

BAB II

TINJUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

1. Pengertian pengetahuan

Pengetahuan adalah suatu hasil tau dari manusia atas penggabungan atau kerjasama antara suatu subyek yang mengetahui dan objek yang diketahui. Segegap apa yang diketahui tentang sesuatu objek tertentu (Suriasumantri dalam Nurroh 2017). Pengetahuan bisa dijadikan sebagai alat untuk memperoleh kesadaran sehingga seseorang bisa berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya. Perubahan perilaku seseorang yang didasarkan pengetahuan, kesadaran dan sifat positif akan konsisten karena tidak ada paksaan dari pihak lain (Aini, 2019).

2. Tingkat pengetahuan

Menurut Sulaiman (2015) tingkatan pengetahuan terdiri dari 4 macam, yaitu pengetahuan deskriptif, pengetahuan kausal, pengetahuan normative dan pengetahuan esensial. Pengetahuan deskriptif yaitu jenis pengetahuan yang dalam cara penyampaian atau penjelasannya berbentuk secara objektif dengan tanpa adanya unsur subyektivitas. Pengetahuan kausal yaitu suatu pengetahuan yang memberikan jawaban tentang sebab dan akibat. Pengetahuan normatif yaitu suatu pengetahuan yang senantiasa berkaitan dengan suatu ukuran dan norma atau aturan. Pengetahuan esensial adalah suatu pengetahuan yang menjawab suatu pertanyaan tentang hakikat segala sesuatu dan hal ini sudah dikaji dalam bidang ilmu filsafat. Menurut Daryanto dalam Yuliana (2017), pengetahuan

seseorang terhadap objek mempunyai intensitas yang berbeda-beda, dan menjelaskan bahwa ada enam tingkatan pengetahuan yaitu sebagai berikut:

a. Pengetahuan (*Knowledge*)

Tahu diartikan hanya sebagai recall (ingatan). Seseorang dituntut untuk mengetahui fakta tanpa dapat menggunakannya

b. Memahami (*comprehension*)

Memahami suatu objek bukan sekedar tahu, tidak sekedar dapat menyebutkan, tetapi harus dapat menginterpretasikan secara benar tentang objek yang diketahui.

c. Penerapan (*application*)

Aplikasi diartikan apabila orang yang telah memahami objek tersebut dapat menggunakan dan mengaplikasikan prinsip yang diketahui pada situasi yang lain.

d. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah kemampuan seseorang untuk menjabarkan dan memisahkan, kemudian mencari hubungan antara komponen-komponen yang terdapat dalam suatu objek.

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang telah ada. Sintesis menunjukkan suatu kemampuan seseorang untuk merangkum atau meletakkan dalam suatu hubungan yang logis dari komponen-komponen pengetahuan yang dimiliki.

f. Penilaian (*evaluation*)

Yaitu suatu kemampuan seseorang untuk melakukan penilaian terhadap suatu objek tertentu didasarkan pada suatu kriteria atau norma-norma yang berlaku di masyarakat.

3. Cara memperoleh pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2018), ada berbagai cara untuk bisa memperoleh pengetahuan, dari berbagai cara yang sudah dipakai untuk mendapatkan kesesuaian pengetahuan tersebut dikelompokkan menjadi dua cara, yaitu cara tradisional (non ilmiah) atau cara memperoleh pengetahuan tanpa dilakukan penelitian ilmiah dan cara modern (ilmiah) yang diperoleh dengan prosedur penelitian (Notoatmodjo, 2018).

a. Cara non ilmiah

Cara non ilmiah merupakan cara tradisional atau kuno yang digunakan untuk memperoleh pengetahuan, cara ini digunakan sebelum ditemukannya metode ilmiah. Cara non ilmiah digunakan tanpa melalui proses penelitian dengan cara metode penemuan secara sistematis dan logis.

1) Cara coba salah (*Trial and Error*)

Cara ini merupakan cara yang paling lama digunakan karena orang sudah menggunakan cara ini sebelum adanya adat, bahkan mungkin sebelum adanya kultur. Cara ini dilakukan dengan sebagian peluang dalam membongkar suatu perkara, dan seandainya kemungkinan tersebut tidak berhasil maka diganti dengan kemungkinan lainnya.

2) Secara kebetulan

Cara ini merupakan cara yang penemunya tidak sengaja menemukansuatu kebenaran atau secara kebetulan bisa terjadi karena ketidak sengajaan.

3) Cara kekuasaan (Otoritas)

Cara ini merupakan kebiasaan yang diwariskan secara empiris dari satu Angkatan ke angkatan berikutnya. Kebiasaan ini tidak hanya terjadi dalam masyarakat kuno tetapi juga terjadi pada masyarakat kontemporer. Pengetahuan didapat berlandaskan dari seorang yang berpengaruh, yaitu seseorang yang mendominasi dan memiliki karisma dalam hal adatistiadat, kekuasaan pemerintahan, pengaruh pemimpin agama, ataupun seorang ilmunan.

- 4) Berdasarkan pengalaman pribadi
Ada peribahasa yang berbunyi bahwa pengalaman merupakan guru terbaik. Peribahasa ini mempunyai arti bahwa pengalaman adalah benih pengetahuan atau cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Pengalaman pribadi bisa digunakan sebagai cara untuk memperoleh pengetahuan dengan melalui pengulangan kembali pengalaman yang diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi di masa lalu.
- 5) Cara akal sehat
Akal sehat atau disebut juga common sense bisa digunakan untuk menemukan teori atau kebenaran. Akal sehat sebagai cara untuk memperoleh pengetahuan yang didapatkan secara tidak sengaja bersifat sporadic dan kebetulan.
- 6) Kebenaran melalui wahyu
Ajaran atau akidah agama merupakan kebenaran yang diwahyukan dari tuhan melalui para nabi. Kebenaran yang yang diterima nabi adalah wahyu dari allah bukan dari hasil akibat pemikiran atau penelitian manusia.
- 7) Kebenaran secara intuitif
Pengetahuan secara intuitif didapatkan secara cepat melalui metode diluar kesadaran dan tidak melalui metode pemikiran. Kebenaran yang didapatkan secara intuitif sulit diyakini karena karena tidak memakai metode yang sensibel dan terstruktur.
- 8) Melalui jalan pemikiran
Untuk bisa mendapatkan pengetahuan manusia bisa menggunakan jalan pikirannya, baik cara induksi maupun deduksi. Induksi dan deduksi merupakan cara membuat pemikiran secara langsung maupun tidak langsung melalui penjelasan yang dijabarkan oleh seseorang yang kemudian dihubungkan hingga didapatkan suatu kesimpulan.

9) Induksi

Induksi adalah cara untuk menarik sebuah kesimpulan yang dimulai dari sebuah pertanyaan khusus kearah pertanyaan umum. Kesimpulan yang terbentuk dalam induksi didasarkan pada pengalaman empiris yang diterima oleh indera. Berdasarkan pada proses pemikiran induksi dikelompokkan menjadi dua yaitu induksi sempurna dan induksi tidak sempurna. Induksi sempurna suatu kesimpulan didapat dari penjumlahan kesimpulan tertentu. Proses berpikir induksi ini terjadi apabila dalam proses berpikir tersebut menggunakan hasil pengamatan mengenai segala peristiwa tertentu yang berhubungan dengan suatu hal, maka dari itu disebut induksi sempurna. Induksi tidak sempurna terbentuk ketika kesimpulan yang didapat diperoleh dari lompatan dari pertanyaan-pertanyaan khusus. Dasar dari kesimpulan yang didapatkan tidak berasal dari penjumlahan dari masing-masing objek yang diteliti tetapi dari sebagian subjek yang dijadikan bahan penelitian.

10) Deduksi

Deduksi merupakan kebalikan dari induksi, karena pembuatan kesimpulan deduksi berasal dari pernyataan-pernyataan yang bersifat umum kearah pernyataan yang bersifat khusus. Dalam prosedur berpikir deduksi sesuatu yang dianggap benar secara umum hanya ada pada kelas tertentu, begitu juga dengan kebenaran suatu peristiwa yang terjadi pada kelas tersebut.

b. Cara ilmiah

Cara ilmiah merupakan cara baru (modern) untuk mendapatkan pengetahuan karena sifatnya lebih terstruktur, rasional dan saintifik. Cara ini disebut sebagai metode penelitian (*research methodology*). Francis Bacon merupakan seorang tokoh yang mengembangkan cara berpikir induktif, beliau juga merupakan orang mengembangkan metode ilmiah. Cara ilmiah dilakukan dengan melakukan observasi secara langsung mengenai fenomena alam maupun populasi, selanjutnya hasil pengamatan tersebut digabungkan

dan dikategorikan lalu hasil akhirnya dijadikan sebuah kesimpulan umum. Kesimpulan umum didapatkan dari observasi langsung dan catatan fakta sehubungan dengan objek yang diteliti (Notoatmodjo, 2018).

4. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Menurut Fitriani dalam Yuliana (2017), faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah sebagai berikut:

a. Pendidikan

Pendidikan mempengaruhi proses dalam belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang, maka semakin mudah seseorang tersebut untuk menerima sebuah informasi. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal, akan tetapi dapat diperoleh juga pada pendidikan non formal. Pengetahuan seseorang terhadap suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini menentukan sikap seseorang terhadap objek tertentu. Semakin banyak aspek positif dari objek yang diketahui akan menumbuhkan sikap positif terhadap objek tersebut. pendidikan tinggi seseorang didapatkan informasi baik dari orang lain maupun media massa. Semakin banyak informasi yang masuk, semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan.

b. Media massa/ sumber informasi

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengetahuan jangka pendek (immediate impact), sehingga menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan. Kemajuan teknologi menyediakan bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang informasi baru. Sarana komunikasi seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, penyuluhan, dan lain-lain yang mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang.

c. Sosial budaya dan ekonomi

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan seseorang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau tidak. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan ketersediaan fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi akan mempengaruhi pengetahuan seseorang.

d. Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada disekitar individu baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada pada lingkungan tersebut. Hal tersebut terjadi karena adanya interaksi timbal balik yang akan direspon sebagai pengetahuan.

e. Pengalaman

Pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman pribadi ataupun pengalaman orang lain. Pengalaman ini merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran suatu pengetahuan.

f. Usia

Usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Bertambahnya usia akan semakin berkembang pola pikir dan daya tangkap seseorang sehingga pengetahuan yang diperoleh akan semakin banyak.

g. Informasi

Informasi Informasi ialah suatu pengetahuan yang didapatkan dari pembelajaran, pengalaman, atau instruksi. Informasi ini juga sebenarnya dapat ditemui didalam kehidupan sehari-hari karena informasi ini bisa kita jumpai disekitar lingkungan kita baik itu keluarga, kerabat, atau media lainnya.

h. Pekerjaan

Lingkungan pekerjaan dapat membuat seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan, baik secara langsung maupun tidak langsung.

5. Pengukuran pengetahuan

Pengukuran Pengetahuan Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang diukur dari subyek penelitian atau responden ke dalam pengetahuan yang ingin diukur atau diketahui yang dapat disesuaikan dengan tingkatan-tingkatannya. Adapun pertanyaan-pertanyaan yang dapat digunakan untuk pengukuran pengetahuan secara umum dapat dikelompokkan menjadi dua jenis (Arikunto, 2017) yaitu:

a. Pertanyaan subyektif (Pertanyaan *essay*)

Pertanyaan *essay* disebut pertanyaan subyektif karena penilaian untuk pertanyaan ini melibatkan faktor subyektif dari penilai, sehingga nilainya akan berbeda dari seseorang penilai satu dibandingkan dengan yang lain dari satu waktu ke waktu yang lainnya.

b. Pertanyaan obyektif (Pilihan ganda).

Pertanyaan obyektif, misalnya pilihan ganda (*multiple choise*), betul salah, dan pertanyaan menjodohkan. Pertanyaan pilihan ganda, betul salah, menjodohkan disebut pertanyaan obyektif karena pertanyaan-pertanyaan itu dapat dinilai secara pasti oleh penilai. Dari kedua jenis pertanyaan tersebut, pertanyaan obyektif khususnya pertanyaan pilihan ganda lebih disukai untuk dijadikan sebagai alat ukur dalam pengukuran pengetahuan karena lebih mudah disesuaikan dengan pengetahuan yang diukur dan penilaiannya akan lebih cepat (Arikunto, 2017).

c. Angket / *Questionnaire*

Merupakan alat ukur berupa angket atau kuesioner dengan beberapa pertanyaan. Alat ukur ini digunakan bila responden jumlahnya besar dan dapat

membaca dengan baik yang dapat mengungkapkan hal-hal yang bersifat rahasia. Angket terdiri atas tiga jenis, yakni :

- 1) Angket terbuka atau tidak berstruktur yang memberikan kebebasan responden untuk mengungkapkan permasalahan.
- 2) Angket tertutup atau berstruktur dimana angket tersebut dibuat sedemikian rupa sehingga responden hanya tinggal memilih atau menjawab pada jawaban yang sudah ada.
- 3) *Checklist* atau daftar cek yang merupakan daftar yang berisi pernyataan atau pertanyaan yang akan diamati dan responden memberikan jawaban dengan memberikan cek (√) sesuai dengan hasilnya yang diinginkan atau peneliti yang memberikan tanda (√) sesuai dengan hasil pengamatan.

d. Observasi (pengamatan)

Merupakan cara pengukuran pengetahuan dengan mengadakan pengamatan secara langsung kepada responden penelitian untuk mencari perubahan atau hal-hal yang akan diteliti. Dalam observasi ini, instrument yang dapat digunakan, antara lain: lembar observasi, panduan pengamatan (observasi) atau lembar *checklist*.

e. Wawancara

Merupakan cara pengukuran pengetahuan dengan cara mewawancarai langsung responden yang diteliti, metode dapat dilakukan apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden secara mendalam serta jumlah responden sedikit. Dalam cara ini dapat digunakan instrument berupa pedoman wawancara kemudian daftar periksa atau *checklist*

f. Tes

Merupakan cara pengukuran pengetahuan dengan memberikan beberapa soal ujian atau tes inventori. Ada beberapa instrumen yang digunakan dalam melakukan tes, diantaranya tes kepribadian untuk mengetahui kepribadian seseorang, tes bakat yang mengukur bakat seseorang, tes intelegensi, dan tes sikap untuk mengukur sikap seseorang.

g. Dokumentasi

Merupakan cara pengukuran pengetahuan dengan cara mengambil data yang berasal dari dokumen asli. Dokumen asli tersebut dapat berupa gambar, tabel atau daftar periksa, dan film dokumenter.

6. Kriteria tingkat pengetahuan

Menurut Nursalam (2016) pengetahuan seseorang dapat diinterpretasikan sebagai berikut:

- a. Pengetahuan Baik : 76 % -100 %
- b. Pengetahuan Cukup : 56 % -75 %
- c. Pengetahuan Kurang : < 56 %

Kemudian diprosentase dengan menggunakan rumus P adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{Sp}{Sm} \times 100\%$$

Keterangan :

- P : prosentase
- Sp : skor yang diperoleh
- Sm : jumlah skor maksimal

B. Konsep Dasar Minat

1. Minat

Menurut Meity (2014:9) Minat adalah sesuatu yang sangat penting bagi seseorang dalam melakukan kegiatan dengan baik, sebagai aspek kejiwaan, minat tidak saja dapat mewarnai perilaku seseorang, tetapi lebih dari itu minat mendorong untuk melakukan sesuatu kegiatan dan menyebabkan seseorang menaruh perhatian dan merelakan dirinya untuk terikat pada suatu kegiatan. Sejalan dengan yang diungkapkan diatas maka sah mengemukakan bahwa minat adalah “kecendrungan dan kegairahan yang tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu”. Menurut Rahmat (2018:161) minat adalah suatu keadaan seseorang menaruh perhatian pada sesuatu, yang disertai dengan keinginan untuk mengetahui, memiliki, mempelajari, dan membuktikan. Minat terbentuk setelah diperoleh informasi 12 tentang objek atau kemauan, disertai dengan keterlibatan perasaan terarah pada objek kegiatan tertentu, dan terbentuk oleh lingkungan.

a. Bentuk-Bentuk Minat Minat

Minat dapat digolongkan menjadi beberapa bentuk, seperti yang dikemukakan oleh Buchori (dalam Nurhasanah, Sobandi, 2016): Berdasarkan timbulnya, minat dapat dibedakan menjadi :

1) Minat *Primitif*

Minat *primitif* adalah minat yang timbul karena kebutuhan biologis atau jaringan-jaringan tubuh misalnya kebutuhan akan makanan, perasaan enak atau nyaman, kebebasan beraktivitas dan seks.

2) Minat Kultural dan Minat Sosial

Minat kultural atau minat sosial adalah minat yang timbulnya karena minat ini tidak secara langsung berhubungan dengan diri kita. Sebagai contoh minat belajar, individu punya pengalaman bahwa masyarakat atau lingkungan akan lebih menghargai orang-orang terpelajar dan

pendidikan tinggi, sehingga hal ini akan menimbulkan minat individu untuk belajar dan berprestasi agar mendapat penghargaan dari lingkungan, hal ini mempunyai arti yang sangat penting bagi harga dirinya.

Berdasarkan arahnya, minat dapat dibedakan menjadi :

1) *Minat Intristik*

Minat intrinsik adalah minat yang langsung berhubungan dengan aktivitas itu sendiri, ini merupakan minat yang lebih mendasar atau minat asli.

2) *Minat Ekstrinsik*

Minat ekstrinsik adalah minat yang berhubungan dengan tujuan akhir dari kegiatan tersebut, apabila tujuannya sudah tercapai ada kemungkinan minat tersebut hilang.

Berdasarkan cara mengungkapkan, minat dapat dibedakan menjadi:

1) *Expressed interest*

Minat yang diungkapkan dengan cara meminta kepada subjek untuk menyatakan atau menuliskan kegiatan baik yang berupa tugas maupun bukan tugas yang disenangi dan paling tidak disenangi. Dari jawabannya dapatlah diketahui minatnya.

2) *Manifest interest*

Manifest interest adalah minat yang diungkapkan dengan cara mengobservasi atau melakukan pengamatan secara langsung terhadap aktivitas yang dilakukan subjek atau dengan mengetahui hobinya.

3) *Tested interest*

Tested interest adalah minat yang diungkapkan cara menyimpulkan dari hasil jawaban tes objektif yang diberikan, nilai-nilai yang tinggi pada suatu objek atau masalah biasanya menunjukkan minat yang tinggi pula terhadap hal tersebut.

4) *Inventoried interest*

Inventoried interest adalah minat yang diungkapkan dengan menggunakan alat yang sudah distandarkan, dimana biasanya berisi per

tanyaan-pertanyaan yang ditujukan kepada subjek apakah dia senang atau tidak senang terhadap sejumlah aktivitas atau sesuatu objek yang ditanyakan.

2. Proses minat

a. Motif (alasan, dasar, pendorong)

b. Perjuangan Motif

Sebelum mengambil keputusan pada batin terdapat beberapa motif yang bersifat luhur dan rendah dan disini harus dipilih.

c. Keputusan

Inilah yang sangat penting yang berisi pemilihan antara motif-motif yang ada dan meninggalkan kemungkinan yang lain, sebab tak mungkin seseorang mempunyai macam-macam keinginan pada waktu yang sama.

d. Bertindak sesuai dengan keputusan yang diambil

Keputusan kata hati merupakan perbuatan kemampuan untuk memilih dan mengambil keputusan dengan ciri-ciri mempertahankan seluruh kepribadiannya, sifatnya *irrasional*, berlaku perseorangan dan pada suatu situasi dan timbulnya dari lubuk hati.

3. Aspek minat

Minat termasuk dalam afektif (istilahnya Bloom). Taksonomi afektif Bloom meliputi lima kategori :

a. Penerimaan (*receiving*) yang terdiri dari sub-kesadaran kemauan untuk menerima perhatian yang terpilih. Merupakan masa dimana kita menerima rangsangan melalui panca indra.

b. Menanggapi (*responding*) yang terdiri dari sub-kategori persetujuan untuk menanggapi kemauan dan kepuasan.

- c. Penilaian (*valuting*) yang terdiri dari sub-kategori penerimaan, pemilihan dan komitmen terhadap nilai-nilai tertentu.
- d. Organisasi (*organization*) yaitu kemampuan dalam melakukan penyusunan langkah terhadap nilai baru yang diterima.
- e. Pencirian (*characterization*) kemampuan dalam memahami ciri dari nilai baru yang diterima.

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi timbulnya minat

a. Dorongan dari dalam diri individu

Faktor ini adalah faktor dorongan dari dalam, dititik beratkan pada kebutuhan biologis. Faktor ini akan menumbuhkan minat seseorang apabila ada dorongan dari dalam dirinya sendiri bukan dari dorongan darongan orang lain, misalnya dengan melihat iklan atau tayangan televisi kemudian berminat untuk melakukan sesuatu. Informasi adalah penerangan, pemberitahuan, kabar atau berita tentang sesuatu keseluruhan makna yang menunjang amanat. Pengetahuan diperoleh melalui informasi yaitu kenyataan (fakta) dengan melihat dan mendengar sendiri. Sumber informasi diantaranya dapat diperoleh dari media elektronik, media massa, petugas kesehatan, tetangga atau saudara dan masih banyak lagi.

b. Motif Sosial

1) Lingkungan hubungan social

Lingkungan hidup dimana individual hidup bersama teman, keluarga, tetangga. Apabila dalam lingkungan sosialnya kebetulan mempunyai keinginan dan minat yang sama pada suatu tertentu maka faktor ini akan memperkuat minat mereka.

2) Penghasilan

Penghasilan juga berperan penting dalam pembentukan minat seseorang, apabila seseorang yang berpenghasilan rendah maka akan berkurangnya minat seseorang untuk melakukan apa yang diinginkan.

c. Faktor Emosional

Dalam faktor ini dinyatakan bahwa suatu aktifitas yang dilaksanakan oleh individu yang dapat dicapai dengan sukses akan menyebabkan perasaan yang menyenangkan. Sebaliknya apabila individu menemui kegagalan dapat mengakibatkan perasaan yang kecewa, tak puas dan akhirnya dapat pula menghilangkan atau mengurangi minat. Faktor emosional ini akan mempengaruhi minat apabila sesuatu yang dia kerjakan atau lakukan berhasil, maka dari keberhasilannya itu akan mendorong seseorang untuk menekuni bidang tersebut.

5. Kondisi yang mempengaruhi

a. Status Ekonomi

Status ekonomi membaik, orang cenderung memperluas minat mereka untuk mencakup hal yang semula belum mereka laksanakan. Sebaliknya, kalau status ekonomi mengalami kemunduran karena tanggung jawab keluarga atau usaha yang kurang maju, maka orang cenderung untuk mempersempit minat mereka. Tingkat pencapaian pelayanan medis ditentukan oleh biaya yang meningkat, sehingga faktor ekonomi menjadi penyebab naik turunnya tingkat pemanfaatan fasilitas pelayanan kesehatan, terutama oleh masyarakat miskin.

b. Pendidikan

Semakin tinggi, semakin formal tingkat pendidikan yang dimiliki seseorang maka semakin besar kegiatan bersifat intelek yang dilakukan.

c. Situasional (orang dan lingkungan)

Berhubungan dengan ancaman konsep diri terhadap perubahan status, adanya kegagalan, kehilangan benda yang dimiliki, dan kurang penghargaan dari orang lain.

d. Keadaan Psikis

Keadaan psikis yang mempunyai pengaruh paling besar terhadap minat adalah kecemasan. Kecemasan merupakan suatu respon terhadap

stres, seperti putusnya suatu hubungan yang penting atau bencana yang mengancam jiwa. Kecemasan juga bisa merupakan suatu reaksi terhadap dorongan seksual atau dorongan agresif yang tertekan, yang bisa mengancam pertahanan psikis yang secara normal mengendalikan dorongan tersebut. Pada keadaan ini, kecemasan menunjukkan adanya pertentangan psikis.

6. Cara mengukur minat

Menurut Cit Nisak (2016) minat diukur dengan menggunakan kuesioner atau dengan menggunakan wawancara. Dalam *TRA (Theory of Reasoned Action)*, minat merupakan bagian dari *intense* sehingga belum nampak kegiatannya dan tidak dapat dilakukan observasi secara langsung.

Dalam pengukuran atau penilaian minat ada beberapa jenis inventori yang terkenal, diantaranya :

a. *The strong vocational interest blank*

Inventori ini terdiri dari 400 item. Responden diminta untuk memberikan jawaban dengan jalan memberi tanda (L) terhadap aktivitas-aktivitas atau obyek-obyek yang disenangi, memberi tanda (I) apabila ia ragu-ragu dan memberi tanda (D) apabila ia tidak menyenangi aktivitas atau obyek tersebut

b. *Kuder Preference Record*

Inventori ini mula-mula diterbitkan pada tahun 1939. kemudian mengalami revisi dan tambahan item-item baru. Kuder memulai dengan mengadakan analisa item tunggal berdasarkan kelompok- kelompok minat (*cluster of interest*) dan menyusun item-item tersebut dalam skala deskriptif. Kuesioner yang digunakan dalam pengukuran minat dalam penelitian ini menggunakan kuesioner tertutup dengan pertanyaan terstruktur yang diajukan langsung kepada subyek, subyek tinggal memilih jawaban yang telah tersedia ya dan tidak. Hasil jawaban yang telah diberi skor dijumlahkan dan dibandingkan dengan jumlah yang tertinggi lalu dikalikan 100 % :

Kemudian diprosentase dengan menggunakan rumus P adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{Sp}{Sm} \times 100\%$$

Keterangan :

- P : prosentase
Sp : skor yang diperoleh
Sm : jumlah skor maksimal

Hasil pengukuran minat, dikategorikan menjadi :

- a. Minat tinggi (67–100%)
- b. Minat sedang (34 – 66%)
- c. Minat rendah (0 – 33%).

C. Konsep Dasar Kehamilan

1. Pengertian Kehamilan

Kehamilan merupakan suatu proses alamiah dan fisiologis. Setiap wanita yang memiliki organ reproduksi sehat, jika telah mengalami menstruasi dan melakukan hubungan seksual dengan seorang pria yang organ reproduksinya sehat, sangat besar kemungkinannya terjadi kehamilan. Apabila kehamilan direncanakan, akan memberi rasa bahagia dan penuh harapan, tetapi disisi lain diperlukan kemampuan bagi wanita untuk beradaptasi dengan perubahan yang terjadi selama kehamilan, baik perubahan yang bersifat fisiologis maupun psikologis (Fatimah & Nuryaningsih, 2017).

Menurut Federasi Obstetri Ginekologi Internasional, kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan menurut kalender internasional. Jadi, dapat disimpulkan bahwa kehamilan adalah bertemunya sel telur dan sperma di dalam atau diluar rahim dan berakhir dengan keluarnya bayi dan plasenta melalui jalan lahir. Kehamilan adalah mulai dari ovulasi sampai partus lamanya 280 hari (40 minggu) dan tidak lebih dari 300 hari (43 minggu). Pembagian kehamilan dibagi dalam 3 trimester : trimester I, dimulai dari konsepsi sampai tiga bulan (0-12 minggu); trimester II, dimulai dari bulan keempat sampai enam bulan (13-28 minggu); trimester III dari bulan tujuh sampai sembilan bulan (29-42 minggu) (Fatimah & Nuryaningsih, 2017).

2. Proses kehamilan

Proses kehamilan merupakan mata rantai berkesinambungan yang terdiri dari

a. Ovum

Meiosis pada wanita menghasilkan sebuah telur atau ovum. Proses ini terjadi di dalam ovarium, khususnya pada folikel ovarium. Ovum dianggap subur selama 24 jam setelah ovulasi

b. Sperma

Ejakulasi pada hubungan seksual dalam kondisi normal mengakibatkan pengeluaran satu sendok teh semen, yang mengandung 200-500 juta sperma, ke dalam vagina. Saat sperma berjalan tuba uterina, enzim-enzim yang dihasilkan disana akan membantu kapasitas sperma. Enzim-enzim ini dibutuhkan agar sperma dapat menembus lapisan pelindung ovum sebelum fertilisasi.

c. Fertilisasi

Fertilisasi berlangsung di ampulla (seperti bagian luar) tuba uterina. Apabila sebuah sperma berhasil menembus membran yang mengelilingi

ovum, baik sperma maupun ovum akan berada di dalam membran dan membran tidak lagi dapat ditembus oleh sperma lain. Dengan demikian, konsepsi berlangsung dan terbentuklah zigot.

d. Implantasi

Zona peluzida berdegenerasi dan trofoblas melekatkan dirinya pada endometrium rahim, biasanya pada daerah fundus anterior atau posterior. Antara 7 sampai 10 hari setelah konsepsi, trofoblas mensekresi enzim yang membantunya membenamkan diri ke dalam endometrium sampai seluruh bagian blastosis tertutup (Armini et al., 2016).

3. Tanda dan gejala kehamilan

Tanda dan gejala kehamilan dapat dibagi menjadi 3 yaitu :

a. Tanda dugaan hamil

Amenore (terlambat datang bulan), mual dan muntah, pengaruh estrogen dan progesteron terjadi pengeluaran asam lambung yang berlebih, ngidam, sinkope atau pingsan, terjadi gangguan sirkulasi ke daerah kepala, payudara tegang, sering miksi, obstipasi, epulis, pigmentasi kulit, varises atau penampakan pembuluh darah.

b. Tanda tidak pasti kehamilan

1) Rahim membesar sesuai dengan usia kehamilan

Pada pemeriksaan dalam meliputi :

- a) Tanda Hegar : melunaknya segmen bawah uterus
- b) Tanda Chadwicks : warna selaput lendir vulva dan vagina menjadi ungu
- c) Tanda Piskaseck : uterus membesar ke salah satu arah sehingga menonjol jelas ke arah pembesaran tersebut
- d) Kontraksi Broxton Hicks : bila uterus dirangsang mudah berkontraksi
- e) Tanda Ballotement : terjadi pantulan saat uterus diteukuk dengan jari

- f) Perut membesar
 - g) Pemeriksaan tes biologis kehamilan positif
- c. Tanda pasti kehamilan
- a) Gerakan janin dalam rahim : teraba gerakan janin, teraba bagian-bagian janin
 - b) Denyut jantung janin : didengar dengan stetoskop laenec, alat kardiotokografi, alat doppler, USG.(Fatimah & Nuryaningsih, 2017)
4. Perubahan fisiologis wanita selama kehamilan
- a. Uterus
- Peningkatan ukuran uterus disebabkan oleh peningkatan vaskularisasi dan dilatasi pembuluh darah, hiperplas dan hipertrofi (pembesaran serabut otot dan jaringan fibroelastis yang sudah ada), perkembangan desidua. Selain itu, pembesaran uterus pada trimester pertama juga akibat pengaruh hormon estrogen dan progesteron yang tinggi.
- b. Payudara
- Rasa kesemutan nyeri tekan pada payudara yang secara bertahap mengalami pembesaran karena peningkatan pertumbuhan jaringan alveolar dan suplai darah. Puting susu menjadi lebih menonjol, keras, lebih erektile, dan pada awal kehamilan keluar cairan jernih (kolostrum). Areola menjadi lebih gelap/berpigmen terbentuk warna merah muda. Rasa penuh, peningkatan sensitivitas, rasa geli, dan rasa berat di payudara mulai timbul sejak minggu keenam kehamilan.
- c. Vagina dan vulva
- Hormon kehamilan mempersiapkan vagina supaya distensi selama persalinan dengan memproduksi mukosa vagina yang tebal, jaringan ikat longgar, hipertrofi otot polos, dan pemanjangan vagina. Peningkatan vaskularisasi menimbulkan warna ungu kebiruan yang disebut tanda

Chadwick, suatu tanda kemungkinan kehamilan yang dapat muncul pada minggu keenam tapi mudah terlihat pada minggu kedelapan kehamilan.

d. Integumen

Perubahan keseimbangan hormon dan peregangan mekanis menimbulkan perubahan pada integumen. Terdapat bercak hiperpigmentasi kecoklatan pada kulit di daerah tonjolan maksila dan dahi yang disebut cloasma gravidarum. Linea nigra yaitu garis gelap mengikuti midline (garis tengah) abdomen. Striae gravidarum merupakan tanda regangan yang menunjukkan pemisahan jaringan ikat di bawah kulit.

e. Pernapasan

Kebutuhan oksigen ibu meningkat sebagai respon tubuh terhadap percepatan laju metabolik dan peningkatan kebutuhan oksigen jaringan uterus dan payudara. Selama masa hamil, perubahan pada pusat pernapasan menyebabkan penurunan ambang karbondioksida. Selain itu, kesadaran wanita hamil akan kebutuhan napas meningkat, sehingga beberapa wanita hamil mengeluh mengalami sesak saat istirahat.

f. Pencernaan

Pada awal kehamilan, sepertiga dari wanita hamil mengalami mual dan muntah, kemudian kehamilan berlanjut terjadi penurunan asam lambung yang melambatkan pengosongan lambung dan menyebabkan kembung. Selain itu, menurunnya peristaltik menyebabkan mual dan konstipasi. Konstipasi juga disebabkan karena tekanan uterus pada usus bagian bawah pada awal kehamilan dan kembali pada akhir kehamilan. Meningkatnya aliran darah ke panggul dan tekanan vena menyebabkan hemoroid pada akhir kehamilan.

g. Perkemihan

Pada awal kehamilan suplai darah ke kandung kemih meningkat dan pembesaran uterus menekan kandung kemih, sehingga meningkatkan frekuensi berkemih. Hal ini juga terjadi pada akhir kehamilan karena janin turun lebih rendah ke pelvis sehingga lebih menekan lagi kandung kemih.

h. Volume darah

Volume darah makin meningkat dimana jumlah serum darah lebih besar dari pertumbuhan sel darah, sehingga terjadi pengenceran darah (hemodilusi) dengan puncaknya pada usia kehamilan 32 minggu dan kadar Hb turun.

i. Sel darah

Sel darah merah makin meningkat jumlahnya untuk mengimbangi pertumbuhan janin dalam rahim, tetapi penambahan sel darah merah tidak seimbang dengan peningkatan volume darah sehingga terjadi hemodilusi yang disertai anemia fisiologis.

j. Metabolisme

Metabolisme tubuh mengalami perubahan yang mendasar, dimana kebutuhan nutrisi makin tinggi untuk pertumbuhan janin dan persiapan pemberian ASI (Armini et al., 2016).

k. Kehamilan dengan mual muntah

Kehamilan dengan mual muntah biasanya terjadi pada Kehamilan trimester pertama dimana periode tiga bulanan yang penting bagi calon ibu. Ketiga periode tiga bulanan itu ditentukan berdasarkan kecepatan pertumbuhan janin. Secara konvensional, hitungan trimester ini dimulai sejak pembuahan (dua minggu setelah menstruasi terakhir). Kehamilan dibagi menjadi tiga trimester, pertama antara 0-12 minggu, kehamilan trimester kedua antara 12 - 28 minggu, trimester ketiga antara 28 - 40 minggu kehamilan (Romauli, 2014). Berdasarkan pengertian diatas kehamilan dimulai dari konsepsi dan berakhir dengan permulaan persalinan (Romauli, 2014).

Selama trimester pertama, tubuh menyesuaikan diri terhadap kehamilan. Pada awal kehamilan. Pada awal kehamilan, meskipun kehamilan belum nampak tetapi aktivitas hormon akan mulai berpengaruh dalam berbagai hal. Pada trimester pertama kehamilan ini, akan terdapat perasaan enek (nausea). Ini akibat kadar hormon estrogen yang meningkat. Tonus otot-otot traktus digestivus menurun, sehingga motilitas seluruh traktus digestivus juga

berkurang. Makanan lebih lama berada di dalam lambung dan apa yang telah dicernakan lebih lama berada dalam usus. Hal ini mungkin baik untuk resorpsi, akan tetapi menimbulkan pula obstipasi, yang memang merupakan salah satu keluhan utama wanita hamil. Tidak jarang dijumpai mual muntah pagi hari pada bulan-bulan pertama kehamilan yang membuat ibu merasa tidak sehat. Sehingga ibu membenci kehamilannya, timbul kecewa, sedih dan cemas biasanya terjadi pada pagi hari (Bartini, 2015).

D. Konsep Mual Muntah

1. Pengertian mual muntah

Mual muntah atau Emesis Gravidarum merupakan suatu keadaan mual yang terkadang disertai muntah (frekuensi kurang dari lima kali) biasanya terjadi pada pagi hari. Mual dan muntah adalah gejala yang wajar dan sering didapatkan pada kehamilan trimester I, gejala ini kurang lebih terjadi setelah enam minggu setelah hari pertama haid terakhir dan berlangsung selama kurang lebih 10 minggu (Saifuddin, 2015). Emesis Gravidarum adalah keluhan umum yang dialami pada kehamilan muda. Terjadinya kehamilan menimbulkan perubahan hormonal pada Wanita karena terdapat peningkatan hormone estrogen dan progesteron dan dikeluarkannya hormone chorionic gonadotropin plasenta. Hormon-hormon inilah yang diduga menyebabkan emesis gravidarum (Manuaba, 2015). Emesis Gravidarum adalah gejala yang wajar terjadi pada ibu hamil tetapi gejala itu menjadi sangat membahayakan jika Emesis Gravidarum akan bertambah berat menjadi Hyperemesis Gravidarum atau mual muntah terus menerus yang bisa mengakibatkan kematian pada ibu dan janin didalam kandungannya (Prawirohardjo, 2017).

2. Tanda dan gejala

Menurut Saifuddin (2015), beberapa tanda dan gejala yang sering dijumpai pada pasien yang mengalami emesis gravidarum antara lain sebagai berikut.

- a. Mual dan sampai muntah yang terjadi dalam 12 minggu pertama kehamilan, biasanya menghilang pada akhir waktu tersebut, tapi kadang muncul Kembali menjelang akhir kehamilan
- b. Mual dan muntah yang terjadi kira-kira mulai 2 minggu sesudah haid tidak datang dan berlangsung kira-kira selama 6 sampai 8 minggu. Sesudah 12 minggu biasanya menghilang.
- c. Mual dan muntah yang terjadi pada trimester pertama kehamilan dan berakhir pada awal trimester kedua kehamilan.
- d. Perasaan mual kadang disertai muntah di pagi hari. Ada yang merasakan siksa ini hanya dipagi hari, namun tidak jarang yang harus mengalaminya seharian penuh dan nyaris tidak dapat melakukan aktivitas apapun.

3. Pembagian derajat mual

Menurut Auwaliah (2017) derajat mual dan muntah ada tiga, yaitu:

- a. Ringan
Mual ringan dan kadang-kadang disertai muntah dialami oleh 45 % Wanita hamil, dan merupakan bentuk yang paling umum. Mual biasanya terjadi pada pagi hari ('morning sickness') tetapi dapat diprovokasi oleh bepergian atau stress emosional setiap saat. Mual muncul sebanyak satu sampai tiga kali, tidak mengganggu aktivitas dan produksi air liur masih dirasakan normal oleh ibu.
- b. Sedang
Mual sedang dialami oleh 5 % wanita hamil atau 10 % dari semua Wanita yang menderita mual. Gejala dapat terjadi setiap waktu, siang maupun malam hari. Pasien merasa tersiksa dan mungkin mengalami

dehidrasi ringan. Mual muncul sebanyak empat sampai enam kali dan mengganggu aktivitas sehingga sering beristirahat. Mual pada derajat sedang ini muncul karena mencium aroma yang memicu mual, sehingga produksi air liur juga meningkat saat mual muncul.

c. Berat

Mual, bentuk ini tidak umum, dialami oleh satu dalam 1000 wanita hamil. Mual berlangsung terus-menerus dan muntah sering. Karena itu disebut hiperemesis gravidarum. Wanita ini cepat mengalami dehidrasi dan asidoketotik. Ibu merasa eneg pada ulu hati dan mual muncul sebanyak tujuh kali atau lebih sehingga sangat mengganggu aktivitas membutuhkan banyak waktu untuk beristirahat. Mual pada skala berat ini muncul secara tiba –tiba tanpa factor pemicu (aroma yang tidak disukai).

4. Penyebab emesis gravidarum

Penyebab terjadinya emesis gravidarum disebabkan oleh adanya perubahan hormon yang terjadi pada ibu hamil. Berikut ini adalah beberapa penyebab umum mual muntah yaitu:

a. Hormon estrogen dan progesterone

Hormon progesteron dibentuk oleh corpus luteum. Peningkatan hormone estrogen dan progesteron dapat mengganggu sistem pencernaan ibu hamil, dan membuat kadar asam lambung meningkat hingga muncul keluhan mual dan muntah. Hormon ini dapat memperlambat fungsi metabolisme termasuk sistempencernaan (Saifuddin, 2015).

b. Human chorionic gonadotrophin (hCG)

Hormon hCG dalam aliran darah sangat membantu untuk menjaga persediaan estrogen dan progesteron serta untuk mencegah masa menstruasi. Meningkatnya hormon hCG secara tiba-tiba dapat mengakibatkan efek pedih pada lapisan perut, dan efek ini berupa rasa mual. Hormon ini juga menyebabkan hilangnya gula dari darah, yang dapat menimbulkan perasaan

sangat lapar dan sakit, Jadi hormon hCG ini sangat berpengaruh terhadap timbulnya rasa mual dan muntah pada ibu hamil (Saifuddin, 2015).

c. Makanan

Makanan-makanan berminyak dapat menyebabkan mual dan muntah pada ibu hamil. Fungsi sistem pencernaan yang telah menurun akibat hormone akan semakin memburuk saat mendapat asupan makanan yang pedas dan berminyak (Suririnah, 2018).

5. Faktor yang menyebabkan emesis gravidarum

Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya mual pada awal kehamilan, antara lain :

a. Faktor internal

1) Kadar hormone

Kadar hormon human Chorionic Gonadotropin (hCG) dan estrogen yang tinggi dalam darah pada trimester pertama dapat meningkatkan rasa mual pada pagi hari, kadar yang lebih rendah bisa mengurangi atau menghilangkannya (Saifuddin, 2015)

Respon pusat mual dan muntah di otak terhadap hormon kehamilan Respon ini dapat mempengaruhi apakah seorang ibu mengalami rasa mual pagi hari atau tidak, serta derajat keparahannya. Seorang ibu yang pusat mual dan muntahnya sangat peka (misalnya ia selalu mabuk dalam perjalanan di darat atau di laut) cenderung mengalami mual dan muntah yang lebih parah ketika hamil (Saifuddin, 2015).

2) Peregangan yang cepat dari otot Rahim

Keluhan mual dan muntah kadang disertai dengan heartburn yang berlangsung sepanjang kehamilan. Heartburn adalah kondisi yang menggambarkan rasa panas dan terbakar di dalam pangkal hati. Heartburn dapat terjadi karena rahim wanita hamil membesar dan

menekan perut. Akibatnya, asam lambung naik ke kerongkongan dan menimbulkan sensasi terbakar di pangkal hati (Saifuddin, 2015).

3) Kelebihan asam dalam lambung

Produksi asam lambung bertambah pada saat tubuh membutuhkannya, yaitu saat makan. Sebaliknya, pada saat tubuh tidak membutuhkan, produksi asam lambung akan menurun kembali. Karena itu, jadwal makan yang tidak teratur sering membuat lambung sulit beradaptasi. Bila hal ini berlangsung secara terus-menerus, akan terjadi kelebihan asam dan akan mengiritasi dinding mukosa lambung dan akan menyebabkan rasa perih, dan mual pun muncul (Wesson, 2017).

4) Stres

Satu faktor yang menyebabkan mual dan muntah pada ibu hamil adalah kondisi psikosomatik. Kondisi psikosomatik yaitu gangguan psikologis yang berubah menjadi bentuk gangguan fisik. Gangguan psikologis yang terimplikasi pada gejala fisik ini dapat berupa mual dan muntah, kelelahan yang berat dan sebagainya. Kondisi psikologis ibu yang menjalani proses kehamilan dapat menyebabkan terjadinya stress. Ibu yang dalam keadaan stress ini dapat meningkatkan tekanan darah dan peningkatan denyut jantung sehingga dapat meningkatkan hCG. HCG adalah hormone yang dihasilkan selama kehamilan, yang dapat dideteksi dari darah atau air seni wanita hamil kurang lebih 10 hari sesudah pembuahan. HCG ini dapat menstimulasi terjadinya mual dan muntah pada ibu hamil (Koesno, 2018).

b. Faktor eksternal

1) Usia

Usia ibu mempengaruhi bagaimana mengambil keputusan dalam pemeliharaan kesehatannya. Kurun reproduksi sehat dikenal bahwa usia aman untuk kehamilan dan persalinan adalah 20-30 tahun. Hamil

kurang dari 20 tahun, rahim dan panggul sering kali belum tumbuh mencapai ukuran dewasa, dengan kata lain kondisi fisik belum 100% siap, diusia ini secara biologis belum optimal, emosinya cenderung labil, mentalnya belum matang sehingga mudah mengalami guncangan yang mengakibatkan kurangnya perhatian selama kehamilan. Hamil diusia 20-35, kondisi fisik prima. Rahim sudah mampu memberi perlindungan atau kondisi yang maksimal untuk kehamilan. Umumnya secara mental calon ibu juga sudah siap, ini berdampak pada perilaku ibu dimana ia menjaga dan merawat kehamilannya secara hati-hati. Hamil diusia lebih dari 35 tahun, kesehatan ibu sudah menurun, kehamilan tergolong berisiko tinggi, itu sebabnya tidak dianjurkan menjalani kehamilan di usia ini (Mitayani, 2019)

2) Paritas

Wanita hamil atau jumlah kehamilan yang pernah dialami oleh seorang wanita (termasuk kehamilan yang sekarang) disebut Gravida, dengan adanya kehamilan pertama disebut primigravida dan kehamilan berikutnya multigravida. Wanita yang belum pernah hamil sampai stadium viabilitas adalah Nulligravida. Grande multigravida adalah wanita yang pernah hamil lebih dari lima kali (Wesson, 2017).

3) Pekerjaan

Ibu hamil yang bekerja terutama yang membutuhkan beban fisik, misalnya pekerjaan yang butuh banyak kegiatan berdiri untuk waktu yang lama atau banyak mengangkat barang berat serta kondisi tempat kerja dengan suara berisik, suhu yang terlalu panas, jam kerja yang terlalu panjang, serta resiko bahaya dari peralatan kerja dapat mengakibatkan ibu hamil mengalami kelelahan. Salah satu gejala kelelahan umum adalah munculnya perasaan letih, suatu perasaan kelelahanakan teratasi jika dilakukan istirahat, kelelahan merupakan suatu kondisi dimana seluruh fungsi tubuh dalam bekerja sudah tidak maksimal lagi. Kelelahan fisik maupun mental tampaknya juga meningkatnya kemungkinan rasa mual (Mitayani,2019).

6. Dampak mual muntah

Mual Muntah dapat menimbulkan berbagai dampak pada ibu hamil, salah satunya adalah penurunan nafsu makan yang mengakibatkan perubahan keseimbangan elektrolit yakni kalium, kalsium, dan natrium sehingga menyebabkan perubahan metabolisme tubuh (Rose & Neil, 2019). Kejadian emesis gravidarum memang sering terjadi umum pada setiap ibu hamil, namun jika tidak ditangani secara cepat dan tepat maka akan menyebabkan hiperemesis gravidarum. Hiperemesis gravidarum memiliki dampak pada ibu hamil antara lain keseimbangan cairan dan elektrolit di dalam tubuh, kekurangan energi, berkurangnya aliran darah ke jaringan tubuh, kekurangan kalium yang dapat menyebabkan gangguan pada saluran kencing dan ginjal, dapat terjadi robekan pada selaput lendir esofagus dan lambung (Anggraini dan Subekti, 2018).

7. Penatalaksanaan mual muntah

Penanganan mual dan muntah pada ibu hamil adalah yaitu :

a. Medikamentosa

Obat-obatan yang dapat diberikan diantaranya suplemen multivitamin, antihistamin, dopamin antagonis, serotonin antagonis, dan kortikosteroid. Vitamin yang dianjurkan adalah vitamin B1 dan B6 seperti pyridoxine (vitamin B6). Pemberian pyridoxin cukup efektif dalam mengatasi keluhan mual dan muntah. Namun harus diingat untuk tidak memberikan obat yang teratogenik (Suririnah, 2018).

b. Terapi nutrisi

Pemberian nutrisi tergantung pada derajat muntah, berat ringannya deplesi nutrisi dan penerimaan penderita terhadap rencana pemberian makanan. Pada prinsipnya bila memungkinkan saluran cerna harus

digunakan. Bila peroral menemui hambatan dicoba untuk menggunakan nasogastric tube (NGT) (Suririnah, 2018).

c. Terapi komplementar

Aromaterapi merupakan seni perawatan tubuh dengan bantuan sari tumbuhan tertentu. Sari tumbuhan berupa cairan wangi yang lazim disebut minyak esensial, atau minyak asiri. Di Indonesia penggunaannya lebih banyak dengan memanfaatkan langsung tanamannya, bukan sari tumbuhan atau minyak asirinya. Prinsip utama aromaterapi yaitu pemanfaatan bau dari tumbuhan atau bunga untuk mengubah kondisi perasaan, psikologi, status spiritual dan mempengaruhi kondisi fisik seseorang melalui hubungan pikiran dan tubuh pasien (Flora Serial, 2018).

E. Aromaterapi

1. Pengertian Aromaterapi

Aromaterapi berasal dari dua kata, yaitu aroma dan terapi. Aroma berarti bau harum atau bau-bauan yang umumnya berasal dari tumbuh-tumbuhan dan terapi berarti pengobatan. Jadi aromaterapi adalah salah satu cara pengobatan dengan menggunakan bau-bauan yang umumnya berasal dari tumbuh-tumbuhan serta berbau haru, gurih dan enak yang disebut dengan minyak atsiri. Minyak atsiri merupakan cairan lembut bersifat aroantik dan mudah menguap pada suhu kamar (Agusta, 2014).

Aromaterapi terapi yang menggunakan minyak essensial atau sari minyak murni untuk membantu memperbaiki atau menjaga kesehatan, membangkitkan semangat, menyegarkan serta menenangkan jiwa dan raga (Astuti, 2015). Aromaterapi merupakan seni dan ilmu dalam menggunakan minyak beraroma yang dibuat dengan cara ekstraksi dari daun, bunga, kulit, pohon, biji, maupun akar tanaman, guna penyembuhan fisik dan mental. Kenyataannya, penggunaan dari tumbuh-tumbuhan untuk penyembuhan penyakit sudah ada sejak zaman

dahulu kala bahkan dapat dikatakan sebagai ilmu tertua dalam praktik pengobatan kuno (Agusta, 2014).

2. Manfaat aromaterapi

Manfaat Aromaterapi Kehamilan Digunakan sebagai aromaterapi kehamilan, minyak-minyak essensial juga bermanfaat sebagai aromaterapi pada ibu selama masa kehamilan. Beberapa manfaat tersebut, antara lain membantu menghilangkan stres, meningkatkan energi dan meringankan ketidaknyamanan fisik terkait dengan kehamilan memelihara kulit serta menghaluskan jaringan paru yang umum timbul pada masa kehamilan meningkatkan kesehatan dan suasana hati pada wanita hamil membantu menstabilkan perubahan hormon selama kehamilan, mempercepat peremajaan kulit dan meningkatkan aliran darah, mencegah timbulnya berbagai penyakit karena bersifat anti bakteri menetralkan ketegangan dan mengurangi stress memberikan kenyamanan dan relaksasi menormalkan metabolisme dan meningkatkan vitalitas serta membantu mengatur keseimbangan tubuh dan menstimulasi proses terapi. (Ayuningtyas, 2019).

3. Bentuk-bentuk Sediaan Aromaterapi

a. Essensial oil

Essensial oil merupakan salah satu aromaterapi yang berbentuk cair atau minyak. Komponen aroma minyak atsiri cepat berinteraksi saat dihirup, senyawa tersebut berinteraksi dengan sistem saraf pusat dan merangsang pada sistem olfactory atau saraf kranial satu kemudian sistem tersebut akan menstimulasi saraf-saraf pada otak. Penggunaannya bermacam-macamnya itu, dipanaskan pada tungku aromaterapi, dioleskan pada kain, dioleskan pada saluran udara atau diaplikasikan langsung pada kulit. Essensial oil biasanya digunakan sebagai bahan campuran untuk

pembuatan parfum, lilin, gel, krim dan sabun (Fitri Kurniasari, Nila Darmayanti 2017).

b. Parfum Parfum

adalah campuran minyak esensial dan senyawa aroma, fiksatif, dan pelarut yang digunakan untuk memberikan bau wangi untuk tubuh manusia maupun objek. Bentuk sediaan aromaterapi ini juga dapat digunakan untuk ruangan. (Fitri Kurniasari, Nila Darmayanti 2017). Parfum atau pengharum ruangan memegang peranan penting dalam kehidupan manusia karena bias memberikan kesenangan hidup (joys of live), mempengaruhi kejiwaan dan mewangikan bahan yang tidak berbau wangi. Selain itu juga dapat untuk merelaksasikan tubuh, menyegarkan pikiran, untuk memperbaiki mood (Hardiyati, Simanjuntak, and Suwarno 2019).

c. Lilin aromaterapi

Lilin aromaterapi merupakan sebuah benda yang dapat memberikan penggunaanya ketenangan. Lilin ini terdiri dari berbagai aroma dari minyak esensial yang terkandung pada masing-masing lilin sehingga menghasilkan wangi yang beraneka ragam (Kurniasari, Damayanti, and Astuti 2017)

C. Gel aromaterapi Gel

Merupakan sediaan semi solid yang dapat digunakan untuk berbagai pemakaian, baik untuk ruangan maupun langsung digunakan pada kulit.

d. Dupa

Merupakan produk aromaterapi yang menggunakan minyak atsiri. Bentuk dari sediaan ini dapat berupa stick ataupun cone. Produk ini dibuat dengan pijat merupakan salah satu produk aromaterapi dengan menggunakan minyak atsiri sekitar 2% dan bahan tambahan yang berfungsi sebagai basis dalam pembuatan krim.

e. Garam aromaterapi

Sediaan garam aromaterapi digunakan sebagai salah satu produk mandi. Biasanya bentuk sediaan aromaterapi ini digunakan ditempat spa. Meskipun begitu, garam aromaterapi juga dapat digunakan dirumah. Cara

memakainya cukup mudah yaitu dengan memasukkan garam tersebut 19 beberapa sendok dalam air hangat yang akan digunakan untuk mandi bisa juga hanya untuk merendam kaki. Sabun Sabun merupakan salah satu bahan yang digunakan untuk mandi sama halnya dengan garam aromaterapi. Fungsi dari sabun ini yaitu untuk menghilangkan bakteri dan memberikan rasa segar pada tubuh. (Sofiani and Pratiwi 2017).



4. Metode pemakaian Aromaterapi

a. Dhirup

Merupakan salah satu cara yang diperkenalkan dalam penggunaan aromaterapi yang paling sederhana dan cepat. Inhalasi juga merupakan metode yang paling tua. Aromaterapi masuk dari luar tubuh ke dalam tubuh dengan satu tahap yang mudah, yaitu lewat paru - paru di alirkan ke pembuluh darah melalui alveoli. Inhalasi sama dengan metode penciuman bau, di mana dapat dengan mudah merangsang olfaktori pada setiap kali bernafas dan tidak akan mengganggu pernafasan normal apabila mencium bau yang berbeda dari minyak essential. Aromaterapi inhalasi dapat dilakukan dengan menggunakan elektrik, baterai, atau lilin diffuser, atau meletakkan aromaterapi dalam jumlah yang sedikit pada selembar kain atau kapas. Hal ini berguna untuk minyak essential relaksasi dan penenang.

b. Penguapan

Alat yang digunakan untuk menyebarkan aromaterapi dengan cara penguapan ini mempunyai rongga seperti gua untuk meletakkan lilin kecil atau lampu minyak dan bagian atas terdapat cekungan seperti cangkir biasanya terbuat dari kuningan untuk meletakkan sedikit air dan beberapa tetes minyak esensial. Cara penggunaannya adalah mengisi cekungan cangkir pada tungku dengan air dan tambahkan beberapa tetes minyak esensial, kemudian nyalakan lilin, lampu minyak atau listrik. Setelah air dan minyak menjadi panas, penguapan pun terjadi dan seluruh ruangan akan terpenahi dengan bau aromatic.

c. Pijatan

Pijat merupakan salah satu bentuk pengobatan yang sangat sering dikolaborasikan dengan aromaterapi. Beberapa tetes minyak esensial dicampurkan dalam minyak untuk pijat sehingga dapat memberikan efek simultan antara terapi sentuhan dan terapi wangi-wangian. Pijatan dapat memperbaiki peredaran darah, mengembalikan kekenyalan otot,

membuang racun dan melepaskan energi yang terperangkap di dalam otot.
Wangi-wangian memicu rasa senang dan sehat

d. Semprotan untuk ruangan

Minyak esensial bersifat lebih alami daripada aerosol yang dapat merusak ozon dalam penggunaannya sebagai pewangi ruangan. Penggunaannya adalah dengan menambahkan sekitar 10- 12 tetes minyak esensial ke dalam setengah liter air dan menyemprotkan campuran tersebut ke seluruh ruangan dengan bantuan botol penyemprot.

f. Mandi dengan berendam

Mandi dengan berendam merupakan cara yang paling mudah untuk menikmati aromaterapi. Tambahkan beberapa tetes minyak aroma ke dalam air berendam, kemudian berendamlah selama 20 menit. Minyak esensial akan berefek pada tubuh dengan cara memasuki badan lewat kulit. Campurkan minyak esensial dengan cara yang tepat, karena beberapa minyak aroma tidak mudah larut dalam air.

5. Konsep lemon (Citrus Limon)

a. Definisi Lemon (Citrus Limon)

Jeruk lemon atau jeruk asam berasal dari Cina dan India, dekat Himalaya. Buah ini diperkenalkan di Eropa oleh bangsa Arab pada abad ke-12. Bila masak, kulit buahnya berwarna kuning terang sampai oranye, berbintik-bintik seperti kulit jeruk pada umumnya. Jeruk lemon berukuran kecil, diameter 7-15 cm, bentuknya oval, daging buahnya terbagi 8-10 segmen, rasanya bervariasi; asam, manis, sepat dan menyegarkan. Tergantung varietasnya, jeruk asam ada yang berbiji, ada juga yang tanpa biji (Budiana, 2013). Di Indonesia, orang lebih mengenal jeruk nipis dari pada jeruk lemon, karena jeruk nipis lebih sering digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Bahkan sebagian orang salah mengartikan bahwa lemon sama dengan jeruk nipis (*Citrus aurantifolia*),

padahal jelas berbeda dari bentuk dan ciri-ciri buahnya. Walaupun sama dari famili jeruk dan berasa asam, namun lemon lebih unggul 23 dalam aroma citrus yang dimilikinya, sehingga banyak dijadikan bahan penambah citarasa dan aroma dalam industri kuliner selain manfaatnya untuk kecnatikan dan kesehatan (Muaris, 2013). Lemon (citrus lemon) sejenis jeruk yang dikenal juga dengan sebutan sitrun (dari Belanda, citroen), buahnya berbentuk bulat lonjong, ada tonjolan pada ujungnya, warna kulit nuah matang kuning cerah, rasanya asam, sepet, sedikit manis (Muaris, 2013).

b. Klasifikasi Ilmiah Lemon

- 1) Divisio : Plantae
- 2) Ordo : Sapindales
- 3) Famili : Rutaceae
- 4) Genus : Citrus
- 5) Spesies : Citrus Limon

Lemon memiliki sekitar 20 varietas. Namun dipasar Indonesia hanya ada jenis lemon tertentu, pada umumnya jenis Eureka dan Meyer. Beberapa jenis yang ditemukan, antara lain :

- a) Eureka lemon : sama dengan lemon pada umumnya, memiliki rasa asam, sepet, kulitnya kasar, terdapat biji, ada tonjolan di ujungnya.
- b) Libson lemon : rasanya sama dengan cureka lemon, namun kulitnya halus, tanpa biji, dan tidak ada tonjolan pada ujungnya.
- c) Meyer lemon (Citrus x Meyer) : lemon ini banyak di jumpai dipasar dan direstoran, memiliki flavour manis dan lebih aromatik (Muaris, 2013).

6. Kandungan dan Khasiat

a. Kandungan

Setiap 100 g yang setara dengan dua buah jeruk lemon ukuran sedang menyediakan 29 kalori, 1,1 g protein, 0,3 g lemak, 2,9 g gula alami, dan 2,8 g serat. Jeruk lemon mempunyai komposisi utama gula dan asam sitrat. Kandungan jeruk lemon antara lain flavonoid (flavanones), limonen, asam folat, tanin, vitamin (C, A, B1, dan P), dan mineral (kalium dan magnesium). Kandungan flavonoid inilah yang meningkatkan produksi empedu, flavonoid akan menetralkan cairan pencernaan asam yang dapat mengurangi rasa mual. Kulit jeruk lemon terdiri dari dua lapis. Bagian luar mengandung minyak esensial (6%) dengan komposisi limonen (90%), citral (5%), dan sejumlah kecil citronellal, alfa-terpineol, linalyl, dan geranyl acetate. Kulit jeruk lapisan dalam tidak mengandung minyak esensial, tetapi mengandung glikosida falvon yang pahit, derivat kumarin, dan pektin (Budiana, 2013); Nugrahani, 2017). Citrus bioflavonoid yang berfungsi sebagai antioksidan dan meningkatkan sirkulasi darah, flavonoid ini bisa ditemukan pada jeruk lemon, limau, flavonoid berperan dalam produksi hormon estrogen. Lemon (*Citrus limon* L) merupakan sumber flavonoid, asam sitrat, vitamin C dan mineral seperti kalium, kalsium, fosfor, natrium, besi dan seng, lemon memiliki senyawa flavonoid yang cukup tinggi, hasil penelitian pada air perasan lemon total flavonoidnya adalah 206,958 mg, vitamin C sebesar 27,364 mg (Yohanita, 2016). 25

b. Khasiat

Jeruk lemon rasanya pahit, bersifat dingin dan berbau aromatik. Khasiat lemon dalam kesehatan sangat beragam, antara lain untuk kesehatan pencernaan, metabolisme tubuh, hati, ginjal, bahkan sebagai antikanker. Selain itu lemon juga berkhasiat meluruhkan kencing (diuretik), antiradang, meningkatkan keluarnya liur, meringankan batuk,

dan meningkatkan sirkulasi pembuluh darah tepi (tungkai). Kandungan flavonones dan vitamin C pada jeruk lemon mempunyai khasiat antioksidan dan antikanker. Jeruk lemon digunakan untuk pengobatan penderita scurvy (penyakit akibat kekurangan vitamin C), kaki dan tangan (tungkai) baal dan nyeri akibat sirkulasi darah tidak lancar, wasir (hemoroid), varises (varicose vein), demam ringan, dan radang bronkus (saluran nafas). Kandungan limonene pada lemon juga bermanfaat untuk pengobatan batu empedu dan batu ginjal (Dalimartha & Adrian, 2013).

7. Mekanisme Aromaterapi Lemon terhadap Penurunan Mual Muntah.

Rasa mual dapat ditanggulangi dengan menggunakan terapi pelengkap antara lain dengan aromaterapi. Salah satu aromaterapi yang dapat menurunkan mual muntah dalam kehamilan adalah aromaterapi lemon. Aromaterapi lemon memberikan ragam efek bagi penghirupnya, seperti ketenangan, kesegaran, bahkan bisa membantu ibu hamil mengatasi mual. Setiap minyak essential memiliki efek farmakologis yang unik, seperti antibakteri, antivirus, diuretik, vasodilator, penenang, dan merangsang adrenal. Ketika minyak essential dihirup, memasuki hidung dan berhubungan dengan reseptor di cilia berhubungan dengan tonjolan olfaktorius yang berada di ujung saluran penciuman. Ujung dari saluran penciuman itu berhubungan dengan otak. Bau diubah oleh cilia menjadi impuls listrik yang diteruskan ke otak lewat sistem olfaktorius, semua impuls mencapai sistem limbik. Sistem limbik adalah bagian dari otak yang dikaitkan dengan suasana hati, emosi, memori dan belajar kita. Semua bau yang mencapai sistem limbik memiliki pengaruh kimia langsung pada suasana hati kita. Ketika semua impuls dari aromaterapi sampai di sistem limbik, impuls tersebut akan memblok serotonin (rasa ingin muntah) sehingga mual muntah dapat ditekan karena lemon sendiri memiliki manfaat untuk memblokir serotonin. Aromaterapi lemon merupakan jenis aromaterapi yang dapat digunakan untuk mengatasi mual muntah. Limone 70%, beta-pinene 11%, gammaterpinene 8%, citral 2%, trana-alpha-betgamodhine 0,4% adalah

kandungan yang terdapat dari minyak essential citrus limon yang memiliki manfaat sebagai mentaly, stimulating, antitheumatic, antispasmodic, hypotensive, antistress dan sedative. Limonene adalah kandungan dari citrus limon yang sangat bioavailable oleh paru manusia sebesar 70% dan 60% dimetabolisme atau direstribusi dengan cepat. Limonene, gammaterpirnene dan citral dapat menghambat kadar serum corticosterone dan monoamin di otak ketika mengalami stres fisik maupun psikologis sehingga dapat mengurangi stress (Pimenta et al, 2016).

Dalam penelitian (Ariska, P & Dewi Yulia Sari, 2017) lemon minyak esensial (citrus lemon) menjadi salah satu minyak herbal yang dianggap sebagai obat yang aman pada kehamilan, Lemon (Citrus limon) merupakan sumber flavonoid, asam sitrat, vitamin C dan mineral seperti kalium, kalsium, fosfor, natrium, besi dan seng. Lemon memiliki senyawa flavonoid yang cukup tinggi yang dapat mengurangi rasa mual, menurut peneliti penurunan rata-rata skor frekuensi mual muntah disebabkan aromaterapi mampu menurunkan skor frekuensi mual muntah pada kehamilan karena baunya yang segar dan membantu memperbaiki atau menjaga kesehatan, membangkitkan semangat, gairah, menyegarkan serta menenangkan jiwa, dan merangsang proses (Yohanita, 2016).