

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kehamilan

1. Pengertian

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang dimulai sejak terjadi konsepsi (pembuahan) hingga kelahiran bayi. Dalam proses ini, tubuh wanita mengalami berbagai perubahan biologis, fisiologis, dan psikologis sebagai bentuk adaptasi terhadap keberadaan janin dalam rahim. Kehamilan umumnya berlangsung selama kurang lebih 40 minggu atau sekitar 9 bulan, yang dihitung sejak hari pertama haid terakhir (HPHT). Periode ini terbagi menjadi tiga trimester, yang masing-masing memiliki karakteristik dan risiko kesehatan tersendiri (Cunningham et al., 2018).

Menurut Prawirohardjo (2014), kehamilan adalah suatu keadaan yang dimulai dari konsepsi hingga lahirnya janin. Proses kehamilan melibatkan perubahan besar dalam sistem reproduksi dan berbagai organ tubuh ibu, termasuk sistem endokrin, kardiovaskular, pernapasan, dan pencernaan. Perubahan ini penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin secara optimal.

2. Tahapan kehamilan

Pada trimester pertama (minggu ke-1 hingga ke-12), terjadi proses organogenesis atau pembentukan organ-organ vital janin. Gejala umum yang sering dialami ibu hamil pada fase ini adalah mual, muntah, mudah lelah, dan perubahan suasana hati akibat peningkatan hormon, seperti estrogen, progesteron, dan hCG (human chorionic gonadotropin) (Guyton & Hall, 2016). Trimester kedua (minggu ke-13 hingga ke-27) ditandai dengan pertumbuhan janin yang lebih stabil, munculnya gerakan janin, dan mulai berkurangnya gejala mual. Sedangkan trimester ketiga (minggu ke-28 hingga ke-40) merupakan masa persiapan menuju persalinan, di mana berat badan janin bertambah secara signifikan dan ibu mulai merasakan kontraksi ringan (Cunningham et al., 2018).

3. Faktor yang Mempengaruhi Kehamilan

Kesehatan ibu selama masa kehamilan sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor-faktor tersebut meliputi usia ibu, status gizi, kondisi psikologis, riwayat penyakit kronis, serta akses terhadap pelayanan kesehatan yang berkualitas. Selain itu, faktor sosial seperti dukungan keluarga, pengetahuan ibu tentang kehamilan, dan lingkungan tempat tinggal juga memainkan peran penting dalam menentukan kualitas kehamilan (Kemenkes RI., 2021).

Kehamilan pada usia yang terlalu muda (di bawah 20 tahun) maupun terlalu tua (di atas 35 tahun) berisiko menimbulkan komplikasi seperti preeklampsia, kelahiran prematur, dan bayi berat lahir rendah. Status gizi yang buruk juga dapat meningkatkan risiko anemia pada ibu dan stunting pada anak. Oleh karena itu, intervensi kesehatan selama masa kehamilan menjadi sangat penting untuk menjamin kesehatan ibu dan janin.

4. Pentingnya Pemeriksaan Antenatal (ANC)

Pemeriksaan kehamilan atau antenatal care (ANC) merupakan salah satu upaya penting dalam pelayanan kesehatan ibu hamil. ANC bertujuan untuk memantau kondisi kesehatan ibu dan janin, mendeteksi risiko komplikasi sejak dini, memberikan edukasi tentang kehamilan dan persiapan persalinan, serta memberikan imunisasi dan suplemen yang dibutuhkan.

Kunjungan ini mencakup pemeriksaan fisik, laboratorium, konseling gizi, pemberian suplemen zat besi dan asam folat, serta pemantauan tumbuh kembang janin. Dengan pemeriksaan yang rutin, berbagai masalah kehamilan dapat dideteksi lebih awal dan ditangani secara tepat, sehingga dapat menurunkan angka kematian ibu dan bayi.

B. Media Sosial

1. Pengertian Media Sosial

Media sosial adalah platform digital yang memungkinkan pengguna untuk membuat, berbagi, dan bertukar informasi serta konten dalam komunitas virtual. Menurut Kaplan dan Haenlein (2010), media sosial merupakan “sebuah kelompok aplikasi berbasis internet yang dibangun atas dasar ideologi dan teknologi Web 2.0,

yang memungkinkan penciptaan dan pertukaran konten yang dihasilkan oleh pengguna.”

Sedangkan menurut Boyd dan Ellison (2007), media sosial adalah layanan berbasis web yang memungkinkan individu untuk (1) membangun profil publik atau semi-publik dalam sistem terbatas, (2) membuat daftar pengguna lain yang mereka hubungkan, dan (3) melihat serta menelusuri daftar koneksi mereka dan orang lain dalam sistem tersebut.

2. Jenis-Jenis Media Sosial

Kaplan dan Haenlein (2010) mengklasifikasikan media sosial ke dalam beberapa kategori, yaitu:

- a. *Collaborative Projects* (contohnya: Wikipedia),
- b. *Blogs dan Microblogs* (contohnya: WordPress, Twitter/X),
- c. *Content Communities* (contohnya: YouTube, Pinterest),
- d. *Social Networking Sites* (contohnya: Facebook, Instagram),
- e. *Virtual Game Worlds* dan *Virtual Social Worlds* (contohnya: Second Life, Fortnite).

3. Fungsi Media Sosial

Berikut ini merupakan fungsi media sosial, antara lain:

a. Fungsi komunikasi

Media sosial memungkinkan komunikasi dua arah secara real-time, baik secara individu maupun kelompok, tanpa batasan waktu dan tempat. Kaplan dan Haenlein (2010) menyebut media sosial sebagai sarana komunikasi interaktif yang mampu menciptakan dialog antara pengguna dalam berbagai konteks.

b. Fungsi informasi

Pengguna dapat memperoleh berbagai informasi terkini, mulai dari berita, hiburan, hingga edukasi, secara cepat dan luas. Banyak organisasi, media, dan institusi pemerintah menggunakan media sosial untuk menyampaikan informasi resmi. McQuail (2010) dalam teorinya tentang fungsi media massa, menyebutkan bahwa salah satu fungsi utama media adalah menyediakan informasi bagi publik

c. Fungsi ekspresi diri (*Self Expression*)

Media sosial menjadi sarana bagi individu untuk menampilkan identitas, opini, minat, dan aktivitas mereka. Ini terkait erat dengan pencitraan diri atau *self-presentation*. Goffman (1959) dalam *The Presentation of Self in Everyday Life* menjelaskan bahwa media menjadi “panggung” di mana individu menampilkan versi diri yang diinginkan.

d. Fungsi jaringan sosial (*Networking*)

Media sosial memudahkan pengguna untuk membangun dan memelihara hubungan sosial, baik dengan teman lama, keluarga, kolega, maupun orang asing dengan minat serupa. Boyd dan Ellison (2007) menjelaskan bahwa inti dari media sosial adalah kemampuan untuk membangun dan memelihara hubungan sosial melalui platform digital.

e. Fungsi hiburan

Media sosial menyediakan berbagai konten yang bersifat menghibur, seperti video lucu, musik, game, meme, dan sebagainya.

f. Fungsi pemasaran dan bisnis

Media sosial digunakan oleh pelaku usaha untuk promosi, branding, pemasaran produk, dan membangun hubungan dengan pelanggan (*customer engagement*)

4. Dampak media sosial di bidang kesehatan

Berikut ini akan dijelaskan tentang dampak positif dan negatif media sosial di bidang kesehatan (Chou et al., 2009; Ventola, 2014), antara lain:

a. Dampak positif

1) Penyebaran informasi kesehatan yang cepat dan luas

Media sosial memungkinkan penyebaran edukasi kesehatan secara real time

2) Peningkatan literasi kesehatan masyarakat

Akun-akun profesional kesehatan membagikan konten edukatif yang membantu masyarakat memahami isu kesehatan, gejala penyakit, dan cara pencegahannya.

3) Sarana dukungan psikososial dan komunitas

Pasien atau penyintas penyakit tertentu (misal: kanker, diabetes, gangguan mental) bisa saling berbagi pengalaman dan memberikan dukungan moral.

4) Meningkatkan akses ke layanan kesehatan

Banyak fasilitas kesehatan memanfaatkan media sosial untuk promosi layanan, pendaftaran online, atau konsultasi jarak jauh (telemedicine).

5) Alat pemantauan dan surveilans kesehatan

Peneliti dan otoritas kesehatan menggunakan media sosial untuk memantau tren penyakit atau gejala yang sedang merebak di masyarakat.

b. Dampak negatif

1) Penyebaran informasi kesehatan yang salah (misinformasi/disinformasi)

2) Self diagnosis dan pengobatan mandiri yang keliru

Banyak orang mencoba mendiagnosis diri sendiri berdasarkan informasi dari media sosial tanpa konsultasi dokter, yang bisa membahayakan.

3) Kecemasan dan gangguan mental

Paparan konten negatif, tekanan sosial, dan perbandingan diri dengan orang lain dapat memicu stres, depresi, dan body image issue

4) Privasi data kesehatan terancam

Penggunaan media sosial untuk curhat soal kesehatan pribadi berisiko menimbulkan pelanggaran privasi jika tidak dijaga dengan baik.

5) Komersialisasi produk kesehatan yang tidak terbukti secara ilmiah

Influencer atau oknum bisa mempromosikan produk-produk "kesehatan" tanpa dasar ilmiah, yang bisa membahayakan konsumen.

5. Pengukuran aktivitas bermedia sosial

George et al. (2023) melakukan studi pada wanita kulit hitam untuk mengidentifikasi penggunaan media sosial yang dikaitkan dengan literasi kesehatan dan literasi kesehatan digital. Terkait dengan sosial media, penelitian ini mengukur dengan 4 indikator, yaitu: a) aktivitas media sosial untuk mengetahui platform yang paling sering digunakan, seberapa sering menggunakan media sosial untuk mencari informasi terkait kehamilan, dan seberapa bergunanya informasi yang didapatkan dari media sosial; b) penggunaan media sosial untuk mengetahui tujuan ibu menggunakan media sosial; 3) penggunaan sosial media sebagai dukungan untuk mengetahui apakah penggunaan media sosial untuk mendapat atau memberi dukungan, dan 4) berbagi informasi dari media sosial untuk mengetahui seberapa sering ibu

mendiskusikan informasi yang didapat dari media sosial dengan provider, teman atau keluarga.

C. Literasi

1. Pengertian Literasi

Secara umum, literasi adalah kemampuan individu untuk memahami, menggunakan, mengevaluasi, dan merefleksikan berbagai jenis teks guna mencapai tujuan pribadi, mengembangkan pengetahuan, dan berpartisipasi secara aktif dalam masyarakat (OECD, 2019).

Menurut UNESCO (2006), literasi tidak hanya terbatas pada kemampuan membaca dan menulis, tetapi mencakup keterampilan berpikir kritis, kemampuan numerasi, serta memahami informasi dalam berbagai bentuk, termasuk digital.

Literasi kesehatan (*health literacy*) adalah kemampuan individu untuk memperoleh, memahami, mengevaluasi, dan menggunakan informasi kesehatan untuk membuat keputusan yang tepat terkait kesehatan diri dan lingkungannya.

Menurut Nutbeam (2000), literasi kesehatan adalah "kognitif dan sosial keterampilan yang menentukan motivasi dan kemampuan individu untuk mengakses, memahami, dan menggunakan informasi dalam cara yang mendorong dan mempertahankan kesehatan yang baik." Sementara menurut WHO (2013), literasi kesehatan adalah "derajat kemampuan individu dalam memperoleh, memproses, dan memahami informasi dasar kesehatan serta layanan yang dibutuhkan untuk membuat keputusan kesehatan yang tepat."

2. Dimensi Literasi Kesehatan

Nutbeam (2000) mengklasifikasikan literasi kesehatan dalam tiga tingkat:

a. *Functional Health Literacy*

Kemampuan dasar membaca dan menulis untuk memahami informasi kesehatan (misalnya label obat, brosur rumah sakit).

b. *Communicative/Interactive Health Literacy*

Kemampuan untuk mengekstrak informasi dan menerapkannya pada situasi yang berubah. Ini mencakup keterampilan untuk berkomunikasi secara efektif dengan tenaga medis.

c. *Critical Health Literacy*

Kemampuan untuk menganalisis informasi secara kritis dan mengontrol faktor sosial penentu kesehatan. Individu dengan literasi ini mampu membuat keputusan kesehatan secara independen dan aktif.

3. Pentingnya Literasi Kesehatan

Literasi kesehatan yang baik memiliki dampak positif terhadap:

- a. Perilaku hidup sehat, seperti kepatuhan terhadap pengobatan, gaya hidup sehat, dan pencegahan penyakit.
- b. Pemanfaatan layanan kesehatan, seperti kunjungan tepat waktu ke fasilitas kesehatan dan kemampuan menavigasi sistem pelayanan.
- c. Hasil kesehatan (*health outcomes*), termasuk kualitas hidup, penurunan angka kesakitan, dan kematian.
- d. Pengambilan keputusan mandiri berdasarkan informasi yang benar, bukan hoaks atau mitos kesehatan.

Individu dengan literasi kesehatan rendah lebih berisiko mengalami kesalahpahaman terhadap instruksi medis, salah penggunaan obat, dan keterlambatan dalam mencari pertolongan medis.

4. Faktor yang Mempengaruhi Literasi Kesehatan

Beberapa faktor yang memengaruhi tingkat literasi kesehatan seseorang antara lain:

- a. Tingkat pendidikan
- b. Kemampuan membaca dan berhitung
- c. Akses terhadap informasi (media, internet)
- d. Budaya dan bahasa
- e. Dukungan sosial dan lingkungan

5. Strategi Peningkatan Literasi Kesehatan

Upaya peningkatan literasi kesehatan dapat dilakukan melalui:

- a. Penyuluhan dan promosi kesehatan berbasis masyarakat
- b. Penggunaan media visual dan digital yang ramah pengguna
- c. Pendidikan kesehatan sejak dini
- d. Pelibatan keluarga dan tokoh masyarakat
- e. Pelatihan tenaga kesehatan dalam komunikasi efektif

6. Literasi kesehatan ibu (*Maternal Health Literacy*)

Menurut Renkert & Nutbeam (2001), literasi kesehatan ibu adalah: "*The*

cognitive and social skills which determine the motivation and ability of women to gain access to, understand and use information in ways which promote and maintain their health and the health of their children."

Artinya, bukan hanya soal bisa membaca, tetapi juga mencakup motivasi, pemahaman, dan keterampilan menggunakan informasi kesehatan untuk merawat kehamilan dan anak.

Komponen akses kesehatan pada ibu hamil antara lain:

a. Akses informasi kesehatan

Mampu mencari dan menemukan informasi (dari media sosial, buku KIA, bidan, dokter, dll).

b. Pemahaman informasi

Mampu memahami informasi tentang nutrisi, tanda bahaya kehamilan, imunisasi, persiapan persalinan, dsb

c. Evaluasi informasi

Dapat membedakan informasi yang benar dan salah (misal: mitos vs fakta kehamilan)

d. Pengambilan keputusan

Mampu menerapkan informasi untuk menjaga kehamilan sehat (misalnya memilih layanan kesehatan, mengikuti anjuran medis).

Alasan mengapa literasi ibu hamil penting, antara lain:

a. Mengurangi risiko kehamilan

Ibu yang memiliki literasi tinggi cenderung lebih cepat mengenali gejala berbahaya dan mencari bantuan

b. Meningkatkan kunjungan ANC

Mereka lebih sadar pentingnya pemeriksaan rutin dan imunisasi seperti TT

c. Mempersiapkan persalinan dan pasca persalinan

Membantu ibu dalam mempersiapkan persalinan aman dan menyusui secara tepat.

d. Mencegah stunting dan gizi buruk

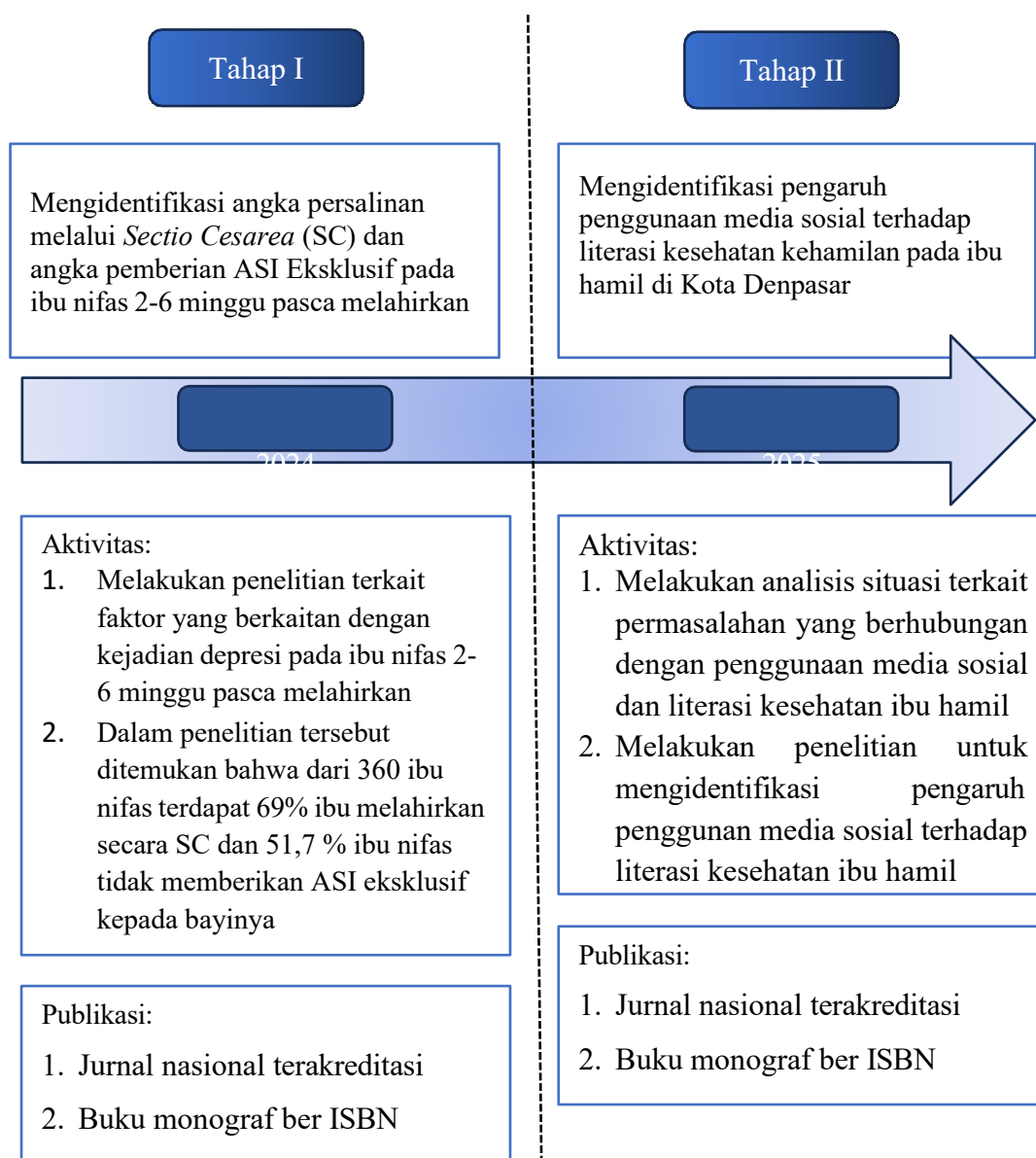
Melalui pemahaman nutrisi dan perilaku sehat selama hamil.

7. Cara mengukur literasi kesehatan pada ibu hamil

Taheri et al. (2020) mengembangkan inventori literasi kesehatan maternal pada masa kehamilan (*Maternal health inventory in pregnancy/MHELIP*). Inventori ini

terdiri dari 48 item pernyataan, dan 4 dimensi yaitu: pengetahuan kesehatan maternal (*Maternal Health Knowledge*), pencarian informasi kesehatan maternal (*Maternal Health Information Search*), asesmen informasi kesehatan maternal (*Maternal Health Information Assessment*), dan perilaku dan pengambilan keputusan kesehatan maternal (*Maternal Health Decision Making and Behaviour*). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa instrumen ini valid dan reliabel.

D. Roadmap Penelitian



Gambar 1. Roadmap Penelitian