaga kesehatan yang mempunyai keahlian dibidang tertentu untuk mendukung kelas ibu hamil.

3. Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana yang diperlukan untuk melaksanakan kelas ibu hamil adalah:

- a. Ruang belajar untuk kapasitas 10 orang peserta kira-kira ukuran 4 m x 5 m, dengan ventilasi dan pencahayaan yang cukup.
- b. Alat tulis menulis (papan tulis, kertas, spidol, bolpoin) jika ada.
- c. Buku KIA

- d. Lembar Balik kelas ibu hamil
- e. Buku pedoman pelaksanaan kelas ibu hamil
- f. Buku pegangan fasilitator
- g. Alat peraga (KB kit, food model, boneka, metode kangguru, dll) jika ada
- h. Tikar/karpet (matras)
- i. Bantal, kursi (jika ada)
- j. CD aktivitas fisik/CD senam hamil (jika ada)

Idealnya kelengkapan sarana dan prasarana seperti tersebut di atas, namun apabila tidak ada ruangan khusus, dimanapun tempatnya bisa

Dilaksanakan sesuai kesepakatan antara ibu hamil dan fasilitator.

Sedangkan kegiatan lainnya seperti aktivitas fisik/senam hamil hanya merupakan materi tambahan bukan yang utama.

4. Persiapan pelaksanaan kelas ibu hamil

Hal-hal yang perlu dipersiapkan sebelum pelaksanaan kelas ibu hamil :

- a. Melakukan identifikasi/mendaftar semua ibu hamil yang ada di wilayah kerja. Ini dimaksudkan untuk mengetahui berapa jumlah ibu hamil dan umur kehamilannya sehingga dapat menentukan jumlah peserta setiap kelas ibu hamil dan berapa kelas yang akan dikembangkan dalam kurun waktu tertentu misalnya, selama satu tahun.
- b. Mempersiapkan tempat dan sarana pelaksanaan kelas ibu hamil, misalnya tempat di Puskesmas atau Polindes/Poskesdes, Bidan Praktek Mandiri, Rumah Sakit, Kantor Desa/Balai Pertemuan, Posyandu atau di rumah salah

seorang warga masyarakat. Sarana belajar menggunakan tikar/karpet, bantal dan lain lain jika tersedia.

- c. Mempersiapkan materi, alat bantu penyuluhan dan jadwal pelaksanaan kelas ibu hamil serta mempelajari materi yang akan disampaikan.
- d. Persiapan peserta kelas ibu hamil, mengundang semua ibu hamil di wilayah kerja.
- e. Mempersiapkan tim pelaksana kelas ibu hamil yaitu siapa saja fasilitatornya dan nara sumber jika diperlukan.

Penyajian materi pokok pada kelas ibu hamil meliputi :

- a. Pemeriksaan dan perawatan kehamilan agar ibu dan janin sehat, yang terdiri dari pengertian kehamilan, tanda kehamilan, keluhan yang sering dialami ibu hamil, perubahan fisik ibu hamil, perubahan emosional ibu hamil, jadwal pemeriksaan kehamilan, pelayanan kesehatan pada ibu hamil, menjaga ibu hamil dan janin sehat, hal-hal yang harus dihindari oleh ibu selama hamil, mitos/tabu, persiapan menghadapi persalinan.
- b. Persalinan aman, nifas nyaman, ibu selamat, bayi sehat yang terdiri dari tanda-tanda awal persalinan, tanda-tanda persalinan, proses persalinan, inisiasi menyusui dini (IMD), KB paska persalinan, pelayanan nifas, menjaga ibu bersalin dan nifas serta bayi sehat, hal-hal yang harus dihindari ibu bersalin dan nifas, serta mitos.
- c. Pencegahan penyakit, komplikasi kehamilan, persalinan dan nifas agar ibu dan bayi sehat yang terdiri dari penyakit malaria, gejala, akibat, cara penularan serta cara pencegahan malaria, Infeksi Menular Seksual,

HIV/AIDS, cara pencegahan HIV/AIDS pada ibu hamil, Kurang Energi Kronis (KEK), anemia, tanda bahaya pada kehamilan, tanda bahaya pada persalinan, tanda bahaya dan penyakit ibu nifas, sindrom paska melahirkan. Khusus untuk materi ketiga, materi yang disampaikan dapat disesuaikan dengan kondisi permasalahan kesehatan di wilayah setempat. Misalnya materi malaria dapat disampaikan pada daerah dengan endemis malaria.

- d. Perawatan bayi baru lahir agar tumbuh kembang optimal yang terdiri dari tanda bayi lahir sehat, perawatan bayi baru lahir, pelayanan neonatus, tanda bahaya pada bayi baru lahir, cacat bawaan, perawatan metode kanguru (PMK), posisi dan perlekatan menyusui yang benar, pemberian imunisasi, menjaga bayi agar sehat, hal-hal yang harus dihindari dalam perawatan bayi baru lahir, mitos, akte kelahiran Pelaksanaan pertemuan sebaiknya dilakukan pada ibu hamil dengan usia kehamilan seawal mungkin. Waktu pertemuan disesuaikan dengan kesiapan ibu-ibu, bisa dilakukan pada pagi atau sore hari dengan lama waktu pertemuan 120 menit termasuk senam hamil 15-20 menit. Pada setiap akhir pertemuan dapat dilakukan aktivitas fisik/ senam ibu hamil. Aktivitas fisik/senam ibu hamil merupakan kegiatan/materi ekstra di kelas ibu hamil, jika dilaksanakan, setelah sampai di rumah diharapkan dapat dipraktikkan. Dalam pelaksanaan kelas ibu hamil kegiatan aktivitas fisik ibu hamil dapat dilakukan bagi ibu hamil dengan umur kehamilan <20 minggu, sedangkan

kegiatan senam hamil dapat dilakukan bagi ibu hamil dengan umur kehamilan 20-32 minggu.

e. Monitoring, evaluasi dan pelaporan

Untuk memantau perkembangan dan dampak pelaksanaan kelas ibu hamil perlu dilakukan monitoring dan evaluasi secara berkala dan berkesinambungan. Seluruh pelaksanaan kegiatan kelas ibu hamil dibuatkan pelaporan dan didokumentasikan (Kemkes RI, 2012).

C.6. Kegiatan Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil

Pertemuan kelas ibu hamil dilakukan minimal 4 kali pertemuan selama kehamilan atau sesuai dengan hasil kesepakatan fasilitator dengan peserta. Dan 1 kali pertemuan sebaiknya di hadiri oleh suami/keluarga.

Pada setiap pertemuan, materi kelas ibu hamil yang akan disampaikan disesuaikan kebutuhan dan kondisi ibu hamil tetapi tetap mengutamakan materi pokok.

Khusus untuk 3 materi yang disampaikan dapat disesuaikan dengan kondisi permasalahan kesehatan di wilayah setempat. Pelaksanaan pertemuan sebaiknya dilakukan pada ibu hamil dengan usia kehamilan seawal mungkin. Waktu pertemuan disesuaikan dengan kesiapan ibu-ibu, bisa dilakukan pagi atau sore dengan lama waktu pertemuan 120 menit termasuk senam hamil 15-20 menit.

Dalam pelaksanaan kelas ibu hamil kegiatan aktivitas fisik ibu hamil dapat dilakukan bagi ibu hamil dengan umur kehamilan < 20 minggu sedangkan kegiatan senam hamil dapat dilakukan bagi ibu hamil dengan umur kehamilan 20-32 minggu dapat mengikuti senam Ibu hami (Pedoman Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil, 2014).

C.7.Pelaksanaan Program Kelas Ibu Hamil di Indonesia

Menurut Sasnitiari dkk, (2017) hasil penelitian ini menguatkan bahwa keikutsertaan kelas ibu hamil berperan dalam meningkatkan pengetahuan tentang tanda bahaya kehamilan dan sikap respons ibu hamil terhadap bahaya kehamilan. Kementerian Kesehatan sejak awal Kabinet Kerja pada tahun 2015, telah menetapkan Rencana Strategis (Renstra) Kementerian Kesehatan RI 2015-2018. Salah satu indikator kinerja Direktorat Kesehatan Ibu, Direktorat Jenderal Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak adalah persentase puskesmas yang melaksanakan Kelas Ibu Hamil.

24 Survei Indikator Kesehatan Nasional (Sirkesnas) 2016 melaporkan bahwa meskipun indikator cakupan Puskesmas yang telah melaksanakan program Kelas Ibu Hamil telah mencapai 94 persen, namun secara umum ibu yang saat hamil mengikuti program Kelas Ibu Hamil baru mencapai 19 persen.²⁵ Hal ini dapat dipengaruhi oleh definisi operasional indikator tersebut adalah jumlah puskesmas yang telah melaksanakan Program Kelas Ibu Hamil. Oleh karena itu, meskipun hanya satu Kelas Ibu Hamil dalam wilayah kerja Puskesmas tetap dinilai sebagai Puskesmas yang telah menjalankan program kelas ibu hamil.²⁴ Indikator ini tidak dapat digunakan untuk mengukur agregat masyarakat yang mengikuti program Kelas Ibu Hamil. Untuk itu, perlu adanya evaluasi terhadap indikator tersebut. Peran kelas ibu hamil dapat meningkatkan pengetahuan tentang tanda-tanda bahaya kehamilan, maka setiap kelas program kelas ibu hamil yang berjalan akan berkontribusi terhadap upaya penurunan AKI dan AKBA.

C.8 Petunjuk Tekhnis Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil

C.8.1. Materi Pertemuan I Kelas Ibu Hamil

a. Langkah- Langkah Materi Pertemuan Kelas Ibu Hamil I

1. Pertemuan kelas ibu hamil dapat dibuka oleh pejabat yang berwenang setempat atau bidan yang bertindak sebagai fasilitator.
2. Informasikan dan diskusikan kesepakatan kelompok yang akan disetujui dan ditepati oleh semua peserta, misalnya waktu mulai dan berakhirnya, tempat pelaksanaan kelas ibu hamil , dll.
3. PERKENALAN:fasilitator memperkenalkan diri, sedangkan peserta memperkenalkan diri dengan menyebutkan nama, jumlah anak, pengalaman pada kehamilan ini atau kehamilan sebelumnya dan harapan setelah mengikuti kelas ibu hamil.
4. Informasikan bahwa peserta akan mengikuti kelas ibu hamil ini minimal 4 kali pertemuan. Materi yang diberikan meliputi ; Pemeriksaan kehamilan agar ibu dan janin sehat : Persalinan aman , nifas aman , ibu selamat dan bayi sehat ; Pencegahan penyakit , komplikasi kehamilan , persalina dan nifas agar ibu dan bayi sehat ; Perawatan bayi baru lahir agar tumbuh kembang optimal , dan aktivitas fisik ibu hamil.
5. Informasikan dan diskusikan pula tujuan pelaksanaan kelas ibu hamil dan manfaat yang akan didapatkan ibu setelah mengikuti kelas ibu hamil.
6. Informasikan dan diskusikan tujuan buku KIA.
7. Minta pendapat peserta apa yang disebut dengan kehamilan. Diskusikan bersama seluruh peserta.

8. Jelaskan apa yang disebut dengan kehamilan sesuai dengan ulasan materi.
9. Minta pendapat peserta mengenai tanda hamil. Diskusikan bersama seluruh peserta.
10. Jelaskan apa yang disebut dengan tanda hamil sesuai dengan ulasan materi
11. Minta pendapat peserta, keluhan-keluhan yang dirasakan ibu selama hamil.
Sesuaikan dengan apa yang ibu rasakan saat hamil ini atau kehamilan sebelumnya. Diskusikan bersama peserta.
12. Jelaskan keluhan-keluhan selama kehamilan, sesuai dengan keluhan yang disebutkan oleh peserta dengan mengacu pada ulasan materi
13. Minta pendapat peserta, perubahan fisik selama kehamilan. Sesuaikan dengan apa yang ibu rasakan saat hamil atau kehamilan sebelumnya.
Diskusikan bersama peserta
14. Jelaskan perubahan fisik ibu selama kehamilan, sesuai dengan keluhan yang disebutkan oleh peserta dengan mengacu pada ulasan materi.
15. Minta pendapat peserta, perubahan emosional apa saja yang dirasakan saat hamil atau kehamilan sebelumnya. Diskusikan bersama peserta.
16. Jelaskan perubahan mental ibu selama kehamilan, sesuai dengan keluhan yang disebutkan oleh peserta mengacu pada ulasan materi.
17. Minta pendapat peserta, mengenai jenis pemeriksaan dan manfaat dilakukannya pemeriksaan kehamilan. Diskusikan bersama seluruh peserta.
18. Jelaskan jenis pemeriksaan kehamilan dan manfaat pada setiap kunjungan sesuai dengan ulasan materi.

19. Minta peserta untuk membuka buku KIA halaman 1 dan minta salah satu peserta untuk membacakan : Bagaimana pemeriksaan kehamilan secara rutin. Tanyakan apa yang diketahui ibu mengenai manfaat dari setiap pemeriksaan. Diskusikan bersama peserta.
20. Jelaskan mengenai pelayanan kesehatan pada ibu hamil dengan mengacu pada ulasan materi.
21. Minta pendapat peserta, hal-hal apa saja yang dilakukan untuk menjaga agar ibu hamil sehat dan janin sehat. Diskusikan bersama seluruh peserta.
22. Jelaskan mengenai hal-hal yang harus dilakukan untuk menjaga ibu hamil sehat dan janin sehat sesuai dengan ulasan materi.
23. Minta pendapat peserta mengenai hal-hal yang perlu dihindari oleh ibu hamil. Diskusikan bersama peserta.
24. Jelaskan mengenai hal-hal yang perlu dihindari oleh ibu hamil sesuai dengan ulasan materi.
25. Gali dari pendapat peserta mengenai mitos-mitos apa saja yang banyak beredar di masyarakat yang berkaitan dengan kehamilan.
26. Jelaskan apa saja yang merupakan mitos selama kehamilan sesuai dengan ulasan materi.
27. Minta pendapat peserta dan diskusikan pengalaman mereka mengenai hal-hal apa saja yang perlu dipersiapkan dalam menghadapi persalinan yang aman.
28. Jelaskan persiapan menghadapi persalinan yang aman sesuai dengan ulasan materi.

29. Minta pendapat peserta dan diskusikan pengalaman mereka tentang hubungan suami istri selama kehamilan. Diskusikan bersama seluruh peserta.
30. Jelaskan mengenai hubungan suami istri selama kehamilan sesuai dengan ulasan materi
31. Akhiri pertemuan dengan materi I dengan evaluasi kembali materi 1.
32. Peragakan aktivitas fisik sesuai umur kehamilan.

C.8.2. Materi Pertemuan II Kelas Ibu Hamil

A. Langkah-langkah materi pertemuan kelas ibu hamil II

1. Lakukan review materi pertemuan pertama.
2. Informasikan bahwa akan dimulai diskusi materi-materi mengenai persalinan diskusi materi-materi mengenai persalinan aman ,nifas nyaman , ibu dan bayi sehat.
3. Minta pendapat peserta mengenai kapan seseorang ibu tahu bahwa ia akan melahirkan.
4. Jelaskan bahwa peserta perlu mengetahui tanda awal persalinan bahwa persalinan sudah dimulai sesuai dengan ulasan materi.
5. Minta peserta untuk membuka buku KIA halaman 8 dan minta salah satu peserta untuk membacakan : Apa saja tanda persalinan?
6. Jelaskan pada peserta mengenai proses persalinan sesuai dengan ulasan materi
7. Minta pendapat peserta untuk membuka buku KIA halaman 9 dan minta salah satu peserta untuk membackan proses melahirkan (persalinan).

8. Jelaskan pada peserta mengenai proses persalinan sesuai dengan ulasan materi.
9. Minta pendapat peserta apa yang mereka ketahui mengenai Inisiasi Menyusui Dini (IMD) sesuai dengan ulasan materi.
10. Jelaskan pada peserta mengenai cara Inisiasi Menyusui Dini (IMD) sesuai dengan ulasan materi.
11. Minta peserta untuk membuka Buku KIA halaman 12 dan minta salah satu peserta untuk membacakan : Mengapa setelah bersalin ibu perlu ikut KB dan apa saja alat kontrasepsi /cara ber KB. Diskusikan dengan peserta alat kontrasepsi yang dapat digunakan.
12. Jelaskan manfaat KB dan alat kontrasepsi yang dapat digunakan sesuai dengan ulasan materi.
13. Minta pendapat peserta mengenai apa yang mereka ketahui mengenai pelayanan apa yang dapat mereka peroleh pada masa nifas diskusikan dengan seluruh peserta.
14. Jelaskan pelayanan nifas yang dapat diperoleh sesuai dengan ulasan materi.
15. Minta pendapat peserta mengenai bagaimana menjaga agar ibu bersalin dan nifas serta bayi sehat. Diskusikan sesuai dengan pengalaman peserta.
16. Jelaskan mengenai cara menjaga ibu bersalin dan nifas, serta bayi sehat sesuai dengan ulasan materi.

17. Minta pendapat peserta apa yang mereka ketahui mengenai hal-hal yang perlu di hindari oleh ibu pada masa nifas. Diskusikan dengan seluruh peserta.
18. Jelaskan mengenai hal-hal yang perlu dihindari oleh ibu nifas sesuai dengan ulasan materi.
19. Gali dari peserta mengenai mitos-mitos apa saja yang banyak beredar di masyarakat yang berkaitan selama masa nifas. Diskusikan dengan seluruh peserta..
20. Jelaskan mengenai mitos yang beredar di masyarakat yang berkaitan selama masa nifas sesuai dengan ulasan materi.
21. Akhiri pertemuan dengan materi II dengan evaluasi akhir.
22. Peragakan aktivitas fisik sesuai umur kehamilan.

C.8.3. Materi Pertemuan III Kelas Ibu Hamil

A.Langkah-langkah materi pertemuan kelas ibu hamil III

1. Lakukan review materi pertemuan kedua
2. Lakukan evaluasi awal (pre tes) materi 3 :
3. Informasikan bahwa akan dimulai diskusi mengenai pencegahan penyakit, dan komplikasi kehamilan,persalinan dan nifas agar ibu dan bayi sehat.
4. Minta pendapat peserta apa yang mereka ketahui mengenai Anemia pada ibu hamil. Diskusikan dengan peserta.
5. Jelaskan mengenai anemia pada ibu hamil sesuai dengan ulasan materi
6. Minta pendapat peserta mengenai Kurang Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil sesuai dengan ulasan materi.

7. Jelaskan mengenai Kurang Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil sesuai dengan ulasan materi.
8. Minta peserta membuka buku KIA halaman 9 dan minta salah satu peserta untuk membacakan : Tanda Bahaya Kehamilan.
9. Jelaskan mengenai tanda bahaya kehamilan sesuai dengan ulasan materi
10. Minta peserta membuka buku KIA halaman 9 dan minta salah satu peserta untuk membacakan : Masalah pada Persalinan.
11. Jelaskan mengenai tanda bahaya pada persalinan sesuai dengan ulasan materi.
12. Minta peserta membuka buku KIA halaman 11 dan minta salah satu peserta untuk membacakan mengenai : Tanda Bahaya dan Penyakit pada saat Nifas.
13. Jelaskan mengenai tanda bahaya dan penyakit pada saat nifas sesuai dengan ulasan materi.
14. Minta pendapat peserta apa yang mereka ketahui mengenai sindroma paska melahirkan. Diskusikan dengan seluruh peserta.
15. Jelaskan mengenai sindroma paska melahirkan sesuai dengan ulasan materi.
16. Minta pendapat peserta mengenai penyakit malaria , penyebab dan gejala malaria pada ibu hamil, diskusikan sesuai dengan pengalaman peserta.
17. Jelaskan sesuai ulasan materi
18. Minta pendapat peserta mengenai apa yang disebut dengan infeksi menular seksual (IMS) dan akibatnya pada ibu hamil dan bayi.

19. Diskusikan dengan pengalaman peserta.
20. Jelaskan sesuai dengan ulasan materi.
21. Minta pendapat peserta mengenai HIV-AIDS,diskusikan bgaimana cara penularan HIV dari ibu ke bayi yang di kandungnya .
22. Jelaskan sesuai ulasan materi.
23. Minta pendapat peserta mengenai mengenai cara pencegahan HIV/AIDS,diskusikan bagaimana cara pencegahan penularan HIV dari ibu ke bayi.
24. Jelaskan sesuai dengan ulasan materi
25. Peragakan aktifitas fisik sesuai umur kehamilan.

D. Persiapan Persalinan

D.1 Pengertian

Persiapan persalinan merupakan bagian terpenting dari proses persalinan yang ditujukan untuk meningkatkan kesehatan optimal menjelang persalinan dan segera dapat memberikan laktasi.Tingkat pengetahuan ibu dengan persiapan lainnya menunjukkan pengetahuan ibu tentang perawatan kehamilan, persalinan, pasca persalinan dan perawatan bayi dapat berpengaruh positif terhadap *Ante Natal Care*, melalui kelas ibu hamil, dapat memperoleh informasi yang lengkap, jelas dan terstruktur tentang perawatan kehamilan, persalinan, pasca persalinan dan perawatan bayi baru lahir.Persiapan Persalinan adalah usaha ibu hamil untuk menghadapi kelahiran bayi yang meliputi persiapan fisik,mental (psikologis) dan materi yang cukup agar kelahiran anak berjalan dengan lancar, menghasilkan ibu dan anak yang sehat. Persiapan persalinan difokuskan pada ibu hamil trimester III

karena merupakan persiapan aktif menunggu kelahiran bayi dan menjadi orang tua.(Lucia,2013).

Keberadaan seorang anak di dalam rahim akan menimbulkan sensasi khusus bagi sang ibu, apalagi saat ia menjalani proses kehamilan tersebut dari minggu yang satu ke minggu berikutnya.Dengan teknologi yang ada saat ini, ibu dapat terus memantau perkembangan janin di dalam kandungannya.Proses kehamilan itu sendiri terdiri dari 3 masa yang disebut trimester.Trimester pertama adalah awal kehamilan,saat ibu mulai merasakan tubuh yang cukup drastic,seperti mual dan muntah–lazim disebut morning sickness,pusing,cepat lelah,rasa sakit pada payudara dan berkurangnya nafsu makan.

Gejala gejala tersebut adalah gejala yang paling umum terjadi pada trimester pertama disebabkan oleh perubahan hormon pada tubuh ibu hamil. Kadang kala,ada ibu yang tidak mengalami semua atau sebagian dari gejala tersebut. Bahkan pada beberapa kasus , ibu ibu yang bekerja tidak sadar bahwa dirinya hamil. Biasanya bentuk tubuh ibu hamil belum berubah karena janin masih terlalu kecil dan ia belum memenuhi kantung rahim belum membesar.

Pada trimester kedua, gejala umum trimester pertama yang membuat ibu tidak nyaman biasanya mulai berkurang,bahkan hilang sama sekali. Walaupun mungkin berat badan ibu belum bertambah cukup banyak, nafsu makan muali muncul karena tidak ada gejala mual dan muntah lagi.Biasanya bentuk tubuh ibu hamil belum berubah karena janin masih terlalu kecil dan ia belum memenuhi kantung rahim belum membesar.Pada trimester kedua, gejala umum trimester pertama yang membuat ibu tidalk nyaman biasanya mulai berkurang,bahkan

hilang sama sekali. Walaupun mungkin berat badan ibu belum bertambah cukup banyak, nafsu makan mulai muncul karena tidak ada gejala mual dan muntah lagi.

Pada trimester ini janin mulai memnuhi kantung rahim sehingga kantung bertambah besar, yang membuat ibu mulai terlihat hamil. Trimester ketiga adalah masa kandungan memasuki minggu ke 28 sampai ke 40. Pada trimester ini, biasanya ibu makin merasa tidak nyaman akibat berbagai gangguan, seperti sakit lambung, sembelit, varises, sakit pinggang, sulit tidur, sulit bernafas dan keinginan untuk buang air kecil semakin kerap. Segala bentuk ketidaknyamanan ini disebabkan oleh berkembangnya janin dalam kandungan. Trimester ketiga adalah masa kandungan memasuki minggu ke 28 sampai ke 40.

Pada trimester ini, biasanya ibu makin merasa tidak nyaman akibat berbagai gangguan, seperti sakit lambung, sembelit, varises, sakit pinggang, sulit tidur, sulit bernafas dan keinginan untuk buang air kecil semakin kerap. Segala bentuk ketidaknyamanan ini disebabkan oleh berkembangnya janin dalam kandungan. Kadang-kadang, pada beberapa ibu dapat juga terjadi kontraksi palsu yang merupakan penarikan otot-otot rahim dalam persiapan menuju persalinan. Pada masa ini, janin telah terbentuk dengan sempurna dan sedang dalam persiapan untuk dilahirkan. Tubuhnya makin berisi karena jaringan lemak mulai ada di bawah kulit janin.

Lemak ini akan membantu janin memelihara suhu tubuhnya saat dilahirkan. Pertambahan berat tubuh janin juga menjadi lebih cepat dibandingkan pada minggu-minggu sebelumnya. Pada minggu ke-36, semua organ tubuh janin telah berkembang sempurna. Mulai saat ini ibu hamil biasanya harus

memeriksa diri ke dokter kandungan atau bidan setiap minggu sampai masa persalinan (Andriana, 2016).

D.2 Persiapan Sebelum Persalinan menurut Andriana, 2016

Pada umumnya, sejak trimester ketiga, para ibu telah mempersiapkan diri untuk menyambut kehadiran si buah hati. Dengan demikian penting bagi ibu untuk memelihara kebugaran tubuhnya dengan mencoba latihan ringan, seperti senam hamil. Ibu dapat meluangkan waktu beberapa saat untuk berjalan kaki pada pagi hari. Dengan demikian penting bagi ibu untuk memelihara kebugaran tubuhnya dengan mencoba latihan ringan, seperti senam hamil.

Contoh latihan yang bisa dilakukan oleh ibu hamil antara lain :

1. Posisi Jongkok

Ini adalah posisi yang dapat dicoba dalam persalinan karena akan memudahkan janin melewati jalan lahir. Latihan ini akan membuka rongga panggul ibu dan menegangkan daerah diantara anus dan vagina (perineum). Latihan ini akan memperkuat perineum dan mencegah bagian ini sobek saat ibu bersalin. Latihlah posisi ini setiap hari selama beberapa menit.

2. Posisi Bersila

Ini adalah posisi duduk dengan menyilangkan kaki semampunya. Dengan mengambil posisi ini, otot-otot paha ibu akan menguat dan panggul menjadi lentur. Gunakan alat bantu, seperti bantal, sebagai alas atau bersandarlah pada tembok jika posisi ini sulit dilakukan. Saat menanti persalinan, ada baiknya juga ibu mengikuti kelas persiapan persalinan (umumnya pada kelas senam hamil) bersama suami. Peranan suami sangat besar bagi ibu hamil. Oleh karena itu

,penting bagi suami untuk ikut memahami berbagai perubahan yang terjadi pada tubuh ibu hamil sampai proses persalinannya.

Selain itu,sang suami dapat membantu ibu yang sedang bersalin dengan memijat daerah punggungnya atau dengan membantu ibu menentukan posisi persalinan.Bahkan,walaupun suami hanya menjadi pendukung yang menemani, ia dapat membantu ibu merasa lebih rileks. Lalu, hal lain yang umum dilakukan ibu adalah menyiapkan barang-barang yang hendak ia bawa ke rumah sakit.

Persiapan ini adalah sesuatu yang menyenangkan dan dapat mengurangi ketegangan ibu dalam menanti kelahiran sibuah hati.Lakukan persiapan sebaik-baiknya karena lamanya masa perawatan akan tergantung pada proses kelahiran buah hati.Biasanya untuk kelahiran normal, masa rawat inap berlangsung 2- 3 hari . Untuk kelahiran bedah caesar masa rawat inap dapat berlangsung 4-5 hari.

Berikut adalah contoh barang-barang yang perlu disiapkan untuk ibu (dengan masa perawatan 3-4 hari) :

- a. 3- 4 pasang piyama atau daster dengan kancing yang dapat dibuka dari depan
Sandal untuk di rumah sakit/klinik
- b. 4-5 bra untuk menyusui
- c. Beberapa celana dalam dari bahan katun yang agak longgar
- d. Kain untuk alas tempat tidur Pembalut untuk wanita bersalin
- e. 2-3 buah gurita
- f. Pakaian untuk ibu saat pulang dari rumah sakit/klinik (siapkan pakaian yang masih agak longgar)
- g. Persiapan mandi seperti sabun ,sikat gigi dan sebagainya

h. Perlengkapan mandi, seperti sikat gigi, sabun, dan sebagainya

Persiapkan juga perlengkapan untuk bayi karena saat ibu pulang bersama ibu (jika bayi dinyatakan sehat). Contoh barang-barang yang perlu dipersiapkan untuk bayi :

- a. Baju bayi
- b. Sarung tangan dan kaki bayi
- c. Topi Bayi Popok sekali pakai (lebih aman untuk perjalanan)
- d. Selimut bayi

D.3. Persiapan Persalinan Menurut Buku Kesehatan Ibu dan Anak

1. Tanyakan pada bidan dan dokter tanggal perkiraan persalinan Suami atau keluarga mendampingi ibu saat pemeriksaan kehamilan
2. Siapkan tabungan atau dana cadangan untuk biaya persalinan dan biaya lainnya
3. Siapkan Kartu Jaminan Kesehatan Nasional
4. Untuk memperoleh kartu JKN, daftarkan diri anda ke kantor BPJS Kesehatan setempat, atau tanyakan ke petugas Puskesmas
5. Suami, keluarga dan masyarakat, menyiapkan kendaraan jika sewaktu-waktu diperlukan
6. Rencanakan melahirkan ditolong oleh dokter atau bidan di fasilitas kesehatan

7. Pastikan ibu hamil dan keluarga menyepakati amanat persalinan dalam stiker P4K dan sudah di tempelkan di depan rumah ibu hamil.
8. Siapkan KTP ,Kartu keluarga ,dan keperluan lain untuk ibu dan bayi yang akan dilahirkan
9. Rencanakan ikut Keluarga berencana (KB) setelah bersalin. Tanyakan ke petugas kesehatan tentang cara ber-KB.

D.4.Komplikasi Persalinan

Komplikasi persalinan adalah keadaan yang mengancam jiwa ibu atau janin karena gangguan akibat (langsung) dari persalinan :

1. Pendarahan Pasca Persalinan

Perdarahan pasca persalinan adalah kehilangan darah melebihi 500 ml yang terjadi setelah bayi lahir. Perdarahan primer pasca persalinan dini terjadi setelah bayi lahir. Perdarahan primer pasca persalinan dini terjadi dalam 24 jam sedangkan perdarahan sekunder (perdarahan masa nifas) terjadi setelah itu.

Etiologi perdarahan pasca persalinan ialah atonia uteri , retensio plasenta, trauma jalan lahir , inversion uteri , rupture uteri , dan gangguan system pembekuan darah . Faktor predisposisi yang harus dipertimbangkan ialah riwayat perdarahan pasca persalinan sebelumnya , multiparitas, perdarahan antepartum , dan partus lama.

Diagnosis

1. perdarahan banyak yang terus menerus setelah bayi lahir.

2. Pada perdarahan melebihi 20% volume total, timbul gejala penurunan tekanan darah, nadi dan nafas cepat , pucat, ekstremitas dingin, sampai terjadi syok

Perdarahan pervaginam sebelum plasenta lahir biasanya disebabkan retensio plasenta atau laserasi jalan lahir . Bila karena retensio plasenta , perdarahan berhenti setelah plasenta lahir. Pada perdarahan setelah plasenta lahir, perlu dibedakan sebabnya antara atonia uteri , sisa plasenta , atau trauma jalan lahir . Pada pemeriksaan obstetric mungkin kontraksi uterus lembek dan membesar jika ada atonia uteri . Bila kontraksi uterus baik, eksplorasi untuk mengetahui adanya sisa plasenta atau trauma jalan lahir . Riwayat partus lama , partus presipatus , perdarahan atau etiologi lain.

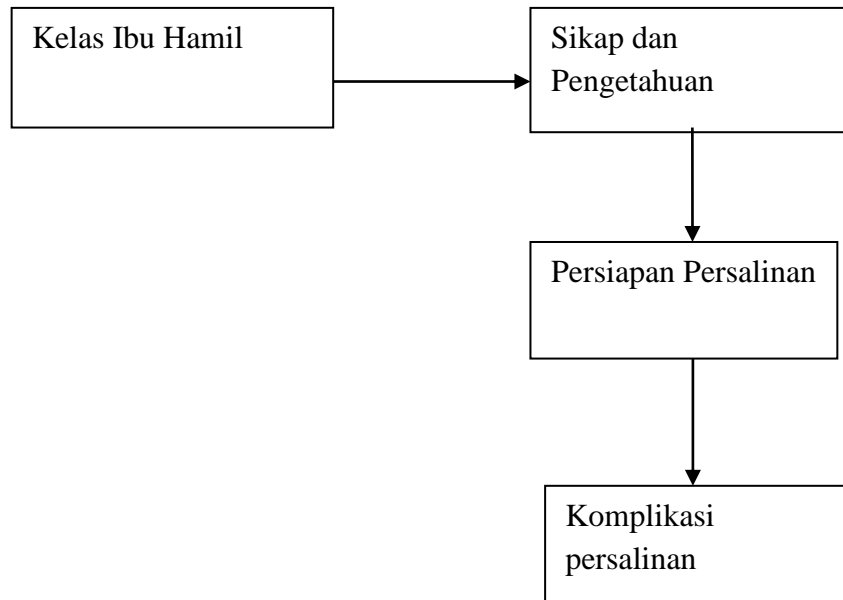
3. Ketuban Pecah Dini

Ketuban pecah dini adalah pecahnya selaput ketuban sebelum adanya tanda-tanda persalinan. Etiologi ketuban pecah dini belum diketahui. Faktor predisposisi ketuban pecah dini ialah infeksi genetalis, hidraminion , kehamilan preterm .

D.5 Tanda Bahaya Persalinan menurut Buku KIA

1. Perdarahan lewat jalan lahir
2. Tali Pesar atau tangan bayi keluar dari jalan lahir
3. Ibu mengalami kejang
4. Ibu tidak kuat mengejan
5. Air ketuban keruh dan berbau
6. Ibu gelisah atau mengalami kesakitan yang hebat.

E. Kerangka Teori

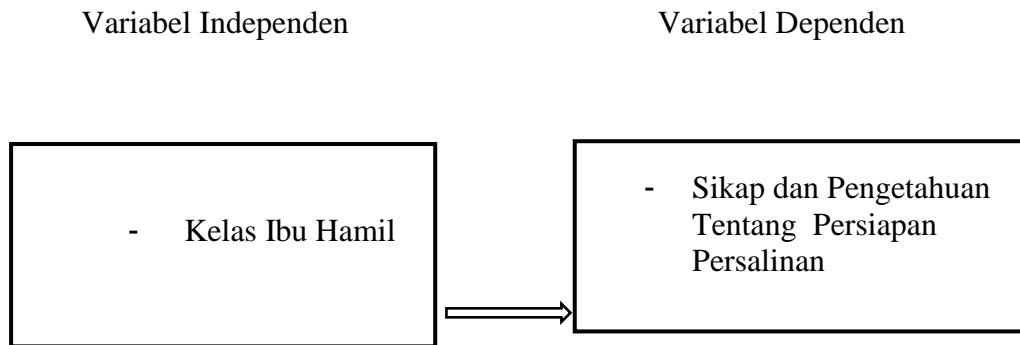


Gambar 2.1

F. Kerangka Konsep

Penelitian ini meneliti variabel yang berisi Kelas Ibu Hamil dengan sikap dan pengetahuan ibu tentang persiapan persalinan.

Kerangka Konsep Penelitian



Gambar 2.2

G. Defenisi Operasional

Tabel 2.1

| | Variabel Independent | Definisi Operasional | Alat Ukur | Hasil Ukur | Skala Ukur |
|---|----------------------|--|--------------------|---|------------|
| | Kelas Ibu Hamil | Suatu kegiatan kelompok belajar ibu-ibu hamil dengan jumlah peserta maksimal 10 orang belajar bersama, diskusi dan tukar pengalaman tentang kesehatan ibu dan anak(KIA) secara menyeluruh dan sistematis serta dapat dilaksanakan secara terjadwal dan berkesinambungan. | Lembar Persetujuan | 1.Rutin 2.Tidak Rutin | Nominal |
| | Variabel Dependent | Defenisi Operasional | Alat Ukur | Hasil Ukur | Skala Ukur |
| 1 | Sikap | Sikap adalah suatu reaksi atau respon menerima atau tidak menerimanya responden terhadap persiapan persalinan | Lembar Kuesioner | 1. Negatif (Jika skor 1-30) 2. Positif (Jika skor 31-60) | Ordinal |
| 2 | Pengetahuan | Segala sesuatu yang diketahui ibu hamil tentang persiapan persalinan meliputi tanda-tanda persalinan , komplikasi persalinan posisi – posisi ibu saat akan bersalin, barang-barang yang akan dibawa ibu saat bersalin. | Lembar Kuesioner | 1. Kurang (Jika skor $\leq 1-7$) 2. Baik (Jika skor $\geq 7-15$) | Ordinal |

G.Hipotesis

Ada hubungan kelas ibu hamil dengan pengetahuan dan sikap tentang persiapan persalinan.