BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kekurangan Energi Kronik (KEK)

1. Pengertian Energi Kronik (KEK) Pada Ibu Hamil

Kekurangan Energi Kronis (KEK) adalah salah satu keadaan malnutrisi. Ibu KEK menderita kekurangan makanan yang berlangsung menahun (kronik) yang mengakibatkan timbulnya keadaan malnutrisi atau keadaan patologis akibat secara relatif atau absolut satu atau lebih zat gizi dan gangguan kesehatan pada ibu (Sipahutar, dkk.,2013).

Kekurangan energi kronis yang memiliki dampak buruk terhadap kesehatan ibu dan pertumbuhan perkembangan janin. Ibu hamil dikategorikan KEK jika Lingkar Lengan Atas (LiLA) < 23,5 cm (Muliarini,2015).Masalah gizi pada ibu hamil masih sebagai fokus masalah antara lain Anemia Gizi Besi (AGB) dan Kurang Energy Kronik (KEK). Kekurangan Energi Kronis (KEK) merupakan suatu keadaan dimana status gizi seseorang buruk disebabkan karena kurangnya konsumsi pangan sumber energi yang mengandung zat gizi makro yang berlangsung lama atau menahun (Rahmaniaret al , 2011).

2. Faktor Penyebab Resiko Kurang Energi Kronis KEK

a. Jumlah asupan makanan

Kebutuhan makanan ibu hamil lebih banyak dari pada kebutuhan wanita yang tidak hamil. Kebiasaan makan mempunyai hubungan yang nyata positif dengan status gizi. Hal ini berarti kebiasaan makan lebih baik mempunyai hubungan erat dengan peningkatan status gizi ibu hamil. Terdapat hubungan yang nyata antara tingkat konsumsi protein dan energi dengan status gizi ibu hamil. Hal ini berarti peningkatan konsumsi energi dan protein akan diikuti oleh peningkatan status gizi ibu hamil (Ismail, 2014).

b. Usia ibu hamil terlalu muda atau tua

Usia mempengaruhi status gizi ibu hamil. Seorang ibu yang masih sangat muda, bahkan masih tergolong anak-anak kurang dari 18 tahun masih mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Apabila ia hamil, maka bayi yang dikandungnya akan bersaing dengan si ibu muda untuk mendapatkan zat gizi, karena sama-sama mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Persaingan ini mengakibatkan ibu mengalami kekurangan energi kronis.

Sementara, ibu yang hamil di usia terlalu tua juga membutuhkan energi yang besar untuk menunjang fungsi organnya yang semakin melemah. Dalam hal ini, persaingan untuk mendapatkan energi terjadi lagi. Oleh karena itu, usia kehamilan yang sesuai adalah 20 tahun hingga 34 tahun.

c. Pekerjaan

Pekerjaan adalah sekumpulan kedudukan yang memiliki persamaan kewajiban atau tugas-tugas pokoknya. Dalam arti luas pekerjaan adalah aktivitas utama yang dilakukan oleh manusia. Dalam arti sempit istilah pekerjaan

digunakan untuk suatu tugas atau kerja yang menghasilkan uang bagi seseorang (Budi Santoso, 2012)

Aktivitas fisik mempengaruhi status gizi ibu hamil. Setiap aktivitas membutuhkan energi, jika Ibu melakukan aktivitas fisik yang sangat berat setiap harinya sementara asupan makannya tidak tercukupi maka ibu hamil ini sangat rentan untuk mengalami kekurangan energi kronis.

d. Penyakit/infeksi

Wanita yang mendapat cukup asupan tapi memiliki riwayat menderita sakit pada akhirnya akan menderita gizi kurang. Demikian pula pada wanita yang tidak memperoleh cukup makanan, maka daya tahan tubuhnya akan melemah dan akan mudah terserang penyakit. Penyakit atau gizi buruk merupakan faktor yang dapat memengaruhi kesehatan pada wanita (Supriasa, 2012).

e. Keadaan Sosial Ekonomi

Keadaan sosial ekonomi keluarga akan memberikan kesempatan ibu untuk menyediakan makanan bagi keluarganya .Keadaan sosial yang dapat mempengaruhi status gizi diantaranya jumlah anggota keluarga yang tinggal dalam satu rumah,kepadatan penduduk ,keadaan dapur untuk mengolah makanan ,ketersedian air bersih untuk keperluan rumah tangga .Keadaan ini secara tidak langsung mempengaruhi status gizi terutama ibu hamil. Keadaan ekonomi juga dapat mempengaruhi status gizi,di antaranya pekerjaan ayah,pendapatan per bulan ,harga pangan di pasaran .Ini semua mempengaruhi ketersedian makanan dalam rumah tangga yang mengakibat status gizi anggota keluarga (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016)

f. Paritas

Paritas dimana kehamilan memerlukan tambahan zat gizi untuk meningkatkan jumlah sel darah merah, membentuk sel darah merah, janin dan plasenta, makin sering seorang wanita mengalami kehamilan dan melahirkan akan makin banyak kehilangan cadangan zat gizi tubuh sehingga ibu akan kekurangan zat gizi, dan usia hamil, usia muda perlu tambahan gizi yang banyak karena selain digunakan untuk mendapatkan asupan makanan yang cukup dengan pola gizi yang seimbang karena hal ini penting untuk proses tumbuh kembang janin dan derajat kesehatan ibu (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016).

g. Tingkat Pendidikan

Pendidikan selain merupakan modal utama dan menunjng perekonomian keluarga juga berperan dalam penyusunan makanan untuk rumah tangga.Tingkat pendidikan formal mempunyai peran yang cukup besar dalam menetukan sikap dan perilaku ibu terhadap kegiatan pemilihan makanan (Ismail, 2014).

Tingkat pendidikan berkaitan dengan pengetahuan tentang masalah kesehatan dalam kehamilan yang berpengaruh pada perilaku ibu baik pada diri maupun terhadap perawatan kehamilanya serta pemenuhan gizi saat hamil (Marmi, 2012)

h. Status Gizi Ibu Hamil

Status gizi ibu pada trimester pertama akan sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan embrio pada masa perkembangan dan pembentukan organ – organ tubuh (organogenesis). Pada trimester II dan III kebutuhan janin terhadap zat-zat gizi semakin meningkat dan jika tidak terpenuhi plasenta akan kekurangan zat

makanan sehingga akan mengurangi kemampuannya dan mensintesis zat-zat yang dibutuhkan oleh janin. Untuk mengetahui status gizi ibu hamil tersebut dengan menggunakan beberapa cara antara lain dengan memantau pertambahan berat badan selama hamil, mengukur kadar haemoglobin dan mengukur lingkar lengan atas LILA (Marmi, 2012) dan IMT . Lingkar Lengan Atas (LiLA) adalah pengukuran antropometri yang dapat menggambarkan keadaan status gizi ibu hamil dan untuk mengetahui risiko KEK atau gizi kurang. Kategori KEK adalah LiLA kurang dari 23,5 cm atau dibagian merah pita LiLA (Supariasa, 2013).

Tabel 1

Kategori Ambang Batas IMT untuk Indonesia

KATEGORI	IMT
Kurus Kekurangan berat badan tingkat berat	<17,0
Kekurangan berat badan tingkat ringan	17,0-18,5
Normal	>18,5 – 25,0
Gemuk Kelebihan berat badan tingkat ringan	>25,0 – 27,0
Kelebihan barat badan tingkat berat	>27,0

Sumber : I Dewa Nyoman Supariasa, 2012 : 61

Berat badan yang lebih ataupun kurang dari pada berat badan rata-rata untuk umur tertentu merupakan faktor untuk menentukan jumlah zat makanan yang harus diberikan agar kehamilannya berjalan dengan lancar. Di negara maju pertambahan berat badan selama hamil sekitar 12-14 kg. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam pengukuran LiLA adalah pengukuran dilakukan dibagian tengah antara bahu dan siku lengan kiri.Lengan harus dalam posisi bebas, lengan baju dan otot lengan dalam keadaan tidak tegang atau kencang. Alat pengukur

dalam keadaan baik dalam arti tidak kusut atau sudah dilipat-lipat sehingga permukaannya tidak rata.

3. Cara Penanganan KEK

Kekurangan Energi Kronik (KEK) dapat dicegah dan ditangani melalui berbagai langkah, antara lain:

a. Menganjurkan kepada ibu untuk mengkonsumsi makanan yang berpedoman umum gizi seimbang.
b. Hidup sehat.
c. Tunda kehamilan.
d. Memberikan penyuluhan mengenai gizi seimbang yang diperlukan oleh ibu hamil (Supariasa, 2013).

Masa kehamilan merupakan masa yang sangat menentukan kualitas sumber daya manusia masa depan, karena tumbuh kembang anak sangat ditentukan kondisinya dimasa janin dalam kandungan. Kehamilan menyebabkan meningkatnya metabolisme energi, karena itu kebutuhan energi dan zat gizi lainnya meningkat selama kehamilan. Peningkatan energi dan zat gizi tersebut diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin, petambahan besarnya organ kandungan, perubahan komposisi dan metabolisme tubuh ibu. Kebutuhan energi untuk kehamilan yang normal perlu tambah kira-kira 80.000 kalori selama masa kurang lebih 280 hari. Hal ini berarti perlu tambahan ekstra sebanyak kurang lebih 300 kalori setiap hari selama hamil (Waryono, 2010).

Makan makanan yang bervariasi dan cukup mengandung kalori dan protein termasuk makanan pokok seperti nasi, ubi dan kentang setiap hari dan makanan

yang mengandung protein seperti daging, ikan, telur, kacang-kacangan atau susu sekurang-kurangnya sehari sekali. Bahan gizi utama dan rekomendasi harian dan kebutuhan ibu hamil, yaitu zat-zat gizi penting yang dibutuhkan ibu selama hamil terdiri dari:

1) Energi

Besaran energi yang terasup merupakan faktor gizi paling penting jika dikaitkan dengan berat badan lahir bayi. Banyaknya energi yang harus disiapkan hingga kehamilan berakhir sekitar (dibulatkan) 80.000 kkal perhari (National Academy of Sciences, 1980), atau kira-kira 300 kkal tiap hari di atas kebutuhan wanita tidak hamil. Nilai ini dihitung berdasarkan kesetaraan dengan protein dan lemak yang tertimbun untuk pertumbuhan janin dan keperluan ibu (Arisman, 2010).

Kebutuhan energi pada trimester I sedikit sekali meningkat. Setelah itu, sepanjang trimster II dan III, kebutuhan akan terus membesar sampai pada akhir kehamilan. Energi tambahan selama trimester II diperlukan untuk pemekaran jaringan ibu, yaitu penambahan volume darah, pertumbuhan uterus dan payudara, serta penumpukan lemak. Sepanjang trimester III, energi tambahan dipergunakan untuk pertumbuhan janin dan plasenta. Karena banyaknya perbedaan kebutuhan energi selama hamil, WHO menganjurkan jumlah tambahan sebesar 150 kkal sehari pada trimester I, dan 350 kkal pada trimester II dan III (Arisman, 2010).

2) Protein

Protein merupakan komponen terbesar yang terdapat di dalam tubuh setelah air. Protein sebagai zat pembangun atau pembentuk jaringan baru. kekurangan asupan protein dapat menghambat pertumbuhan janin Dibutuhkan lebih banyak

protein selama kehamilan dibandingkan saat tidak hamil. Hal ini dikarenakan protein diperlukan untuk pertumbuhan jaringan pada janin. Ibu hamil membutuhkan sekitar 75 gram protein setiap harinya, lebih banyak 25 gram dibandingkan wanita yang tidak hamil. Mengkonsumsi makanan berprotein merupakan cara yang efektif untuk menambah kalori sekaligus memenuhi kebutuhan protein. Produk hewani seperti daging, ikan, telur, susu, keju, dan hasil laut merupakan sumber protein. Selain itu protein juga bisa didapat dari tumbuh-tumbuhan seperti kacang-kacangan, tempe, tahu, dan lainnya (Arisman, 2010).

3) Lemak

Lemak merupakan sumber energi terbesar dalam tubuh. Berfungsi sebagai cadangan energi tubuh bagi ibu saat melahirkan, pelarut vitamin A, D, E, K dan asam lemak. Asam lemak omega 3 dan 6 juga diperlukan untuk perkembangan sistem syaraf, fungsi penglihatan dan pertumbuhan otak bayi juga sebagai bantalan bagi organ-organ tertentu seperti biji mata dan ginjal. Konsumsi lemak dianjurkan tidak melebihi 25 kalori dalam porsi makanan sehari-hari dari total kebutuhan energi. Sumber lemak antara lain daging, susu, telur, mentega dan minyak tumbuhan (Arisman, 2010).

4) Zat Besi

Kebutuhan ibu hamil akan Fe terus meningkat (untuk pembentukan plasenta dan sel darah merah) sebesar 200-300%. Perkiraan besaran zat besi yang perlu ditimbun selama hamil adalah 1.040 mg. Dari jumlah ini, 200 mg Fe tertahan oleh tubuh ketika melahirkan dan 840 mg sisanya hilang. Sebanyak 300 mg besi ditransfer ke janin, dengan rincian 50-75 mg untuk pembentukan plasenta, 450 mg untuk menambah jumlah sel darah merah, dan 200 mg lenyap ketika melahirkan.

Jumlah sebanyak ini tidak mungkin tercukupi hanya melalui diet. Karena itu, suplementasi zat besi perlu sekali diberlakukan, bahkan kepada wanita yang berstatus gizi baik (Arisman, 2010).

5) Kalsium

Metabolisme kalsium selama hamil berubah mencolok, meskipun mekanisme keterjadiannya belum sepenuhnya terpahami. Kadar kalsium dalam darah ibu hamil susut sampai 5% ketimbang wanita yang tidak hamil. Secara kumulatif, janin menimbun kalsium sebanyak 30 gr, dengan kecepatan 7, 110, dan 350 mg masing-masing pada trimester I, II, dan III. Asupan anjuran ialah sekitar 1200 mg / hari bagi ibu hamil berumur diatas 25 tahun, dan cukup 800 mg untuk mereka yang berusia lebih muda (Arisman, 2010).

6) Asam Folat

Asam folat merupakan satu-satunya vitamin yang kebutuhannya selama hamil berlipat dua. Sekitar 24-60% wanita, baik di negara sedang berkembang maupun yang telah maju, mengurangi kekurangan asam folat karena kandungan asam folat di dalam makanan mereka sehari-hari tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan ibu hamil.

Preparat suplementasi sebaiknya diberikan sekitar 28 hari setelah ovulasi atau pada 28 hari pertama kehamilan karena otak dan sumsum tulang belakang dibentuk pada minggu pertama kehamilan. Dengan demikian, pemberian suplementasi harus dilaksanakan sebelum konsepsi terjadi. Besarnya suplementasi adalah 280, 660, dan 470 μg per hari, masing-masing pada trimester I, II, III (Arisman, 2010).

7) Kobalamin (Vitamin B12)

Anemia pernisiosa yang disertai dengan rasa letih yang parah merupakan akibat dari defisiensi B12. Vitamin ini sangat penting dalam pembentukan RBC (sel darah merah). Anemia persiniosa biasanya tidak disebabkan oleh kekurangan B12 dalam makanan, melainkan oleh ketiadaan faktor intrinsik, yaitu sekresi gaster, yang diperlukan untuk penyerapan B12. Gejala anemia ini meliputi rasa letih dan lemah yang hebat, diare, depresi, mengantuk, mudah tersinggung dan pucat. Diantara vitamin B kompleks, vitamin B12 memang unik karena sangat jarang didapat dari tanaman, tetapi banyak di dalam daging atau produk olahan dari binatang. Bersama asam folat, vitamin ini menyintesis DNA dan memudahkan pertumbuhan sel (Arisman, 2010).

8) Vitamin D

Kekurangan vitamin D selama hamil dapat menimbulkan gangguan metabolisme kalsium pada ibu dan janin. Gangguan ini berupa hipokalsemia dan tetani pada bayi baru lahir, hipoplasia enamel gigi bayi, dan osteomalasia pada ibu. Insidensi dapat ditekan dengan pemberian 10 μg (400 IU) perhari. Kekurangan vitamin D kerap menjangkiti ibu hamil yang bermukim di daerah yang hanya sedikit bersentuhan dengan sinar matahari sehingga sintesis vitamin D di kulit tidak terjadi (Arisman, 2010).

9) Yodium

Kekurangan yodium selama hamil mengakibatkan janin menderita hipotiroidisme, yang selanjutnya berkembang menjadi kretinisme karena peran hormon tiroid dalam perkembangan dan pematangan otak menempati posisi strategis. Kerusakan saraf akibat hipotiroidisme yang terjadi pada akhir kehamilan

tidak separah jika hal ini terjadi di awal kehamilan. Oleh karena itu, koreksi terhadap kekurangan yodium sebaiknya dilakukan sebelum atau selama tiga bulan pertama kehamilan. Anjuran asupan perhari untuk ibu hamil dan menyusui adalah sebesar 200 μg *(Food and Nutrition Board of The National cademy of Sciences in the United States),* dalam bentuk pemberian garam beryodium, pemberian suplementasi pada hewan ternak, pemberian minyak beryodium peroral atau injeksi (Arisman, 2010).

B. Pengetahuan

1. Definisi

Pengertian pengetahuan merupakan hasil dari penggunaan indra manusia atau bisa juga hasil dari pemberitahuan orang lain mengenai sebuah objek yang diketahui menggunakan indra miliknya sampai akhirnya menghasilkan pengetahuan. Lebih lanjut, Notoatmodjo (2014) menjelaskan bahwa pengetahuan merupakan sebuah hal yang sudah diketahui oleh orang baik dalam jumlah kecil maupun besar.

2. Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2014) secara garis besarnya dibagi dalam 6 tingkatan pengetahuan, yakni:

a. Tahu *(Know)*

Tahu diartikan sebagai memanggil *(recall)* memori yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu. Tingkat ini mengingat kembali terhadap sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari ataupun rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah (Notoatmodjo, 2014).

b. Memahami (Comprehension)

Memahami suatu objek bukan hanya sekedar tahu terhadap objek tersebut, tidak sekedar dapat menyebutkan, tetapi harus dapat menginterpretasikan secara benar tentang objek yang diketahui tersebut. Orang yang telah paham terhadap obyek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap obyek yang dipelajari (Notoatmodjo, 2014).

c. Aplikasi *(Application)*

Aplikasi diartikan apabila orang yang telah memahami objek yang dimaksud dapat menggunakan atau mengaplikasikan prinsip yang diketahui. Aplikasi disini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus-rumus, metode-metode, prinsip dalam konteks atau situasi yang lain (Notoatmodjo, 2014).

d. Analisis *(Analysis)*

Analisis adalah suatu kemampuan seseorang untuk menjabarkan suatu materi atau obyek kemudian mencari hubungan antara komponen-komponen yang terdapat dalam suatu masalah atau objek yang diketahui. Indikasi bahwa pengetahuan seseorang sudah sampai pada tingkat analisis apabila seseorang dapat membedakan, atau memisahkan, mengelompokkan, membuat diagram (bagan) terhadap pengetahuan terhadap objek tersebut (Notoatmodjo, 2014).

e. Sintesis *(Synthesis)*

Sintesis menunjuk pada suatu kemampuan seseorang untuk merangkum atau meletakkan dalam satu hubungan yang logis dari komponen-komponen pengetahuan yang dimiliki. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan

untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang telah ada (Notoatmodjo, 2014).

f. Evaluasi *(Evaluation)*

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu objek tertentu. Penilaian ini dengan sendirinya didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau norma-norma yang berlaku di masyarakat (Notoatmodjo, 2014).

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan Menurut Budiman dan Riyanto (2013). Faktor yang mempengaruhi pengetahuan meliputi:

a. Pendidikan

Pendidikan berasal dari kata “didik” lalu kata ini mendapatkan awalan “me” sehingga menjadi “mendidik” artinya memelihara dan memberi latihan. Dalam memelihara dan memberi latihan diperlukan adanya ajaran, tuntunan, dan pimpinan mengenai akhlak dan kecerdasan pikiran. Dalam pengertian yang sempit, pendidikan berarti perbuatan atau proses perbuatan untuk memperoleh pengetahuan. Dalam pengertian yang agak luas, pendidikan dapat diartikan sebagai sebuah proses dengan metode-metode tertentu sehingga orang memperoleh pengetahuan, pemahaman, dan cara bertingkah laku yang sesuai dengan kebutuhan.

Dalam pengertian yang luas dan representative pendidikan adalah seluruh tahapan pengembangan kemampuan-kemampuan dan perilaku-perilaku manusia, juga proses penggunaan hampir seluruh pengalaman kehidupan (Muhibbin, 2010:10). Semakin tinggi tingkat pendidikan akan semakin mudah

berpikir rasional serta menangkap informasi baru termasuk menguraikan masalah.

b. Informasi / Media Massa

Informasi adalah suatu teknik untuk mengumpulkan, menyiapkan, menyimpan, memanipulasi, mengumumkan, menganalisis dan menyebarkan informasi dengan tujuan tertentu. Informasi diperoleh dari pendidikan formal maupun nonformal dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan. Semakin berkembangnya teknologi menyediakan bermacam-macam media massa sehingga dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat.

Informasi mempengaruhi pengetahuan seseorang jika sering mendapatkan informasi tentang suatu pembelajaran maka akan menambah pengetahuan dan wawasannya, sedangkan seseorang yang tidak sering menerima informasi tidak akan menambah pengetahuan dan wawasannya.

c. Sosial, Budaya dan Ekonomi

Tradisi atau budaya seseorang yang dilakukan tanpa penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk akan menambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi juga akan menentukan tersedianya fasilitas yang dibutuhkan untuk kegiatan tertentu, sehingga status ekonomi akan mempengaruhi pengetahuan seseorang. Seseorang yang mempunyai sosial budaya yang baik maka pengetahuannya akan baik tapi jika sosial budayanya kurang baik maka pengetahuannya akan kurang baik. Status ekonomi seseorang mempengaruhi tingkat pengetahuan karena seseorang yang memiliki

status ekonomi dibawah rata-rata maka seseorang tersebut akan sulit untuk memenuhi fasilitas yang diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan.

1) Lingkungan

Lingkungan mempengaruhi proses masuknya pengetahuan kedalam individu karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspons sebagai pengetahuan oleh individu. Lingkungan yang baik akan pengetahuan yang didapatkan akan baik tapi jika lingkungan kurang baik maka pengetahuan yang didapat juga akan kurang baik.

2) Pengalaman

Pengalaman dapat diperoleh dari pengalaman orang lain maupun diri sendiri sehingga pengalaman yang sudah diperoleh dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Pengalaman seseorang tentang suatu permasalahan akan membuat orang tersebut mengetahui bagaimana cara menyelesaikan permasalahan dari pengalaman sebelumnya yang telah dialami sehingga pengalaman yang didapat bisa dijadikan sebagai pengetahuan apabila medapatkan masalah yang sama.

3) Usia

Semakin bertambahnya usia maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperoleh juga akan semakin membaik dan bertambah. Umur adalah usia individu yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai saat berulang tahun. Pengukuran tingkat pengetahuan Menurut Budiman dan Riyanto (2013)

Cara memperoleh pengetahuan

Pengetahuan seseorang biasanya diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai macam sumber, misalnya: media massa, media elektronik, buku

petunjuk, petugas kesehatan, media poster, kerabat dekat dan sebagainya. Menurut Notoatmodjo (2012) dari berbagai macam cara yang telah digunakan untuk memperoleh kebenaran pengetahuan sepanjang sejarah, dapat dikelompokkan menjadi dua yakni:

a. Cara Tradisional atau Non-Ilmiah

Cara tradisional terdiri dari empat cara yaitu :

1) *Trial and Error*

Cara ini dipakai orang sebelum adanya kebudayaan, bahkan mungkin sebelum adanya peradaban. Pada waktu itu bila seseorang menghadapi persoalan atau masalah, upaya yang dilakukan hanya dengan mencoba-coba saja. Cara coba-coba ini dilakukan dengan menggunakan kemungkinan dalam memecahkan masalah, dan apabila kemungkinan tersebut tidak berhasil maka di coba kemungkinan yang lain sampai berhasil. Oleh karena itu cara ini disebut dengan metode *Trial* (coba) dan *Error* (gagal atau salah atau metode coba salah).

2) Kekuasaan atau Otoritas

Dalam kehidupan manusia sehari-hari, banyak sekali kebiasaan dan tradisi yang dilakukan oleh orang, penalaran, dan tradisi-tradisi yang dilakukan itu baik atau tidak. Kebiasaan ini tidak hanya terjadi pada masyarakat tradisional saja, melainkan juga terjadi pada masyarakat modern. Kebiasaan-kebiasaan ini seolah-olah diterima dari sumbernya berbagai kebenaran yang mutlak. Sumber pengetahuan ini dapat berupa pemimpin-pemimpin masyarakat baik formal maupun informal, ahli agama, pemegang pemerintahan dan sebagainya.

3) Berdasarkan pengalaman pribadi

Adapun pepatah mengatakan "Pengalaman adalah guru terbaik". Pepatah ini mengandung maksud bahwa pengalaman itu merupakan sumber pengetahuan atau pengalaman itu merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan.

4) Jalan Pikiran

Sejalan perkembangan kebudayaan umat kebudayaan umat manusia cara berpikir umat manusia pun ikut berkembang. Dari sini manusia telah mampu menggunakan penalarannya dalam memperoleh pengetahuan. Dengan kata lain, dalam memperoleh kebenaran pengetahuan manusia telah menjalankan jalan pikirannya, baik melalui induksi maupun deduksi. Induksi dan deduksi pada dasarnya adalah cara melahirkan pemikiran secara tidak langsung melalui pertanyaan-pertanyaan yang dikemukakan.

b. Cara Modern atau Cara Ilmiah

Sejalan perkembangan kebudayaan umat kebudayaan umat manusia cara berpikir umat manusia pun ikut berkembang. Dari sini manusia telah mampu menggunakan penalarannya dalam memperoleh pengetahuan. Dengan kata lain, dalam memperoleh kebenaran pengetahuan manusia telah menjalankan jalan pikirannya, baik melalui induksi maupun deduksi. Induksi dan deduksi pada dasarnya adalah cara melahirkan pemikiran secara tidak langsung melalui pertanyaan-pertanyaan yang dikemukakan.

3. Pengukuran Pengetahuan

Pengukuran dapat dilakukan dengan cara wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang diukur dari subjek penelitian atau

responden. Dalam mengukur pengetahuan harus diperhatikan rumusan kalimat pertanyaan menurut tahapan pengetahuan (Agus, 2013). Skala ini menggunakan data kuantitatif yang berbentuk angka-angka yang menggunakan alternatif jawaban serta menggunakan peningkatan yaitu kolom menunjukkan letak ini maka sebagai konsekuensinya setiap centangan pada kolom jawaban menunjukkan nilai tertentu. Dengan demikian analisa data dilakukan dengan mencermati banyaknya centangan dalam setiap kolom yang berbeda nilainya lalu mengalihkan frekuensi pada masing-masing kolom yang bersangkutan. Disini peneliti hanya menggunakan 2 pilihan yaitu: "Benar" (B) dan "Salah" (S).

Menurut Arikunto (2010) pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu: 1. Baik, bila subyek menjawab benar 76%-100% seluruh pertanyaan. 2. Cukup, bila subyek menjawab benar 56%-75% seluruh pertanyaan. 3. Kurang, bila subyek menjawab benar <56%.

C. Sikap

1. Pengertian Sikap

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap terdiri dari tiga komponen yang saling menunjang yaitu komponen kognitif (*cognitive*), komponen afektif (*affective*), komponen konatif (*conative*) (Azwar, 2011).

a. Komponen kognitif berisi kepercayaan seseorang mengenai apa yang berlaku atau apa saja yang benar bagi objek sikap. Sekali kepercayaan terbentuk, maka

akan menjadi dasar pengetahuan seseorang mengenai apa yang dapat diharapkan dari objek tertentu.

b. Komponen afektif menyangkut masalah emosional subjektif seseorang terhadap suatu objek sikap. Secara umum, komponen ini disamakan dengan perasaan yang dimiliki terhadap sesuatu.

c. Komponen konotatif menunjukkan perilaku atau kecenderungan berperilaku yang ada dalam diri seseorang berkaitan dengan obejk sikap yang dihadapi.

2. Tingkatan Sikap

Menurut Budiman dan Riyanto (2013), dimana sikap terdiri dari beberapa tingkatan sebagai berikut:

a. Menerima (*Receiving*) Menerima diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (objek).

b. Merespon *(Responding*) Memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi dari sikap. Karena dengan suatu usaha untuk menjawab pertanyaan atau mengerjakan tugas yang diberikan, terlepas dari pekerjaan itu benar atau salah, adalah berarti bahwa orang menerima ide tersebut.

c. Menghargai *(Valving)* Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah adalah suatu indikasi sikap tingkat tiga.

d. Bertanggung jawab *(responsible)* Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala risiko merupakan sikap yang paling tinggi.

3. Pengukuran Sikap

Salah satu aspek penting memahami sikap dan perilaku manusia adalah masalah pengungkapan (assessment) atau pengukuran (measurement) sikap. Pengungkapan sikap dengan menggunakan skala sikap sangat popular di kalangan para ahli Psikologi sosial dan para peneliti dikarenakan selain praktis, skala sikap pada umumnya memiliki realibilitas yang memuaskan (Azwar,2011).

Prosedur pengungkapan langsung dengan ateam tunggal sangat sederhana. Responden diminta menjawab langsung pertanyaan sikap tertulis dengan memberi tanda setuju atau tidak setuju. Penyajian dan pemberian responsnya yang dilakukan secara lebih jujur bila ia tidak perlu menuliskan nama dan identitasnya. Variasi bentuk pengungkapan dengan ateam tunggal adalah menggunakan kata sifat ekstrim pada suatu kontinum sepuluh titik suka sampai benci.

Problem utama dalam pengukuran dengan ateam tunggal adalah masalah reliabilitas hasilnya. Ateam tunggal terlalu terbuka terhadap sumber error pengukuran. Error yang terjadi dapat berkaitan dengan masalah kalimat atau redaksional pertanyaanya yang mungkin kurang jelas, mungkin dipahami secara salah, mungkin mengandung istilah teknis yang punya arti khusus dan mungkin pula mengadung pengertian yang sensitif sehingga jawaban yang diinginkan dari individu tidak menggambarkan jawaban yang seharusnya.

Salah satu bentuk pengungkapan langsung dengan menggunakan ateam ganda adalah teknik diferensi semantik. Teknik diferensi semantik dirancang untuk mengungkapkan efek atau perasaan yang berkaitan dengan suatu objek tertentu.

4. Skala Sikap

Skala sikap menurut Model Likert, sikap disusun untuk mengungkapkan sikap pro kontra, posistif dan negatif, setuju dan tidak setuju terhadap suatu objek sosial. Dalam skala sikap, objek sosial tersebut berlaku sebagai objek sikap (Azwar,2011).

Skala sikap berisi tentang pertanyaan-pertanyaan sikap (attitude statement), yang suatu pertanyaan mengenai objek sikap sebagian berupa pertanyaan favourable yag sudah terpilih berdasarkan kualitas isi dan analisis statika terhadap kemampuan pertanyaan itu dalam mengungkapkan sikap kelompok. Subjek memberi respon dengan lima kategori persetujuan yakni Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Antara Setuju dan Tidak (N), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS). Pada penelitian ini , peneliti menggunakna 4 skala sikap karena menghindari jawaban tengah.