

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Telaah Pustaka

##### 1. Pengetahuan

###### a) Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.<sup>20</sup>

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*over behavior*). Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.<sup>21</sup>

###### b) Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan yaitu:

###### 1) Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dan seluruh bagian

yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain dapat menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan, dan sebagainya.<sup>20</sup>

2) Memahami (*comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.<sup>20</sup>

3) Aplikasi (*aplication*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi *real* (sebenarnya). Aplikasi di sini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.<sup>20</sup>

4) Analisis (*analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam satu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis dapat dilihat dari penggunaan kata kerja,

seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya.<sup>20</sup>

5) Sintesis (*syntesis*)

Sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada. Misalnya dapat menyusun, dapat merencanakan, dapat meringkaskan, dapat menyesuaikan, dan sebagainya terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada.<sup>20</sup>

6) Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Misalnya dapat membandingkan antara anak yang cukup gizi dengan anak yang kekurangan gizi, dapat menafsirkan sebab-sebab mengapa ibu-ibu tidak mau ikut KB dan sebagainya.<sup>20</sup>

c) Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan dijelaskan dibagi menjadi dua faktor yaitu:

1) Faktor internal

a) Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju arah cita-cita tertentu yang menentukan manusia berbuat dan mengisi kehidupan untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaan. Pendidikan dapat

mempengaruhi seseorang, karena pada umumnya semakin tinggi pendidikan maka seseorang semakin mudah menerima informasi.<sup>21</sup>

b) Pekerjaan

Pekerjaan adalah keburukan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga. Bekerja umumnya merupakan kegiatan yang menyita waktu.<sup>21</sup>

c) Umur

Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja.<sup>21</sup>

2) Faktor eksternal

a) Faktor lingkungan

Lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada di sekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok.<sup>21</sup>

b) Sosial budaya

Sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi dari sikap dalam menerima informasi.<sup>21</sup>

d) Cara Memperoleh Pengetahuan

Pengetahuan dapat diperoleh melalui:

1) Cara kuno untuk memperoleh pengetahuan

a) Cara coba salah (*trial dan error*)

Cara ini telah dipakai orang sebelum kebudayaan, bahkan mungkin sebelum adanya peradaban. Cara coba salah dilakukan dengan menggunakan kemungkinan dalam memecahkan masalah dan apabila kemungkinan itu tidak berhasil maka dicoba kemungkinan yang lain sampai masalah tersebut dapat dipecahkan.<sup>21</sup>

b) Cara kekuasaan atau otoritas

Sumber pengetahuan cara ini dapat berupa pemimpin-pemimpin masyarakat baik formal atau informal. Dikemukakan oleh orang yang mempunyai otoritas, tanpa menguji terlebih dahulu atau membuktikan kebenarannya baik berdasarkan fakta empiris maupun penalaran sendiri.<sup>21</sup>

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 di masa lalu.<sup>21</sup>

2) Cara modern dalam memperoleh pengetahuan

Cara ini disebut metode penelitian ilmiah atau lebih populer disebut metodologi penelitian. Cara ini mula-mula dikembangkan oleh Francis Bacon (1561-1626), kemudian oleh Deobold Van Deven.

Akhirnya lahir suatu cara untuk melakukan penelitian yang dewasa ini kita kenal dengan penelitian ilmiah.<sup>21</sup>

e) Kriteria Tingkat Pengetahuan

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

- 1) Baik : Hasil presentase 76% - 100%
- 2) Cukup : Hasil presentase 56% - 75%
- 3) Kurang : Hasil presentase > 56%

2. *Body Image*

a. Pengertian *Body Image*

*Body image* merupakan imajinasi subyektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi. Beberapa penelitian atau teori menggunakan istilah *body image* hanya terkait tampilan fisik, sementara yang lain mencakup pula penilaian tentang fungsi tubuh, gerak tubuh, koordinasi tubuh, dan sebagainya.<sup>22</sup>

*Body image* merupakan gambaran persepsi seseorang tentang tubuh ideal dan apa yang mereka inginkan pada tubuh mereka baik itu dalam hal berat maupun bentuk tubuh yang didasarkan pada persepsi-persepsi orang lain dan seberapa harus mereka menyesuaikan persepsi tersebut. Seseorang menganggap kondisi fisiknya tidak sama dengan konsep idealnya, maka individu tersebut akan merasa memiliki

kekurangan secara fisik meskipun dalam pandangan orang lain sudah dianggap menarik.<sup>23</sup>

*Body image* atau citra tubuh merupakan pengalaman individu yang berupa persepsi terhadap bentuk dan berat tubuhnya serta perilaku yang mengarah pada evaluasi individu tersebut terhadap penampilan fisiknya.<sup>24</sup>. Berdasarkan beberapa definisi sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa *body image* adalah persepsi diri seseorang mengenai gambaran tubuhnya.

b. Faktor yang Mempengaruhi

1) Media Massa

Media massa seperti televisi, majalah, dan internet sangat berpengaruh dalam membentuk sikap individu dalam memandang penampilan dirinya. Media massa terkadang membuat standar tubuh ideal yang membuat seseorang mengalami ketidakpuasaan terhadap gambaran tubuh yang dimiliki.<sup>24</sup>

2) Keluarga

Harapan, pendapat, dan pesan verbal maupun nonverbal dalam keluarga turut mempengaruhi pembentukan sikap *body image*. Misalnya orangtua yang menyampaikan sejauh mana penampilan fisik yang harus dimiliki oleh anak-anaknya ataupun sebaliknya. Tekanan dari orangtua atau anggota keluarga lainnya untuk terlihat lebih baik mengajarkan individu bahwa tubuh mereka tidak diterima

oleh orang-orang yang sangat dekat secara emosional dalam hidupnya.<sup>24</sup>

### 3) Kelompok Sebaya

Kelompok sebaya dapat memberikan pengaruh kuat pada nilai-nilai pribadi dan identitas pribadi dalam memandang *body image*. Rekan sebaya memberikan contoh dan memperkuat kesesuaian dengan standar penampilan tertentu, seperti pakaian, gaya rambut, atau tipe tubuh mana yang paling dihargai.<sup>24</sup>

### 4) Jenis Kelamin

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan *body image* antara laki-laki dan perempuan. *Body image* responden laki-laki berdana dalam kategori tinggi dengan presentase sebesar 68,8% sedangkan perempuan dengan *body image* tinnggi sebesar 65,77%. Hal tersebut menunjukkan bahwa *body image* laki-laki cenderung lebih lebih baik daripada perempuan. Kebanyakan perempuan mengungkapkan ketidaknyamanan akan bentuk tubuhnya dan ingin menurunkan berat badannya. Sedangkan laki-laki merasa lebih puas akan bentuk tubuhnya karena pembentukan massa otot.<sup>25</sup>

### c. Dimensi

*Multidimensional Body Self-Relations Quistionnaire (MBSRQ)* merupakan salah satu contoh pendekatan dalam mengukur dimensi *body image* yang dikemukakan oleh Cash. Cash menekankan bahwa *body*

*image* kemungkinan dipengaruhi oleh penilaian seseorang terhadap penampilan fisik, kebugaran, dan kesehatan.<sup>26</sup>

Peneliti yang berfokus terhadap *body image* terkait penampilan dapat menggunakan *MBSRQ-Appearance Scales* (AS). Cash menyebutkan terdapat lima dimensi dalam pengukuran *body image* menggunakan MBSQR-AS yaitu *appearance evaluation*, *appearance orientation*, *body area statisfaction*, *overweight preoccupation*, dan *self-classified weight*.<sup>26</sup>

1) *Appearance Evaluation* (Evaluasi Penampilan)

Evaluasi penampilan yaitu penilaian penampilan secara keseluruhan tubuh.

2) *Appearance Orientation* (Orientasi Penampilan)

Orientasi penampilan yaitu pandangan yang mendasar tentang penampilan diri.

3) *Body Area Statisfaction* (Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh)

Kepuasan terhadap bagian tubuh yaitu mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik secara keseluruhan dari atas sampai bawah.

4) *Overweight Preoccupation* (Kecemasan Menjadi Gemuk)

Kecemasan menjadi gemuk yaitu kewaspadaan individu terhadap bertambahnya berat badan, dan akan membatasi pola makan.

### 5) *Self-Classified Weight* (Pengkategorian Ukuran Tubuh)

Pengkategorian menjadi gemuk yaitu penilaian individu terhadap berat badan, pengklasifikasikan golongan tubuh, dari kurus sampai gemuk.

## 3. Kecemasan

### a. Pengertian kecemasan

Kecemasan merupakan pengalaman individu yang bersifat subyektif, yang sering bermanifestasi sebagai perilaku yang disfungsional yang diartikan sebagai perasaan kesulitan dan kesusahan terhadap kejadian yang tidak diketahui dengan pasti.<sup>27</sup>

Kecemasan adalah suatu respon dari pengalaman yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan perasaan gelisah, timbul ketakutan karena akan menghadapi ancaman yang akan dialami individu dan disertai dengan rangsangan fisiologis.<sup>28</sup>

Kecemasan merupakan perwujudan penolakan dari individu yang menimbulkan perasaan takut. Kecemasan berhubungan dengan kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya.<sup>29</sup>

Peneliti menyimpulkan dari beberapa definisi senelumnnya yaitu kecemasan adalah perasaan khawatir yang dialami seseorang terhadap suatu kejadian yang belum diketahui pasti.

## b. Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan

### 1) Faktor Predisposisi

#### a) Psikoanalitik

Psikoanalitik disebabkan karena adanya konflik emosional yang terjadi antara dua elemen yaitu *Id* dan *Ego*. *Id* memiliki dorongan naluri dan *impuls primitive* seseorang, sedangkan *ego* mencerminkan hati nurani seseorang dan dikendalikan oleh norma budaya.<sup>29</sup>

#### b) Interpersonal

Kecemasan timbul dari perasaan takut terhadap ketidaksetujuan dan penolakan interpersonal. Kecemasan juga berhubungan dengan pengalaman trauma, seperti perpisahan dan kehilangan, yang menimbulkan kerentanan tertentu.<sup>29</sup>

#### c) Perilaku

Kecemasan timbul karena adanya stimulus lingkungan spesifik, pola berpikir yang salah, atau tidak produktif dapat menyebabkan perilaku maladaptif. Penilaian yang berlebihan terhadap adanya ancaman dan menilai rendah kemampuan dirinya untuk mengatasi ancaman merupakan penyebab kecemasan pada seseorang.<sup>29</sup>

#### d) Biologis

Kajian biologis menunjukkan bahwa otak mengandung reseptor khusus untuk benzodiazepin, obat-obatan yang

meningkatkanneuroregulator inhibisi asam gama-aminobutirat (GABA), yang berperan penting dalam mekanisme biologis yang berhubungan dengan kecemasan. Kecemasan mungkin disertai dengan gangguan fisik dan selanjutnya menurunkan kemampuan individu untuk mengatasi stressor.<sup>29</sup>

## 2) Faktor Prespitasi

### a) Faktor Eksternal

#### (1) Ancaman Integritas Fisik

Meliputi ketidakmampuan fisiologis terhadap kebutuhan dasar sehari-hari yang bisa disebabkan karena sakit, trauma fisik, kecelakaan.

#### (2) Ancaman Sistem Diri

Ancaman terhadap identitas diri, harga diri, kehilangan, dan perubahan status dan peran, tekanan kelompok, sosial budaya,

### b) Faktor Internal

(1) Usia, seseorang yang mempunyai usia lebih muda akan lebih mudah mengalami gangguan akibat kecemasan daripada seseorang yang lebih tua usianya.

(2) Jenis kelamin, kecemasan lebih sering dialami oleh perempuan dibanding laki-laki. Perempuan lebih peka dengan emosinya, yang pada akhirnya peka juga terhadap perasaan cemasnya.

- (3) Tingkat pengetahuan, pengetahuan yang cukup akan dapat menurunkan perasaan cemas yang dialami dalam mempersepsikan suatu hal.
- (4) Lingkungan, seseorang yang berada di lingkungan asing lebih mudah mengalami kecemasan dibanding berada di lingkungan yang biasa ditempati.<sup>29</sup>

c. Tingkat Kecemasan

Tingkat kecemasan terbagi dalam 4 tingkatan yaitu:

1) Kecemasan Ringan (*Mild Anxiety*)

Tingkat kecemasan ringan adalah cemas yang biasa menjadi bagian sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan perhatian, tetapi individu masih mampu memecahkan masalah.<sup>29</sup>

2) Kecemasan Sedang (*Moderate Anxiety*)

Tingkat kecemasan sedang memungkinkan seseorang untuk memusatkan pada hal-hal yang penting dan mengesampingkan yang tidak penting atau bukan menjadi prioritas yang ditandai dengan perhatian menurun, penyelesaian masalah menurun, tidak sabar, mudah tersinggung, ketegangan otot sedang, tanda-tanda vital meningkat, mulai berkeringat, sering mondar-mandir, sering berkemih dan sakit kepala.<sup>29</sup>

### 3) Kecemasan Berat (*Severe Anxiety*)

Tingkat kecemasan berat ditandai dengan sempitnya persepsi seseorang, memiliki perhatian terpusat pada hal yang spesifik dan tidak dapat berpikir tentang hal-hal lain.<sup>29</sup>

### 4) Panik

Kepanikan muncul disebabkan karena kehilangan kendali diri dan detail perhatian kurang. Ketidakmampuan melakukan apapun meskipun dengan perintah menambah tingkat kepanikan seseorang.<sup>29</sup>

## d. Dampak Kecemasan Terhadap Kehamilan

### 1) Bagi Ibu

Kecemasan memberikan dampak pada ibu dikaitkan dengan lebih pendeknya masa gestasi, gangguan tidur, peningkatan mual dan muntah, persalinan *section caesarea*.<sup>30</sup>

### 2) Bagi Bayi

Kecemasan memberikan dampak pada bayi yaitu kelahiran premature, berat lahir rendah, pertumbuhan janin kurang, gangguan kognitif anak, sesak nafas, ruam, asma, dan penyakit koroner di usia dewasa.<sup>31, 32</sup>

## e. Pengukuran

### 1) *Hamilton Anxiety Rating Scale*

*Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) merupakan salah satu alat ukur kecemasan yang digunakan hingga sekarang dalam

dunia klinik maupun penelitian. HARS pertama kali dikembangkan oleh Max Hamilton pada tahun 1956, untuk mengukur semua tanda kecemasan baik psikis maupun somatic. HARS terdiri dari 14 item pertanyaan untuk mengukur tanda adanya kecemasan pada anak dan orang dewasa.<sup>33</sup>

Penentuan derajat kecemasan dengan cara menjumlahkan skor 1-14 dengan hasil:

- a) Skor kurang dari 14 : Tidak ada kecemasan
- b) Skor 14-20 : Kecemasan ringan
- c) Skor 21-27 : Kecemasan sedang
- d) Skor 28-41 : Kecemasan berat
- e) Skor 42-52 : Kecemasan berat sekali (panik)

## 2) *Depression Anxiety Stress Scale*

Kecemasan dapat diukur menggunakan skala kecemasan dari *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS). DASS merupakan skala yang disusun oleh Lovibond (1995) dan dalam pengembangannya telah teruji pada sampel normal dan non klinis. DASS terdiri atas 3 skala yaitu depresi, kecemasan, dan stress.<sup>34</sup>

Skala kecemasan pada DASS disusun berdasarkan komponen *autonomic arousal, skeletal musculature effects, situational anxiety*, dan *subjective experience off anxious affect*. Skala kecemasan pada DASS terdiri dari 14 pernyataan *favorable*.<sup>34</sup>

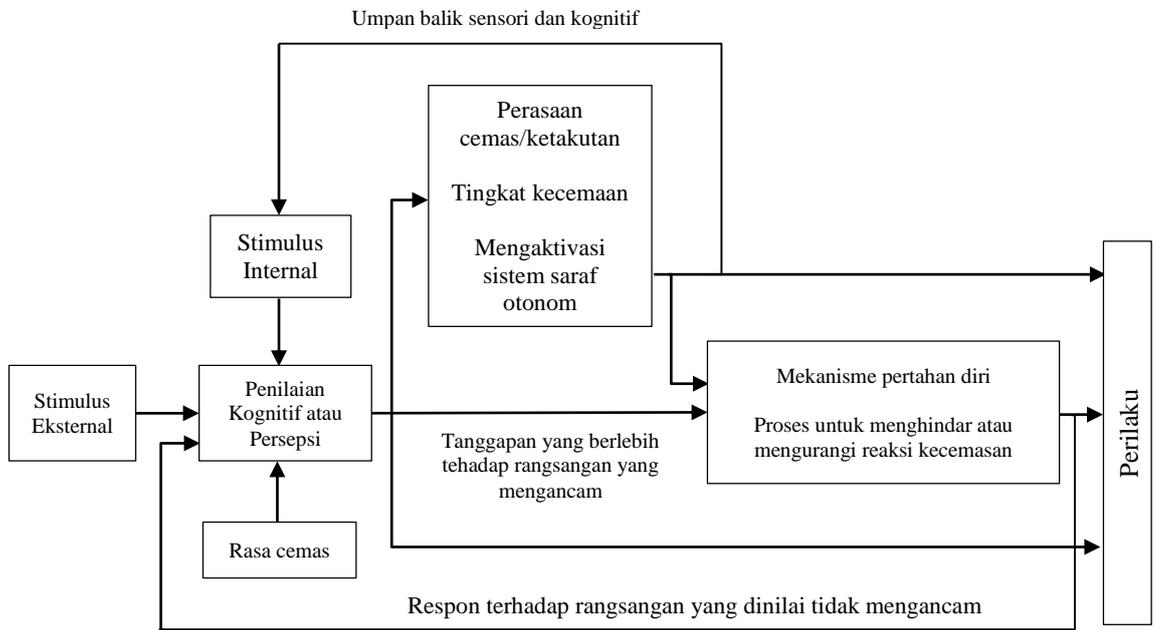
#### 4. Tanda Gejala Kecemasan

Beberapa tanda dan gejala kecemasan yaitu cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri serta mudah tersinggung, merasa tegang, tidak tenang, gelisah dan mudah terkejut, merasa takut bila sendiri atau pada keramaian dan banyak orang, mengalami gangguan pola tidur dan disertai mimpi yang menegangkan.<sup>35</sup>

#### 5. Macam-macam Kecemasan

Macam - macam kecemasan diantaranya yaitu kecemasan obyektif (Realistis) ialah jenis kecemasan yang berorientasi pada aspek bahaya – bahaya dari luar seperti misalnya melihat atau mendengar sesuatu yang dapat berakibat buruk. Kecemasan neurosis adalah suatu bentuk jenis kecemasan yang apabila insting pada panca indera tidak dapat dikendalikan dan menyebabkan seseorang berbuat sesuatu yang dapat dikenakan sanksi hukum. Kecemasan moral adalah jenis kecemasan yang timbul dari perasaan sanubari terhadap perasaan berdosa apabila seseorang melakukan sesuatu yang salah.<sup>35</sup>

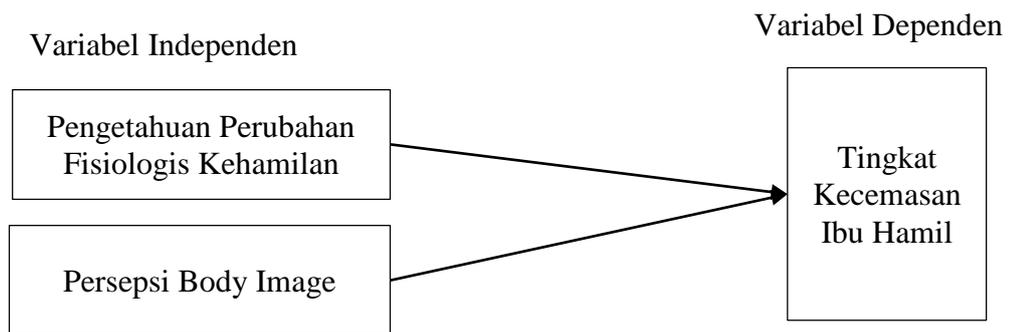
**B. Kerangka Teori**



Sumber: Spielberger's process model of anxiety (1972)

Gambar 1. Kerangka Teori

**C. Kerangka Konsep**



Gambar 2. Kerangka Konsep

Keterangan

\_\_\_\_\_ : Variabel yang diteliti

**D. Hipotesis**

1. Ada hubungan pengetahuan perubahan fisiologi kehamilan terhadap kecemasan pada ibu hamil di Kabupaten Bantul.
2. Ada hubungan persepsi *body image* terhadap kecemasan pada ibu hamil di Kabupaten Bantul