

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Pengetahuan

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari kata “tahu” yang memiliki arti kata lain mengerti atau memahami dan setelah seseorang memahami maka muncul objek tertentu (Masturoh & Anggita T, 2018). Ilmu pengetahuan adalah pengetahuan yang harus dikumpulkan, diteliti dan dikembangkan dengan segala upaya untuk menggambarkan dan megembangkan sesuatu dalam hubungan yang logis dan terorganisir untuk membentuk sistem yang utuh dan terpadu. Proses ini membutuhkan pendekatan metodologi ilmiah, yang bersipat kualitatif, kuantitatif, dan investigasi untuk mendapatkan fenomena alam atau gejala sosial tertentu. Pengetahuan sangat berkaitan dengan pendidikan kesehatan, dimana pendidikan kesehatan merupakan suatu cara menunjang program- program kesehatan yang dapat menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan dalam waktu yang pendek (Ribek, N.A & Mertha, 2017).

2. Cara Memperoleh Pengetahuan

Pengetahuan diperoleh dan diterima dari berbagai sumber misalnya, media elektronik, media masa, buku, pengalaman tenaga kesehatan, pendidikan kesehatan dan lain sebagainya. Penyuluhan kesehatan juga merupakan suatu cara untuk mendukung program kesehatan yang dapat membuat perbedaan dalam waktu singkat. Menurut Masturoh & Anggita T (2018), pengetahuan dapat diperoleh dengan cara tradisional, non ilmiah dan modern. Metode tradisional tersebut yaitu *trial and error*, kekuasaan atau otoritas, berdasarkan atas pemikiran dan

pengalaman. Memperoleh pengetahuan dengan cara modern juga disebut sebagai metode penelitian ilmiah atau lebih dikenal sebagai metodologi penelitian.

3. Tingkat Pengetahuan

Seseorang memiliki tingkat pengetahuan yang berbeda-beda (Masturoh & Anggita T, 2018) tingkat pengetahuan dibagi menjadi 6, yaitu:

a. Tahu (know)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya yang dimana termasuk kedalam pengetahuan dengan mengingat kembali terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang telah dipelajari.

b. Memahami (comprehension)

Seseorang yang memahami suatu objek harus dapat menginterpretasikan secara tepat mengenai materi yang diketahui tersebut dan harus dapat menjelaskan, menyebutkan ataupun menyimpulkan terhadap objek yang dipelajari.

c. Penerapan (application)

Sebuah prinsip yang digunakan seseorang setelah memahami suatu objek dan dapat menerapkan atau menggunakan prinsip yang diketahui itu dalam situasi lain dikenal sebagai penerapan tingkat pengetahuan.

d. Analisis (analysis)

Analisis yaitu kemampuan seseorang untuk menjelaskan atau memisahkan suatu masalah kemudian mencari hubungan dari komponen-komponen tersebut dalam suatu objek yang diketahui.

e. Sintesis (synthesis)

Sintesis yaitu kemampuan seseorang untuk merangkum satu hubungan secara logis dari komponen-komponen pengetahuan yang telah diketahui.

f. Evaluasi (Evaluation)

Evaluasi adalah kemampuan seseorang untuk mengevaluasi objek tertentu.

4. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Faktor- faktor yang mempengaruhi pengetahuan (Notoatmodjo, 2018) diantaranya yaitu:

a. Pendidikan

Pendidikan mempengaruhi pengetahuan yang dimiliki seseorang, karena melalui adanya pendidikan seseorang dapat mengembangkan keterampilan dan kepribadiannya.

b. Media massa

Media massa berfungsi sebagai sarana komunikasi, berbagai bentuk media massa tentunya memiliki pengaruh yang besar terhadap pembentukan keyakinan dan opini.

c. Ekonomi dan sosial budaya

Kebiasaan dan adat mempengaruhi pengetahuan seseorang, karena suatu kebiasaan yang dipraktikkan bertindak tanpa pemikiran.

d. Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang berada disekitar kita baik lingkungan biologis, fisik, dan sosial.

e. Pengalaman

Pengalaman adalah cara memperoleh pengetahuan yang benar dengan cara mengulang- ulang pengetahuan yang diperoleh sebagai hasil pemecahan masalah di masa lalu.

f. Usia

Semakin tua usia, semakin banyak pengalaman dan pengetahuan yang akan diperoleh untuk meningkatkan kematangan mental dan intelektual. Usia seseorang yang semakin dewasa mempengaruhi kemampuannya dalam berpikir dan menerima informasi yang semakin lebih baik dibandingkan saat masih muda.

g. Pekerjaan

Pekerjaan seseorang sangat berpengaruh terhadap proses mengakses informasi terhadap suatu objek.

5. Pengukuran Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2018), pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan cara membagikan kuisioner yaitu menanyakan materi yang akan diukur kepada responden atau juga melalui wawancara langsung dengan objek penelitian. Cara mengukur tingkat pengetahuan yaitu dengan memberikan responden sebuah pertanyaan, membuat penilaian nilai 1 untuk jawaban yang benar dan 0 untuk jawaban yang salah berdasarkan kategori baik, cukup, dan kurang yang dapat dibagi menjadi kategori:

- a. Kurang ($\leq 55\%$)
- b. Cukup (56%-75%)
- c. Baik (76%-100%)

B. Konsep Dasar Pasangan Suami Istri

1. Pengertian suami istri

Suami istri adalah pasangan dalam keluarga, pasangan yang saling menjaga dan dapat membangun keluarga. Suami adalah pasangan hidup istri, yaitu (ayah

dari anak) suami memikul tanggung jawab yang besar dalam keluarga, tidak hanya sebagai pencari nafkah keluarga tetapi juga sebagai motivator dan suami juga memiliki peran penting dalam berbagai kegiatan. Perempuan yang sudah menikah juga biasa disebut sebagai ibu sedangkan perempuan yang belum menikah atau yang berusia 16- 21 tahun disebut gadis (Sapitri, 2017).

2. Peran suami istri

Suami istri atau ayah dan ibu adalah orang yang memegang peranan penting dalam membangun keluarga, tugas utama suami adalah mencari nafkah untuk keluarga, sedangkan fokus dan tugas utama dari istri adalah mendukung suami, memberikan ketenangan bagi suami dan juga termasuk dalam pengasuhan anak tentunya untuk memenuhi peran tersebut dibutuhkan pengetahuan, keluarga, pendidikan, tumbuh kembang anak yang baik, serta kematangan intelektual dan emosional. Persiapan pekerjaan atau penghasilan, rumah tempat tinggal dan jika mampu membeli kendaraan (Yani, 2018). Pentingnya peran ayah dan ibu dalam keluarga yang intim sangat berpengaruh dalam perkembangan anak. Keluarga yang harmonis ditandai dengan adanya hubungan yang sehat antar anggota keluarga, sehingga dapat menjadi sumber hiburan, inspirasi, dorongan dan perlindungan bagi setiap anggota keluarga.

C. Konsep Dasar Postpartum atau Masa Nifas

1. Pengertian Postpartum

Postpartum atau masa nifas adalah masa yang dimulai setelah lahirnya plasenta dan berakhir ketika organ kandungan ibu kembali dalam keadaan sebelum hamil, masa ini berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari. Selama pemulihan, ibu akan mengalami banyak perubahan psikologis dan menimbulkan banyak

ketidaknyamanan di awal *Postpartum blues (baby blues)*, yang tidak menutup kemungkinan menjadi patologis jika tidak diikuti dengan perawatan yang baik (Yuliana & Hakim, 2020).

2. Tahapan postpartum

Menurut Wulandari (2020), postpartum di bagi dalam 3 periode yaitu:

- a. Periode *Immediate Puerperium*, yaitu waktu (0-24 jam) masa setelah plasenta lahir sampai dengan 24 jam. Selama tahap ini, bidan harus dengan teratur memeriksa kontraksi rahim, keputihan, tekanan darah, dan suhu serta ibu juga diperbolehkan berdiri atau bergerak.
- b. Periode *Early Puerperium* (24 jam-1 minggu) pada periode ini adalah tahap pemulihan pasca persalinan, pemulihan penuh organ reproduksi ibu membutuhkan waktu sekitar 6 minggu.
- c. Periode *Late Puerperium* (1 minggu-6 minggu) pada periode ini bidan melanjutkan perawatan harian dan pemeriksaan sehari-hari serta konseling KB.

3. Proses Adaptasi Psikologis

Menurut Rini & Kumala (2017), ada 3 tahap penyesuaian psikologis ibu dalam postpartum, yaitu:

a. Fase *Taking In*

Fase *taking in* yaitu, periode ketergantungan. Periode ini berlangsung dari hari pertama hingga hari kedua setelah bayi lahir pada tahap ini fokus utama ibu adalah pada dirinya sendiri. Ibu menceritakan proses persalinan yang dialaminya dari awal hingga akhir, selama fase ini tenaga kesehatan harus menggunakan pendekatan agar ibu dapat melewati fase ini dengan baik.

b. Fase *Taking Hold*

Fase ini berlangsung 2-7 hari setelah lahir dalam fase ini sang ibu mengkhawatirkan kemampuannya untuk menjadi orang tua yang sukses dan meningkatkan tanggung jawab terhadap bayi. Ibu berfokus pada pengendalian fungsi tubuh, serta kekuatan dan daya tahan fisik. Ibu berusaha menguasai keterampilan merawat bayi seperti menggendong, memandikan, mengganti pakaian dan lain sebagainya. Tahapan ini merupakan waktu yang tepat bagi bidan untuk memberikan bimbingan cara merawat bayi, namun sebaiknya selalu diperhatikan teknik bimbingannya agar tidak membuat ibu kesal dan tidak nyaman karena ia sangat sensitif.

c. Fase *Letting Go*

Fase ini juga dikenal sebagai waktu saling ketergantungan, fase ini biasanya terjadi setelah ibu baru kembali ke rumah untuk menghabiskan waktu bersama keluarga. Ibu bertanggung jawab atas perawatan bayi yang baru lahir penyesuaian ini dilakukan dalam hubungan keluarga untuk mengobservasi bayi. Ibu harus menyesuaikan diri dengan penurunan kemandirian dan terutama interaksi sosial.

D. Konsep Dasar *Postpartum Blues (Baby blues)*

1. Pengertian *postpartum blues (baby blues)*

Postpartum blues (baby blues) adalah timbulnya depresi ringan yang dialami oleh sebagian besar ibu ditandai dengan kesedihan atau mood pasca melahirkan yang ibu rasakan terhadap bayinya yang disebabkan oleh perubahan perasaan alami seorang ibu sehingga sulit menerima kondisi bayinya perubahan perasaan ini merupakan reaksi wajar terhadap kelelahan. *Postpartum blues (baby blues)*, terjadi

pada masa nifas yang biasanya muncul pada tiga hari sampai tiga belas hari pertama dan puncaknya pada tiga hari sampai lima hari pertama (Qifitiah, 2018).

2. Faktor penyebab *postpartum blues* (*baby blues*)

Penyebab terjadinya *postpartum blues* (*baby blues*) belum diketahui pasti, tetapi beberapa peneliti mengungkap faktor- faktor yang berperan dalam terjadinya *postpartum blues* (*baby blues*), yaitu:

a. Faktor biologis

Salah satu penyebab dari munculnya *postpartum blues* (*baby blues*) ini adalah dari dalam diri seseorang yaitu hormon ketika kadar hormone estrogen dan progesteron meningkat pada seorang perempuan hamil, setelah proses persalinan kadar estrogen dan progesterone akan menurun ke tingkat sebelum hamil (Saraswati, 2018).

b. Faktor demografi (usia dan paritas)

Usia ibu mempengaruhi kematangan emosi, fisik dan mental sehingga menyebabkan terjadinya *baby blues* (Tyarini & Resmi, 2020). Usia diatas 20 tahun adalah usia yang aman untuk menjalani masa kehamilan dan persalinan karena dalam fase ini seorang ibu telah siap secara fisik, emosional, psikologi, social, maupun dalam ekonomi sedangkan paritas juga mempunyai peran dalam terjadinya *baby blues* karena ibu yang pertama kali melahirkan memiliki stressor yang lebih tinggi dibanding ibu yang sudah pernah menjalani fase persalinan.

c. Faktor psikologis (dukungan keluarga)

Menurut Prasetyaningrum (2017), dukungan sosial dari keluarga sangat berpengaruh penting bagi psikologis seorang ibu untuk menjalani kesehariannya

dan juga kesulitan ekonomi dari keluarga juga sangat berpengaruh terhadap kejadian *baby blues*.

d. Faktor social

1) Tingkat pendidikan

Tingkat Pendidikan mempengaruhi cara berpikir seseorang dan bagaimana dia memandang sebuah situasi termasuk *baby blues*.

2) Status perkawinan (keluarga).

3) Kondisi sosial ekonomi

Status ekonomi keluarga dapat mempengaruhi stress. Ibu postpartum dengan status ekonomi rendah memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan mentalnya.

4) Kenyataan persalinan yang tidak sesuai dengan harapan

Ketika bayi yang dilahirkan tidak sesuai yang diharapkan seperti jenis kelamin, bawaan bayi, cacat dari lahir, atau kesehatan yang buruk juga mempengaruhi kondisi mental ibu (Oktiriani, 2017).

5) Ketidaksiapan ibu

Penyebab yang sangat signifikan terhadap penyebab terjadinya *baby blues* yaitu karena ketika seorang ibu merasa siap untuk kehamilan yang tidak direncanakan, dan nantinya akan mempengaruhi keadaan mental ibu setelah melahirkan karena meningkatkan kesiapan ibu untuk mengasuh bayinya (Susanti & Sulistiyanti, 2018).

3. Gejala *postpartum blues* (*baby blues*)

Menurut Kemenkes RI (2018), gejala *postpartum blues* (*baby blues*) ditandai dengan ketidakstabilan emosi yang bersifat sementara seperti, adanya kesedihan,

mudah menangis, mudah tersinggung, sering cemas, perasaan yang tidak stabil, suka menyalahkan diri sendiri, kurang percaya diri, tidak berdaya, menangis, serta takut yang berlebihan. Tanda- tanda fisiologis yang muncul adalah anoreksia, mengalami gangguan tidur, mengalami peningkatan serta penurunan berat badan yang tidak menentu dan peningkatan kelelahan (Adila et al., 2019).

4. Dampak *postpartum blues* (*baby blues*)

Ibu dengan gangguan pasca melahirkan dapat berdampak buruk pada bayinya. Ibu tidak mampu merawat bayinya dengan optimal karena merasa tidak mampu sehingga akan menghindar dari tanggung jawab sebagai seorang ibu akibatnya kebersihan dan kesehatan bayinya pun menjadi kurang optimal serta tidak ada antusias menyusui bayinya sehingga pertumbuhan dan perkembangan bayinya tidak seperti bayi yang ibunya sehat, akibat lainnya adalah hubungan antara ibu dan bayi juga kurang optimal sedangkan bayi sangat senang berkomunikasi dengan ibunya, komunikasi ini dilakukannya dengan cara atau dalam bentuk yang bermacam-macam yaitu misalnya senyuman, kontak mata, celoteh, menangis, dan mengubah gerak tubuh yang berubah-ubah. Salah satu yang menyebabkan bayi sering menangis yaitu jumlah ASI ibu sedikit atau tidak keluar sama sekali kondisi inipun yang menyebabkan ibu merasa cemas dan takut tidak dapat menyusui anaknya. Semua itu perlu ditanggapi dengan respon yang optimal, namun bila tidak terpenuhi bayi akan kecewa, sedih atau bahkan frustrasi peristiwa semacam ini menyebabkan kurang optimal dalam perkembangannya bayi (Tyarini & Resmi, 2020).

5. Pencegahan *postpartum blues* (*baby blues*)

Berdasarkan dampak yang terjadi pada ibu yang mengalami *baby blues* dapat dilakukan pencegahan (Ovestiani, 2021), yaitu sebagai berikut:

a. Istirahat yang cukup

Ibu postpartum perlu untuk istirahat yang cukup, karena istirahat mampu meredakan stress yang dirasakan selain itu juga dapat membuat tubuh dan pikiran lebih rileks.

b. Menceritakan kondisi yang dialami pada orang terdekat

Mengutarakan apa yang sedang dialami atau dirasakan akan membuat ibu postpartum tidak merasa sendirian dan dapat meringankan beban yang dirasakan.

c. Tidak menyendiri

Berkumpul dengan orang-orang terdekat akan membantu ibu untuk mengalihkan pikiran.

d. Mengurangi melakukan pekerjaan rumah yang berat atau lakukan aktivitas sesuai kemampuan.

e. Melakukan olahraga ringan atau melakukan kegiatan lainnya.