

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Pendidikan kesehatan

a. Pengertian pendidikan kesehatan

Pendidikan kesehatan merupakan kesatuan suatu program kesehatan (kedokteran) yang meliputi perencanaan untuk perubahan sikap atau perilaku kelompok dan masyarakat mampu menimbulkan usaha pencegahan penyakit, penyembuhan dan pemulihan penyakit⁽⁶⁾.

Pendidikan kesehatan pada umumnya kegiatan yang ditujukan mengubah derajat kesehatan dengan mempengaruhi orang untuk meningkatkan pengetahuan, hingga perubahan perilaku menjadi sehat sesuai harapan petugas pendidikan pada sasaran baik individu, kelompok dan masyarakat.

b. Tujuan Pendidikan Kesehatan

Tujuan pendidikan kesehatan dibagi menjadi 2 antara lain

- 1) Untuk mengubah dan memelihara perilaku individu, kelompok atau masyarakat dari perilaku tidak sehat atau kurang sehat menjadi sehat yang menimbulkan keadaan sejahtera seseorang.

- 2) Mengubah perilaku akibat pengaruh budaya. kepercayaan tinggi masyarakat oleh budaya sekitar sehingga mewujudkan tujuan perilaku sehat tidaklah mudah, karena budaya memiliki nilai-nilai adat istiadat dan norma melekat pada diri seseorang⁽⁶⁾.

c. Proses Pendidikan Kesehatan

Pendidikan kesehatan memiliki 3 prinsip pokok dalam keberhasilan proses belajar antara lain input, proses, output⁽⁶⁾.

- 1) Persoalan masukan (input) merupakan sasaran didik baik individu, kelompok, atau masyarakat dengan latar belakang masing-masing.
- 2) Persoalan proses merupakan kemampuan pendidik mempengaruhi sasaran hingga terjadi perubahan perilaku. Dalam proses ini, dipengaruhi adanya hubungan timbal balik dari berbagai faktor antara lain subjek belajar, pengajar (pendidik dan fasilitator), teknik belajar, metode, materi belajar serta alat bantu yang digunakan.
- 3) Proses keluaran (output) merupakan kemampuan hasil belajar yang tercapai untuk melakukan perubahan perilaku oleh subjek belajar.

d. Metode pendidikan kesehatan

Pendidikan kesehatan pada dasarnya adalah suatu kegiatan atau usaha penyampaian pesan kesehatan kepada masyarakat dengan beberapa metode pendidikan yang sesuai. Beberapa metode pendidikan yang digunakan yaitu individual, kelompok, dan massa⁽⁷⁾.

1) Metode pendidikan individual (perorangan)

Pendidikan kesehatan ini mudah diterapkan untuk membina perilaku baru yang bersifat individual, atau seseorang yang mulai tertarik pada suatu perubahan perilaku atau inovasi.

2) Metode pendidikan kelompok

Metode pendidikan kelompok harus melihat besarnya kelompok sasaran serta tingkat pendidikan formal pada sasaran. Pada kelompok besar pasti akan berbeda dari metode kelompok kecil. Metode yang tepat tergantung pula pada besarnya sasaran pendidikan.

a) Kelompok besar

Metode pendidikan kelompok besar adalah penyuluhan dengan jumlah peserta lebih dari 15 orang. Contoh metode yang sesuai yaitu ceramah atau seminar.

b) Kelompok kecil

Metode kelompok kecil adalah kegiatan yang diikuti kurang dari 15 orang. Beberapa contoh metode yang cocok antar lain: diskusi kelompok, curah pendapat (*brain storming*), bola salju (*snow bolling*), kelompok kecil-kecil (*bruzz group*), memainkan peran (*role play*), dan permainan simulasi (*simulation game*).

2. Pengetahuan

a. Pengertian

Pengetahuan merupakan proses pemahaman wawasan dengan bantuan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan yang digunakan dari mulai indra penglihatan, indra pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang utama dalam pembentukan tindakan seseorang (*over behaviour*)⁽⁷⁾.

b. Tingkatan pengetahuan

Pengetahuan yang tercakup dalam doamin kognitif mempunyai enam tingkatan antara lain :

1) Tahu (*know*)

Tahu berarti mengingat kembali pemberian suatu materi yang sebelumnya pernah dapat dan sudah dipelajari. Dalam tahap ini seseorang mengingat kembali (recall) sesuatu spesifik dari bahan materi yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu ialah tergolong tingkat pengetahuan paling rendah. Proses tahu ini dapat diukur tentangapa yang telah dipelajarinya antara lain dapat menjelaskan, menyebutkan, mendefinisikan, menyatakan, dan sebagainya.

2) Memahami (*comprehension*)

Memahami yaitu mampu mengulang kembali penjelasan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah memahami terhadap materi harus mampu menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari. Misalnya dapat menjelaskan mengapa harus makan-makanan yang bergizi.

3) Aplikasi (*aplication*)

Aplikasi diartikan sebagai kebiasaan yang dimiliki individu untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya. Aplikasi di sini

memiliki maksud sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya didalam konteks atau situasi lain.

4) Analisis (*analysis*)

Analisis diartikan sebagai individu yang berkemampuan untuk menelusuri materi atau suatu objek tertentu dalam macam-macam bidang, tetapi masih dalam lingkup satu struktur organisasi dan ada kaitannya satu sama lain. kemampuan ini dapat diukur dengan bentuk menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

5) Sintesis (*synthesis*)

Sintesis merupakan suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Pengertian lain sintesis adalah suatu kemampuan dalam menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada. Misalnya, mampu menyusun, merencanakan, meringkaskan, menyesuaikan dan sebagainya terhadap materi atau rumusan-rumusan yang telah ada.

6) Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi bersangkutan dalam kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu didasarkan pada suatu kriteria yang disusun sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang ada ⁽⁷⁾.

c. Cara memperoleh pengetahuan

1) Cara kuno untuk memperoleh pengetahuan

a) Cara coba salah (Trial dan Error)

Cara coba salah ini dahulu sering dipakai pada orang sebelum kebudayaan, bahkan mungkin sebelum adanya peradaban. Cara ini dilakukan dengan menggunakan kemungkinan dalam memecahkan masalah dan apabila kemungkinan itu tidak berhasil maka akan dicoba kembali. Kemungkinan yang lain sampai masalah tersebut dapat dipecahkan.

b) Cara kekuasaan atau otoritas

Cara kekuasaan menjadi sumber utama diperolehnya pengetahuan dari pemimpin-pimpinan masyarakat baik formal atau informal, ahli agama, pemegang pemerintah, dan sebagai prinsip orang lain yang mempunyai otoritas, tanpa menguji terlebih

dahulu atau membuktikan kebenarannya baik berdasarkan fakta empiris maupun penalaran sendiri.

c) Berdasarkan pengalaman pribadi

Salah satu cara mendapatkan pengetahuan yaitu berasal dari beberapa pengalaman yang pernah dialami masing-masing individu. Pengalaman pribadipun ini dijadikan untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi di masa lalu dengan cara mengulang kembali pengalaman yang pernah diperolehnya.⁽⁸⁾

2) Cara modern dalam memperoleh pengetahuan

Cara modern disebut metode penelitian ilmiah atau lebih sering disebut metodologi penelitian. Cara ini awalnya dilakukan oleh Francis Bacon (1561-1626), kemudian dikembangkan oleh Deobold Van Deven. Akhirnya lahir suatu cara untuk melakukan penelitian yang sekarang ini dikenal dengan penelitian ilmiah.

d. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Berikut ini faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang antara lain:

1) Faktor internal

a) Pendidikan

Pendidikan merupakan proses bimbingan oleh seseorang terhadap orang lain untuk menciptakan perkembangan pengetahuan menuju kearah cita-cita yang menentukan manusia dalam bertindak dan mengisi kehidupan sesuai dengan hal keselamatan dan kebahagiaan. Pentingnya suatu pendidikan ini dengan fungsi mendapatkan informasi dalam menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pada umumnya, makin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah menerima informasi.

b) Pekerjaan

Pekerjaan merupakan aktivitas kurang menyenangkan yang harus dilakukan sebagai penunjang kehidupannya dan kehidupan keluarganya. Pekerjaan ini disebut kurang menyenangkan karena menyebabkan kebosanan berulang dan banyak tantangan.

c) Umur

Usia merupakan umur individu yang mulai dihitung sejak dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja.⁽⁸⁾

2) Faktor eksternal

a) Faktor lingkungan

Lingkungan merupakan keadaan yang tersedia disekitar manusia dan berpengaruh dalam perkembangan maupun perilaku individu atau kelompok.

b) Sosial budaya

Sosial budaya merupakan suatu sistem pada masyarakat yang dapat mempengaruhi sikap dalam menerima informasi.

c) Informasi

Informasi yang diperoleh dari pendidikan formal maupun nonformal dapat memberikan pengetahuan jangka pendek sehingga dapat 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 pengetahuan seseorang.⁽⁷⁾

e. Pengukuran tingkat pengetahuan

Pengetahuan seseorang dapat diukur dan diketahui dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu:

- 1) Baik yaitu hasil presentasi >75 %

2) Cukup yaitu hasil presentase 56 % - 75 %

3) Kurang yaitu hasil presentase < 60(8)

3. Sikap

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap secara nyata menunjukkan konotasi adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial. Dengan kata lain, sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku. Sikap itu masih reaksi tertutup, bukan merupakan reaksi terbuka atau tingkah laku yang terbuka. Sikap merupakan kesiapan untuk bereaksi terhadap objek dilingkungan tertentu sebagai suatu penghayatan terhadap objek.

Beberapa tingkatan sikap antara lain yaitu:

a. Menerima

Menerima diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan objek

b. Merespon

Memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan.

c. Menghargai

Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah.

d. Bertanggung Jawab

Bertanggung jawab atas semua jawaban yang dipilihnya dengan segala resiko.

Faktor - faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap adalah :

a. Pengalaman Pribadi

Sesuatu yang telah dan sedang kita alami akan ikut membentuk dan mempengaruhi penghayatan kita terhadap stimulus sosial. Tanggapan akan menjadi salah satu dasar terbentuknya sikap. Untuk dapat mempunyai tanggapan dan penghayatan, seseorang harus mempunyai pengalaman yang berkaitan dengan objek psikologis.

b. Kebudayaan

Kebudayaan dimana kita hidup dan dibesarkan mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan sikap kita. Apabila kita hidup dalam budaya yang mempunyai norma longgar bagi pergaulan heteroseksual, sangat mungkin kita akan mempunyai sikap yang mendukung terhadap masalah kebebasan pergaulan heteroseksual. Apabila kita hidup dalam budaya sosial yang sangat mengutamakan kehidupan kelompok, akan sangat mungkin kita

akan mempunyai sikap negatif terhadap kehidupan individualisme yang sangat mengutamakan kepentingan perorangan.

c. Orang yang dianggap penting

Orang lain di sekitar kita merupakan salah satu diantaranya komponen sosial yang ikut mempengaruhi sikap kita. Seseorang yang kita anggap penting, seseorang yang kita harapkan persetujuannya bagi setiap gerak dan tingkah dan pendapat kita, seseorang yang tidak ingin kita kecewakan atau seseorang yang berarti khusus bagi kita, akan banyak mempengaruhi pembentukan sikap kita terhadap sesuatu. Diantara orang yang biasanya dianggap penting bagi individu adalah orang tua, orang yang status sosialnya lebih tinggi, teman sebaya, teman dekat, guru, teman kerja, istri atau suami dan lain-lain.

d. Media massa

Media massa sebagai sarana komunikasi. Berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah dll, mempunyai pengaruh besar dalam pembentukan opini dan kepercayaan orang. Penyampian informasi sebagai tugas pokoknya. Media massa membawa pula pesan-pesan yang berisi sugesti yang dapat mengarahkan opini seseorang. Adanya informasi baru sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya sikap terhadap hal tersebut.⁽⁴⁾

e. Institusi/Lembaga pendidikan dan lembaga agama

Lembaga pendidikan serta lembaga agama sebagai salah satu sistem mempunyai pengaruh dalam pembentukan sikap karena meletakkan dasar pengertian dan konsep moral dalam diri individu. Pemahaman akan baik dan buruk, garis pemisah antara sesuatu yang boleh dan yang tidak boleh dilakukan diperoleh dari pendidikan dan dari pusat keagamaan serta ajaran-ajarannya.

f. Faktor emosi dalam diri individu

Bentuk sikap tidak semuanya ditentukan oleh situasi lingkungan dan pengalaman pribadi seseorang. Kadang-kadang, suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari oleh emosi yang berfungsi sebagai semacam penyalur frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego. Sikap demikian dapat merupakan sikap yang sementara dan serta berlalu begitu frustrasi telah hilang akan tetapi dapat pula merupakan sikap yang mempengaruhi pembentukan sikap, adalah faktor pengetahuan. Sikap seseorang terhadap objek menunjukkan pengetahuan tersebut mengenai objek yang bersangkutan.

4. Buku KIA

a. Definisi

Buku KIA merupakan alat untuk mendeteksi secara dini gangguan atau masalah kesehatan ibu dan anak, alat komunikasi

dan penyuluhan dengan informasi yang penting bagi ibu, keluarga, dan masyarakat mengenai pelayanan, kesehatan ibu dan anak termasuk rujukannya dan paket (standar) pelayanan KIA, gizi, imunisasi, dan tumbuh kembang balita.

Buku KIA berisi catatan dan informasi cara memelihara dan menjaga kesehatan ibu (hamil, bersalin dan nifas) dan anak (bayi baru lahir sampai anak usia 6 tahun) termasuk pola asuh anak dengan disabilitas dan cara melindungi anak dari kekerasan dan pelecehan seksual⁽⁹⁾.

Salah satu tujuan dari Program Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) adalah meningkatkan kemandirian keluarga dalam mengelola kesehatan ibu dan anak. Ibu dan anak merupakan kelompok paling rentan terhadap masalah kesehatan seperti kesakitan dan gangguan gizi yang seringkali berakhir dengan kecacatan atau kematian. Upaya yang dilakukan untuk mewujudkan kemandirian keluarga dalam mengelola kesehatan ibu dan anak adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan keluarga melalui penggunaan Buku Kesehatan Ibu dan Anak⁽⁹⁾.

b. Manfaat Buku KIA

Buku KIA dapat menjadi media KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi) yang berisi tentang informasi kesehatan ibu dan anak yang sangat lengkap termasuk imunisasi, pemenuhan

kebutuhna gizi, stimulasi pertumbuhan dan perkembangan, serta upaya promotif dan preventif termasuk deteksi dini masalah kesehatan ibu dan anak ⁽⁹⁾.

Buku KIA juga sebagai sebagai alat bukti pencatatan pelayanan kesehatan ibu dan anak secara menyeluruh dan berkesinambungan yang dipegang oleh ibu atau keluarga. Oleh karena itu semua pencatatan harus lengkap dan benar. Sehingga dapat mendorong tenaga kesehatan untuk memberikan pelayanan sesuai standar ⁽⁹⁾.

c. Sasaran Buku KIA

Setiap ibu hamil akan mendapat buku KIA dan digunakan sampai masa nifas, lalu dilanjutkan sampai anak berusia 6 tahun ⁽⁹⁾.

Buku KIA harus disimpan dan dibawa saat melakukan penimbangan, kontrol, berobat, maupun imunisasi. Sebab buku KIA digunakan untuk catatan kesehatan ibu dan anak secara lengkap, sehingga dapat menjadi bukti pelayanan kesehatan yang telah dilakukan. Tenaga kesehatan juga dapat memberikan catatan tambahan penting lainnya pada buku KIA ⁽¹⁰⁾.

Menurut Undang-undang no. 22 tahun 1999 tentang pemerintahan daerah, UU No. 25 tahun 1999 tentang Perimbangan Keuangan Pusat dan Daerah, dan Peraturan Pemerintah No. 25 tahun 2000 tentang Kewenangan Pemerintah dan Provinsi sebagai

daerah Otonomi; kebijakan pembangunan di bidang kesehatan merupakan salah satu bidang yang harus dilaksanakan oleh daerah (kabupaten/ kota). Dimana pemerintah kabupaten/ kota bertanggung jawab dalam penyelenggaraan pembangunan kesehatan guna meningkatkan derajat kesehatan masyarakat di daerahnya ⁽¹¹⁾.

Buku KIA merupakan salah satu strategi dalam pemberdayaan masyarakat terutama keluarga untuk memelihara kesehatannya dan mendapatkan pelayanan kesehatan ibu dan anak yang berkualitas, oleh karena itu Pemerintah Kabupaten/ Kota harus melaksanakan dan menerapkan penggunaan buku KIA ⁽¹¹⁾.

d. Materi Penyuluhan pada Buku KIA

Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) yang telah diperbarui pada tahun 2015 merupakan satu-satunya pedoman bagi suatu keluarga, yang berisi tentang informasi dan catatan kesehatan ibu dan anak. Peran tenaga kesehatan dalam membimbing penggunaan buku KIA sangatlah diperlukan. Materi penyuluhan nya meliputi :

1) Kesehatan Ibu :

- a) Ibu hamil
- b) Ibu Bersalin
- c) Ibu Nifas
- d) Keluarga Berencana Pasca Persalinan

- e) Catatan Kesehatan Ibu Hamil
 - f) Catatan kesehatan Ibu Bersalin, nifas, dan bayi baru lahir
 - g) CTPS
 - h) Keterangan Kelahiran
- 2) Kesehatan Anak :
- a) BBL / Neonatus
 - b) Catatan Imunisasi Anak
 - c) Anak Usia 29 hari – 6 tahun
 - d) Pemenuhan Kebutuhan Gizi dan Perkembangan Anak
 - e) KMS
 - f) Pemeriksaan SDIDTK

5. Leaflet

a. Defenisi Leaflet

Leaflet adalah bentuk penyampaian informasi atau pesan-pesan kesehatan melalui lembaran yang dilipat, isi informasi dapat dalam bentuk kalimat maupun gambar, atau kombinasi keduanya ⁽⁴⁾

Leaflet merupakan selembar kertas yang dilipat-lipat, berisi tulisan cetak dan beberapa gambar tertentu mengenai suatu topik khusus untuk sasaran dan tujuan tertentu. Leaflet merupakan suatu lembaran kertas berukuran kecil yang mengandung pesan tercetak

untuk disebarakan kepada khayalak ramai sebagai informasi mengenai suatu hal atau peristiwa.

b. Tujuan Leaflet

1) Sebagai alat promosi

Fungsi utama Leaflet adalah sebagai alat untuk mempromosikan suatu bisnis, produk atau jasa dan juga suatu kegiatan atau acara yang akan diselenggarakan kepada target konsumen atau pengunjung disuatu area. Dengan memberikan Leaflet, maka anda akan dapat memperkenalkan usaha, bisnis, atau kegiatan yang akan anda lakukan kepada target konsumen sehingga mereka akan lebih menyadari keberadaan dari usaha atau kegiatan milik anda tersebut.

2) Sebagai penyebar informasi

Selain berguna untuk kegiatan promosi, fungsi lain dari Leaflet adalah sebagai alat untuk menyebarkan informasi akan suatu gerakan, bisnis, atau usaha acara dan lain sebagainya sehingga informasi dapat diketahui oleh banyak orang. Informasi-informasi yang umum tercantum didalam Leaflet adalah sebagai berikut:

- a) Nama/merk usaha atau nama kegiatan
- b) Produk atau layanan yang ditawarkan beserta penjelasan singkat
- c) Keunggulan dari produk atau jasa yang ditawarkan

- d) Cara pemesanan
 - e) Nomor kontak yang bisa dihubungi
- 3) Sebagai profil singkat untuk suatu usaha

Selain melalui Company Profile yang lebih jelas, rinci, dan lebih besar serta tebal ukurannya, Leaflet juga dapat diisi dengan profil singkat dari suatu usaha yang dicetak dalam bentuk yang lebih ringkas sehingga mudah dibawa oleh target konsumen.

- 4) Sebagai identitas perusahaan/merk

Desain pada Leaflet juga menentukan, terutama dalam hal memperkenalkan ciri khas atau identitas dari suatu perusahaan, dan atau suatu merk/brand, misalnya dengan menggunakan warna-warna atau ornament yang senada dengan alat promosi lainnya yang dimiliki.

- 5) Sebagai alat promosi yang minim anggaran

Leaflet adalah salah satu alat pemasaran yang dibidang paling minim anggarannya, sama seperti brosur dan flyer, terutama apabila dibandingkan dengan kegiatan pemasaran lainnya seperti memasang iklan di media massa atau di media digital.

6. KB Pasca Persalinan

- a. Definisi

KB Pasca Persalinan adalah penggunaan metode kontrasepsi pada masa nifas sampai dengan 6 minggu atau 42hari setelah melahirkan (Kemenkes, 2014). KB Pasca Persalinan merupakan langkah untuk mencegah kehilangan kesempatan menggunakan KB setelah melahirkan ⁽¹²⁾.

b. Macam metode kontrasepsi

Terdapat beberapa macam alat kontrasepsi, antara lain

1) Metode kontrasepsi sederhana

a) Metode kalender

Metode ini didasarkan pada suatu perhitungan yang diperoleh dari informasi yang dikumpulkan dari sejumlah menstruasi secara berurutan. Untuk mengidentifikasi hari subur, dilakukan pencatatan siklus menstruasi dengan durasi minimal enam dan dianjurkan dua belas siklus. Untuk menjamin efektivitas maksimum, metode kalender sebaiknya dikombinasikan dengan indikator-indikator lainnya ⁽¹³⁾.

b) Metode *Amenorrhea* Laktasi (MAL)

Menyusui eksklusif merupakan suatu metode kontrasepsi sementara yang cukup efektif, selama klien belum mendapat haid dan waktunya

kurang dari enam bulan pasca persalinan. Efektifnya dapat mencapai 98%. MAL efektif bila menyusui lebih dari delapan kali sehari dan bayi mendapat cukup asupan perlaktasi⁽¹⁴⁾.

c) Metode suhu tubuh

Saat ovulasi peningkatan progesterone menyebabkan peningkatan suhu basal tubuh (SBT) sekitar 0,2°C-0,4°C. Peningkatan suhu tubuh adalah indikasi bahwa telah terjadi ovulasi. Selama 3 hari berikutnya (memperhitungkan waktu ekstra dalam masa hidup sel telur) diperlukan pantang berhubungan intim. Metode suhu mengidentifikasi akhir masa subur bukan awalnya⁽¹³⁾.

d) Senggama terputus (*coitus interruptus*)

Senggama terputus adalah metode keluarga berencana tradisional, dimana pria mengeluarkan alat kelaminnya (penis) dari vagina sebelum pria mencapai ejakulasi. Efektifitas bergantung pada kesediaan pasangan untuk melakukan senggama terputus setiap pelaksanaannya (angka kegagalan – 18 kehamilan per 100 perempuan)⁽¹⁴⁾.

2) Metode Barrier

a) Kondom

Kondom merupakan selubung atau sarung karet tipis yang dipasang pada penis sebagai tempat penampungan sperma yang dikeluarkan pria pada saat senggama sehingga tidak tercurah pada vagina. Cara kerja kondom yaitu mencegah pertemuan ovum dan sperma atau mencegah spermatozoa mencapai saluran genital wanita. Sekarang sudah ada jenis kondom untuk wanita, angka kegagalan dari penggunaan kondominis 5-21% ⁽¹⁵⁾. Kondom dibuat dari berbagai bahan diantaranya lateks (karet), vinil (plastik), atau bahan alami (produksi hewan). Kondom tidak hanya mencegah kehamilan tetapi juga mencegah Infeksi.

b) Diafragma

Diafragma merupakan suatu alat yang berfungsi untuk mencegah sperma mencapai serviks sehingga sperma tidak memperoleh akses ke saluran alat reproduksi bagian atas (uterus dan tuba fallopi). Angka kegagalan diafragma 4-8% kehamilan ⁽¹⁵⁾.

c) Spermisida

Spermisida adalah bahan kimia (non oksinol-9) digunakan untuk menonaktifkan atau membunuh sperma. Dikemas dalam bentuk aerosol(busa), tablet vaginal suppositoria atau dissolvable film, dan dalam bentuk krim ⁽¹⁴⁾.

3) Metode kontrasepsi modern

a) Kontrasepsi pil

Kontrasepsi pil merupakan jenis kontrasepsi oral yang harus diminum setiap hari yang bekerja mengentalkan lendir serviks sehingga sulit dilalui oleh sperma. Terdapat dua macam yaitu kontrasepsi kombinasi atau sering disebut pil kombinasi yang mengandung progesteron dan estrogen, kemudian kontrasepsi pil progestin yang sering disebut dengan minipil yang mengandung hormon progesteron.

b) Kontrasepsi implant

Kontrasepsi implan adalah alat kontrasepsi silastik berisi hormone jenis progesteron levonogestrol yang ditanamkan dibawah kulit, yang bekerja mengurangi transportasi sperma.

c) Alat kontrasepsi dalam rahim (AKDR)

Alat kontrasepsi dalam rahim adalah alat kontrasepsi yang dimasukkan dalam rongga rahim wanita yang bekerja menghambat sperma untuk masuk ke tuba fallopii.

d) Kontrasepsi mantap (KONTAP)

Kontrasepsi mantap merupakan suatu cara permanen baik pada pria dan pada wanita, dilakukan dengan tindakan operasi kecil untuk mengikat atau menjepit atau memotong saluran telur (wanita), atau menutup saluran mani laki-laki.

e) Kontrasepsi suntikan

Kontrasepsi suntikan adalah kontrasepsi yang diberikan dengan cara disuntikkan secara intramuskular di daerah otot pantat (*gluteus maximus*).

7. Masa Nifas

a. Pengertian

Masa nifas atau post partum disebut juga puerperium yang berasal dari bahasa latin yaitu dari kata “Puer” yang artinya bayi dan “Parous” berarti melahirkan. Nifas yaitu darah yang keluar dari rahim karena sebab melahirkan atau setelah melahirkan⁽¹⁶⁾.

Masa nifas (puerperium) dimulai sejak plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas berlangsung kira-kira 6 minggu. Puerperium (nifas) berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari, merupakan waktu yang diperlukan untuk pulihnya alat kandungan pada keadaan yang normal.

Jadi masa nifas adalah masa yang dimulai dari plasenta lahir sampai alat-alat kandungan kembali seperti sebelum hamil, dan memerlukan waktu kira-kira 6 minggu⁽¹⁶⁾.

b. Tahap Masa Nifas

Tahapan masa nifas adalah sebagai berikut:

1) Puerperium Dini

Kepulihan dimana ibu telah diperbolehkan berdiri dan berjalan-jalan. Dalam agama Islam dianggap bersih dan boleh bekerja setelah 40 hari.

2) Puerperium Intermedial

Kepulihan menyeluruh alat-alat genitalia yang lamanya 6-8 minggu.

3) Remote Puerperium

Waktu yang diperlukan untuk pulih dan sehat sempurna terutama bila selama hamil atau waktu persalinan mempunyai komplikasi. Waktu untuk sehat sempurna bisa berminggu-minggu, bulanan, tahunan.

c. Perubahan Fisiologi Masa Nifas

Organ-organ tubuh ibu yang mengalami perubahan setelah melahirkan antara lain:

1) Perubahan Sistem Reproduksi

a) Uterus

Involusi merupakan suatu proses kembalinya uterus pada kondisi sebelum hamil. Perubahan ini dapat diketahui dengan melakukan pemeriksaan palpasi untuk meraba dimana Tinggi Fundus Uterinya (TFU).

2) Lokhea

Lokhea dibedakan menjadi 4 jenis berdasarkan warna dan waktu keluarnya :

a) Lokhea rubra

Lokhea ini keluar pada hari pertama sampai hari ke-4 masa post partum. Cairan yang keluar berwarna merah karena terisi darah segar, jaringan sisa-sisa plasenta, dinding rahim, lemak bayi, lanugo (rambut bayi), dan mekonium.

b) Lokhea sanguinolenta

Lokhea ini berwarna merah kecokelatan dan berlendir, serta berlangsung dari hari ke-4 sampai hari ke-7 post partum.

c) Lokhea serosa

Lokhea ini berwarna kuning kecokelatan karena mengandung serum, leukosit, dan robekan atau laserasi plasenta. Keluar pada hari ke-7 sampai hari ke- 14.

d) Lokhea alba

Lokhea ini mengandung leukosit, sel desidua, sel epitel, selaput lendir serviks, dan serabut jaringan yang mati. Lokhea alba ini dapat berlangsung selama 2-6 minggu post partum.

3) Perubahan Vagina

Vulva dan vagina mengalami penekanan, serta peregangan yang sangat besar selama proses melahirkan bayi. Dalam beberapa hari pertama sesudah proses tersebut, kedua organ ini tetap dalam keadaan kendur. Setelah 3 minggu, vulva dan vagina kembali kepada keadaan tidak hamil dan rugae dalam vaginasecara berangsur-angsur akan muncul kembali, sementara labia menjadi lebih menonjol.

4) Perubahan Perineum

Segera setelah melahirkan, perineum menjadi kendur karena sebelumnya teregang oleh tekanan bayi yang bergerak maju. Pada post partum hari ke-5, perinium sudah mendapatkan kembali sebagian tonusnya, sekalipun tetap lebih kendur daripada keadaan sebelum hamil.

a) Perubahan Sistem Pencernaan

Biasanya ibu mengalami konstipasi setelah persalinan. Hal ini disebabkan karena pada waktu melahirkan alat pencernaan mendapat tekanan yang menyebabkan kolon menjadi kosong, pengeluaran cairan yang berlebihan pada waktu persalinan, kurangnya asupan makan, hemoroid dan kurangnya aktivitas tubuh.

b) Perubahan Sistem Perkemihan

Setelah proses persalinan berlangsung, biasanya ibu akan sulit untuk buang air kecil dalam 24 jam pertama. Penyebab dari keadaan ini adalah terdapat spasme sfinkter dan edema leher kandung kemih setelah mengalami kompresi (tekanan) antara kepala janin dan tulang pubis selama persalinan berlangsung.

c) Perubahan Sistem Muskuloskeletal

Otot-otot uterus berkontraksi segera setelah partus, pembuluh darah yang berada di antara anyaman otot-otot uterus akan terjepit, sehingga akan menghentikan perdarahan. Ligamen-ligamen, diafragma pelvis, serta fascia yang meregang pada waktu persalinan, secara berangsur-angsur menjadi ciut dan pulih kembali. Stabilisasi secara sempurna terjadi pada 6-8 minggu setelah persalinan.

d) Perubahan Sistem Kardiovaskuler

Setelah persalinan, shunt akan hilang tiba-tiba. Volume darah bertambah, sehingga akan menimbulkan dekomposisi kordis pada penderita vitum cordia. Hal ini dapat diatasi dengan mekanisme kompensasi dengan timbulnya hemokonsentrasi sehingga volume darah kembali seperti sediakala. Pada umumnya, hal ini terjadi pada hari ketiga sampai kelima postpartum.

e) Perubahan Tanda-tanda Vital

Pada masa nifas, tanda – tanda vital yang harus dikaji antara lain :

i) Suhu badan

Dalam 1 hari (24 jam) post partum, suhu badan akan naik sedikit ($37,50 - 38^{\circ} C$) akibat dari kerja keras waktu melahirkan, kehilangan cairan dan kelelahan. Apabila dalam keadaan normal, suhu badan akan menjadi biasa.

ii) Nadi

Denyut nadi normal pada orang dewasa 60-80 kali per menit. Denyut nadi sehabis melahirkan biasanya akan lebih cepat. Denyut nadi yang melebihi 100x/ menit, harus waspada kemungkinan dehidrasi, infeksi atau perdarahan post partum.

iii) Tekanan darah

Tekanan darah biasanya tidak berubah. Kemungkinan tekanan darah akan lebih rendah setelah ibu melahirkan karena ada perdarahan. Tekanan darah tinggi pada saat post partum menandakan terjadinya preeklampsia post partum.

iv) Pernafasan

Keadaan pernafasan selalu berhubungan dengan keadaan suhu dan denyut nadi. Bila suhu nadi tidak normal, pernafasan juga akan mengikutinya, kecuali apabila ada gangguan khusus pada saluran nafas. Bila pernafasan pada masa post partum menjadi lebih cepat, kemungkinan ada tanda-tanda syok⁽¹⁶⁾.

d. Pelayanan nifas yang dapat diberikan pada masa nifas yaitu:

- 1) Kunjungan nifas pertama (KF 1) diberikan pada enam jam sampai dua hari setelah persalinan. Asuhan yang diberikan berupa pemeriksaan tanda-tanda vital, pemantauan jumlah darah yang keluar, pemeriksaan cairan yang keluar dari vagina, pemeriksaan payudara dan anjuran ASI Eksklusif enam bulan, pemberian kapsul Vitamin A, minum tablet tambah darah setiap hari, pelayanan KB pasca persalinan.

- 2) Kunjungan nifas kedua (KF 2) diberikan pada hari ke-3 sampai hari ke-7 setelah persalinan. Pelayanan yang diberikan adalah pemeriksaan tanda-tanda vital, pemantauan jumlah darah yang keluar, pemeriksaan cairan yang keluar dari vagina, pemeriksaan payudara dan anjuran ASI Eksklusif enam bulan, minum tablet tambah darah setiap hari, dari pelayanan KB pasca persalinan.
- 3) Kunjungan nifas lengkap (KF 3), pelayanan yang dilakukan hari ke-8 sampai ke-28 setelah persalinan. Asuhan pelayanan yang diberikan sama dengan asuhan pada KF 2.
- 4) Kunjungan nifas keempat (KF 4) Pelayanan yang dilakukan ke-29 sampai hari ke-42 setelah persalinan. Asuhan pelayanan yang diberikan sama dengan asuhan pada KF 3 yaitu pemeriksaan tanda-tanda vital, pemantauan jumlah darah yang keluar, pemeriksaan cairan yang keluar dari vagina, pemeriksaan payudara dan anjuran ASI Eksklusif enam bulan, minum tablet tambah darah setiap hari, dan KB Persalinan⁽¹⁷⁾.

8. Teori Perubahan Perilaku

Perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar), dengan demikian perilaku manusia terjadi melalui proses :

Stimulus – Organisme - Respon, sehingga teori skiner ini disebut teori “S-O-R” (Stimulus-Organisme-Respon). Selanjutnya Teori Skinner menjelaskan adanya dua jenis respon, yaitu :

- a. Responden respon atau refleksif, yakni respons yang ditimbulkan oleh rangsangan-rangsangan (stimulus) tertentu yang disebut *eliciting stimulus*, karena dapat menimbulkan respon-respon yang relatif tetap, misalnya : cahaya yang terlalu terang akan menimbulkan reaksi mata tertutup, dan sebagainya. Responden respons juga mencakup perilaku emosional, misalnya mendengar berita duka akan menimbulkan rasa sedih.
- b. *Operant respons* atau *instrumental respons*, yakni respons yang timbul dan berkembang dan kemudian diikuti stimulus atau rangsangan yang lain. Perangsang yang terakhir ini disebut *reinforcing stimuli* atau *reinforcer*, karena berfungsi untuk memperkuat respons. Misalnya, apabila seorang petugas kesehatan melakukan tugasnya dengan baik adalah sebagai respons terhadap gaji yang cukup, misalnya (stimulus). Kemudian karena kerja baik tersebut, menjadi stimulus untuk memperoleh promosi pekerjaan. Kerja baik itu sebagai reinforcer untuk memperoleh promosi pekerjaan.

Berdasarkan teori “S-O-R” tersebut, maka perilaku manusia dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu :

a. Perilaku tertutup (*Cover behavior*)

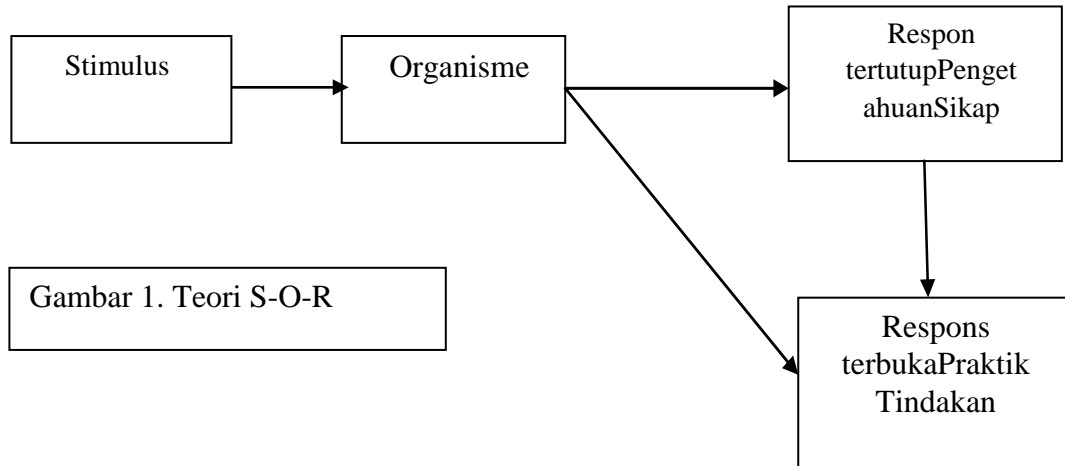
Perilaku tertutup terjadi bila respons terhadap stimulus tersebut masih belum dapat dinikmati orang lain (dari luar) secara jelas. Respons seseorang masih terbatas dalam bentuk perhatian, perasaan, persepsi, pengetahuan dan sikap terhadap stimulus yang bersangkutan. Bentuk “Unobservable behavior” atau “covert behavior” yang dapat diukur adalah pengetahuan dan sikap, contoh : Ibu hamil tahu pentingnya periksa hamil untuk kesehatan bayi dan dirinya sendiri (pengetahuan), kemudian ibu tersebut bertanya kepada tetangganya dimana tempat periksa hamil yang dekat (sikap).

b. Perilaku terbuka (*Overt behavior*)

Perilaku terbuka ini terjadi bila respons terhadap stimulus sudah berupa tindakan atau praktik ini dapat diamati orang lain dari luar atau “*observable behavior*”, contoh : Ibu hamil memeriksakan kehamilannya ke Puskesmas, menggosok gigi setelah makan, dan sebagainya. Contoh-contoh tersebut adalah bentuk tindakan nyata, dalam bentuk kegiatan atau dalam bentuk praktik (*practice*).

B. Kerangka Teori

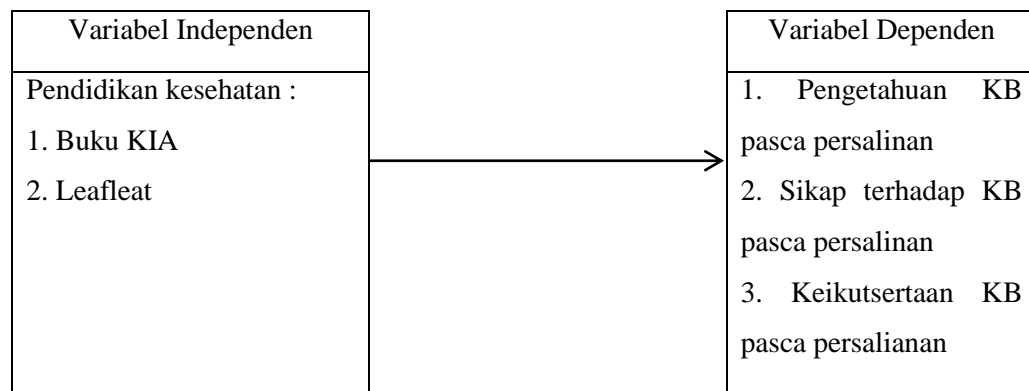
TEORI S-O-R



Gambar 1. Teori S-O-R

C. Kerangka Konsep

Berdasarkan kerangka teori, maka peneliti membuat suatu kerangka konsep pada penelitian ini sebagai berikut :



Gambar 2. Kerangka Konsep

D. Hipotesis

Hipotesis merupakan suatu jawaban sementara dari pertanyaan penelitian, berfungsi untuk menentukan kearah pembuktian. Hipotesis dalam penelitian ini adalah “pendidikan kesehatan dengan leaflet lebih efektif dai pada buku KIA terhadap tingkat pengetahuan, sikap, dan keikutsertaan KB ibu nifas”.