

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Kehamilan Trimester II

1. Pengertian

Kehamilan trimester II sering dikenal sebagai periode kesehatan yang baik yakni periode wanita merasa nyaman dan bebas dari segala ketidaknyamanan yang normal dialami saat hamil. Trimester II terbagi menjadi dua fase yaitu pra *Quickening* (sebelum ada gerakan janin yang dirasakan ibu) dan pasca *Quickening* (setelah ada gerakan janin yang dirasakan ibu) (Yanti, 2023).

2. Perubahan Fisiologis

Selama masa kehamilan trimester II, ibu akan mengalami perubahan fisiologis menurut (Putri dkk., 2022) sebagai berikut :

a. Sistem Reproduksi

Selama trimester II kehamilan, sistem reproduksi mengalami berbagai perubahan yang bertujuan untuk mendukung pertumbuhan janin dan mempersiapkan tubuh ibu menghadapi persalinan. Rahim yang awalnya seukuran buah pir terus membesar hingga mencapai ketinggian di atas pusar pada akhir trimester ini, menyebabkan tekanan terhadap organ-organ di sekitarnya. Serviks juga mulai mengalami pelunakan atau proses *ripening* sebagai persiapan persalinan, meskipun persalinan masih jauh dari waktunya. Selain itu, produksi lendir serviks meningkat dan membentuk sumbat lendir (*mucus plug*) yang berfungsi melindungi rahim dari infeksi. Perubahan hormon kehamilan, terutama estrogen dan progesteron, juga memengaruhi peningkatan aliran darah ke area genital, yang dapat menyebabkan ibu hamil lebih sensitif terhadap rangsangan serta terkadang

mengalami peningkatan keputihan yang normal selama kehamilan. Namun, penting bagi ibu hamil untuk tetap menjaga kebersihan organ reproduksi agar terhindar dari infeksi yang bisa berdampak pada kehamilan.

b. Sistem Pencernaan

Sistem pencernaan juga mengalami berbagai perubahan selama trimester II akibat pengaruh hormon kehamilan dan tekanan rahim yang semakin membesar. Salah satu perubahan yang umum dialami adalah meningkatnya risiko mulas dan refluks asam lambung, yang terjadi akibat pelemahan otot sfingter esofagus bawah akibat hormon progesteron serta tekanan rahim yang mendorong lambung ke atas. Selain itu, pergerakan usus menjadi lebih lambat karena efek relaksan progesteron, yang menyebabkan ibu hamil lebih rentan mengalami sembelit. Meski demikian, pada trimester ini, gejala mual dan muntah yang sering terjadi pada trimester I biasanya mulai berkurang, sehingga nafsu makan ibu hamil meningkat. Perubahan ini memungkinkan ibu hamil untuk mengonsumsi lebih banyak makanan bernutrisi guna mendukung pertumbuhan janin. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk mengatur pola makan dengan konsumsi makanan tinggi serat, banyak minum air putih, serta menghindari makanan yang dapat memicu refluks asam guna menjaga kesehatan sistem pencernaan selama kehamilan.

c. Sistem Kardiovaskular

Selama trimester II kehamilan, sistem kardiovaskular mengalami berbagai adaptasi untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi janin yang terus berkembang. Volume darah meningkat hingga 40-50% lebih banyak dibandingkan sebelum hamil, sehingga jantung harus bekerja lebih keras untuk memompa darah, yang dapat menyebabkan peningkatan denyut jantung atau takikardia fisiologis.

Selain itu, tekanan darah cenderung menurun pada pertengahan trimester II akibat pelebaran pembuluh darah (vasodilatasi) yang dipengaruhi oleh hormon progesteron, meskipun biasanya akan meningkat kembali menjelang trimester III. Perubahan tekanan darah ini dapat menyebabkan ibu hamil merasa pusing atau lemas, terutama jika berdiri terlalu cepat setelah duduk atau berbaring lama. Oleh karena itu, ibu hamil disarankan untuk menjaga keseimbangan aktivitas dan istirahat, mencukupi asupan cairan, serta menghindari posisi tidur terlentang terlalu lama agar tidak menghambat aliran darah ke janin.

d. Sistem Perkemihan

Pada kehamilan trimester II, sistem perkemihan mengalami beberapa perubahan akibat peningkatan volume darah dan tekanan rahim yang membesar terhadap organ sekitarnya. Salah satu perubahan yang terjadi adalah peningkatan filtrasi ginjal akibat peningkatan aliran darah ke ginjal, sehingga produksi urin meningkat. Meskipun frekuensi buang air kecil sedikit berkurang dibandingkan trimester I, ibu hamil tetap lebih sering berkemih dibandingkan sebelum hamil. Selain itu, pengaruh hormon progesteron menyebabkan otot polos pada saluran kemih menjadi lebih relaks, yang dapat memperlambat aliran urin dan meningkatkan risiko infeksi saluran kemih (ISK).

Kondisi ini diperparah dengan tekanan rahim yang membesar pada kandung kemih dan ureter, yang dapat menyebabkan aliran urin menjadi tidak lancar. Oleh karena itu, ibu hamil disarankan untuk menjaga kebersihan area genital, memperbanyak konsumsi air putih, dan tidak menahan buang air kecil guna mencegah infeksi yang dapat berdampak pada kesehatan ibu maupun janin.

e. Sistem Muskuloskeletal

Perubahan sistem muskuloskeletal selama trimester II kehamilan terjadi akibat pertumbuhan rahim yang semakin membesar serta pengaruh hormon relaksin yang berfungsi untuk melonggarkan sendi dan ligamen sebagai persiapan persalinan. Salah satu perubahan yang sering dialami ibu hamil adalah nyeri punggung bawah dan panggul akibat perubahan postur tubuh yang disebabkan oleh pergeseran pusat gravitasi ke depan. Selain itu, pelebaran sendi panggul serta peregangan ligamen di area perut dan panggul dapat menyebabkan rasa tidak nyaman atau nyeri, terutama saat bergerak atau berdiri dalam waktu lama. Beberapa ibu hamil juga mengalami kram kaki akibat peningkatan beban tubuh dan perubahan sirkulasi darah ke ekstremitas bawah. Untuk mengurangi ketidaknyamanan ini, ibu hamil disarankan untuk melakukan peregangan ringan, menjaga postur tubuh yang baik, menggunakan alas kaki yang nyaman, serta menghindari berdiri terlalu lama agar tekanan pada sendi dan otot tidak semakin membebani tubuh.

f. Perubahan Kulit

Sistem kulit juga mengalami perubahan selama trimester II kehamilan yang dipengaruhi oleh peningkatan hormon kehamilan, seperti estrogen, progesteron, dan melanosit-stimulating hormone (MSH). Salah satu perubahan yang umum terjadi adalah hiperpigmentasi, yang ditandai dengan munculnya melasma atau "topeng kehamilan" pada area wajah serta garis nigra, yaitu garis kehitaman yang memanjang dari pusar ke bawah perut. Selain itu, akibat peregangan kulit yang semakin signifikan seiring dengan pertumbuhan janin, sebagian besar ibu hamil mengalami striae gravidarum atau stretch mark di area

perut, paha, dan payudara. Perubahan lainnya yang dapat terjadi adalah peningkatan produksi keringat dan minyak, yang dapat menyebabkan kulit menjadi lebih berminyak atau bahkan munculnya jerawat selama kehamilan. Untuk menjaga kesehatan kulit, ibu hamil disarankan untuk tetap menjaga hidrasi tubuh, menggunakan pelembap untuk mengurangi risiko stretch mark, serta melindungi kulit dari paparan sinar matahari guna mencegah hiperpigmentasi yang lebih parah.

3. Perubahan Psikologi

Pada kehamilan trimester II selain mengalami perubahan fisiologis, ibu hamil trimester II juga mengalami berbagai perubahan psikologis yang dipengaruhi oleh fluktuasi hormon serta proses adaptasi terhadap kehamilan. Pada trimester ini, banyak ibu hamil mulai merasa lebih tenang dibandingkan trimester pertama karena gejala mual dan muntah sudah berkurang, sehingga mereka dapat lebih menikmati kehamilan (Yanti dan Fatmasari, 2023).

Rasa cemas yang sebelumnya muncul akibat ketidakpastian di awal kehamilan mulai berkurang, terutama setelah ibu merasakan pergerakan janin untuk pertama kalinya (*quickening*), yang biasanya terjadi antara minggu ke-18 hingga 22. Momen ini sering kali membawa perasaan bahagia dan ikatan emosional yang lebih kuat antara ibu dan janin. Namun, perubahan psikologis tetap bervariasi pada setiap ibu hamil. Beberapa ibu mulai mengalami kecemasan baru terkait dengan perubahan bentuk tubuh, persiapan persalinan, dan kesiapan menjadi orang tua. Peningkatan hormon kehamilan, seperti estrogen dan progesteron, juga dapat mempengaruhi suasana hati, membuat ibu hamil lebih sensitif dan mudah mengalami perubahan emosi. Dukungan dari pasangan dan lingkungan sekitar sangat penting dalam membantu ibu hamil menghadapi perubahan emosional ini.

Mengikuti kelas ibu hamil juga dapat menjadi salah satu cara untuk meningkatkan rasa percaya diri, memperoleh informasi yang dibutuhkan, serta berinteraksi dengan ibu hamil lain yang mengalami pengalaman serupa, sehingga dapat mengurangi kecemasan dan membangun kesiapan mental menjelang persalinan (Lestari dkk., 2023).

4. Kebutuhan ibu hamil trimester II

Pada trimester II kehamilan, ibu hamil memiliki berbagai kebutuhan yang perlu dipenuhi untuk menjaga kesehatan dirinya dan janin, serta mempersiapkan diri menghadapi persalinan dan masa nifas. Kebutuhan tersebut menurut (Rahmah dkk., 2022) mencakup aspek fisik, emosional, dan edukasi, sebagai berikut :

a. Kebutuhan Nutrisi dan Kesehatan

Kehamilan trimester II adalah periode pertumbuhan janin yang pesat, sehingga ibu hamil memerlukan asupan nutrisi yang cukup. Zat besi penting untuk mencegah anemia, kalsium diperlukan untuk perkembangan tulang janin, protein membantu pembentukan jaringan tubuh bayi, dan serat berguna untuk mencegah sembelit. Selain itu, ibu juga disarankan untuk rutin memeriksakan kehamilan guna memantau perkembangan janin dan mendeteksi dini komplikasi yang mungkin terjadi.

b. Kebutuhan Fisik dan Kenyamanan

Seiring bertambahnya ukuran rahim, ibu hamil mungkin mulai mengalami ketidaknyamanan seperti nyeri punggung, kram kaki, atau sulit tidur. Oleh karena itu, postur tubuh yang baik, olahraga ringan seperti senam hamil atau yoga, serta penggunaan bantal kehamilan dapat membantu meningkatkan kenyamanan. Selain

itu, ibu perlu menjaga hidrasi yang cukup dan mengenakan pakaian yang nyaman agar tidak menghambat sirkulasi darah.

c. Kebutuhan Emosional dan Dukungan Sosial

Kehamilan trimester II sering kali menjadi periode di mana ibu hamil mulai lebih menikmati kehamilan, tetapi juga bisa mengalami kecemasan terkait persiapan persalinan dan tanggung jawab sebagai orang tua. Oleh karena itu, dukungan dari pasangan, keluarga, dan tenaga kesehatan sangat penting untuk membantu ibu merasa lebih tenang. Interaksi dengan ibu hamil lain dalam komunitas atau kelas ibu hamil juga bisa memberikan dukungan emosional yang positif.

d. Kebutuhan Informasi dan Edukasi

Ibu hamil perlu memperoleh informasi yang cukup mengenai kehamilan, terutama terkait tanda bahaya kehamilan, perubahan tubuh, dan persiapan persalinan. Kelas ibu hamil sangat dianjurkan karena dapat memberikan pemahaman mengenai teknik pernapasan saat persalinan, cara merawat bayi baru lahir, serta pentingnya menyusui eksklusif. Edukasi ini membantu ibu merasa lebih siap menghadapi persalinan dan peran sebagai orang tua.

Kelas ibu hamil merupakan salah satu aspek penting dalam memenuhi kebutuhan ibu pada trimester II, karena berperan dalam memberikan edukasi yang komprehensif terkait kehamilan, persiapan persalinan, serta perawatan bayi baru lahir. Dalam kelas ini, ibu hamil memperoleh informasi mengenai perubahan fisiologis yang terjadi selama kehamilan, tanda-tanda bahaya yang perlu diwaspadai, serta kebutuhan nutrisi yang optimal, seperti asupan zat besi dan kalsium untuk mendukung pertumbuhan janin serta kesehatan ibu. Selain itu, kelas

ibu hamil juga memberikan pelatihan mengenai teknik pernapasan, metode relaksasi, serta strategi dalam mengelola nyeri saat persalinan guna meningkatkan kesiapan ibu dalam menghadapi proses kelahiran. Lebih lanjut, aspek pascakelahiran turut menjadi bagian dari materi yang disampaikan, mencakup perawatan bayi baru lahir, teknik menyusui yang tepat, serta pentingnya pemberian ASI eksklusif. Selain sebagai sarana edukasi, kelas ibu hamil juga memiliki peran dalam memberikan dukungan sosial dan emosional bagi ibu hamil, baik dari tenaga kesehatan maupun dari sesama peserta, sehingga dapat membantu mengurangi kecemasan, meningkatkan rasa percaya diri, serta membangun kesiapan mental dalam menjalani kehamilan hingga masa pasca persalinan.

B. Kelas Ibu Hamil

1. Pengertian

Penelitian (Lestari dan Runjati, 2022) program kelas ibu hamil merupakan salah satu upaya yang ditunjukkan dalam upaya mempercepat menurunkan AKI. Masih kurangnya tingkat pengetahuan ibu terutama dalam perawatan kehamilan, persalinan, nifa dan bayi baru lahir. Kelas ibu hamil merupakan sarana untuk belajar bersama tentang kesehatan bagi ibu hamil, dalam bentuk tatap muka dalam kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu mengenai kehamilan, perawatan kehamilan, persalinan, perawatan nifas, perawatan bayi baru lahir, mitos, penyakit menular dan akta kelahiran (Apriliani, 2022).

Program kelas ibu hamil adalah salah satu bentuk pendidikan prenatal yang dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil, terjadi perubahan perilaku positif sehingga ibu memeriksakan kehamilan dan melahirkan ke tenaga kesehatan dengan

demikian akan meningkatkan persalinan ke tenaga kesehatan dan menurunkan angka kematian ibu dan anak (Yorita danYanniarti, 2023).

2. Tujuan kelas ibu hamil

Kelas ibu hamil bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, merubah sikap dan perilaku ibu agar memahami tentang kehamilan, perubahan tubuh dan keluhan selama kehamilan, perawatan kehamilan, persalinan, perawatan nifas, Keluarga berencana (KB) pasca persalinan, perawatan bayi baru lahir. Mitos atau kepercayaan atau adat/istiadat setempat, penyakit menular dan akta kelahiran (Lestari, Runjati, 2022b). Pelaksanaan kelas ibu hamil memiliki fokus tujuan yaitu:

a. Interaksi antar peserta

Terjadinya interaksi dan berbagi pengalaman antara peserta (ibu hamil dengan ibu hamil) dan ibu hamil dengan petugas kesehatan/bidan tentang kehamilan, perubahan tubuh dan keluhan selama kehamilan, perawatan kehamilan, persalinan, perawatan nifas, KB pasca persalinan, perawatan bayi baru lahir, mitos atau kepercayaan adat atau isitiadat setempat, penyakit menular dan akta kelahiran.

b. Meningkatkan pemahaman, sikap, dan perilaku ibu hamil tentang:

- 1) Kehamilan, perubahan tubuh dan keluhan
- 2) Perawatan kehamilan
- 3) Persalinan
- 4) Perawatan nifas
- 5) KB pasca persalinan
- 6) Perawatan bayi baru lahir
- 7) Mitos atau kepercayaan adat/istiadat yang berkaitan dengan kesehatan

8) Penyakit menular

9) Akta kelahiran

3. Sasaran kelas ibu hamil

Peserta kelas ibu hamil sebaiknya untuk ibu hamil pada umur kehamilan 20-32 minggu, karena pada umur kehamilan ini kondisi ibu sudah kuat, tidak takut terjadi keguguran, efektif untuk melakukan senam hamil. Jumlah peserta sebanyak 10 orang setiap kelas. Suami atau keluarga ikut serta minimal satu kali pertemuan, sehingga dapat mengikuti berbagai materi yang penting (Lestari, Runjati, 2022b).

4. Pelaksanaan kelas ibu hamil

Penyelenggaraan kelas ibu hamil dapat dilaksanakan oleh pemerintah, swasta, LSM, dan masyarakat.

a. Fungsi dan peran (Provinsi, Kabupaten, dan Puskesmas)

Pelaksanaan kelas ibu hamil dikembangkan sesuai dengan fungsi dan peran pada masing-masing level, yaitu: Provinsi, Kabupaten, Puskesmas.

1) Provinsi

a) Menyiapkan tenaga terlatih

b) Mendukung pelaksanaan kelas ibu hamil

c) Monitoring dan evaluasi

2) Kabupaten

a) Menyiapkan tenaga fasilitator kelas ibu hamil

b) Bertanggung jawab atas terlaksananya kelas ibu hamil

c) Monitoring dan evaluasi

3) Puskesmas

- a) Kepala Puskesmas sebagai penanggung jawab dan mengkoordinir pelaksanaan kelas ibu hamil di wilayah kerjanya.
- b) Bidan/tenaga kesehatan bertanggung jawab dalam pelaksanaan kelas ibu hamil (identifikasi calon peserta, koordinasi dengan *stakeolder*, fasilitasi pertemuan, *monitoring*, evaluasi dan pelaporan
- b. Fasilitator dan narasumber

Fasilitator kelas ibu hamil adalah bidan atau petugas kesehatan yang telah mendapat pelatihan fasilitator kelas ibu hamil, dan setelah itu diperbolehkan untuk melaksanakan fasilitasi kelas ibu hamil. Dalam pelaksanaan kelas ibu hamil, fasilitator dapat meminta bantuan narasumber untuk menyampaikan materi bidang tertentu.

- c. Sarana dan prasarana

Penelitian (Ayue, 2022) sarana dan prasarana yang diperlukan untuk melaksanakan kelas ibu hamil adalah :

- 1) Ruang belajar untuk kapasitas 10 orang peserta kira-kira ukuran 4 m x 5 m, dengan ventilasi dan pencahayaan yang cukup.
 - 2) Alat tulis menulis .
 - 3) Buku pedoman pelaksanaan kelas ibu hamil.
 - 4) Buku pegangan fasilitator.
 - 5) Alat peraga (KIT KB, food model, boneka).
 - 6) Tikar/karpet (matras).
 - 7) Bantal, kursi.
 - 8) *Compact Disk* aktifitas fisik, senam hamil (jika ada)
5. Susunan kegiatan kelas ibu hamil

a. Pertemuan I

1) Penjelasan umum kelas ibu hamil dan pengenalan peserta

2) Materi kelas ibu hamil meliputi:

a. Pengertian kehamilan

Kehamilan adalah pertumbuhan dan perkembangan janin intra uteri sejak konsepsi dan berakhir pada saat permulaan persalinan. Lama kehamilan berlangsung sampai persalinan aterm adalah 259-293 hari (Kurniasih, 2022a).

b. Tanda kehamilan

Tanda dan gejala kehamilan antara lain :

(1) Tanda tidak pasti kehamilan

Tanda tidak pasti kehamilan adalah adanya terlambat datang bulan, mual muntah, rasa kencang dan rasa sakit pada payudara karena membesar, quickening atau adanya persepsi gerakan janin pertama, sering buang air kecil, konstipasi, ngidam, perubahan pada payudara.

(2) Tanda pasti kehamilan

Terdengar denyut jantung janin, adanya gerakan janin dalam rahim.

c. Ketidaknyamanan yang terjadi pada kehamilan

Ketidaknyamanan yang terjadi pada kehamilan trimester III meliputi sering berkemih, konstipasi, sesak napas, bengkak pada kaki, gangguan tidur, nyeri pinggang. Tidak semua wanita mengalami ketidaknyamanan tersebut, tetapi banyak wanita yang mengalami hal tersebut pada tingkat ringan sampai berat. Cara yang bisa dilakukan untuk meringankan ketidaknyamanan tersebut adalah dengan olahraga, senam hamil, terapi pijat kaki dan rendam kaki dengan air hangat campuran kencur (Lindayani dan Ekajayanti, 2021).

d. Perubahan fisik ibu hamil

Perubahan fisik yang terjadi pada ibu hamil antara lain adanya pembesaran pada perut dan uterus, penambahan berat badan, adanya *stretchmark*, pembengkakan pada kaki, sembelit, varices,

e. Perubahan emosional ibu hamil

Perubahan emosional yang sering terjadi pada hamil trimester II dan III adalah gembira bercampur takut karena kehamilan sudah mendekati persalinan.

f. Pemeriksaan kehamilan

Pemeriksaan ibu hamil dilakukan minimal enam kali selama kehamilan

g. Pertemuan II

1) Review materi pada pertemuan I

2) Tanda-tanda awal persalinan

Penelitian (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019a) tanda-tanda awal persalinan antara lain perut mulas-mulas yang teratur, timbulnya semakin sering dan semakin keras, keluar lendir bercampur darah dari jalan lahir atau keluar cairan ketuban dari jalan lahir, jika muncul salah satu dari tanda di atas suami atau keluarga segera bawa ibu ke fasilitas kesehatan.

3) Proses persalinan

Proses persalinan dimulai dengan mulas secara teratur semakin lama semakin sering, pada kehamilan pertama bayi biasanya lahir setelah 12 jam sejak mulas teratur. Pada kehamilan kedua dan kehamilan berikutnya, biasanya bayi lahir setelah 8 jam sejak mulas teratur. Ibu masih boleh berjalan, makan dan minum. Selama proses melahirkan sebaiknya ibu didampingi suami dan keluarga (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019b).

Penelitian (Prawirohardjo, 2020) tanda dan gejala persalinan antara lain timbulnya kontraksi uterus, penipisan dan pembukaan serviks disertai pengelauran darah.

h. Pertemuan III

1) Review materi pertemuan ke III

2) Tanda-tanda bahaya pada kehamilan

Gerak bayi menurun, keluar cairan ketuban, perdarahan dari jalan lahir.

3) Tanda bahaya pada persalinan

Tanda-tanda bahaya pada masa kehamilan antara lain perdarahan lewat jalan lahir, tali pusar atau tangan bayi keluar dari jalan lahir, ibu mengalami kejang, ibu tidak kuat mengedan, air ketuban keruh dan berbau, ibu gelisah atau mengalami kesakitan yang hebat.

4) Tanda bahaya pada masa nifas

Segera datang ke fasilitas kesehatan jika ibu nifas mengalami perdarahan lewat jalan lahir, keluar cairan berbau dari jalan lahir, bengkak di wajah, tangan dan kaki atau sakit kepala dan kejang-kejang. Demam lebih dari 2hari, payudara bengkak merah disertai sakit, ibu rerlihat sedih murung dan menangis tanpa sebab

i. Pertemuan IV

1) Review materi pada pertemuan ke III

2) Tanda-tanda bayi lahir sehat

Bayi lahir langsung menangis, tubuh bayi kemerahan, bayi bergerak aktif, berat lahir bayi 2500 sampai 4000 gram, bayi menyusu pada payudara dengan kuat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019b).

3) Perawatan bayi baru lahir

a) Pemberian ASI :

ASI yang keluar pertama berwarna kekuningan (kolostrum) mengandung zat kekebalan tubuh, langsung berikan pada bayi jangan dibuang. Berikan ASI saja sampai berusia 6 bulan (ASI eksklusif).

b) Perawatan tali pusat

Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir sebelum dan sesudah melakukan perawatan tali pusat, menjaga agar tali pusat tetap kering dan terkena udara atau dibungkus longgar dengan kain bersih, bersihkan tali pusat jika tercemar dari urine dan kotoran (Armini dkk., 2017).

6. Dampak kelas ibu hamil

a. Kesehatan Fisik

Pada aspek kesehatan fisik, kelas ibu hamil membantu ibu memahami cara menjaga kesehatannya dengan pola makan yang seimbang, aktivitas fisik yang sesuai, serta deteksi dini terhadap risiko kehamilan. Dengan edukasi yang baik, ibu hamil lebih sadar akan pentingnya pemeriksaan antenatal secara rutin dan mampu mengenali tanda-tanda bahaya yang memerlukan perhatian medis segera (Lestari, Runjati and Supriyana, 2022).

b. Psikologis

Pada aspek psikologis, informasi yang diberikan dalam kelas ibu hamil juga membantu mengurangi kecemasan dan ketakutan yang sering dialami ibu hamil, terutama terkait proses persalinan. Dengan memahami tahapan persalinan serta teknik relaksasi yang diajarkan, ibu hamil menjadi lebih siap menghadapi persalinan dengan lebih tenang dan percaya diri. Selain itu, kelas ibu hamil juga menjadi wadah bagi ibu untuk berbagi pengalaman dengan sesama peserta serta

mendapatkan dukungan emosional yang dapat meningkatkan kesejahteraan mentalnya (Winarni dkk., 2023).

c. Sosial

Kelas ibu hamil tidak hanya berdampak pada ibu, tetapi juga pada pasangan dan keluarga. Dengan adanya edukasi yang melibatkan suami atau anggota keluarga lainnya, ibu hamil mendapatkan dukungan yang lebih optimal dalam menjaga kesehatannya dan mempersiapkan kelahiran. Selain itu, pemahaman yang lebih baik mengenai perawatan bayi baru lahir, pentingnya pemberian ASI eksklusif, serta imunisasi juga membantu ibu dalam mengasuh anak secara lebih optimal (Winarni dkk., 2023).

d. Pengetahuan dan Edukasi

Kelas ibu hamil memiliki dampak yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai kehamilan, persiapan persalinan, dan perawatan bayi baru lahir. Melalui kelas ini, ibu hamil memperoleh informasi yang lebih terstruktur dan berbasis bukti ilmiah mengenai perubahan fisiologis selama kehamilan, kebutuhan nutrisi yang tepat, tanda bahaya kehamilan, serta teknik menghadapi persalinan dengan lebih tenang dan percaya diri. Peningkatan pengetahuan ini berdampak pada kemampuan ibu dalam mengambil keputusan yang lebih baik terkait kesehatannya serta kesehatan janin, sehingga dapat mengurangi risiko komplikasi kehamilan dan persalinan (Lestari dkk., 2022).

C. Pengetahuan

1. Pengertian

Secara etimologis pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui (Waridah, 2017). Pengetahuan juga berarti hasil dari aktifitas mengetahui, yaitu

tersikapnya suatu kenyataan ke dalam jiwa hingga tidak ada keraguan. Ketidakraguan merupakan syarat mutlak bagi jiwa untuk dikatakan mengetahui (Indarsita et al, 2018). Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, penciuman, pendengaran, raba, rasa (Kurniasih, 2022b).

2. Tingkatan pengetahuan

Penelitian Notoatmojo (2012) dalam (Kurniasih, 2022) pengetahuan mencakup domain kognitif yang mempunyai enam arah atau tingkatan yaitu :

a. Tahu (*Know*).

Mengingat suatu materi atau objek yang telah dipelajari sebelumnya. Tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, mendefinisikan, menyatakan.

b. Memahami (*Comprehension*).

Suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan menginterpretasikan materi tersebut.

c. Aplikasi (*Aplication*).

Kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada kondisi yang riil

d. Analisis (*Analysis*).

Suatu kemampuan menyebarkan materi ke dalam suatu komponen tetapi masih dalam satu organisasi yang ada kaitannya satu sama lain.

e. Sintesis (*Synthesis*).

Sintesis menunjukkan kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk Menyusun formulasi yang baru dari formulasi yang lama

f. Evaluasi (*Evaluation*).

Kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek penelitian itu berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Penelitian Ayu, (2022) beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang adalah :

a. Pendidikan

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dari proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan dirinya untuk memiliki karakter spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan dirinya.

b. Umur

Umur mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin bertambah pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin baik. Menurut Nursalam (2018) dalam Kurniasih, (2022) semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan seseorang bertambah dalam berpikir dan bekerja hal ini akibat dari pengalaman dan kematangan jiwa seseorang.

c. Pekerjaan

Pekerjaan merupakan suatu aktifitas atau kegiatan seseorang untuk memperoleh penghasilan guna memenuhi kebutuhan sehari-harinya. Pekerjaan merupakan faktor yang mempengaruhi pengetahuan. Ditinjau dari jenis pekerjaan yang sering berinteraksi dengan banyak orang lebih banyak pengetahuannya dibandingkan dengan orang yang interaksinya kurang.

d. Pengalaman

Sesuatu yang pernah dialami seseorang akan menambah pengetahuan tentang sesuatu yang bersifat informal.

e. Sosial ekonomi

Tingkat kemampuan seseorang untuk memenuhi kebutuhan hidup. Status ekonomi seseorang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang karena yang memiliki status ekonomi dibawah rata-rata maka seseorang tersebut akan sulit untuk memenuhi fasilitas yang diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan.

f. Informasi

Seseorang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas.

4. Cara memperoleh pengetahuan

Hasil penelitian Bororoh dkk., 2017 cara memperoleh pengetahuan yaitu :

a. Cara tradisional

Cara tradisional ini dpergunakan untuk memperoleh kebenaran pengetahuan, sebelum ditemukan metode penemuan secara sistematis dan logis.

Cara penemuan pengetahuan pada periode ini antara lain :

1) Cara coba salah (*trial and error*)

Cara yang paling tradisional yang dipakai oleh manusia untuk memperoleh pengetahuan adalah cara coba-coba.

2) Cara kekuasaan atau otoritas

Pengetahuan diperoleh berdasarkan otoritas atau kekuasaan, baik tradisi, otoritas pemerintah, otoritas pemimpin agama, maupun ahli ilmu pengetahuan.

3) Berdasarkan pengalaman pribadi

Hal ini dilakukan dengan cara mengulang pengalaman yang diperoleh dalam memecahkan masalah.

4) Melalui jalan pikiran

Sejalan perkembangan kebudayaan, cara manusia berpikir pun berkembang. Dari sini manusia mampu menggunakan penalarannya dalam memperoleh pengetahuan.

b. Cara modern

Cara memperoleh pengetahuan lebih sistematis, logis, dan ilmiah.

5. Pengukuran pengetahuan

Penelitian Nursalam yang dikutip dalam Tarigan, (2022) mengemukakan bahwa pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan cara wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang akan diukur dari subjek penelitian atau responden. Kedalaman pengetahuan yang ingin kita ketahui atau kita ukur dapat disesuaikan dengan tingkatan pengetahuan. Tingkat pengetahuan kurang apabila skor <56%

Pengetahuan ibu hamil tentang kehamilan sangat dipengaruhi oleh informasi yang diperolehnya. Kelas ibu hamil merupakan sarana untuk memperoleh informasi terkait kehamilan.