

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Umum Kehamilan

1. Definisi

Dengan pertumbuhan dan perkembangan embrio atau janin di dalam rahim, kehamilan adalah proses alami dan fisiologis yang terjadi pada wanita sebagai hasil dari sistem reproduksi mereka. Proses ini berlangsung selama sekitar empat puluh minggu, atau 280 hari, dan diakhiri dengan persalinan (Nugrawati & Amriani 2024).

Kehamilan adalah periode penting dalam kehidupan seorang wanita, yang menandai dimulainya perubahan peran, tanggung jawab, dan emosional dan psikologis sebagai persiapan menghadapi kehidupan sebagai orang tua (Ratnawati, 2020).

Kehamilan adalah hasil dari proses fertilisasi (penyatuan sel sperma dan ovum) yang dilanjutkan dengan implantasi (nidasi) di dalam rahim. Dalam kebanyakan kasus, kehamilan berlangsung selama sekitar empat puluh minggu, atau sembilan bulan menurut kalender internasional, dan diakhiri dengan proses persalinan, yang berarti bayi dan plasenta keluar melalui jalan lahir. Oleh karena itu, kehamilan dapat digambarkan sebagai proses biologis yang dimulai dari fertilisasi hingga kelahiran (Febriyansyah et al., 2022).

2. Adaptasi Anatomi dan Fisiologi Selama Kehamilan

a. Uterus

Selama kehamilan, uterus mengalami perubahan fisiologis dan

anatomi yang signifikan. Pada usia kehamilan empat puluh minggu, berat uterus meningkat drastis dari sekitar 30 gram saat tidak hamil menjadi lebih dari 1000 gram. Selain itu, ukuran uterus tumbuh hingga mencapai ukuran sekitar 30 x 25 x 20 cm, dengan kapasitas untuk menampung lebih dari 4000 cc, memungkinkan janin berkembang dan cairan amnion.

b. Payudara

Payudara mengalami perubahan selama kehamilan, yang ditandai dengan peningkatan ukuran, rasa tegang, dan berat badan. Sebagai akibat dari perkembangan jaringan kelenjar, nodul-nodul dapat diraba selama pemeriksaan. Karena peningkatan aliran darah, pembuluh darah vena menjadi lebih jelas dan berwarna kebiruan. Selain itu, hiperpigmentasi, atau perubahan warna, dapat ditemukan di area puting dan areola.

c. Vagina dan vulva

Hormon yang diproduksi selama kehamilan mempersiapkan vagina untuk persalinan dengan menebalkan mukosa, melonggarkan jaringan, dan memperpanjang saluran vagina. Selama minggu keenam hingga kedelapan kehamilan, peningkatan pembuluh darah di vagina menyebabkan warna vagina menjadi kebiruan, yang dikenal sebagai tanda Chadwick.

d. Integumen

Beberapa perubahan kulit yang luar biasa yang terjadi selama kehamilan disebabkan oleh perubahan hormonal yang terjadi dan

peregangan kulit. Ini termasuk bercak hiperpigmentasi coklat pada wajah (cloasma gravidarum), garis gelap di abdomen (linea nigra), dan tanda regangan kulit yang disebabkan oleh pemisahan jaringan ikat yang dikenal sebagai striae gravidarum.

e. Pernapasan

Tubuh menanggapi percepatan laju metabolisme dan peningkatan kebutuhan oksigen jaringan uterus dan payudara. Akibatnya, kebutuhan oksigen ibu meningkat. Ambang karbondioksida turun selama kehamilan karena perubahan pada pusat pernapasan. Selain itu, kesadaran akan kebutuhan napas yang meningkat pada wanita hamil menyebabkan beberapa wanita hamil mengeluh sesak saat istirahat.

f. Pencernaan

Sekitar sepertiga wanita mengalami mual dan muntah pada awal kehamilan. Kembung disebabkan oleh penurunan produksi asam lambung serta melambatnya pengosongan lambung, dan konstipasi dan mual disebabkan oleh penurunan gerakan peristaltik. Tekanan uterus pada usus bagian bawah di awal dan akhir kehamilan juga menyebabkan konstipasi. Selain itu, hemoroid menjelang persalinan dapat disebabkan oleh peningkatan aliran darah ke panggul dan tekanan vena.

g. Perkemihan

Sekitar sepertiga wanita mengalami mual dan muntah pada awal kehamilan. Kembung disebabkan oleh penurunan produksi asam

lambung serta melambatnya pengosongan lambung, dan konstipasi dan mual disebabkan oleh penurunan gerakan peristaltik. Tekanan uterus pada usus bagian bawah di awal dan akhir kehamilan juga menyebabkan konstipasi. Selain itu, hemoroid menjelang persalinan dapat disebabkan oleh peningkatan aliran darah ke panggul dan tekanan vena.

h. Volume darah

Selama kehamilan, volume darah meningkat karena ada peningkatan plasma lebih besar daripada sel darah. Hemodilusi mencapai puncaknya pada usia kehamilan 32 minggu, tetapi diikuti oleh penurunan kadar hemoglobin..

i. Sel darah

Untuk mendukung pertumbuhan janin, jumlah sel darah merah meningkat selama kehamilan, tetapi peningkatan ini tidak sebanding dengan volume darah, yang menyebabkan hemodilusi dan anemia fisiologis.

j. Metabolisme

Metabolisme tubuh mengalami perubahan besar selama kehamilan, yang ditandai dengan peningkatan kebutuhan energi dan nutrisi. Perubahan ini diperlukan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin dan mempersiapkan tubuh ibu untuk produksi ASI.

3. Perubahan Adaptasi dan Fisiologi Selama Kehamilan.

Secara psikologis, kehamilan dianggap sebagai periode krisis,

ditandai dengan ketidakseimbangan emosional karena perubahan peran dan identitas diri. Krisis ini adalah reaksi terhadap tahap perkembangan baru yang menyebabkan gejala psikologis seperti syok, penolakan, kebingungan, dan menyangkal kehamilan. Persepsi ibu hamil terhadap kondisi kehamilannya beragam. Ada yang melihatnya sebagai tantangan atau masalah, sementara yang lain melihatnya sebagai waktu untuk kreativitas dan mencurahkan diri kepada keluarga (Nurliana et al., 2021).

Menurut (kemenkes, 2022), Peningkatan hormon progesteron, yang memengaruhi kondisi emosional, memengaruhi perubahan psikologis ibu hamil. Namun, perubahan ini tidak sepenuhnya ditentukan oleh hormon, tetapi juga bergantung pada tingkat kerentanan psikologis atau sifat kepribadian masing-masing individu.

Ibu hamil yang menginginkan dan menerima kehamilannya cenderung lebih mudah menyesuaikan diri dengan perubahan fisik dan emosional yang terjadi. Sebaliknya, wanita yang menolak kehamilan sering melihat kehamilan sebagai beban atau gangguan terhadap penampilan fisik, yang dapat menyebabkan ketidakstabilan psikologis. (Widaryanti & Febriati, 2020).

a. Trimester I (Periode penyesuaian terhadap kehamilan)

Meskipun kehamilannya direncanakan dan diharapkan, ibu hamil sering mengalami perasaan ambivalen pada awal kehamilan, yaitu perasaan ragu atau tidak yakin. Respon terhadap ketidakpastian ini biasanya muncul selama beberapa minggu pertama kehamilan, saat ibu sering mempertanyakan dan mencari kepastian. Labilitas

emosional, atau perubahan mood yang cepat dan tidak menentu, juga terjadi pada trimester pertama. Ada banyak jenis kecemasan, seperti khawatir tentang kesehatan janin, takut keguguran, atau kecemasan saat berhubungan seksual.

b. Trimester II (Periode sehat)

Kondisi psikologis ibu hamil biasanya lebih stabil pada trimester kedua. Ibu mulai belajar mengendalikan diri, merasa lebih nyaman, dan terbiasa dengan perubahan fisik. Ketidaknyamanan fisik masih sangat kecil karena janin masih kecil. Pada tahap ini, kebanyakan ibu mulai menerima dan memahami bahwa mereka sedang hamil. Informasi tentang perawatan kehamilan dan pertumbuhan janin menarik perhatian secara kognitif.

c. Trimester III

Sebagian orang menyebut trimester ketiga "menunggu dan waspada". Pada tahap ini, ibu hamil biasanya mulai mengalami kecemasan terkait proses persalinan, termasuk ketakutan akan rasa sakit, risiko fisik, dan kemungkinan bayi yang tidak normal lahir. Mereka juga khawatir tentang waktu kelahiran yang tidak dapat diprediksi dan sering terjadi gangguan tidur. Oleh karena itu, pendidikan tentang proses persalinan sangat penting untuk membuat ibu lebih percaya diri dan siap secara mental untuk menghadapi kelahiran.

4. Kehamilan Patologi

a. Hamil dengan Anemia

Dalam trimester kedua, kadar hemoglobin kehamilan harus kurang dari

11 gram pada trimester I dan III atau kurang dari 10,5 gram pada trimester II. Nilai ambang ini berbeda dengan nilai ambang wanita tidak hamil karena hemodilusi yang paling signifikan terjadi selama trimester ini.

1) Pengaruh Anemia terhadap Kehamilan dan Janin

Anemia dalam kehamilan dapat meningkatkan risiko beberapa komplikasi, seperti abortus, persalinan prematur, gangguan pertumbuhan janin intrauterin, infeksi, dan dekompensasi kardis, terutama jika kadar hemoglobin di bawah 6 g/dl. Selain itu, anemia juga dapat meningkatkan risiko mola hidatidosa, hiperemesis gravidarum, perdarahan antepartum, dan ketuban pecah dini.

2) Pengaruh Anemia terhadap Proses Persalinan

Anemia saat persalinan dapat menyebabkan gangguan kontraksi uterus, yang dikenal sebagai his, yang memperpanjang kala pertama dan meningkatkan kemungkinan partus terlantar. Pada tahap kedua, persalinan biasanya lebih lama dan melelahkan, sehingga seringkali diperlukan tindakan operatif. Pada tahap ketiga, ada kemungkinan retensi plasenta dan perdarahan postpartum karena atonia uteri. Pada tahap keempat, ada kemungkinan perdarahan sekunder dan atonia uteri yang berulang.

3) Pengaruh Anemia pada Kala Nifas

Anemia selama masa nifas dapat menyebabkan subinvolusi uteri, yang dapat menyebabkan perdarahan setelah persalinan. Selain itu, kondisi ini meningkatkan risiko infeksi puerperium, mengurangi

produksi ASI, dan dapat menyebabkan dekompensasi kardis tiba-tiba setelah persalinan. Selain itu, anemia pada kala nifas meningkatkan kemungkinan infeksi payudara, juga dikenal sebagai mastitis.

b. Pengaruh anemia pada janin

Ibu hamil yang menderita anemia dapat mengalami berbagai komplikasi pada janin, seperti abortus, kematian intrauterin, persalinan prematur, bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), hingga bayi yang menderita anemia. Selain itu, anemia juga dapat meningkatkan risiko cacat bawaan serta meningkatkan risiko infeksi, termasuk hipotermia, yang dalam kasus berat dapat menyebabkan kematian neonatal.

c. Kehamilan dengan resiko tinggi

Sangat penting untuk mengidentifikasi kehamilan yang memiliki risiko tinggi untuk melakukan rujukan yang efektif. Menurut Manuaba (2019), Kehamilan dengan risiko tinggi adalah kondisi yang dapat menyebabkan komplikasi bagi ibu, janin, atau keduanya, dan memerlukan pengobatan dan pengawasan khusus untuk mencegah efek negatifnya.

5. Kebutuhan Psikologis Pada Ibu Hamil

Menurut (Lestari, 2021), kebutuhan psikologis ibu hamil meliputi beberapa aspek penting, antara lain:

a. Dukungan dari suami

Suami adalah orang terdekat yang sangat membantu istri selama kehamilan, dengan menunjukkan kebahagiaan atas kehamilan, memperhatikan kesehatan istri, memberikan dukungan emosional

dengan menghibur dan menenangkan saat istri menghadapi masalah, membantu pekerjaan rumah, berdoa untuk keselamatan istri, dan mendampingi selama persalinan. Jika ibu hamil merasa senang dan didukung oleh suaminya, mereka cenderung lebih bersemangat dan memiliki energi yang cukup untuk melalui proses persalinan.

b. Dukungan dari keluarga

Seluruh keluarga harus berpartisipasi dalam peristiwa penting ini karena kehamilan. Keluarga yang solid sangat penting untuk menerima anggota baru. Ibu mengalami banyak perubahan fisik dan psikologis selama kehamilan, dan proses adaptasi ini sering menjadi sumber stres terbesar bagi mereka. Oleh karena itu, dukungan keluarga yang intensif melalui perhatian dan kasih sayang sangat penting. Dukungan ini membantu menjaga kesejahteraan emosional ibu selama kehamilan dengan memberikan rasa nyaman, aman, dan puas.

c. *Support* dari tenaga kesehatan pada ibu hamil

Bidan adalah tenaga kesehatan yang paling dekat dengan ibu hamil. Bidan harus menawarkan dukungan yang ramah dan profesional, membangun kepercayaan, memberikan kesempatan bagi ibu untuk bertanya dan mendapatkan jawaban yang jelas, meyakinkan bahwa kehamilannya akan berjalan lancar, mendorong mereka untuk tetap semangat selama persalinan, dan membantu mereka mengatasi masalah yang mereka hadapi selama kehamilan.

d. Rasa aman dan nyaman selama kehamilan

Untuk meningkatkan kesejahteraan emosional ibu hamil, penting baginya untuk menerima kehamilan dengan perasaan bahagia, karena rasa aman dan nyaman ini terutama dipengaruhi oleh dukungan dari orang-orang terdekatnya, khususnya suami.

e. Persiapan menjadi orang tua

Pasangan yang berencana untuk memiliki anak memiliki banyak tanggung jawab, terutama terkait dengan biaya yang akan mereka tanggung. Selain mempersiapkan dana, ayah harus mempersiapkan kondisi psikologis mereka untuk menjaga bayi dan anak mereka. Gangguan psikologis yang disebabkan oleh ketidaksiapan suami dapat mengurangi dukungan terhadap istri hamil. Selain itu, ibu hamil harus mempersiapkan diri secara mental untuk memikul tanggung jawab dan tanggung jawab yang lebih besar sebagai orang tua. Stres dan blues pasca persalinan dapat meningkat jika peran ibu tidak diterima dengan baik.

f. Ekonomi

Tingkat sosial ekonomi ibu hamil sangat memengaruhi kesehatan fisik dan psikologisnya. Ibu dengan status sosial ekonomi yang baik cenderung mendapatkan kesejahteraan terbaik, sehingga mereka tidak terbebani secara psikologis oleh biaya persalinan dan kebutuhan setelah kelahiran bayi. Dengan demikian, ibu dapat lebih fokus mempersiapkan kesehatan fisik dan psikologis mereka menjelang persalinan.

B. Baby Blues Syndrome

1. Definisi

Baby blues merupakan sikap yang menunjukkan jiwa dalam perilaku dan terjadi pada ibu hamil yang mengalami kondisi ketidaksiapan, yang menghalangi mereka untuk menghadapi periode pasca kelahiran anak mereka. Karena kehamilan adalah awal dari banyak perubahan fisik dan mental yang sangat memengaruhi kehidupan emosional seorang wanita. (Ardha et al., 2022).

Baby blues syndrome merupakan masalah emosional yang dialami oleh ibu pada awal periode setelah persalinan. Baby Blues Syndrome, juga disebut Maternity Blues, adalah gangguan ringan dengan gejala yang biasanya muncul pada minggu pertama setelah persalinan, mencapai puncaknya pada hari ketiga hingga kelima, dan berlangsung selama empat belas hari setelah persalinan (Permatasari et al., 2024).

Verda & Nuraidha, (2022) juga mengungkapkan bahwa baby blues syndrome adalah gangguan emosional sementara yang terjadi pada hari pertama hingga dua minggu setelah persalinan. Perubahan psikologis setelah persalinan juga dapat terjadi. Sebagian wanita mampu menyesuaikan diri dan bersemangat mengasuh bayinya, tetapi mereka menghadapi kesulitan menyesuaikan diri dan mengalami gangguan psikologis seperti sedih, jengkel, lelah, marah, dan putus asa. Seorang ibu tidak mau merawat bayinya karena perasaan itu. Kondisi ini juga dikenal sebagai baby blues atau postpartum blues oleh para ahli Huda (2020).

2. Tanda dan Gejala Baby Blues

Menurut (dr. Anindya Hapsari. et al., 2024) Ibu yang melahirkan memiliki gejala baby blues syndrome, seperti kesulitan mengontrol emosi, munculnya rasa cemas atau takut, menangis tanpa sebab, perubahan nafsu makan, kurang sabar, merasa tidak mampu mengurus bayinya, mudah tersinggung, sensitif, perubahan mood yang cepat, kelelahan setelah melahirkan, sulit tidur, dan gelisah.

3. Tingkatan Baby Blues Syndrom

a. *Baby blues syndrome*

Sekitar 80 persen ibu mengalami sindrom baby blues pada kelahiran anak pertama mereka. Setelah persalinan, beberapa perubahan yang mengejutkan ibu menyebabkan kondisi ini muncul. Rasa lelah yang cepat, kesedihan, kecemasan, dan sering menangis adalah gejala umum baby blues. Selain perubahan hormon, kehadiran bayi juga dapat menyebabkan baby blues. Ini dapat disebabkan oleh kebingungan dan kekhawatiran yang berlebihan tentang cara merawat bayi. Ibu mulai mempertanyakan kemampuan untuk mengelola tanggung jawab ibu. Kondisi ini dapat menyebabkan perubahan suasana hati, gangguan tidur, kehilangan nafsu makan, dan mudah sedih, marah, dan menangis tanpa alasan yang jelas.

b. *Depresi Post Partum*

Kondisi yang dikenal sebagai depresi postpartum dapat menyebabkan ibu merasa putus asa, sedih, tidak berharga, dan bahkan

kehilangan hubungan emosional dengan bayi mereka. Jika gejala baby blues Anda tidak membaik dalam dua minggu, Anda mungkin mengalami depresi pasca melahirkan.

Secara medis, depresi ini dikaitkan dengan perubahan hormon tubuh setelah melahirkan, di mana kadar estrogen dan progesteron yang meningkat selama kehamilan turun secara drastis setelah persalinan, memengaruhi suasana hati dan energi ibu. Senyawa di otak juga terpengaruh oleh penurunan hormon yang cepat, yang menyebabkan emosi sedih dan depresi yang berkepanjangan. Hormon stres juga memperburuk suasana hati. Sangat penting bagi ibu untuk segera berkonsultasi dengan psikolog atau psikiater jika gejala ini muncul.

c. *Psikosis postpartum*

Meskipun tergolong jarang, psikosis postpartum adalah jenis depresi berat yang dapat dialami oleh ibu yang baru melahirkan. Penderita biasanya mengalami halusinasi dan delusi, yang dapat membahayakan dirinya dan bayinya.

4. Faktor Penyebab Baby Blues Syndrome

a. Faktor Hormonal

Salah satu faktor internal penyebab Baby Blues Syndrome adalah perubahan hormonal. Selama kehamilan, terjadi peningkatan hormon estrogen dan progesteron. Namun setelah persalinan, kadar kedua hormon tersebut menurun secara drastis hingga kembali ke tingkat pra-kehamilan. Penurunan ini dapat memicu perubahan suasana hati (mood

swing), kelelahan, dan perasaan tertekan (Saraswati, 2018).

b. Faktor Demografik (Usia dan Paritas)

Usia dan paritas merupakan faktor demografik yang berpengaruh terhadap risiko terjadinya baby blues syndrome. Usia berkaitan dengan tingkat kematangan emosional, fisik, dan psikologis. Ibu yang berusia ≤ 20 tahun atau ≥ 35 tahun memiliki risiko empat kali lebih besar mengalami baby blues. Usia dan paritas merupakan faktor demografik yang berpengaruh terhadap risiko terjadinya baby blues syndrome. Usia berkaitan dengan tingkat kematangan emosional, fisik, dan psikologis. Ibu yang berusia ≤ 20 tahun atau ≥ 35 tahun memiliki risiko empat kali lebih besar mengalami baby blues (Tyarini & Resmi, 2020).

Selain itu, kejadian baby blues lebih banyak ditemukan pada ibu dengan tingkat pendidikan rendah, seperti lulusan SMP. Paritas, yaitu jumlah kelahiran yang dialami ibu, juga memengaruhi risiko. Ibu primipara (melahirkan anak pertama) lebih rentan mengalami baby blues karena belum terbiasa menghadapi perubahan fisik dan psikologis setelah melahirkan. Mereka juga cenderung merasa cemas terhadap peran baru sebagai ibu dan sangat membutuhkan dukungan sosial dari pasangan maupun keluarga.

c. Faktor Psikologis (Dukungan Suami dan Keluarga)

Menurut (Hymas & Gyrard, 2019), Dukungan sosial, terutama dari suami dan keluarga, memiliki peran penting dalam mencegah terjadinya Baby Blues Syndrome. kurangnya dukungan dari lingkungan terdekat, adanya riwayat depresi sebelumnya, serta tekanan sosial ekonomi

merupakan faktor yang berkontribusi terhadap munculnya sindrom ini.

d. Faktor Sosial

Beberapa aspek latar belakang ibu turut memengaruhi risiko terjadinya Baby Blues Syndrome, seperti tingkat pendidikan, status kehamilan, kondisi sosial ekonomi, kehamilan yang tidak diinginkan, serta riwayat gangguan kejiwaan. Tingkat pendidikan ibu berkaitan erat dengan pola pikir dan kemampuan coping terhadap stres, yang secara tidak langsung berdampak pada kestabilan emosional pasca persalinan. Selain itu, pendapatan keluarga yang rendah juga meningkatkan risiko, di mana ibu dari keluarga berpendapatan rendah memiliki kemungkinan 4,464 kali lebih besar mengalami baby blues dibandingkan ibu dari keluarga dengan ekonomi lebih stabil.

e. Faktor Kelelahan dan Kurangnya Dukungan Selama Masa Nifas

Kelelahan fisik akibat aktivitas merawat bayi seperti menyusui, memandikan, dan mengganti popok dapat menjadi pemicu munculnya postpartum blues. Risiko ini meningkat apabila ibu tidak mendapatkan dukungan atau bantuan dari suami dan keluarga selama masa nifas.

5. Dampak Dari Baby Blues Syndrome

Menurut (Arrouf & Rahayu, 2024), Baby Blues Syndrome tidak hanya berdampak pada ibu, tetapi juga memengaruhi bayi dan suami. Ibu yang mengalami baby blues cenderung kesulitan menjalankan peran sebagai pengasuh, yang dapat mengganggu ikatan emosional dengan bayi. Akibatnya, bayi menjadi lebih rewel, mengalami gangguan tidur, serta berisiko kekurangan nutrisi akibat kurangnya pemberian ASI. Bagi suami,

kondisi ini dapat menyebabkan ketegangan emosional dan ketidakharmonisan dalam rumah tangga. Jika tidak segera ditangani, baby blues dapat berkembang menjadi depresi postpartum, bahkan berlanjut ke tahap psikosis postpartum (Efri Widiyanti, 2022).

6. Pencegahan Baby Blues Syndrome

Menurut (Rukhiyah, 2019), pencegahan Baby Blues Syndrome dapat dilakukan melalui istirahat yang cukup, berbagi keluhan dengan orang terdekat, menghindari isolasi diri, membatasi aktivitas berat, serta mempersiapkan mental dan fisik selama kehamilan hingga persalinan. Dukungan keluarga dan pemahaman tentang gejala baby blues juga penting agar ibu dapat segera mencari pertolongan bila diperlukan. Sementara itu, menurut (Solehati & Sriati, 2020), edukasi kesehatan mengenai perubahan fisiologis dan psikologis pada masa kehamilan hingga nifas perlu diberikan selama kunjungan antenatal care (ANC). Selain sebagai sarana edukasi, ANC juga dapat dimanfaatkan untuk deteksi dini risiko baby blues.

Selain pencegahan secara medis, terdapat pendekatan alternatif yang dapat diterapkan untuk mengurangi risiko Baby Blues Syndrome. Salah satunya adalah terapi musik, yang berfungsi sebagai teknik relaksasi guna menjaga dan meningkatkan kondisi fisik serta kesehatan mental ibu. Terapi ini mampu menciptakan ketenangan, menurunkan tingkat stres, dan meningkatkan kesejahteraan emosional. Selain itu, terapi pijat juga terbukti efektif dalam membantu ibu tidur lebih nyenyak, meningkatkan konsentrasi, serta memberikan kenyamanan fisik dan emosional (Suardani et al., 2023).

C. Tingkat Pengetahuan

1. Definisi

Pengetahuan merupakan hasil dari proses mengenal suatu objek melalui panca indera, terutama melalui penglihatan dan pendengaran. Pengetahuan seseorang umumnya berkaitan dengan tingkat pendidikan; semakin tinggi pendidikan, diharapkan semakin luas pula wawasannya. Namun, tingkat pendidikan yang rendah tidak selalu menjadi indikator mutlak rendahnya pengetahuan seseorang (Wijayanti et al., 2024).

Pengetahuan seseorang terhadap suatu objek mencakup aspek positif dan negatif. Semakin banyak informasi positif yang dimiliki, semakin besar kemungkinan terbentuknya sikap positif terhadap objek tersebut (Darsini et al., 2019). Secara umum, pengetahuan merupakan hasil dari proses mengingat kembali suatu peristiwa atau pengalaman, baik secara sadar maupun tidak sadar. Pengetahuan ini diperoleh setelah individu melakukan pengamatan langsung atau berinteraksi dengan objek tertentu. Berdasarkan penelitian yang dipaparkan oleh Rogers (Purba, 2021), sebelum individu mengadopsi perilaku baru, terdapat serangkaian proses berurutan yang terjadi dalam dirinya, yaitu:

- a. Kesadaran (*Awareness*), individu mulai menyadari atau mengetahui adanya stimulus atau informasi baru, meskipun belum memiliki pemahaman yang mendalam.
- b. Ketertarikan (*Interest*), individu mulai menunjukkan ketertarikan dan mulai mencari tahu lebih lanjut mengenai informasi yang diterima.
- c. Evaluasi (*Evaluation*), yaitu subjek mempertimbangkan baik dan

tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya.

- d. Percobaan (*Trial*), yaitu subjek mulai mencoba melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dikehendaki oleh stimulus.
- e. Adopsi (*Adoption*), yaitu subjek berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikap terhadap stimulus.

2. Jenis- jenis Tingkat Pengetahuan

Menurut (Wijayanti et al., 2024), pengetahuan yang termasuk dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan yaitu:

a. Tahu (Know)

Tahu diartikan untuk mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Tingkat pengetahuan ini hanya mencakup kemampuan mengingat hal-hal tertentu dari materi yang telah dipelajari. Dengan kata lain, tingkat pengetahuan ini terfokus pada hafalan dan kemampuan mengingat aspek-aspek spesifik dari materi pembelajaran tanpa terlalu mendalam dalam pemahaman atau penerapan konsep tersebut.

b. Memahami (Comprehension)

Diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

c. Aplikasi (*Application*)

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

d. Analisis (*Analysis*)

Merupakan suatu kemampuan untuk memaparkan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata-kata kerja dapat menggambarkan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

e. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis merupakan pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis itu suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

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

3. Pengukuran dan Kategori Tingkat Pengetahuan

Ada beberapa cara mengukur pengetahuan menurut (Hendrawan, 2019), yaitu dapat dilakukan dengan wawancara, angket atau kuesioner yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Indikator-indikator apa yang dapat digunakan untuk mengetahui tingkat pengetahuan atau kesadaran terhadap kesehatan, dapat dikelompokkan menjadi pengetahuan tentang sakit dan penyakit, pengetahuan tentang cara pemeliharaan kesehatan dan cara hidup sehat, dan pengetahuan tentang kesehatan lingkungan.

Menurut (Sinabariba et al., 2022) tingkat pengetahuan dikategorikan menjadi tiga kategori dengan nilai sebagai berikut:

- a. Tingkat pengetahuan baik : nilai 76-100 %
- b. Tingkat pengetahuan cukup : nilai 56-75 %
- c. Tingkat pengetahuan kurang : nilai <56 %

Rumus yang digunakan untuk mengukur presentasi dari jawaban yang didapat dari kuesioner yaitu:

$$\text{Presentase} = \frac{\text{Jumlah nilai yang benar} \times 100}{\text{Jumlah Soal}}$$

Dengan kategori nilai jika dijawab benar oleh responden yaitu:

- a. 9-10 (Baik)
- b. 6-8 (Cukup)
- c. 1-5 (Kurang)

4. Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan

Berikut adalah faktor yang dapat memengaruhi pengetahuan seseorang

tentang suatu hal menurut (Wawan dan Dewi, 2020) yaitu:

a. Umur

Usia adalah umur yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai saat ia akan berulang tahun. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat yang lebih dewasa akan lebih dipercaya dari pada orang yang belum cukup tinggi tingkat kedewasaannya. Hal ini sebagai akibat dari pengalaman dan kematangan jiwa.

b. Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan oleh seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju kearah suatu cita-cita tertentu. Makin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka makin mudah dalam menerima informasi, sehingga meningkatkan kualitas hidup serta semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Sebaliknya pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai-nilai yang baru dikenal.

c. Lingkungan

Lingkungan adalah seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok. Lingkungan adalah input kedalam diri seseorang sehingga sistem adaptif yang melibatkan baik faktor internal maupun eksternal. Seseorang yang hidup dalam lingkungan yang berpikiran luas maka pengetahuannya akan lebih baik dari pada orang yang hidup di lingkungan yang berpikiran sempit. Lingkungan merupakan kondisi

yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok.

d. Pekerjaan

Pekerjaan adalah serangkaian tugas atau kegiatan yang harus dilaksanakan atau diselesaikan oleh seseorang sesuai dengan jabatan atau profesi masing-masing. Merupakan kegiatan mencari nafkah untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga yang dilakukan berulang dan banyak tantangan dan umumnya menyita waktu. Status pekerjaan yang rendah sering mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Pekerjaan biasanya sebagai simbol status sosial di masyarakat. Masyarakat akan memandang seseorang dengan penuh penghormatan apabila pekerjaan sudah pegawai negeri atau pejabat di pemerintahan.

e. Tingkat ekonomi

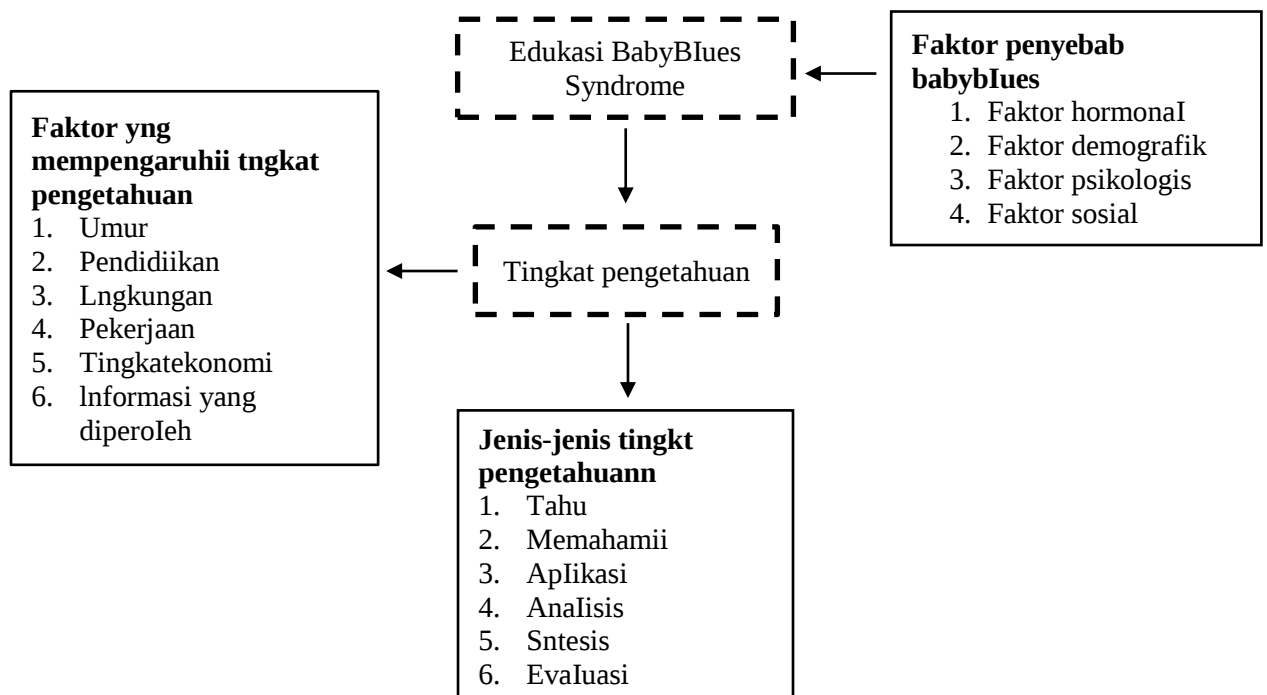
Tingkat ekonomi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan. Seseorang dengan tingkat pengetahuan rendah akan mengalami kendala untuk mendapatkan informasi, terutama sumber informasi yang berbayar.

f. Informasi yang diperoleh

Ilmu pengetahuan dan teknologi membutuhkan informasi sekaligus menghasilkan informasi. Jika pengetahuan berkembang sangat cepat maka informasi berkembang sangat cepat pula. Adanya ledakan pengetahuan sebagai akibat perkembangan dalam bidang ilmu dan pengetahuan, maka semakin banyak pengetahuan baru bermunculan.

Pemberian informasi seperti cara-cara pencapaian hidup sehat akan meningkatkan pengetahuan masyarakat yang dapat menambah kesadaran untuk berperilaku sesuai dengan pengetahuan.

D. Kerangka Teori



**Bagan 2.1 Krangka Teori Sumber : (Utami dan Nurfita, 2022),
(Wawan dan Dewi, 2020)**

Keterangan :

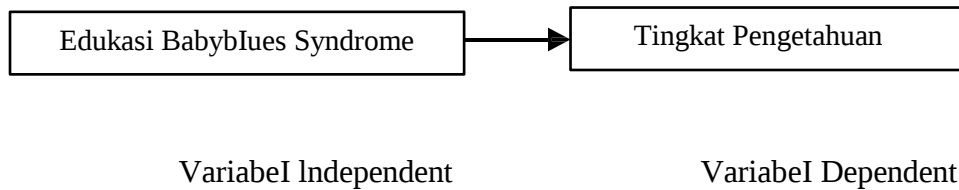
 : diteliti

 : tidak diteliti

E. Krangka Konsep

Tingkat pengetahuan berfungsi sebagai variabel dependen dalam penelitian ini, dan baby blues syndrome berfungsi sebagai variabel independen. Jadi, penelitian ini akan melihat bagaimana pendidikan tentang sindrom baby blues

berdampak pada pengetahuan ibu hamil primipara di Wilayah Kerja Puskesmas Desa Pasemah Air Keruh. Untuk kerangka konsep yang didasarkan pada landasan pustaka yang dijelaskan dalam tinjauan pustaka diatas, adalah sebagai berikut:



Bagan 2.2 Kerangka Konsep

F. Hipotesis

Adapun hipotesis dalam peneltian ini yaitu:

H0 : Tidak ada pengaruh edukasibabyblues syndrome trhadap tingkat pengetahuan Ibu hamiI primipara di WiIayah Kerja Pkm Pasemah AirKeruh.

Ha : Ada pengaruh edukasi bebybluesyndrome terhadaptingkat pengetahuan Ibu hamilI peimipara di WliIayah Kerja PkmPasemah Air Keruh.

