

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Pengetahuan

a. Pengertian

Dikutip dari (Sri, Suranti, Suryani Isti, 2017) menurut teori Dijawandono 2008 dalam penelitian mendefinisikan pengetahuan sebagai ingatan akan hal-hal yang dapat digali pada saat dibutuhkan melalui bentuk mengingat kembali. Hal itu dapat meliputi metode, kaidah, prinsip, dan fakta. Bloom mengemukakan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaidera manusia, yaitu indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2011).

b. Sumber Pengetahuan

Menurut Suhartono 2008 menyatakan Sumber pengetahuan dapat berasal dari :

1) Kepercayaan berdasarkan tradisi, adat dan agama

Berupa nilai-nilai warisan nenek moyang. Sumber ini biasanya berbentuk norma-norma dan kaidah-kaidah baku yang berlaku di dalam kehidupan sehari-hari. Di dalam norma dan kaidah itu

terkandung pengetahuan yang kebenarannya boleh jadi tidak dapat dibuktikan secara rasional dan empiris, tetapi sulit dikritik untuk diubah begitu saja. Jadi, harus diikuti dengan tanpa keraguan, dengan percaya secara bulat. Pengetahuan yang bersumber dari kepercayaan cenderung bersifat tetap (mapan) tetapi subjektif.

2) Otoritas kesaksian orang lain

Pihak-pihak pemegang otoritas kebenaran pengetahuan yang dapat dipercayai adalah orangtua, guru, ulama, orang yang dituakan, dan sebagainya. Apa pun yang mereka katakan benar atau salah, baik atau buruk, dan indah atau jelek, pada umumnya diikuti dan dijalankan dengan patuh tanpa kritik. Karena, kebanyakan orang telah mempercayai mereka sebagai orang-orang yang cukup berpengalaman dan berpengetahuan lebih luas dan benar. Boleh jadi sumber pengetahuan ini mengandung kebenaran, tetapi persoalannya terletak pada sejauh mana orang-orang itu bisa dipercaya. Lebih dari itu, sejauh mana kesaksian pengetahuannya itu merupakan hasil pemikiran dan pengalaman yang telah teruji kebenarannya. Jika kesaksiannya adalah kebohongan, hal ini akan membahayakan kehidupan manusia dan masyarakat itu sendiri.

3) Pengalaman

Bagi manusia, pengalaman indriawi adalah alat vital penyelenggaraan kebutuhan hidup sehari-hari. Dengan mata, telinga, hidung, lidah, dan kulit, orang bisa menyaksikan secara

langsung dan bisa pula melakukan kegiatan hidup.

4) Akal pikiran

Berbeda dengan panca indera, akal pikiran memiliki sifat lebih rohani. Karena itu, lingkup kemampuannya melebihi panca indera, yang menembus batas-batas fisis sampai pada hal-hal yang bersifat metafisis. Kalau panca indera hanya mampu menangkap hal-hal yang fisis menurut sisi tertentu, yang satu persatu, dan yang berubah-ubah, maka akal pikiran mampu menangkap hal-hal yang metafisis, spiritual, abstrak, universal, yang seragam dan yang bersifat tetap, tidak berubah-ubah. Oleh sebab itu, akal pikiran senantiasa bersikap meragukan kebenaran pengetahuan indriawi sebagai pengetahuan semu dan menyesatkan. Singkatnya, akal pikiran cenderung memberikan pengetahuan yang lebih umum, objektif dan pasti, serta yang bersifat tetap, tidak berubah-ubah.

5) Intuisi

Sumber ini berupa gerak hati yang paling dalam. Jadi, sangat bersifat spiritual, melampaui ambang batas ketinggian akal pikiran dan kedalaman pengalaman. Pengetahuan yang bersumber dari intuisi merupakan pengalaman batin yang bersifat langsung. Artinya, tanpa melalui sentuhan indera maupun olahan akal pikiran. Ketika dengan serta-merta seseorang memutuskan untuk berbuat atau tidak berbuat dengan tanpa alasan yang jelas, maka ia berada di dalam pengetahuan yang intuitif. Dengan demikian,

pengetahuan intuitif ini kebenarannya tidak dapat diuji baik menurut ukuran pengalaman indriawi maupun akal pikiran.

c. Pengukuran Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau pasien. Kedalaman pengetahuan yang ingin kita ketahui atau kita ukur dapat kita sesuaikan dengan tingkatan pengetahuan (Notoatmodjo, 2011) Adapun beberapa tingkatan kedalaman pengetahuan, yaitu :

- 1) Pengetahuan baik, apabila pasien berpengetahuan 76%-100%
- 2) Pengetahuan sedang, apabila pasien berpengetahuan 56%-76%
- 3) Pengetahuan kurang, apabila pasien berpengetahuan <56%

d. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas yang berbeda-beda. Daryanto (2010) menjelaskan bahwa aspek-aspek pengetahuan dalam taksonomi Bloom adalah sebagai berikut:

- 1) Pengetahuan (knowledge). Tahu diartikan hanya sebagai recall (ingatan). Seseorang dituntut untuk mengetahui atau mengenal fakta tanpa dapat menggunakannya.
- 2) Pemahaman (comprehension). Memahami suatu objek bukan sekedar tahu, tidak sekedar dapat menyebutkan, tetapi harus dapat menginterpretasikan secara benar tentang objek yang diketahui.

- 3) Penerapan (application). Aplikasi diartikan apabila orang yang telah memahami objek tersebut dapat menggunakan dan mengaplikasikan prinsip yang diketahui pada situasi yang lain.
 - 4) Analisis (analysis). Analisis adalah kemampuan seseorang untuk menjabarkan dan memisahkan, kemudian mencari hubungan antara komponen-komponen yang terdapat dalam suatu objek.
 - 5) Sintesis (synthesis). Sintesis menunjukkan suatu kemampuan seseorang untuk merangkum atau meletakkan dalam suatu hubungan yang logis dari komponen-komponen pengetahuan yang dimiliki. Sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang telah ada.
 - 6 Penilaian (evaluation). Evaluasi berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan penilaian terhadap suatu objek tertentu didasarkan pada suatu kriteria atau norma-norma yang berlaku di masyarakat
- e. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan
- Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. (Notoatmodjo, 2014) berpendapat bahwa faktor-faktor tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Pendidikan

Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin

mudah orang tersebut untuk menerima informasi. Pendidikan tinggi seseorang akan mendapatkan informasi baik dari orang lain maupun media massa. Semakin banyak informasi yang masuk, semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal, akan tetapi dapat diperoleh pada pendidikan non formal.

Pengetahuan seseorang tentang suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini akan menentukan sikap seseorang terhadap objek tertentu. Semakin banyak aspek positif dari objek yang diketahui akan menumbuhkan sikap positif terhadap objek tersebut.

2) Media Massa/informasi

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengetahuan jangka pendek (*immediate impact*), sehingga menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan. Kemajuan teknologi menyediakan bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang informasi baru. Sarana komunikasi seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, penyuluhan, dan lain-lain mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang.

3) Sosial Budaya dan Ekonomi

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan seseorang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan itu baik atau tidak. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan ketersediaan fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi akan mempengaruhi pengetahuan seseorang.

4) Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di sekitar individu baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada pada lingkungan tersebut. Hal tersebut terjadi karena adanya interaksi timbal balik yang akan direspon sebagai pengetahuan.

5) Pengalaman

Pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman pribadi ataupun pengalaman orang lain. Pengalaman ini merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran suatu pengetahuan.

6) Usia

Usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Bertambahnya usia akan semakin berkembang pola pikir dan daya tangkap seseorang sehingga pengetahuan yang diperoleh akan semakin banyak. Makin tua umur seseorang maka proses-

proses perkembangan mentalnya bertambah baik, akan tetapi pada umur tertentu, bertambahnya proses perkembangan mental ini tidak secepat seperti ketika berumur belasan tahun.

2. Kehamilan

Kehamilan merupakan masa yang sangat penting karena sangat menentukan kualitas dari anak yang akan dilahirkan dan mempengaruhi perkembangan anak dimasa depan (Irianto, 2014). Usia kehamilan dikelompokkan menjadi 3 trimester yaitu, trimester pertama (0-3 bulan), trimester dua (4-6 bulan), dan trimester tiga (7-9 bulan).

Pada trimester pertama pertumbuhan dan perkembangan janin masih berlangsung lambat dan kebutuhan gizi ibu hamil pada trimester pertama sama dengan wanita dewasa biasanya. Keluhan yang timbul pada trimester satu diantaranya nafsu makan kurang, mual, pusing, halusinasi ingin makan yang aneh-aneh atau ngidam, mual, muntah dan lainnya (Kurnia, Wening Astuti and Setyowati, and Tjarono, 2019). Keluhan tersebut dapat menyebabkan nafsu makan menurun dan berakibat asupan nutrisi menjadi berkurang. Kekurangan asupan pada trimester pertama dapat menyebabkan meningkatkan risiko *hipermis gravidarum*, kelahiran *prematum*, keguguran, dan kelainan pada sistem saraf .

Pada trimester kedua keluhan ibu berupa mual dan muntah mulai berkurang. Tubuh janin sudah menunjukkan perkembangan dan juga susunan saraf otak berkembang sampai 90% (Marmi, 2013). Berat janin kurang lebih mencapai 30 gram. Lengan, tangan, kaki, jari dan telinga

mulai terbentuk dan denyut jantung janin mulai terdengar. Pada trimester kedua terjadi penumpukan lemak sebagai persiapan pembentukan Air Susu Ibu (ASI) yang menyebabkan pembesaran payudara ibu hamil sekitar 30% (Almatsier, 2011). Kekurangan gizi pada trimester kedua ini baik secara kuantitas maupun kualitas dapat mengganggu perkembangan dan pertumbuhan janin yang menyebabkan bayi lahir cacat (Purwitasari, 2009).

Pada trimester ketiga merupakan titik kritis pembentukan janin. Panjang janin menjadi dua kali panjang semula, sedangkan berat bertambah kurang lebih hingga lima kali berat semula (Almatsier, 2011). Nafsu makan pada trimester ketiga sudah baik cenderung merasa lapar terus-menerus.

Kenaikan berat badan yang dianjurkan selama hamil bila badan sebelum hamil normal atau ideal maka penambahan berat badan sebaiknya 9-12 kg, bila berat badan sebelum hamil lebih maka penambahan berat sebaiknya 6-9 kg sedangkan bila mengandung bayi kembar dua atau lebih maka kemungkinan berat badan akan bertambah lebih banyak. Kekurangan gizi pada masa kehamilan dapat menyebabkan meningkatnya risiko gangguan kekuatan rahim saat persalinan dan pendarahan *post partum* (Irianto, 2014).

Kehamilan menyebabkan peningkatan metabolisme energi yang membuat kebutuhan zat gizi menjadi meningkat. Peningkatan zat gizi selama kehamilan digunakan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin,

perubahan komposisi dan metabolisme tubuh ibu. Kekurangan zat gizi selama kehamilan dapat menyebabkan bayi lahir tidak sempurna (Kurnia, Wening Astuti and Setyowati, and Tjarono, 2019).

3. Nutrisi Kehamilan

Nutrisi adalah kandungan zat di dalam makanan yang berfungsi untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan organ tubuh secara optimal. Nutrisi sendiri sering disebut dengan gizi. Nutrisi adalah proses tubuh manusia menggunakan makanan untuk membentuk energi, mempertahankan kesehatan, pertumbuhan dan untuk berlangsungnya fungsi normal setiap organ tubuh. Nutrisi sangat bermanfaat bagi tubuh kita karena apabila tidak ada nutrisi maka tidak ada gizi dalam tubuh kita sehingga bisa berdampak buruk bagi ibu dan janinnya.

Pemenuhan gizi sangat penting dilakukan oleh para ibu dan calon ibu dalam mempersiapkan bayinya untuk dapat hidup sehat dan terhindar dari risiko- risiko kesehatan jangka panjang seperti penyakit jantung, diabetes, dan hipertensi. Pada umumnya, pemenuhan gizi ibu dan bayi ditekankan untuk dilakukan sejak 1.000 hari pertama kehidupan bayi sejak dalam kandungan. fase pemenuhan gizi ibu dan bayi yang paling efektif harus dimulai sebelum masa kehamilan dan kemudian berfokus pada 12 minggu pertama masa kehamilan. Inilah masa terpenting dalam menentukan kesehatan anak hingga dewasa. Hal ini justru sangat penting untuk memastikan anak lahir dengan sehat (Noroyono Wibowo,2012)

Menurut Penelitian Singgalingging dalam Wiryono, 2012 Sumber nutrisi meliputi:

- a. Zat besi memiliki berbagai fungsi vital dalam tubuh manusia karena merupakan bagian penting dari hemoglobin. Kekurangan zat besi adalah kekurangan zat gizi dengan prevalensi yang paling tinggi di dunia, dan kondisi ini akan menyebabkan anemia, kekurangan zat besi dapat terjadi akibat konsumsi zat besi yang rendah atau akibat tubuh kehilangan zat besi dalam jumlah yang lebih besar yang disebabkan oleh faktor-faktor seperti pendarahan karena menstruasi dan infeksi seperti hookworm (sejenis cacingan). Ibu hamil secara khusus merupakan kelompok resiko tinggi untuk terkena anemia karena kebutuhan mereka akan zat besi selama masa kehamilan akan meningkat menjadi lima kali lipat dibanding dengan tingkat pada saat mereka tidak hamil. Konsumsi zat besi dari sumber-sumber lain harus tinggi guna memenuhi kebutuhan fisiologis.
- b. Seng (Zn) adalah mineral yang sangat dibutuhkan manusia. Dalam tubuh manusia Zn terdapat pada prostat, semen, otak, mata, jantung, kelenjar adrenal dan kulit. Zn terdapat yang diabsorpsi sebesar 20 - 40% tergantung dari kebutuhan tubuh dan keasaman lambung. Zn berikatan dengan protein yang memudahkan absorpsi melalui usus. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa suplemen seng yang diberikan pada ibu hamil memiliki suatu dampak positif terhadap berat badan lahir. Suatu penelitian yang dilakukan pada ibu-ibu pasca

persalinan di Indonesia menemukan bahwa 24% diantara mereka mengalami kekurangan seng.

- c. Asam folat, kebutuhan akan asam folat meningkat drastis selama masa kehamilan disebabkan kebutuhan janin yang sedang tumbuh menjadi besar. ibu hamil yang tidak menerima suplemen asam folat beresiko tinggi pada kelahiran premature atau bayinya lahir dengan berat badan kurang untuk usia kehamilan. Suplementasi dengan asam folat sebelum terjadi kehamilan sangat dianjurkan untuk semua wanita subur.

Masalah yang akan terjadi apabila kebutuhan nutrisi kehamilan ibu tidak terpenuhi:

- a. Terhadap Ibu

Ibu hamil yang kekurangan nutrisi dapat menyebabkan resiko dan komplikasi pada ibu antara lain : anemia, pendarahan, berat badan ibu tidak bertambah secara normal, dan terkena penyakit infeksi. Anemia pada ibu hamil dapat didefinisikan sebagai kondisi dengan kadar Hb berada di bawah normal. Di Indonesia umumnya disebabkan oleh kekurangan zat besi, sehingga lebih dikenal dengan istilah anemia gizi besi. Anemia didefinisi besi merupakan satu gangguan yang paling sering terjadi selama kehamilan. Selanjutnya mereka akan menjadi anemia pada saat kadar hemoglobin ibu turun sampai dibawah 11 g/dl selama trimester III. Kekurangan zat besi dapat menimbulkan gangguan atau hambatan pada pertumbuhan janin baik sel tubuh

maupun sel otak. Anemia gizi dapat mengakibatkan kematian janin di dalam kandungan, abortus, cacat bawaan, BBLR, anemia pada bayi yang dilahirkan, hal ini menyebabkan morbiditas dan morbiditas ibu dan kematian perinatal secara bermakna lebih tinggi. Pada ibu hamil yang menderita anemia berat dapat meningkatkan resiko morbiditas juga lebih besar.

b. Terhadap Janin

Ibu hamil yang asupan nutrisinya tidak terpenuhi juga akan berdampak pada janin yang dikandungnya. Kekurangan nutrisi pada ibu hamil dapat mempengaruhi proses pertumbuhan janin dan dapat menyebabkan keguguran, janin tidak berkembang, bayi lahir mati, cacat bawaan, anemia pada bayi, asfiksia intra partum (mati dalam kandungan), BBLR.

c. Terhadap Persalinan

Pengaruh kurangnya asupan nutrisi ibu hamil berpengaruh pada proses persalinan yang dapat mengakibatkan persalinan sulit dan lama, persalinan sebelum waktunya (premature). Perdarahan saat persalinan, serta persalinan dengan operasi cenderung meningkat.

Ibu hamil memerlukan nutrisi lebih banyak dari biasanya. Nutrisi tersebut dibutuhkan untuk dirinya sendiri dan perkembangan janin yang dikandungnya.

Kebutuhan nutrisi ibu hamil yang harus dipenuhi adalah:

- a. Energi, kebutuhan energi pada ibu hamil tergantung pada berat badan sebelum hamil dan penambahan berat badan selama kehamilan, karena adanya peningkatan basal metabolisme dan pertumbuhan janin yang pesat, terutama pada trimester II dan trimester III, direkomendasikan penambahan jumlah kalori sebesar 285-300 kalori pada trimester II dan trimester III (Irianto, 2014).
- b. Asam folat, pada beberapa minggu sebelum dan setelah awal kehamilan embrio janin membutuhkan asam folat yang banyak untuk pembentukan sistem syaraf dan sel-sel. Contohnya makanan yang mengandung kalori yaitu : sejenis sayuran dengan daun hijau yaitu kubis, bayam dan brokoli, kentang, kacang hijau serta buah-buahan asam yaitu jeruk manis, jus jeruk dan buah anggur (Isnaeni, Ana Pertiwi, And Iriantom, 2012).
- c. Protein, sama seperti energi kebutuhan ibu hamil akan protein membubung sampai 68%. Selain sebagai sumber kalori, protein juga diperlukan untuk pertumbuhan janin dan pertumbuhan dan perkembangan plasenta, contoh: susu, keju, telur, daging. (Kurnia, Wening Astuti and Setyowati, and Tjarono, 2019).
- d. Vitamin A, berfungsi pada pertumbuhan sel dan jaringan pertumbuhan gigi dan pertumbuhan tulang, penting untuk mata, kulit, rambut dan mencegah kelainan bawaan. Contoh : mentega, sayuran dan buah (Irianto, 2014).

- e. Kalsium, Kalsium 100 mg/hari diperlukan untuk menjaga pembentukan tulang dan rangka janin, pembentukan gigi janin dan kenaikan metabolisme kalsium ibu. Contoh makanannya : susu, keju dan daging (Irianto, 2014).
- f. Zat besi, zat besi banyak diperlukan untuk pembentukan darah. Kekurangan zat besi akan mengakibatkan anemia berbahaya bagi ibu dan bayinya. Contohnya : daging sapi, domba, ayam kalkun, sardin, serta sayuran berdaun seperti brokoli, ercis, kubis, daun bawang dan bayam, beras, kacang-kacangan (Irianto, 2014).
- g. Vitamin C, bermanfaat untuk memudahkan penyerapan zat besi oleh tubuh dan pembentukan jaringan ikat. Contohnya : jeruk manis, buah anggur, tomat, dll (Irianto, 2014).
- h. Vitamin D, berguna untuk pembentukan tulang karena penyerapan kalsium. Contoh : sardin dan makarel, telur dan produk susu lainnya, serta makanan yang diperkaya seperti margarin atau sereal (Irianto, 2014).
- i. Iodium, iodium dalam tubuh ibu hamil diperlukan sebanyak 175 mg/hari selama kehamilan, ini berfungsi untuk menaikkan metabolisme basal (Kusuma, 2020)
- j. Magnesium, dari ibu hamil diperlukan guna untuk metabolisme energi dan protein, aktivitas enzim, penguat otot tubuh (Irianto, 2014).

Kebutuhan makanan yang dibutuhkan untuk ibu hamil normal, maka jumlah atau besar makanan yang dapat dimakan adalah :

a. Trimester I

Pada usia kehamilan 1-12 minggu ini, calon ibu diharapkan dapat memenuhi kebutuhan kalori yang mencapai 200 kilo kalori (kkal) per hari, pasalnya di masa ini janin berkembang pesat, sehingga butuh kecukupan energi. Calon ibu disarankan mengonsumsi sumber karbohidrat seperti nasi, roti, mie, pasta, di tambah dengan daging, ikan, sayuran, buah, serta susu dan produk olahannya. Umumnya memasuki minggu ke lima, calon ibu mengalami morning sickness, berupa mual dan muntah agar kebutuhan asupan makanan bergizi tetap terpenuhi, pastikan mengonsumsi makanan dengan porsi sedikit tapi sering.

b. Trimester II

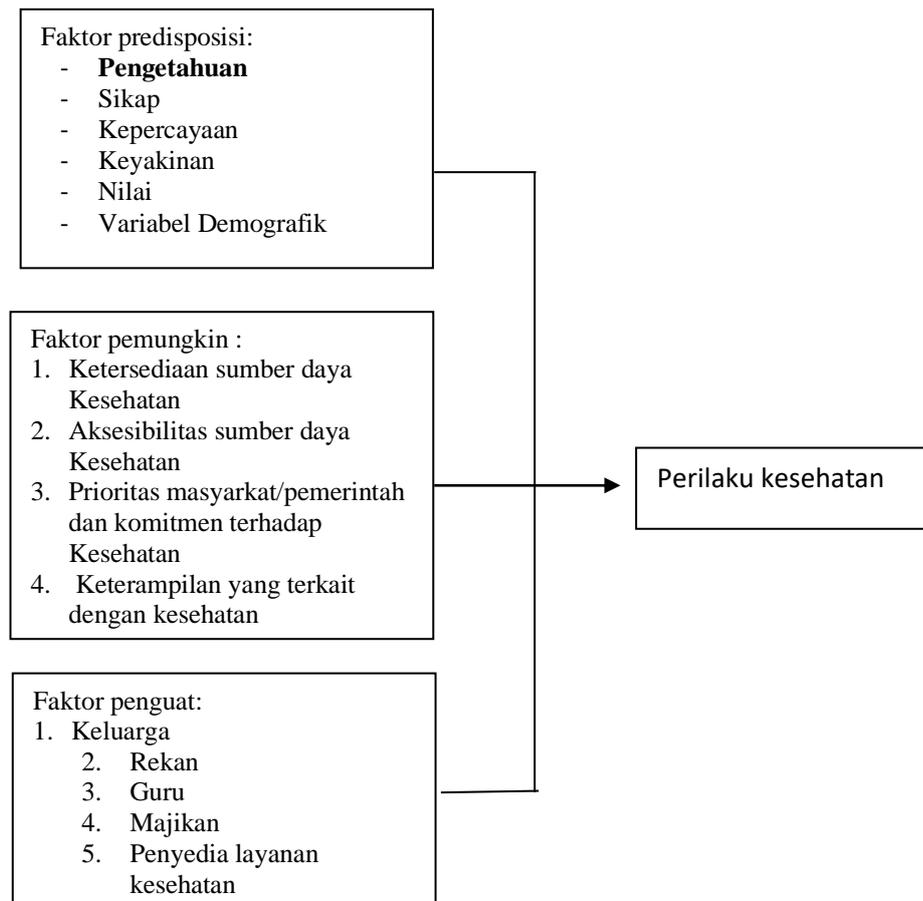
Di trimester dua ini nafsu makan ibu membaik, maka makanan yang baik diberikan 3 kali sehari ditambah 1 kali makanan selingan, hidangan lauk pauk hewan seperti telur, ikan, daging, hati.

c. Trimester III

Pada kehamilan di trimester ketiga atau trimester terakhir merupakan salah satu periode terpenting dalam kehamilan, dimana pada trimester ini makanan harus disesuaikan dengan keadaan ibu, bila ibu hamil mempunyai berat badan lebih, maka Makanan yang mengandung sumber energi dan lemak harus dikurangi dan

memperbanyak mengkonsumsi sayur dan buah yang segar (Irianto, 2014).

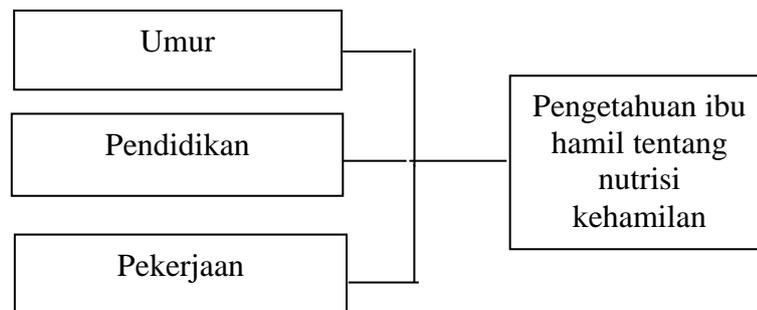
B. Kerangka Teori



Gambar 1 Kerangka Teori

Sumber: Teori Lawrance Green dan Marshall W. Kreuter dalam (S Notoatmodjo, 2018)

C. Kerangka Konsep



Gambar 2 Kerangka Konsep

Keterangan: Tidak dianalisis hubungan

D. Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan penulis adalah bagaimana gambaran tingkat pengetahuan ibu hamil terhadap nutrisi kehamilan di Puskesmas Tegalrejo Yogyakarta tahun 2022?