

PENGETAHUAN TENTANG PERUBAHAN FISIK IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA PADA TRIMESTER PERTAMA DI WILAYAH KERJA PUSKESKAS MARTAPURA TIMUR TAHUN 2020

Any Zahrotul Widniah*, Mila Fatia

Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Stikes Intan Martapura, Indonesia

Email : anyzahrotulwidniah@gmail.com

ABSTRAK

Ibu hamil harus memahami masalah tentang kesehatan selama menjalani kehamilan, akan terjadi perubahan pada seorang ibu saat mengalami kehamilan. Seperti perubahan pada bentuk fisik, psikologis, dan juga sosial. Terjadinya perubahan fisik pada wanita selama hamil disebabkan oleh beberapa efek khusus dari hormon. Tujuan pada penelitian ini yaitu ingin mengetahui gambaran pengetahuan tentang perubahan fisik ibu hamil primigravida pada trimester pertama di wilayah kerja Puskesmas Martapura Timur. Desain penelitian ini adalah *deskriptif*, dengan populasi pada penelitian ini sebanyak 25 orang, sampel yang diambil pada penelitian ini adalah 25 responden melalui metode *total sampling*, menggunakan *Instrument* kuesioner dan analisis menggunakan analisis distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukan rentan usia 20-30 tahun yaitu 14 (56%) responden, berdasarkan tingkat pendidikan yaitu SMA 13 (52%) responden, pekerjaan ibu tidak bekerja yaitu 21 (84%) responden, dan pengetahuan tentang perubahan ibu hamil primigravida pada trimester pertama mayoritas berkategori baik yaitu 12 responden (48%). Hasil pada penelitian ini dapat menjadi bahan informasi dan masukan dalam memberi pelayanan pada asuhan keperawatan yang komperhensif dan sebagai salah satu bahan penyuluhan kesehatan baik secara umum maupun secara khusus.

Kata kunci: pengetahuan, perubahan fisik, ibu hamil primigravida

ABSTRACT

Pregnant women need to know about health problems during pregnancy. With the occurrence of pregnancy a mother will experience changes, including physical and psychological changes, as well as social. All physical changes experienced by women during pregnancy are related to several systems caused by the special effects of hormones. The purpose of this study was to determine the description of knowledge about the physical changes of primigravida pregnant women in the first trimester in the working area of the eastern Martapura health center. The design of this study uses descriptive, the population in this study were 25 people, the number of samples taken in this study were 25 respondents through the total sampling method, using questionnaire instruments and analysis using frequency distribution analysis. The results of the study aimed at vulnerable people aged 20-30 years, namely 14 (56%) respondents, based on the level of education namely SMA 13 (52%) respondents, work of non-working mothers namely 21 (84%) respondents, and knowledge about changes in primigravida pregnant women in in the first trimester the majority were in the good category of 12 respondents (48%). see the results of this study can be used as information and input in providing comprehensive nursing care services and as health counseling materials both in general and specifically.

Keywords: knowledge, physical changes, primigravida pregnant women

Cite this as : Widniah, AZ, Fatia, M. (2021). Pengetahuan tentang Perubahan Fisik Ibu Hamil Primigravida pada Trimester Pertama di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura Timur Tahun 2020. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(1), 33-37.

PENDAHULUAN

Seorang ibu yang sedang hamil perlu mengetahui tentang penjelasan mengenai perubahan kehamilan. Pada proses kehamilan akan terjadi berbagai perubahan pada ibu, perubahan tersebut meliputi perutan yang membesar, adanya pembesaran lain pada bagaian anggota tubuh seperti payudara yang membesar,

bongkang yang membesar, dan pada akhir trimester akan terjadi pembengkakan pada bagian ekstermitas bawah dan hidung. Kemudian ibu juga akan sering mengeluh ingin buang air kecil, dan pernapasan yang tersengal-sengal (Prawirohardjo, 2006). Selain itu pada proses kehamilan seorang ibu juga kan lebih sensitive, seperti ibu yang akan lebih mengedepankan perasaan ini dapat

disebabkan oleh perubahan hormon. Hal ini juga di pengaruhi oleh faktor internal sehingga mepengaruhi masa transisi ibu hamil menuju masa menjadi seorang ibu.(Dewi & Sunarsih, 2011).

Perubahan yang terjadi pada ibu, ketika kehamilan biasanya susah untuk diperkirakan. Karena perubahan yang terjadi selama kehamilan akan berbeda pada setiap ibu hamil sesuai dengan pemahaman pada ibu hamil tentang perubahan yang terjadi selama menjalani masa kehamilan, yang akan mengakibatkan kesalahan dalam menyikapi perubahan tersebut. Menurut *World Healt Organization* (WHO), menunjukkan bahwa perubahan yang terjadi pada ibu hamil akan mempengaruhi kesehatan seorang ibu hami, 15% dari total ibu mengatakan perubahan yang terjadi akan berdampak pada kesehatan dan bahkan berdampak pada kematian pada ibu hamil. Di Indonesia sendiri menunjukkan angka kematian ibu (AKI) adalah salah satu masalah terbesar. Berdasarkan data pada tahun 2018 AKI di Kabubapen Banjar yaitu 93,3/100.000 kehamilan. Angka ini meningkat dibandingkn dengan tahun 2017 yaitu 91,00/100.000 kehamilan (Dinkes Kabupaten Banjar, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang di lakukan di Puskesmas Martapura Timur di dapatkan hasil, dari 10 orang didapatkan pada pengetahuan baik 2 orang, cukup 3 orang, kurang 5 orang. Hasil ini menunjukkan bahwa pada ibu hamil kurang mengetahui tentang perubahan fisik ibu hamil primigravida pada trimester pertama dan hasil wawancara yang dilakukan pada ibu hamil didapatkan, 3 dari 5 ibu hamil mengalami masalah mual muntah dari pagi hingga sore sehingga membuat ibu tidak nafsu makan. Hal ini karena merupakan pengalaman baru bagi ibu hamil dan juga kurangnya pemahaman informasi dan penjelasan dari tenaga kesehatan dan orang-orang di sekitarnya.

Berdasarkan penjelasan diatas, didapatkan hasil, bahwa pengetahuan ibu yang berpengaruh terhadap perubahan fisik yang terjadi selama ibu menjalani proses kehamila (Anonim, 2006).

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka peneliti ingin melakukan studi lebih dalam tentang perubahan fisik ibu hamil primigravida pada trimester pertama di wilayah kerja puskesmas Martaputa Timur.

METODE

Metode yang digunakan yaitu metode penelitian deskriptik, teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu *Total Sampling*. Populasinya adalah seluruh responden yang memenuhi kriteria penelitian yaitu ibu hamil yang berada di wilayah kerja puskesmas martapura timur dengan jumlah sampel sebanyak 25 orang.

Pengumpulan data menggunakan wawancara dengan menggunakan lembar kuesioner. Hasil dari kuesioner berupa jawaban responden yang diubah menjadi data

kuantitatif berupa skor nilai, dan data yang terkumpul tersebut dilakukan pengolahan data, melalui proses *editing* (penyuntingan data, lembar kode (*coding sheet*), memasukan data (*data entry*), dan tabulasi. Analisis data menggunakan distribusi frekuensi.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura Timur

Variabel	N	%
Umur		
<20 tahun	9	36
20-35 tahun	14	56
>35 tahun	2	8
Pendidikan		
SD	4	16
SMP	6	24
SMA	13	52
Perguruan Tinggi	2	8
Pekerjaan		
Ibu rumah tangga	21	84
Swasta	2	8
PNS	1	4
Total	25	100

Sumber : Data Primer yang sudah diolah (2020)

Berdasarkan pada tabel 1, diperoleh hasil responden terbanyak berumur 20-35 tahun yaitu 14 orang (56%) responden, untuk tingkat pendidikan responden mayoritas berpendidikan SMA berjumlah 13 responden (52%), dan untuk pekerjaan mayoritas adalah sebagai ibu rumah tangga yaitu 21 responden (84%)

Tabel 2: Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan tentang perubahan Fisik pada Ibu Hamil Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura Timur

Pengetahuan Primigravida	N	%
Baik	12	48
Cukup	9	36
Kurang	4	16
Total	25	100

Sumber : Data Primer yang Sudah Diolah (2020)

Berdasarkan pada tabel 2 didapatkan hasil bahwa mayoritas tingkat pengetahuan ibu hamil primigravida terhadap perubahan fisik yang terjadi pada tubuh selama masa kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Martapura Timur yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 12 responden (48%).

Tabel 3: Distribusi Frekuensi Tabulasi Silang Pengetahuan Responden dengan Variabel Usia, Pendidikan dan Pekerjaan

		Pengetahuan							
Umur	Kategori	Kurang		Cukup		Baik		Total	
		F	%	F	%	F	%	F	%
	<20	4	16	5	20	0	0	9	36
	20-35	0	0	4	16	10	40	14	56
	>35	0	0	0	0	2	8	2	8
Total								100	
Pendidikan	SD	2	8	2	8	0	0	4	16
	SMP	2	8	4	16	0	0	6	24
	SMA	0	0	3	12	10	40	13	52
	Tinggi	0	0	0	0	2	8	2	8
Total								100	
Pekerjaan	IRT	4	16	9	36	9	36	22	88
	Swasta	0	0	0	0	2	8	2	8
	PNS	0	0	0	0	1	4	1	4
Total								100	

Sumber : Data Primer Tahun 2020

Terlihat pada tabel di atas, mayoritas responden memiliki pengetahuan baik di rentang umur 20-35 tahun sebanyak 10 responden (40%), pendidikan responden mayoritas berpendidikan SMA memiliki tingkat pengetahuan yang baik yaitu sebanyak 10 responden (40%), dan mayoritas responden tidak bekerja (IRT) sebanyak 22 responden (88%), dan memiliki tingkat pengetahuan yang cukup dan baik sama yaitu sebanyak 9 responden (36%).

PEMBAHASAN

Sebuah proses yang bersumber dari rasa ingin tahu merupakan cikal bakal dari munculnya pengetahuan. Proses rasa ingin tahu ini timbul ketika kita melihat dan mendengar suatu objek tertentu yang di tangkap oleh panca indera kita (Notoatmodjo, 2012).

Latar belakang seseorang juga mempengaruhi tingkat pengetahuan seperti latar belakang pendidikan, latar belakang umur, dan latar belakang pekerjaan. Berdasarkan hasil pada tabulasi silang pada tabel 3, divariabel tingkat pengetahuan dengan umur diperoleh hasil mayoritas ibu hamil primigravida yang ada di wilayah kerja puskesmas Martapura Timur mempunyai tingkat pengetahuan baik, berjumlah 10 responden (40%) dan berada direntang umur 20-35 tahun. Hasil pada penelitian menunjukkan bahwa rentang umur 20-35 tahun merupakan umur yang tidak memiliki risiko dalam kehamilan. Rentang umur 20-35 tahun adalah usia subur seorang wanita, dan merupakan kondisi aman untuk seorang wanita mengalami proses kehamilan. Notoatmodjo (2012) menyatakan bahwa semakin bertambahnya umur seseorang maka proses perkembangan pengetahuan akan terlihat jelas bertambahnya tingkat pengetahuannya, ini dapat disebabkan oleh faktor umur. Karena semakin bertambah umur seseorang maka daya penangkapan

yang dimiliki dan pola pikir yang dimiliki seseorang semakin berkembang, hal ini akan membuat pengetahuan semakin membaik. Penelitian ini juga menemukan ibu hamil primigravida yang berumur kurang dari 20 tahun yaitu sebanyak 5 responden (20%), berpengetahuan dengan kategori cukup dan 4 responden (16%) berpengetahuan dengan kategori kurang. Hal ini dikarenakan proses kehamilan yang terjadi pada umur di bawah 20 tahun, berhubungan terhadap kesiapan ibu dalam menghadapi kehamilannya. Ibu hamil yang belum siap juga sangat berhubungan dengan tingkat pengetahuan dan pengalaman yang diterima ibu hamil. Berdasarkan Departemen Kesehatan RI, seorang ibu hamil yang berumur <20 tahun, kondisi uterus dan panggul ibu atau wanita belum berkembang dengan baik, kemudian kondisi psikis ibu yang masih belum siap untuk menanggung beban psikologis baik secara emosional dan mental yang terjadi akibat proses kehamilan.

Berdasarkan tabulasi silang antara variabel tingkat pengetahuan dengan pendidikan diperoleh hasil mayoritas responden berpendidikan SMA memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik yaitu sebanyak 10 responden (40%), Hal ini mungkin dikarenakan lingkungan di wilayah kerja Puskesmas Martapura Timur. Adapun untuk SD dan SMP memiliki tingkat pengetahuan cukup sebanyak 6 responden (24%) dan kurang 4 responden (16%). Berdasarkan Departemen Kesehatan, seseorang yang menempuh pendidikan dasar sembilan tahun sudah memiliki pengetahuan baik. Literatur lain juga menyebutkan, tingkatan pendidikan seorang wanita yang lebih tinggi dan ditunjang pekerjaan yang baik, maka akan memudahkan seorang wanita dalam mendapatkan sumber informasi seputar kesehatan reproduksi, khususnya tentang kesehatan ibu hamil. Memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi

akan membuat ibu hamil mengerti tentang Antenatal Care dan membuat didalam pemeliharaan kesehatan dan kehamilannya. Sedangkan akibat dari rendahnya pendidikan seorang ibu hamil dan minimnya pengetahuan ibu hamil tentang informasi kesehatan khususnya tentang kehamilan, maka akan membuat ibu hamil kurang memperhatikan kesehatan selama kehamilannya dan pada akhirnya dapat memicu resiko terjadinya bahaya saat mengandung.

Berdasarkan perkerjaan menunjukkan bahwa responden tidak bekerja yang mempunyai tingkat pengetahuan baik dan cukup memiliki jumlah responden sama yaitu sebanyak 9 responden (36%), dan mempunyai tingkat pengetahuan kurang sebanyak 4 responden (16%). Seorang ibu yang berkerja sebagai ibu rumah tangga akan akan lenih mudah dalam mencari sumber pengetahuan tentang perubahan bentuk fisik saat kehamilan dari berbagai media iformasi. Menurut penelitan yang dilakukan Intan (2016), menyatakan mayoritas pengetahuan seorang ibu hamil primigravida baik terhdap perubahan fisiologis yang terjadi pada tubuhnya saat mengalami masa kehamilan. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil dipengaruhi oleh faktor-faktor antara lain umur, pendidikan, dan pekarjaan (Intan, 2016).

Berdasarkan tabel 2, di dapatkan hasil ibu primigravida yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura Timur mayoritas memiliki pengetahuan tetang perubahan fisik dikategori baik yaitu sebesar 12 responden (48%). Hal ini karena tedapat kemampuan pola berpikir dan cara pandangan ibu hamil dalam menerima segala sumber informasi dari berbagai media massa, baik cetak maupun elektronik dan penyuluhan-penyuluhan yang di dapat dari tenaga kesehatan terutama yang di dapat dari bidan tentang pengertian perubahan fisik pada ibu hamil termasuk dalam golongan baik, sehingga ibu hami mengetahui apa pengertian perubahan fisik selama trimester satu. Suatu pengetahuan berawal dari keinginan tahu seseorang yang menjadi dasar dalam mempelajari sesuatu yang didapat. Hal ini yang mempengaruhi sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang cukup terhadap perubahan bentuk fisik saat menjalani masa awal kehamilan (Notoatmodjo, 2012). Ibu hamil memiliki banyak cara untuk mendapat kan iformasi tentang pengetahuan yang berhubungan dengan perubahan fisik yang terjadi selama menejalani masa kehamilan., informasi pengetahuan bisa didapat melalui media cetak maupun elektronik yang saat ini sangat mudah di akses dan dari petugas kesehatan baik dokter, bidan maupun perawat, sehingga dapat menambah tingkat pengetahuan seseorang. Bertambahnya pengetahuan seseorang juga dapat mempengaruhi perubahan perilaku seseorang (Notoatmodjo, 2012). Banyak faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seorang ibu primigravida, seperti pendidikan, informasi, budaya, pengalaman, status social ekonomi, umur dan pekerjaan (Puteri.SR,2012). Bertambahnya pengetahuan seorang ibu hamil primigrada akan membuat ibu

memahi proses perubahan fisik yang terjadi, seperti terjadi perubahan medasar pada alat reproduksi ibu selama menjalani masa kehamilan, dan ini akan berubah dengan seiringnya pertumbuhan yang terjadi pada janin (Rawirohardjo.S, 2010). Tingkat pengetahuanresponden yaitu ibu hamil mengenai ciri-ciri perubahan yang terjadi saat menjalani masa kehamilan memiliki kategori baik. hal ini dikarenakan ibu hamil saat ini sudah mulai memahami pentingnya pemeriksa kesehatan saat kehamilan ata yang disebut dengan *Antenatal Care*, dengan rutinya ibu melakukan pemeriksaan kehamilan maka seorang ibu juga bisa menambah informasi seputar kesehatan kehamilan dan perubahan fisik saat menjalani masa kehamilan baik peribahan fisik maupun psikologis, selain ibu hamil juga bisa mendapatkan informasi dari media social tentang kesehatan dan perubahan yang terjadi selama menjalani kehamilan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengetahuan tentang perubahan fisik yang terjadi di trimester awal pada ibu hamil primigravida, untuk pengetahuan didapatkan hasil berpengetahuan baik sebanyak 12 responden (48%), sedangkan 9 responden (36%) berpengetahuan cukup, dan sebanyak 4 responden (16%) yang memiliki pengetahuan kurang. Hal ini dikarenakan banyak faktor yang memperngaruhi pengetahuan sesorang seperti umur, pendidikan dan pekerjaan. Banyaknya sarana dan media saat ini juga menjadi faktor bertambahnya pengetahuan seseorang sehingga memudahkan ibu hamil dalam memperoleh informasi.

SARAN

Pengetahuan tentang perubahan fisik pada ibu hamil primigravida trimester pertama sebaiknya dipertahankan dan sebaiknya ibu hamil lebih aktif dalam menambah pengetahuan tentang proses perubahan saat menjalani masa kehamilan dengan memperoleh pengetahuan dari berbagai sumber informasi baik melalui media massa cetak maupun elektronik, dan perugas kesehatan yang memlayani ibu hamil primigravida saat melakukan *Antenatal Care* yang berada di layanan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul Hidayat, A Aziz. 2007. Metode Penelitin Keperawatan dan Teknik Analisis Data. Jakarta: Salemba Medika.
- Anonim. 2006. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Arikunto, S. 2006. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aspiani, R.Y.2017. asuhan keperawatan maternitas aplikasi NANDA, NIC dan NOC. Jakarta: CV Trans Info Media.
- Darmadi, Hamid. 2013. Metode Penelitian Pendidikan dan Sosial. Bandung : Alfabet.

- Evayanti, Yulistiana. 2015 . Hubungan Pengetahuan Ibu dan Dukungan Suami Pada Ibu Hamil Terhadap Keteraturan Kunjungan Antenatal Care (ANC) Di Puskesmas Wates Lampung Tengah Tahun 2014. *Jurnal Kebidanan*. Vol.1, No 2, Juli 2015.
- Hutahaean, Serry. 2013. "Perawatan Antenatal". Jakarta: Salemba Medika.
- Iqbal Mubarak, Wahit. 2012. Ilmu Kesehatan Masyarakat Konsep dan Aplikasi dalam Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika.
- Irianti, Bayu., dkk. (2013). Asuhan Kehamilan Berdasarkan Bukti, Jakarta : CV Sagung Seto.
- Kurnia, S. N. Etika Profesi Kebidanan. Yogyakarta: Panji Pustaka; 2009.
- Kemenkes RI, 2013. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Pusat Data dan Informasi.
- Kemenkes RI, 2011. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Pusat Data dan Informasi.
- Kemenkes RI, 2010. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Pusat Data dan Informasi.
- Notoatmodjo S. 2005. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoadmojo, S., 2012. Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. 2013. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis : Jakarta : SalembaMedika.
- Nursalam. 2008. Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan. Jakarta : Salemba Medika
- Nursalam. 2011. Proses dan Dokumentasi Keperawatan Konsep dan Praktik. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. 2017. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. (P. P. Lestari, Ed.) (4th ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Puteri SR. 2012 .Tingkat pengetahuan ibu primigravida tentang perubahan fisiologi kehamilan di BPS Ariyanti Gemolong Sragen.
- rawirohardjo S. 2010. Ilmu Kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 213.
- Salmah, dkk. (2006). Asuhan Kebidanan Antenatal. Cetakan. Ke-1. Jakarta. EGC.
- Sari, Rury Narurita. 2012. Konsep Kebidanan. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sugiyono. 2013. Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta