

JURNAL MEDIKES

FAKTOR RISIKO LINGKUNGAN YANG BERHUBUNGAN DENGAN STUNTING PADA ANAK DI INDONESIA: LITERATUR REVIEW

Eko Handoyo, Tri Joko, Yuni Pradilla Fitri

PENGARUH EDUKASI KESEHATAN REPRODUKSI MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP CALON PENGANTIN DALAM PERENCANAAN KEHAMILAN SEHAT DI "KUA" CIBADAK LEBAK BANTEN

Dina Sri Mawaddah, M. Alamsyah Azis, Hadi Susiarno

EFEKTIVITAS JUS KACANG KEDELAI TERHADAP PRODUKSI ASI IBU MENYUSUI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MALAIMSIMSA KOTA SORONG

Vera Iriani Abdullah, Vini Yuliani, Medelin Liana Makatita

PERAN ORANG TUA PADA TUMBUH KEMBANG ANAK PRASEKOLAH DENGAN PENGGUNAAN GADGET DI BANDA ACEH

Fitria, Rehमितamalem, Reka Julia Utama

TINGKAT LITERASI KESEHATAN DAN HUBUNGANNYA DENGAN DIABETICS SELF MANAGEMENT PADA KLIEN DENGAN DIABETES MELLITUS TYPE 2

Yunita Sari, Cucuk Kunang Sari

RESILIENSI REMAJA YANG PERNAH MENGALAMI KEHAMILAN TIDAK DI INGINKAN AKIBAT HUBUNGAN SEKS SEBELUM MENIKAH: STUDI KUALITATIF

Putri Eka Sejati¹, Nining Istighosah², Panjarut Laisuwannachart³

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI DAN KEPATUHAN DIET TERHADAP KADAR KOLESTEROL DARAH PENDERITA PENYAKIT JANTUNG KORONER

Mumpuni, Indah Kusumastuti, Suryani Manurung

EFEKTIVITAS SENAM MARYAM TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER TIGA DI PUSKESMAS MANDALA

Tutik Iswanti, Ayi Tansah Rohaeti

PENGARUH EDUKASI KESEHATAN BERBASIS VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMK-N 4 PALANGKA RAYA

Pella Riani, Wahidah Sukriani, Yeni Lucin

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN PREMENSTRUAL SYNDROME DI MASA PANDEMIC COVID19 PADA MAHASISWI POLTEKKES KEMENKES BANTEN

Ema Hikmah, Parta Suhandana

PENGARUH MINUM JAHE MERAH TERHADAP RASA NYERI PERSALINAN KALA II PADA PRIMIGRAVIDA DI KLINIK MUTIARA MEDIKA RANGKASBITUNG

Nintinjri Husnida, Kadar Kuswandj, Yayah Rokayah

Diterbitkan Oleh :

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANTEN

JURNAL MEDIKES

JURNAL MEDIA INFORMASI KESEHATAN

DAFTAR ISI

FAKTOR RISIKO LINGKUNGAN YANG BERHUBUNGAN DENGAN STUNTING PADA ANAK DI INDONESIA: LITERATUR REVIEW	159 - 174
PENGARUH EDUKASI KESEHATAN REPRODUKSI MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP CALON PENGANTIN DALAM PERENCANAAN KEHAMILAN SEHAT DI "KUA" CIBADAK LEBAK BANTEN	175 - 190
EFEKTIVITAS JUS KACANG KEDELAI TERHADAP PRODUKSI ASI IBU MENYUSUI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MALAIMSIMSA KOTA SORONG	191 - 202
PERAN ORANG TUA PADA TUMBUH KEMBANG ANAK PRASEKOLAH DENGAN PENGGUNAAN GADGET DI BANDA ACEH	203 - 218
TINGKAT LITERASI KESEHATAN DAN HUBUNGANNYA DENGAN DIABETICS SELF MANAGEMENT PADA KLIEN DENGAN DIABETES MELLITUS TYPE 2	219 - 230
RESILIENSI REMAJA YANG PERNAH MENGALAMI KEHAMILAN TIDAK DI INGINKAN AKIBAT HUBUNGAN SEKS SEBELUM MENIKAH: STUDI KUALITATIF	231 - 278
HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI DAN KEPATUHAN DIET TERHADAP KADAR KOLESTEROL DARAH PENDERITA PENYAKIT JANTUNG KORONER	279 - 294
EFEKTIVITAS SENAM MARYAM TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER TIGA DI PUSKESMAS MANDALA	295 - 306
PENGARUH EDUKASI KESEHATAN BERBASIS VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMK-N 4 PALANGKA RAYA	307 - 320
FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN PREMENSTRUAL SYNDROME DI MASA PANDEMIC COVID19 PADA MAHASISWI POLTEKKES KEMENKES BANTEN	321 - 330
PENGARUH MINUM JAHE MERAH TERHADAP RASA NYERI PERSALINAN KALA II PADA PRIMIGRAVIDA DI KLINIK MUTIARA MEDIKA RANGKASBITUNG	331 - 352

FAKTOR RISIKO LINGKUNGAN YANG BERHUBUNGAN DENGAN STUNTING PADA ANAK DI INDONESIA: LITERATUR REVIEW

ENVIRONMENTAL RISK FACTORS ASSOCIATED WITH CHILD STUNTING IN INDONESIA: LITERATURE REVIEW

Eko Handoyo¹, Tri Joko¹, Yuni Pradilla Fitri²

¹Kesehatan Lingkungan, Universitas Diponegoro, ²Dinas Kesehatan Kota Tangerang
Korespondensi : handoyobaim@gmail.com

ABSTRACT

Stunting is a disorder of growth and development of children due to chronic malnutrition and recurrent infections, which is characterized by the length or height below the standard. Indonesia is included in the third country with the highest prevalence in the Southeast Asia region. The results of the 2018 Basic Health Research (Riskesdas) show that the prevalence of stunting in under-five children in Indonesia is 30.8%. In 2022, through the Indonesian Nutrition Status Survey (SSGI) the stunting prevalence in under-five children in Indonesia has decreased to 21.6%. The purpose of this study was to determine environmental risk factors for stunting. The method in this study uses the literature review method by selecting data sources according to the desired topics and criterias. The database used in the source search is google scholar and ejournal.undip.ac.id, with the keywords water, sanitation, hygiene, and stunting. The results of studies from 10 scientific journals on environmental risk factors for stunting show that water, sanitation and hygiene are risk factors for stunting.

Keywords: Water, Sanitation, Hygiene, Stunting

ABSTRAK

Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang kesehatan. Indonesia termasuk ke dalam negara ketiga dengan prevalensi tertinggi di regional Asia Tenggara. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi stunting pada balita di Indonesia sebesar 30,8%. Tahun 2022, melalui Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) angka stunting pada balita di Indonesia mengalami penurunan menjadi 21,6%. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor risiko lingkungan dengan kejadian stunting (Kementerian PPN/ Bappenas, 2018). Metode pada penelitian ini

menggunakan metode literatur review dengan memilih sumber data sesuai dengan topik dan kriteria yang diinginkan. Database yang digunakan dalam pencarian sumber adalah google scholar dan ejournal.undip.ac.id, dengan kata kunci air, sanitasi, hygiene, dan stunting. Hasil studi dari 10 jurnal ilmiah tentang faktor risiko lingkungan yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita adalah air baik air minum atau air bersih, fasilitas sanitasi yang meliputi jamban sehat, pengolahan sampah dan air limbah, serta perilaku hygiene berupa kebiasaan cuci tangan dengan sabun merupakan risiko stunting.

Kata kunci : Air, Sanitasi, Hygiene, Stunting

PENDAHULUAN

Salah satu prioritas pembangunan kesehatan adalah perbaikan gizi, khususnya stunting karena dapat berdampak pada risiko penurunan kemampuan produktif dan kualitas sumber daya manusia, sehingga upaya pencegahan dan penanggulangan stunting penting untuk dilakukan. Stunting dapat menyebabkan peningkatan mortalitas dan morbiditas, penurunan perkembangan kognitif, motorik, dan bahasa, perawakan yang pendek, peningkatan risiko untuk obesitas dan komorbidnya, serta penurunan kesehatan reproduksi. Balita yang mengalami stunting akan beresiko dan menghambat pertumbuhan dan perkembangan pada masa dewasa, seperti kesakitan, kematian, gangguan

pertumbuhan fisik, gangguan perkembangan mental, kognitif dan gangguan perkembangan motorik, sehingga saat dewasa sulit untuk bersaing dalam hal akademis atau non akademis (Jensen, Berens and Nelson, 2017).

Indonesia termasuk ke dalam negara ketiga dengan prevalensi tertinggi di regional Asia Tenggara. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi stunting pada balita di Indonesia sebesar 30,8%. Tahun 2022, melalui Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) angka stunting pada balita di Indonesia mengalami penurunan menjadi 21,6%. Namun, angka tersebut menunjukkan bahwa stunting pada balita

di Indonesia masih merupakan masalah Kesehatan Masyarakat yang termasuk kategori tinggi (WHO, 2019).

Stunting bisa disebabkan karena penyebab langsung dan penyebab tidak langsung. Penyebab langsung mulai dari akses ke makanan yang sehat bergizi di dukung perilaku pemberian makanan, melingkupi kebersihan dan hygiene, akses terhadap pelayanan kesehatan serta kesehatan lingkungan yaitu akses air bersih, sanitasi dan air minum yang aman. Penyebab tidak langsung meliputi tingkat ekonomi, urbanisasi, globalisasi, jaminan sosial, pelayanan kesehatan, pembangunan pertanian dan pemberdayaan Perempuan (Badan Pusat Statistik, 2018).

Hasil *systematic review* dan meta-analisis menunjukkan bahwa konsentrasi bakteri indikator feses rumah tangga pada air minum berkaitan dengan hasil kesehatan yang merugikan pada anak, dimana semakin tinggi konsentrasi bakteri (*e. coli*, *coliform*) yang terdapat pada air minum, maka semakin tinggi resiko terjadinya diare dan semakin rendah skor tinggi badan

menurut umur pada balita². Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa berbagai variabel lingkungan berpengaruh terhadap kejadian stunting meliputi sumber air minum, jenis jamban, pengolahan air limbah, pengolahan sampah, mengolah air minum, pestisida dan paparan asap rokok (Otsuka *et al.*, 2019), (Purba *et al.*, 2020), (Torlesse *et al.*, 2016).

Penanganan stunting dilakukan melalui intervensi spesifik dan sensitif yang dilaksanakan secara konvergen, holistik, integratif, dan berkualitas melalui kerja sama multisektor di pusat, daerah, dan desa (Irianti *et al.*, 2019). Peningkatan kesehatan lingkungan merupakan salah satu intervensi sensitif dalam upaya percepatan penurunan stunting, dimana sumber air minum, kualitas air minum, sanitasi dasar seperti jamban sehat, pengelolaan sampah dan air limbah, serta perilaku hygiene berupa kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun merupakan hal yang penting diperhatikan untuk mendukung pertumbuhan balita secara optimal. Tujuan umum penelitian ini adalah untuk melakukan tinjauan

sistematis terhadap bukti ilmiah mengenai faktor resiko lingkungan yang berhubungan dengan stunting di Indonesia

METODE

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan *literature review*. Sumber data yang digunakan adalah jurnal publikasi ilmiah menggunakan kata kunci air, sanitasi, hygiene, dan stunting, yang diakses pada bulan Maret-Mei tahun 2023 dengan rentang penerbitan jurnal publikasi dari tahun 2019-2023. *Database* yang digunakan dalam pencarian sumber adalah Google Scholar, portal E-journal Undip, Scopus, ScienceDirect, Pubmed, dan Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia. Kriteria inklusi pada pencairan publikasi ilmiah adalah jurnal-jurnal yang dipublikasikan, dengan lokasi penelitian di Indonesia dan dapat diakses secara *full text* sesuai dengan tujuan penelitian dan materi yang relevan. Pemilihan artikel ditapis dengan membaca sekilas judul kemudian meninjau abstrak untuk menilai kesesuaian dengan topik

penelitian. Data yang diperoleh ditelaah, kemudian dibahas dan disusun secara sistematis.



Gambar 1. Diagram alur pemilihan artikel

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari 10 artikel yang dikaji, sebagian besar (70%) menggunakan desain penelitian *cross sectional* dan sisanya (30%) menggunakan desain *case control*. Hasil *review* menunjukkan bahwa faktor lingkungan yang berhubungan dengan kejadian stunting

antara lain kualitas sarana sanitasi dan perilaku penghuni; kualitas cuci tangan pakai sabun (CTPS) ibu yang buruk; sumber air minum yang tidak layak dan pengumpulan sampah yang tidak tepat; serta pemberian ASI eksklusif pada

baduta. Data artikel yang dilakukan literatur *review* ditunjukkan melalui Tabel 1.

No	Penulis Tahun	Judul	Metode	Jumlah Sampel	Variabel	Hasil
1	(Nurjazuli <i>et al.</i> , 2023).	Environmental factors related to children diagnosed with stunting 3 years ago in Salatiga City, Central Java, Indonesia	<i>Cross-sectional</i>	251	Sumber air minum, jenis jamban, pengolahan air limbah, pengolahan sampah, mengolah air minum	Tidak ada hubungan antara jenis sumber air (P=1,00; PR = 1,00; 95% CI = 0,60—1,66), jenis jamban (P=0,63; PR = 0,81; 95% CI = 0,45—1,48), kepemilikan pengolahan air limbah (P=0,74; PR = 0,79; CI 95% = 0,35—1,76), kepemilikan sumur resapan (P=0,63; PR = 1,17; 95% CI = 0,72-1,92), dan keberadaan tempat sampah di dalam rumah (P=1.00) dengan kejadian stunting.
2	(Mulyaningsih <i>et al.</i> , 2021)	Beyond personal factors: multilevel determinants of childhood stunting in Indonesia.	<i>Cross-sectional</i>	8045	air, sanitasi dan kebersihan	Risiko stunting lebih tinggi pada anak-anak yang tinggal di masyarakat tanpa akses terhadap air, sanitasi, dan kebersihan. Tidak memiliki akses ke sanitasi (OR= 1,27, 95% CI=1,10–1.46) dan kurangnya akses kebersihan (OR= 1,52, 95% CI=1,28–1,80) dikaitkan dengan risiko mengalami stunting lebih tinggi.
3	(Purba <i>et al.</i> , 2020)	Environmental sanitation and incidence of	<i>Cross-sectional</i>	152	Kualitas air bersih, kualitas air limbah,	Ada hubungan yang bermakna antara kualitas fisik air bersih (p=0,036),

No	Penulis Tahun	Judul	Metode	Jumlah Sampel	Variabel	Hasil
		stunting in children aged 12-59 months in Ogan Ilir Regency.			kualitas jamban, paparan pestisida dan paparan rokok	kualitas saluran air limbah (p=0,011), dan kualitas jamban (p=0,005) dengan kejadian stunting. Kualitas CTPS ibu tidak berhubungan dengan kejadian stunting namun merupakan faktor risiko terjadinya stunting (p = 0,116; OR= 3,923; CI 95%=0,678-22,705). Riwayat penyakit infeksi (p=0,100), personal hygiene (p=0,347), paparan pestisida (p=0,06), dan paparan asap rokok (p=0,077) tidak berhubungan dengan kejadian stunting.
4	(Dwipayanti <i>et al.</i> , 2020)	Potential association of sanitation factors on stunting incidences among children 2020 under age 5 in Bali Province Indonesia.	<i>Case-Control</i>	202	faktor kesehatan lingkungan (5 Pilar STBM), buang air besar sembarangan serta jarak kandang ternak dengan rumah	Faktor-faktor kesehatan lingkungan yang berhubungan signifikan dengan terhadap kejadian stunting yaitu Pilar 1 STBM terkait buang air besar sembarangan serta pembuangan tinja anak (AOR=2.09; 95% CI: 1,0-4,3) dan jarak kandang ternak ke rumah (AOR=1,8; 95% CI: 1-3,28).
5	(Herawati, Anwar and Setyowati, 2020).	Hubungan sarana sanitasi, perilaku penghuni, dan kebiasaan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) oleh ibu dengan kejadian pendek (stunting) pada batita usia 6-24 bulan di wilayah kerja Puskesmas Harapan Baru, Samarinda	<i>Case-control</i>	38	sarana sanitasi; perilaku penghuni; CTPS	Ada hubungan antara kualitas sarana sanitasi (p=0,000; OR=31,875; CI 95%=5,093-199,480); perilaku penghuni (p = 0,000; OR = 18,417; CI 95% = 3,182-106,585) dengan kejadian stunting. Tidak ada hubungan antara kualitas CTPS yang dimiliki Ibu dengan kejadian stunting (p = 0,116; OR= 3,923; CI 95%=0,678-22,705).

No	Penulis Tahun	Judul	Metode	Jumlah Sampel	Variabel	Hasil
6	(Otsuka <i>et al.</i> , 2019)	Risk factors for undernutrition and diarrhea prevalence in an urban slum in Indonesia: focus on water, sanitation, and hygiene.	<i>Cross-sectional</i>	228	Lingkungan rumah tangga (sumber air minum, jenis jamban, saluran pembuangan); pengetahuan dan kesadaran WASH, serta perilaku mencuci tangan	Pada analisis regresi logistik multivariat, tidak menggunakan handuk saat mencuci tangan (AOR=2,37; 95% CI=1,13–4,96) secara signifikan dikaitkan dengan peningkatan risiko stunting. Anak-anak dari rumah tangga yang menggunakan air keran sebagai air minum secara signifikan terkait dengan peningkatan risiko stunting (AOR=2,26; 95% CI=1,03–4,93) dan wasting (AOR=2,88; 95% CI=1,13–7.35) dibandingkan dengan rumah tangga yang menggunakan air tangki. Anak-anak dari rumah tangga yang menggunakan wadah terbuka untuk penyimpanan air secara signifikan terkait dengan peningkatan risiko diare (AOR=5,01; 95% CI=1,08–23,15).
7	(Irianti <i>et al.</i> , 2019)	The role of drinking water source, sanitation, and solid waste management in reducing childhood stunting in Indonesia.	<i>Cross-Sectional</i>	2.571	Air minum, fasilitas sanitasi	Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan antara akses air bersih dengan kejadian stunting pada anak ($p < 0.05$).
8	(Alfadhila Khairil Sinatrya and Lailatul Muniroh, 2019)	Hubungan faktor Water, Sanitation, and Hygiene (WASH) dengan stunting di wilayah kerja Puskesmas Kotakulon,	<i>Case-control</i>	33 kasus dan 33 kontrol	Sumber air minum, kualitas fisik air minum, kepemilikan jamban, dan kebiasaan cuci tangan ibu	Kebiasaan cuci tangan merupakan faktor risiko terjadinya stunting pada balita ($p < 0,001$; OR=0,12). Sumber air minum ($p=0,415$), kualitas fisik air minum ($p=0,58$) dan kepemilikan jamban ($p=0,22$) bukan

No	Penulis Tahun	Judul	Metode	Jumlah Sampel	Variabel	Hasil
		Kabupaten Bondowoso.				merupakan faktor risiko terjadinya stunting.
9	(Rizal and van Doorslaer, 2019)	Reasons for the decline in Indonesia's socioeconomic gap in childhood stunting.	<i>Cross-Sectional</i>	4247 (2007) dan 4723 (2014)	Air minum aman, Sanitasi, Kebersihan lingkungan	Sebanyak 13 provinsi di Indonesia mengalami penurunan prevalensi stunting antara tahun 2007 dan 2014. Hal ini terkait dengan peningkatan akses terhadap air minum yang aman (p= 0,011) dan sanitasi (p=0,035).
10	(Siswati, 2019)	Risk factors for stunting and severe stunting among under five years children in rural areas in Indonesia.	<i>Cross-Sectional</i>	18.225	Ekonomi menengah ke bawah, pendapatan, kebersihan air dan sanitasi (WASH)	Risiko stunting pada anak usia 0-5 tahun di pedesaan Indonesia meningkat karena kurangnya air, sanitasi, dan higiene (WASH) (p= 0,001; OR=1,45).

Faktor air dengan kejadian stunting pada balita

Sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa anak-anak di bawah usia lima tahun lebih mungkin mengalami stunting jika mereka memiliki akses ke air yang tidak bersih atau tidak diolah. Hasil *review* terhadap 5 artikel menunjukkan bahwa secara statistik terdapat hubungan antara jenis sumber air dan akses terhadap air bersih. Penelitian oleh Mulyaningsih, dkk (2021) menunjukkan risiko stunting lebih tinggi untuk anak-anak yang

tinggal di masyarakat tanpa akses ke air, sanitasi dan kebersihan (Mulyaningsih *et al.*, 2021). Otsuka, dkk (2019) menunjukkan penyimpanan air secara signifikan berhubungan dengan prevalensi diare pada anak. Anak-anak dari rumah tangga yang menggunakan air keran sebagai air minum secara signifikan terkait dengan peningkatan risiko stunting dan kurus dibandingkan dengan rumah tangga yang menggunakan air tangki (AOR=2,26; 95% CI=1,03–4,93 dan AOR=2,88; 95% CI=1,13–7.35). Selain

itu, anak-anak dari rumah tangga yang menggunakan wadah terbuka untuk penyimpanan air secara signifikan terkait dengan peningkatan risiko diare (AOR=5,01; 95%CI=1,08–23,15) (Otsuka *et al.*, 2019).

Hasil penelitian Irianti S, dkk (2019) menunjukkan bahwa sumber air minum yang tidak layak dan pengumpulan sampah yang tidak tepat berkaitan dengan adanya kemungkinan lebih tinggi pada anak untuk mengalami stunting. Hasil analisis menunjukkan adanya pengaruh signifikan dengan nilai $p < 0.05$ antara akses air bersih dengan stunting pada anak, artinya terdapat hubungan antara akses air bersih dengan kejadian stunting pada anak (Irianti *et al.*, 2019). Penelitian Purba, dkk (2020) menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara kualitas fisik air bersih dengan kejadian stunting ($p = 0,036$) (Purba *et al.*, 2020). Sementara itu, penelitian Siswati (2019) menunjukkan risiko stunting pada anak usia 0-5 tahun di pedesaan Indonesia meningkat karena kurangnya air, sanitasi, dan higiene (WASH) ($p = 0,001$; OR=1,45)

(Siswati, 2019), sedangkan pada penelitian Nurjazuli, dkk (2023) yang dilakukan di kota Salatiga menyatakan jenis sumber air tidak berhubungan nyata dengan kejadian stunting pada balita ($p = 1,00$; PR=1,00; 95%CI=0,60—1,66) (Nurjazuli *et al.*, 2023). Penelitian Bambang WP dkk (2021), ditemukan bahwa variabel yang berkorelasi secara signifikan dengan kandungan E.coli dalam air minum yaitu wadah air minum dan praktek cuci tangan pakai sabun. Hasilnya menunjukkan E.coli terdeteksi pada 174 (58%) sampel air rumah tangga. Kondisi wadah air (OR =2,60; CI 95%: 1.18–5.71) dan kebiasaan mencuci tangan pakai sabun (OR=1,65; 95%CI 1.04 – 2,62) berhubungan signifikan dengan keberadaan air E. Coli dalam air (Wispriyono *et al.*, 2021).

Diperkirakan 829.000 kematian akibat penyakit diare diperkirakan disebabkan oleh WASH yang tidak aman di 2016. Penyakit lain yang disebabkan oleh WASH yang tidak memadai antara lain infeksi saluran pernapasan akut, malnutrisi, malaria, infeksi cacing yang ditularkan melalui

tanah, schistosomiasis dan trakoma. Selain itu, enteropati lingkungan, kondisi peradangan subklinis kronis pada usus, yang berhubungan dengan kontaminasi feses terhadap lingkungan, mungkin merupakan jalur mediasi utama untuk efek buruk pada anak status gizi dan perkembangan dari WASH yang tidak memadai (WHO and UN, 2021). Risiko stunting juga lebih tinggi pada anak-anak yang tinggal di komunitas yang tidak memiliki akses WASH bersih (Mulyaningsih *et al.*, 2021).

Faktor sanitasi dengan kejadian stunting pada balita

Sebagian besar temuan literatur di Indonesia tentang sanitasi menyangkut penggunaan fasilitas jamban, khususnya kepemilikan jamban, jenis jamban yang digunakan, jamban yang tidak memiliki *septictank*, tingkat kebersihan jamban, dan buang air besar sembarangan. Perilaku membuang tinja anak tidak ke jamban berhubungan dengan peningkatan kejadian stunting pada balita (Cumming and Cairncross, 2016), (Dwipayanti *et al.*, 2020),

(Mulyaningsih *et al.*, 2021), (Otsuka *et al.*, 2019), (Rizal and van Doorslaer, 2019).

Hasil *review* dari 6 studi menunjukkan bahwa secara statistik terdapat hubungan antara sanitasi dengan resiko kejadian stunting pada balita di Indonesia. Penelitian oleh Mulyaningsih, dkk (2021) menunjukkan risiko stunting lebih tinggi untuk anak-anak yang tinggal di masyarakat tanpa akses ke air, sanitasi dan kebersihan (Mulyaningsih *et al.*, 2021). Dwipayanti, dkk (2019) menunjukkan faktor-faktor kesehatan lingkungan yang berhubungan signifikan dengan kejadian stunting yaitu Pilar 1 STBM terkait buang air besar sembarangan dan pembuangan tinja (AOR=2.09; 95%CI: 1,0-4,3) serta jarak kandang ternak ke rumah (AOR=1,8; 95%CI: 1 - 3,28) (Dwipayanti *et al.*, 2020). Hasil penelitian Herawati H, dkk (2020) menunjukkan terdapat hubungan antara kualitas sarana sanitasi ($p = 0,000$; OR=31,875; CI95% =5,093-199,480) (Herawati, Anwar and Setyowati, 2020). Otsuka, dkk (2019) menunjukkan bahwa pengumpulan sampah yang

tidak tepat berkaitan dengan lebih tingginya kemungkinan stunting pada anak (Otsuka *et al.*, 2019). Selain itu, Purba, dkk (2020) menyatakan bahwa kualitas saluran air limbah berkorelasi signifikan pula dengan kejadian stunting ($p=0,011$). Hubungan yang bermakna juga ditemukan antara kualitas jamban dengan kejadian stunting ($p=0,005$) (Purba *et al.*, 2020). Penelitian Rizal MF, dkk (2019) menemukan bahwa ketersediaan sanitasi yang memadai berkontribusi paling besar terhadap stunting pada balita (Rizal and van Doorslaer, 2019), sedangkan Sinatrya, dkk (2019) menunjukkan kepemilikan jamban ($p=0,22$) bukan merupakan faktor risiko dari stunting (Alfadhila Khairil Sinatrya and Lailatul Muniroh, 2019).

Ketersediaan air bersih akan menentukan kualitas sanitasi lingkungan lainnya, misalnya jamban akan dapat digunakan dengan baik jika selalu tersedia air bersih yang cukup dan berkualitas. Keterbatasan akses air bersih seringkali menjadi kendala bagi balita atau ibu dalam praktik kebersihan yang baik dan dalam menyiapkan

makanan yang aman untuk balita. Penggunaan jamban yang baik akan mencegah terjadinya pencemaran lingkungan dan menghindari penularan penyakit. Penggunaan air bersih yang memenuhi syarat untuk kebutuhan rumah tangga seperti air baku untuk kebutuhan air minum, mencuci peralatan makan, mencuci bahan makanan, air baku untuk memasak, serta untuk keperluan kebersihan seperti obat kumur atau sikat gigi, bermanfaat untuk mengurangi resiko dari infeksi gastrointestinal (Goddard *et al.*, 2020).

Penggunaan jamban sehat dapat memutus mata rantai penularan penyakit menular. Jamban dengan kualitas yang memenuhi syarat akan mencegah vektor penyebaran penyakit bagi yang menggunakan jamban juga lingkungan sekitar. Jamban yang tidak sehat juga menimbulkan pencemaran terhadap air tanah seperti sumur dan pencemaran air permukaan seperti sungai yang memungkinkan terjadinya penularan penyakit menular. Sanitasi menyangkut teknologi dan perilaku yang berfungsi untuk mencegah kontak

kotoran dan manusia. Hygiene biasanya digunakan untuk mencuci tangan dengan sabun pada saat-saat kritis, misalnya setelah buang air besar dan sebelum makan (WHO and UN, 2021).

Faktor hygiene dengan kejadian stunting pada balita

Sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa balita di Indonesia lebih mungkin mengalami stunting jika mereka tidak berperilaku hygiene yang baik. Beberapa praktik hygiene yang berhubungan dengan kejadian diare antara lain jenis toilet, kebersihan toilet, frekuensi membersihkan toilet, menggunakan sandal saat ke toilet dan bahan yang digunakan setelahnya, di antaranya bahan-bahan cuci tangan, ketersediaan sabun, pembersihan toilet, serta frekuensi pembersihan toilet. Hasil *review* terhadap 5 artikel menunjukkan bahwa secara statistik terdapat hubungan signifikan antara sanitasi dengan resiko kejadian stunting pada balita di Indonesia. Penelitian yang dilakukan oleh Mulyaningsih, dkk (2021) menunjukkan risiko terjadinya stunting lebih tinggi pada anak-anak

yang tinggal di masyarakat tanpa akses terhadap air, sanitasi, dan kebersihan. Terdapat hubungan antara kualitas sarana sanitasi ($p = 0,000$; $OR = 31,875$; $CI\ 95\% = 5,093-199,480$) (Mulyaningsih *et al.*, 2021). Penelitian Otsuka, dkk (2019) menunjukkan bahwa tidak menggunakan handuk saat mencuci tangan secara signifikan dikaitkan dengan peningkatan risiko stunting ($AOR=2,37$; $95\%CI=1,13-4,96$) (Otsuka *et al.*, 2019). Begitu pula dengan Sinatrya (2019) yang menunjukkan bahwa kebiasaan cuci tangan yang buruk pada ibu berkontribusi terhadap kejadian stunting di wilayah kerja Puskesmas Kotakulon Kabupaten Bondowoso (Alfadhila Khairil Sinatrya and Lailatul Muniroh, 2019). Penelitian Siswati (2019) menghasilkan temuan bahwa risiko stunting pada anak usia 0-5 tahun di pedesaan Indonesia meningkat karena kurangnya air, sanitasi, dan hygiene (WASH) ($p= 0,001$; $OR=1,45$) (Siswati, 2019). Namun, terdapat artikel yang menunjukkan tidak ada hubungan antara kualitas CTPS yang dimiliki Ibu dengan kejadian stunting,

yaitu hasil penelitian Herawati H, dkk (2020) yang menunjukkan tidak ada hubungan antara kualitas CTPS yang dimiliki ibu dengan kejadian stunting ($p=0,116$; $OR=3,923$; $CI\ 95\%=0,678-22,705$) (Herawati, Anwar and Setyowati, 2020). Sementara itu, Purba, dkk (2020) menunjukan bahwa personal hygiene ($p=0,347$), paparan pestisida ($p=0,06$), dan paparan asap rokok ($p=0,077$) tidak berhubungan dengan kejadian stunting (Purba *et al.*, 2020).

Cuci tangan yang aman bukan hanya prasyarat untuk kesehatan, tetapi berkontribusi pada mata pencaharian, kehadiran di sekolah dan martabat serta membantu menciptakan kehidupan masyarakat yang tangguh di lingkungan yang sehat (WHO and UN, 2021). WASH yang tidak memadai atau tidak aman dapat menyebabkan penyakit melalui berbagai jalur transmisi yang saling terkait, antara lain menelan air yang terkontaminasi tinja atau bahan kimia, kebersihan pribadi yang tidak memadai yang mungkin terkait dengan kekurangan air, kontak dengan air yang mengandung patogen, maupun

kedekatan dengan badan air di mana vektor penyakit berkembang biak (Torlesse *et al.*, 2016). Kebiasaan CTPS akan sulit dipertahankan bila air tidak tersedia. Untuk itu, ketersediaan air bersih menjadi mutlak diperlukan dalam praktik cuci tangan. Walaupun demikian, air yang dialirkan melalui pipa bukan suatu keharusan. Air bersih yang dituangkan dari timba atau wadah lainnya sudah cukup (UNICEF, 2020).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil *review* terhadap 10 artikel mengenai faktor risiko lingkungan dengan kejadian stunting dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut: (a) stunting merupakan kejadian yang berbasis lingkungan; (b) faktor-faktor risiko lingkungan yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita adalah air baik air minum atau air bersih, fasilitas sanitasi yang meliputi jamban sehat, pengolahan sampah dan air limbah, serta perilaku hygiene berupa kebiasaan cuci tangan dengan sabun; dan (c) faktor risiko lingkungan tersebut dipengaruhi kondisi lingkungan masing-masing.

Penanganan stunting melalui intervensi spesifik dan sensitif yang dicanangkan pemerintah Indonesia, perlu memperhatikan faktor lingkungan dimana peningkatan kualitas air minum yang memenuhi standar kesehatan sehingga layak dan aman dikonsumsi. 5 pilar Sanitasi Total Berbasis Masyarakat juga perlu di tingkatkan dalam mencegah kejadian stunting. Untuk mengurangi prevalensi stunting pada balita, sangat penting untuk meningkatkan promosi kesehatan dan mengawasi program WASH selama intervensi gizi terutama pada masa 1000 hari pertama kehidupan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada pihak Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro dan Dinas Kesehatan Kota Tangerang serta seluruh pihak yang membantu penulisan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

Alfadhila Khairil Sinatrya and Lailatul Muniroh (2019) 'Hubungan Faktor Water, Sanitation, and Hygiene (WASH) dengan

Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Kotakulon, Kabupaten Bondowoso', *Amerta Nutrition*, 3(3), pp. 164–170. Available at: <https://doi.org/10.2473/amnt.v3i3.2019.164-170>.

Badan Pusat Statistik, J.I. (2018) *Laporan Indeks Khusus Penanganan Stunting 2018-2019*.

Cumming, O. and Cairncross, S. (2016) 'Can water, sanitation and hygiene help eliminate stunting? Current evidence and policy implications', *Maternal and Child Nutrition*, 12, pp. 91–105. Available at: <https://doi.org/10.1111/mcn.12258>.

Dwipayanti, N.M.U. *et al.* (2020) 'Potential Association of Sanitation Factors on Stunting Incidences Among Children Under Age 5 in Bali Province, Indonesia', 22(Ishr 2019), pp. 24–28. Available at: <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.200215.005>.

Goddard, F.G.B. *et al.* (2020) 'Faecal contamination of the environment and child health: a systematic review and individual participant data meta-analysis', *The Lancet Planetary Health*, 4(9), pp. e405–e415. Available at:

- [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(20\)30195-9](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(20)30195-9).
- Herawati, H., Anwar, A. and Setyowati, D.L. (2020) 'Hubungan Sarana Sanitasi, Perilaku Penghuni, dan Kebiasaan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) oleh Ibu dengan Kejadian Pendek (Stunting) pada Batita Usia 6-24 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Baru, Samarinda', *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia*, 19(1), p. 7. Available at: <https://doi.org/10.14710/jkli.19.1.7-15>.
- Irianti, S. *et al.* (2019) 'The role of drinking water source, sanitation, and solid waste management in reducing childhood stunting in Indonesia', *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 344(1). Available at: <https://doi.org/10.1088/1755-1315/344/1/012009>.
- Jensen, S.K.G., Berens, A.E. and Nelson, C.A. (2017) 'Effects of poverty on interacting biological systems underlying child development', *The Lancet Child and Adolescent Health*, 1(3), pp. 225–239. Available at: [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(17\)30024-X](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(17)30024-X).
- Kementerian PPN/ Bappenas (2018) 'Pedoman Pelaksanaan Intervensi Penurunan Stunting Terintegrasi di Kabupaten/Kota', *Rencana Aksi Nasional dalam Rangka Penurunan Stunting: Rembuk Stunting*, (November), pp. 1–51. Available at: <https://www.bappenas.go.id>.
- Mulyaningsih, T. *et al.* (2021) 'Beyond personal factors: Multilevel determinants of childhood stunting in Indonesia', *PLoS ONE*, 16(11 November), pp. 1–19. Available at: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0260265>.
- Nurjazuli, N. *et al.* (2023) 'Environmental factors related to children diagnosed with stunting 3 years ago in Salatiga City, Central Java, Indonesia', *Toxicologie Analytique et Clinique*, (xxxx), pp. 1–8. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.toxac.2023.01.003>.
- Otsuka, Y. *et al.* (2019) 'Risk factors for undernutrition and diarrhea prevalence in an urban slum in Indonesia: Focus on water, sanitation, and hygiene', *American Journal of Tropical Medicine and Hygiene*, 100(3), pp. 727–732. Available at: <https://doi.org/10.4269/ajtmh.18-0063>.

- Purba, I.G. *et al.* (2020) 'Environmental Sanitation and Incidence of Stunting in Children Aged 12-59 Months in Ogan Ilir Regency', *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 12(3), p. 189. Available at: <https://doi.org/10.20473/jkl.v12i3.2020.189-199>.
- Rizal, M.F. and van Doorslaer, E. (2019) 'Explaining the fall of socioeconomic inequality in childhood stunting in Indonesia', *SSM - Population Health*, 9, p. 100469. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2019.100469>.
- Siswati, T. (2019) 'Risk factors for stunting among children under five years', 8(11), p. 21.
- Torlesse, H. *et al.* (2016) 'Determinants of stunting in Indonesian children: Evidence from a cross-sectional survey indicate a prominent role for the water, sanitation and hygiene sector in stunting reduction', *BMC Public Health*, 16(1), pp. 1–11. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3339-8>.
- UNICEF (2020) 'Panduan Cuci Tangan Pakai Sabun', *Kesehatan Lingkungan*, pp. 1–34. Available at: https://kesmas.kemkes.go.id/as-sets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Panduan_CTPS2020_1636.pdf.
- WHO (2019) *Interpretation guide, Nutrition landscape information system (NLIS) Country Profile*. Available at: www.who.int/nutrition.
- WHO and UN (2021) 'Compendium of WHO and other UN guidance on health and environment-NC-SA 3.0 IGO licence'.
- Wispriyono, B. *et al.* (2021) 'Peran Hygiene dan Sanitasi terhadap *Escherichia coli* Pencemaran pada Air Minum di Kota Depok, Indonesia', 9, pp. 641–644.

**PENGARUH EDUKASI KESEHATAN REPRODUKSI
MENGUNAKAN MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN
DAN SIKAP CALON PENGANTIN DALAM PERENCANAAN
KEHAMILAN SEHAT DI “KUA” CIBADAK LEBAK BANTEN**

***THE EFFECT OF REPRODUCTIVE HEALTH EDUCATION
USING VIDEO MEDIA ON KNOWLEDGE AND ATTITUDE OF
CANDIDATES BRIDE IN HEALTHY PREGNANCY PLANNING AT
“KUA” CIBADAK LEBAK BANTEN***

Dina Sri Mawaddah, M. Alamsyah Azis, Hadi Susiarno

Universitas Padjajaran Bandung

Korespondensi : dinamawaddah02@gmail.com

ABSTRACT

Prospectives brides are strategic targets groups in improving of pre-conception health. Low pre-pregnancy inflicts pregnancy complications which have mordibity and mortality for mother and fetus, stunting as well. Healthy pregnancy planning have to be done before pregnancy period. Thus, they give positive impacts for the condition of mother and fetus. Intervention for prospectives brides such as giving health education through healthy pregnancy planning video is an attempt of preventing in order to pregnancy complications and stunting do not occur. This research was aimed at analyzing the impact of education media in healthy pregnancy planning through video toward improving of prospectives brides's knowledge and behavior. This research was a quantitative research (quasi-experimental research) which used pre-test and post-test control group design. The prospectives brides who registered in KUA Cibadak, Lebak regency were selected as sample of this research by using purposive sampling. There were eighteen respondents in each group. The respondents were in the age group of 19-35 years and that their first marriage. Bivariate analysis was used to find out the difference of knowledge and behavior about the education of healthy pregnancy planning in both groups. Then, paired sample t-test, Wilcoxon non-parametric test, and U Mann Whitney test were used in this research. The result of this research showed that video media improved knowledge ($p < 0,005$) and behavior ($p < 0,005$). There was significant improvement of the prospectives brides in video group but it is no higher than leaflet group ($p = 0,60$). The improving of prospectives brides behavior in video group is higher than leaflet group ($p = 0,009$). The conclusion of this research was the education of healthy pregnancy planning through video media improved the prospectives brides's knowledge and behavior when compared to leaflet media.

Keywords: *Healthy Pregnancy Planning, Prospectives Brides, Video, Knowledge, Behavior*

ABSTRAK

Calon pengantin merupakan kelompok sasaran yang strategis dalam upaya peningkatan kesehatan masa sebelum hamil. Persiapan kehamilan yang rendah mengakibatkan komplikasi kehamilan yang dapat mengakibatkan morbiditas dan mortalitas bagi ibu dan janin dan terjadinya kejadian stunting . Perencanaan kehamilan yang sehat harus dilakukan sebelum masa kehamilan, sehingga akan berdampak positif pada kondisi calon ibu dan janin. Intervensi pada calon pengantin merupakan upaya preventif untuk mencegah terjadinya komplikasi kehamilan dan bayi stunting dengan memberikan pendidikan kesehatan dengan media video perencanaan kehamilan sehat. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh media edukasi perencanaan kehamilan sehat melalui media video terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap calon pengantin. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif (quasi eksperimen) dengan pendekatan pre test- post test with control group design. Penentuan sampel menggunakan jenis Non Probability sampling secara purposive sampling. Responden penelitian ini adalah calon pengantin yang mendaftar di “KUA” Cibadak Kabupaten Lebak, dengan usia 19-35 tahun dan merupakan pernikahan pertama yang dihitung menggunakan komparatif kategorik berpasangan dengan responden sebanyak 18 orang setiap kelompoknya. Analisis menggunakan analisis bivariate untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan sikap tentang edukasi perencanaan kehamilan sehat pada kedua kelompok, data berpasangan diuji t-test berpasangan atau uji non parametik Wilcoxon jika data tidak berdistribusi normal, dan data tidak berpasangan diuji t-test tidak berpasangan atau uji non parametik Uji-U Mann Whitney jika data tidak berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan media video dapat meningkatkan pengetahuan ($p < 0,005$) dan sikap ($p < 0,005$). Terdapat peningkatan pengetahuan calon pengantin kelompok video tetapi tidak lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok leaflet ($p = 0,60$). Peningkatan sikap calon pengantin pada kelompok video lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok leaflet ($p = 0,009$). Simpulan hasil penelitian adalah edukasi perencanaan kehamilan sehat melalui media video meningkatkan pengetahuan dan sikap calon pengantin bila dibandingkan dengan media leaflet.

Kata kunci : Perencanaan kehamilan sehat, Calon Pengantin, Media Video, Pengetahuan, Sikap

PENDAHULUAN

Angka kematian ibu (AKI) adalah salah satu indikator yang dapat menggambarkan kesejahteraan masyarakat di suatu negara. Selain

untuk menilai program kesehatan ibu, indikator ini juga mampu menilai derajat kesehatan masyarakat, karena sensitifitasnya terhadap perbaikan pelayanan kesehatan, baik dari sisi aksesibilitas maupun kualitas. (Kementerian Kesehatan, 2020) Menurut data *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2017 menunjukkan estimasi angka kematian ibu (AKI) di dunia adalah 211 per 100.000 kelahiran hidup (KH). (WHO, UNICEF, UNFPA and Population Division., 2019)

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia menurut data survei penduduk antar sensus (SUPAS) tahun 2015 adalah 305 per 100.000 KH dan Angka Kematian Bayi (AKB) menurut data survei demografi dan kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 adalah 24 per 1.000 KH. (Badan Pusat Statistik (BPS), 2015). Indonesia tidak berhasil mencapai MDGs pada 2015 disebabkan tingginya angka kematian ibu yang masih tinggi hingga saat ini. Angka kematian ibu juga merupakan penyebab paling besar tidak tercapainya target *Millennium Development Goals*

(MDGs) 2015 di negara-negara berkembang termasuk Indonesia. (Sri and Kismi, 2019)

Tahun 2020 jumlah kematian ibu di Indonesia mengalami peningkatan dari 4.221 orang pada tahun 2019 menjadi 4.627 orang. Adapun target SDGs pada tahun 2024, AKI turun menjadi 183 per 100.000 KH dan AKB menjadi 16 per 1000 KH. (Kementerian Kesehatan, 2020) Kematian ibu di Indonesia berdasarkan laporan, terdapat 5 Provinsi sebagai daerah penyumbang 50% kasus kematian ibu di Indonesia yaitu Provinsi Jawa Barat, Jawa Timur, Jawa Tengah, Sumatra Utara dan Banten. Provinsi Banten jumlah kasus kematian ibu tahun 2017 sebanyak 226 kasus, tahun 2018 sebanyak 135 Kasus dan tahun 2019 sebanyak 215 kasus. (Banten, 2020) Berdasarkan laporan Profil Kesehatan Kabupaten Lebak jumlah kematian ibu tahun 2019 terdapat 35 kasus dan terjadi peningkatan tahun 2020 yaitu 43 kasus. (Kesehatan, 2021). Dampak terbesar kematian ibu adalah penurunan kualitas hidup bayi dan anak, yang

menyebabkan goncangan dalam keluarga dan selanjutnya mempengaruhi tumbuh kembang anak.(Aeni, 2011)

Data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2020 menunjukkan penyebab kematian ibu tertinggi adalah pendarahan yaitu sebanyak 1.330 kasus, hipertensi dalam kehamilan 1.110 kasus, dan gangguan sistem peredaran darah sebanyak 230 kasus.(Kesehatan and Indonesia, 2021) Akar dari banyak masalah kesehatan utama seperti pertumbuhan penduduk, kematian ibu, kematian bayi dan anak, stunting, kelainan genetic dan sebagainya harus dicari dalam pra-pernikahan dan pra-kehamilan(Moodi, Miri and Sharifirad, 2013).

Kehamilan merupakan suatu keadaan dimana seorang wanita yang didalam rahimnya terdapat emrio atau fetus. Diperkirakan 15% kehamilan semula normal akan mengalami keadaan resiko tinggi dan komplikasi obstetrik yang dapat membahayakan jiwa ibu dan janin.(Dwi and Rusman, 2021) Persiapan kehamilan yang rendah mengakibatkan komplikasi pada

kehamilan, kehamilan dengan komplikasi dapat meningkatkan morbiditas dan mortalitas bagi ibu dan janin. Kehamilan yang sehat membutuhkan persiapan fisik dan mental dari setiap ibu. Perencanaan kehamilan yang sehat harus dilakukan sebelum masa kehamilan. Proses kehamilan yang direncanakan dengan baik, maka akan berdampak positif pada kondisi janin dan adaptasi fisik dan psikologis dari ibu menjadi lebih baik. (Nita and Dwijayanti Junita, 2017)

Selain masalah kejadian kematian ibu dan anak masalah kesehatan yang sedang dihadapi saat ini adalah masalah stunting. Kejadian balita pendek atau biasa disebut stunting merupakan salah satu masalah gizi yang dialami oleh balita didunia saat ini. Pada tahun 2017, 22,2% atau sekitar 150,8 juta balita didunia mengalami stunting. Indonesia masih memiliki angka prevelensi stunting yang tinggi yaitu 27,67 persen dan masih diaatas angka standar yang ditolerensi WHO, yaitu dibawah 20%. Kondisi ini menjadi tantangan karena pada tahun 2030-2040 mendatang

Indonesia memasuki periode Bonus Demografi.(Dwi and Rusman, 2021). Angka stunting di Kabupaten Lebak sekitar 24.5% yang merupakan angka stunting terbesar kedua di Provinsi Banten.(Kementerian Kesehatan, 2021)

Beberapa tahun ini, perawatan prenatal banyak dilakukan evaluasi secara kritis. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa waktu yang tepat mencegah komplikasi kehamilan adalah sebelum seorang wanita hamil. Pelayanan ini dapat mengidentifikasi faktor risiko sebelum dimulainya kehamilan sehingga asuhan yang tepat dapat dipersiapkan sesuai kondisi ibu. Upaya mencegah hasil akhir kehamilan yang buruk dengan memberi tindakan perawatan prenatal berkualitas. (Chabibah and Departement, 2016) Laporan berturut-turut dari *Center for Maternal* dan pertanyaan anak menyimpulkan bahwa kurangnya perawatan prakonsepsi merupakan faktor penyumbang kematian ibu.(Stephenson *et al.*, 2020) Faktor – faktor penyebab kematian ibu dan faktor penyebab stunting dapat dideteksi secara dini dengan melakukan

persiapan pra kehamilan kepada calon pengantin (catin).(Ratnasari, 2018)

Melihat kenyataan ini, salah satu intervensi yang dilakukan dalam upaya menurunkan AKI dan percepatan penurunan stunting dengan pencegahan. Intervensi pada calon pengantin/ Calon PUS merupakan upaya pereventif untuk mencegah terjadinya bayi stunting dan komplikasi pada kehamilan.(Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN)., 2022) Salah satu intervensi yang dilakukan dalam upaya percepatan penurunan stunting dan mencegah komplikasi pada kehamilan adalah dengan memastikan setiap calon pengantin berada dalam kondisi ideal untuk menikah dan hamil.(Maria *et al.*, 2022) Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan perencanaan kehamilan perlu diberikan kepada calon pengantin. Calon pengantin merupakan kelompok sasaran yang strategis dalam upaya peningkatan kesehatan masa sebelum hamil.(Heni, Apoina and Sri, 2019) Menjelang pernikahan, banyak calon pengantin yang tidak mempunyai cukup pengetahuan dan informasi

tentang kesehatan reproduksi dalam berkeluarga, sehingga setelah menikah kehamilan sering tidak direncanakan dengan baik serta tidak di dukung oleh status kesehatan yang optimal.

Melalui konseling persiapan kehamilan dan pengetahuan tentang risiko kehamilan diberikan secara dini diharapkan dapat membantu dan mendeteksi secara dini sehingga dapat menurunkan gangguan kehamilan dan menurunkan angka kematian ibu. Selama ini banyak orang yang kurang memahami pentingnya kondisi-kondisi pada masa-masa sebelum terjadinya proses konsepsi (*pre-conception phase*), sehingga para calon bapak dan calon ibu hanya berkonsentrasi pada persiapan proses kehamilan dan persalinan saja. Hal ini dapat dimengerti karena minimnya pengetahuan tentang kondisi prakonsepsi disebabkan kurangnya edukasi terhadap catin. (Nita and Dwijayanti Junita, 2017)

Peraturan Pemerintah No.61 Tahun 2014 tentang Kesehatan Reproduksi Pasal 8 menyebutkan bahwa setiap perempuan berhak

mendapatkan pelayanan kesehatan ibu sedini mungkin termasuk masa sebelum hamil untuk mencapai hidup sehat dan mampu melahirkan generasi yang kuat dan berkualitas serta mengurangi angka kematian ibu melalui upaya promotif, preventif kuratif dan rehabilitatif . Pendidikan perencanaan kehamilan bagi catin dapat dijadikan salah satu alternatif untuk mewujudkan hak tersebut.(Siti and Widatiningsih Sri, 2021) Peraturan ini diperkuat dengan Permenkes RI No 97 Tahun 2014 pasal 5 yang menyatakan, Pada pasal 10 peraturan tersebut disebutkan bahwa salah satu wujud pelaksanaan dari pelayanan berupa komunikasi, informasi dan edukasi (KIE). Diharapkan dengan edukasi pada catin, maka upaya mewujudkan generasi berkualitas akan lebih maksimal(Permenkes., 2014)

Pemberian komunikasi informasi dan edukasi tentang kesehatan reproduksi kepada calon pengantin sangat diperlukan untuk memastikan setiap calon pengantin mempunyai pengetahuan dan sikap yang cukup dalam mempersiapkan kehamilan dan

keluarga yang sehat.(Indonesia, no date) Melalui pendidikan kesehatan persiapan pada masa calon pengantin atau pada masa prakonsepsi diharapkan dapat membantu dan mendeteksi secara dini dan dapat memecahkan masalah yang ada pada calon pengantin itu sendiri.(Herizasyam, 2015)

Berbagai upaya pemerintah mengurangi angka kematian ibu dan neonatus, dan percepatan penurunan stunting diantaranya melalui Kementerian Agama, Kementerian Kesehatan dan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional yaitu melaksanakan persiapan menghadapi pernikahan seperti kursus calon pengantin, vaksinasi calon pengantin, skrining calon pengantin serta memberikan pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi, persiapan kehamilan, dan seksual bagi calon pengantin. Upaya tersebut ditujukan untuk meningkatkan pengetahuan dan menunjang terbentuknya sikap yang positif terhadap kehidupan setelah pernikahan. (Adiyasa *et al.*, 2020)

Pengetahuan tentang perencanaan kehamilan sehat sebagai salah satu bagian dari kesehatan reproduksi pada calon pengantin. Berdasarkan survey yang dilakukan di KUA Cibadak, calon pengantin di KUA Cibadak masih memiliki pengetahuan yang kurang tentang perencanaan kehamilan yang sehat. Penelitian lain menyatakan bahwa sebagian besar calon pengantin belum memahami kesehatan reproduksi dalam upaya mempersiapkan kehamilan yang sehat. Pengetahuan dan sikap masih terbatas pada pemenuhan gizi dan mitos-mitos seputar kehamilan.(Nita and Dwijayanti Junita, 2017) Berdasarkan hal tersebut perlu suatu upaya peningkatan pengetahuan catin agar memiliki pengetahuan dan sikap yang baik dalam menjaga kesehatan reproduksinya. Upaya tersebut dapat terwujud dengan pemberian edukasi menggunakan media pendidikan kesehatan, salah satunya adalah media video.

Berhasilnya edukasi kesehatan tidak terlepas dari keberhasilan media yang digunakan. Media yang bagus dan

menarik akan memberikan keyakinan, dan salah satu media yang menarik yaitu video. Video penyuluhan merupakan media audio-visual yang dapat digunakan dalam memberikan edukasi kepada masyarakat luas. Sebagai media, video dapat memberikan informasi yang lebih nyata, dapat diterima secara merata, dapat diulang, atau dihentikan sesuai kebutuhan, yang sangat cocok untuk menjelaskan proses. Pembelajaran dengan menggunakan media video atau audio-visual dapat memberikan hasil keberhasilan yang lebih tinggi dan dapat meningkatkan proses dan hasil pembelajaran. (Putri, Andara and Sufyan, 2021) Media Video lebih banyak indera yaitu indera penglihatan dan pendengaran sehingga meningkatkan daya serap dan daya ingat sebanyak 50% dari informasi yang disampaikan karena dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi objek. Video mampu menjelaskan hal-hal yang abstrak dengan gambaran realistic dan konkrit. Media video saat ini mulai banyak digunakan karena media ini merupakan alat peraga yang

dapat didengar dan dilihat sehingga membantu peserta didik dalam proses pembelajaran yang berfungsi memperjelas atau mempermudah dalam memahami pengetahuan yang sedang dipelajari. (Prawesthi *et al.*, 2021)

Media pendidikan kesehatan di Indonesia yang banyak digunakan saat ini masih bersifat konvensional seperti dengan menggunakan leaflet, booklet, lembar balik atau power point. Media ini dipilih karena dirasa cukup murah, mudah dibuat, mudah dibawa dan menarik. Penggunaan lembar balik untuk memberikan informasi materi konseling kurang efektif karena catin hanya mendapatkan informasi pada saat konseling di tempat pelayanan kesehatan. Pemberian leaflet juga kurang efisien karena kertas sering hilang, lupa menyimpan dan robek. (Ratnasari, 2018)

KUA Lebak materi konseling pada catin tentang kesehatan produksi, persiapan kehamilan dan seksual bagi calon pengantin dalam kursus catin masih lakukan dengan metode penyuluhan konvensional dan

menggunakan leaflet, sehingga diperlukan adanya inovasi dalam pendidikan kesehatan. Salah satu cara inovasi untuk melakukan pendidikan kesehatan kepada calon pengantin dapat melalui komunikasi, informasi dan edukasi dengan menggunakan sarana dan media komunikasi melalui video perencanaan kehamilan sehat. (Adiyasa *et al.*, 2020)

Dari ulasan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh edukasi kesehatan reproduksi melalui video terhadap pengetahuan dan sikap calon pengantin tentang perencanaan kehamilan sehat melalui media video di KUA Cibadak Kabupaten Lebak Banten tahun 2022

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian menggunakan metode quasi eksperimen pre test dan post test dengan *control group design* yang menggunakan kelompok eksperimen dan kelompok *control* (pembanding). Responden penelitian ini adalah calon pengantin yang mendaftar di “KUA”

Cibadak Kabupaten Lebak, dengan usia 19-35 tahun dan merupakan pernikahan pertama yang dihitung menggunakan komparatif kategorik berpasangan dengan responden sebanyak 18 orang setiap kelompoknya. Analisis menggunakan analisis bivariate untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan sikap tentang edukasi perencanaan kehamilan sehat pada kedua kelompok, data berpasangan diuji t-test berpasangan atau uji non parametik Wilcoxon jika data tidak berdistribusi normal, dan data tidak berpasangan diuji t-test tidak berpasangan atau uji non parametik Uji-U Mann Whitney jika data tidak berdistribusi normal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji homogenitas pada tabel.1 menunjukkan bahwa karakteristik responden berupa usia, pendidikan, dan pekerjaan pada kedua kelompok tidak memiliki perbedaan yang signifikan ($p > 0,05$) sehingga dapat dikatakan bahwa varian kedua kelompok sama atau homogen sehingga layak dibandingkan.

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden

Variabel	Kategori	Intervensi (n=18)	Kontrol (n=18)	Nilai p*
Usia	< 20	2	1	0.155
	20-35	16	17	
Pendidikan	Dasar	2	1	0.100
	Menengah	9	11	
	Pendidikan Tinggi	7	6	
Pekerjaan	Bekerja	9	7	0.354
	Tidak Bekerja	9	11	

Tabel 2. Pengetahuan dan Sikap pada Kelompok Media Video dan Media Leaflet Sebelum dilakukan Intervensi (data pre)

Variabel	Kelompok		Nilai p
	Media Video (n=18)	Media Leaflet (n=18)	
Pengetahuan			
Rata-rata (SD)	6.89 (0.83)	6.61 (0.91)	0.355*
Median	7.00	7.00	
Rentang	5-9	5-8	
Sikap			
Rata-rata (SD)	3.17 (0.32)	3.07 (0.32)	0.432**
Median	3.10	3.30	
Rentang	3-4	3-4	

*Uji Mann-whitney **Uji T Test

Tabel 3. Pengetahuan dan sikap pada Kelompok Media Video dan Media Leaflet Setelah dilakukan Intervensi (Data Post)

Variabel	Kelompok		Nilai p
	Media video (n=18)	Media Leaflet (n=18)	
Pengetahuan			
Rata-rata (SD)	9.00 (0.76)	8.11 (0.83)	0.03*
Median	9.00	8.00	
Rentang	8.-10	7-10	
Sikap			
Rata-rata (SD)	3.61 (0.18)	3.31 (0.32)	0.02**
Median	3.20	3.60	
Rentang	3-4	3.-4	

Uji Mann-Whitney **uji t tidak berpasangan

Tabel 3. Perbandingan Skor Pengetahuan dan Sikap pada Pengamatan Pre dan Post serta Peningkatannya pada Kelompok Media Video dan Media Leaflet

Variabel	Kelompok						peningkatan Nilai
	Media Video (n=18)			Media Leaflet (n=18)			
	Pre	Post	Nilai p	Pre	Post	Nilai p	
1 Pengetahuan							
Median	7	9	<0,001***	7	8	0.001***	0.060*
Rentang	5-9	8-10		5-8	7-10		
% peningkatan		28.5%			14,2%		
2 Sikap							
Rata-rata	3,17	3,61	<0.001***	3.07	3.31	<0.001**	
Median	3,20	3,60		3.10	3.30		0.009*
Rentang	3 - 4	3 - 4		3 - 4	3 - 4		
% peningkatan		14%			7.8%		

*Uji Mann-Whitney

**Uji t tidak berpasangan

***Uji Wilcoxon

Pada tabel.2 tampak median pengetahuan sebelum intervensi pada kedua kelompok tidak menunjukkan ada perbedaan yang bermakna ($p>0.05$). Rata-rata skor sikap sebelum intervensi pada kedua kelompok tidak menunjukkan ada perbedaan yang bermakna ($p>0.05$). Hal ini menggambarkan bahwa data pada kedua kelompok penelitian (kelompok media video dan media leaflet) representative untuk digunakan pada penelitian ini.

Pada tabel 3. tampak median skor pengetahuan setelah intervensi pada kedua kelompok menunjukkan ada

perbedaan yang bermakna ($p<0.05$). Rata-rata skor sikap sesudah intervensi pada kedua kelompok menunjukkan ada perbedaan yang bermakna ($p<0.05$).

Pada tabel 4. tampak pada kelompok media video antara pre dan post menunjukkan ada peningkatan yang sangat bermakna ($p<0,001$). Pada kelompok media leaflet skor pengetahuan juga menunjukkan ada peningkatan yang sangat bermakna ($p<0,005$) antara pre dan post intervensi. Perbandingan peningkatan skor pengetahuan pada kedua kelompok penelitian (media video dan media

leaflet) secara statistic tidak bermakna ($p=0.60$).

Peningkatan skor sikap pada kelompok media video menunjukkan ada perbedaan yang sangat bermakna ($p<0.001$). Pada kelompok metode leaflet menunjukkan ada perbedaan yang sangat bermakna ($p <0.001$). Perbandingan skor peningkatan sikap pada kedua kelompok menunjukkan perbedaan yang bermakna ($p=0.009$)

Karakteristik responden yang dianalisis pada penelitian ini terdiri dari usia, pendidikan, dan pekerjaan. Karakteristik tersebut diamati karena merupakan variabel perancu yang dapat mempengaruhi penelitian. Karakteristik responden pada kedua kelompok memiliki varian yang sama berdasarkan uji homogenitas ($p > 0,05$).

Hasil penelitian menunjukkan calon pengantin yang mendaftar di KUA sebagian besar berusia 20-35 tahun baik pada pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol. Hanya sebagian kecil yang berusia < 20 tahun yaitu umur 19 tahun. Usia dapat mempengaruhi dalam kemampuan berpikir, kematangan emosional, daya

tangkap maupun pengambilan keputusan terhadap perilaku kesehatan seseorang. Karakteristik selanjutnya adalah tingkat pendidikan calon pengantin yang ditemukan pada penelitian ini sebagian besar berada pada pendidikan menengah (SMA) dan perguruan tinggi. Kondisi ini mendukung terhadap peningkatan pengetahuan karena yang pendidikan formal memiliki pengaruh pada peningkatan kemampuan berfikir, dengan asumsi calon pengantin dengan pendidikan lebih tinggi dapat mengambil keputusan lebih rasional dan umumnya terbuka untuk menerima perubahan atau hal baru dibandingkan dengan calon pengantin yang berpendidikan lebih rendah.

Karakteristik yang terakhir adalah pekerjaan, dalam penelitian ini calon pengantin pada kelompok intervensi sama jumlahnya antara yang bekerja dan tidak bekerja sedangkan untuk kelompok kontrol lebih banyak calon pengantin yang tidak bekerja kontrol.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi

perencanaan kehamilan sehat pada calon pengantin dengan menggunakan media video dapat meningkatkan pengetahuan calon pengantin dalam merencanakan kehamilan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan vania yang menyebutkan terdapat pengaruh pemberian edukasi dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam pemberian ASI eksklusif. (Safitri, Pangestuti *and* Kartini, 2021) Penggunaan media audio visual atau video dianggap lebih mampu mencapai tujuan pembelajaran karena mampu menstimulasi indera pendengaran dan penglihatan serta lebih menarik perhatian.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi dengan menggunakan media video terbukti dapat meningkatkan sikap remaja putri mengenai perencanaan kehamilan sehat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Muftin Annisa yang menyebutkan media video tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah pada siswa sekolah dasar lebih efektif

dalam meningkatkan sikap dibandingkan dengan leaflet (Annisa, 2022). Dalam proses penyampaian pesan komunikasi dengan menggunakan media video, pesan yang disampaikan dalam bentuk lambang bermakna sebagai panduan pikiran dan perasaan berupa ide, informasi, kepercayaan, harapan dan himbauan. Penggunaan media video sebagai alat bantu pembelajaran bertujuan mengubah sikap, pandangan dan perilaku. Pada proses perubahan sikap, terjadi kesediaan dan internalisasi, perubahan ini tidak terlepas dari perubahan persuasi dari media video yang mengubah sikap dengan memasukan ide, pikiran, pendapat dan pikiran baru melalui pesan komunikatif video yang bertujuan membentuk internalisasi komponen sikap individu.

SIMPULAN

Media edukasi perencanaan kehamilan sehat menggunakan media video berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan calon pengantin. Peningkatan pengetahuan pada kelompok intervensi yaitu dengan media

video lebih baik dibandingkan dengan kelompok kontrol (media leaflet). Media edukasi perencanaan kehamilan sehat menggunakan media video berpengaruh terhadap perubahan sikap calon pengantin. Perubahan sikap pada kelompok intervensi yaitu dengan media video lebih baik dibandingkan dengan kelompok kontrol (media leaflet)

DAFTAR PUSTAKA

- Adiyasa, G.P. *et al.* (2020) 'Perkawinan dan Peranan Badan Penasihat Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan', 13, pp. 372–387.
- Aeni, N. (2011) 'Risk Factors of Maternal Mortality', (26).
- Annisa, M. (2022) *Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Video*.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2022) *Panduan mempersiapkan pernikahan bagi calon pengantin untuk mencegah stunting*.
- Badan Pusat Statistik (BPS) (2015) *Profil Penduduk Indonesia Hasil SUPAS 2015*.
- Banten, D.K.P. (2020) *Profil Kesehatan Provinsi Banten*. Serang.
- Chabibah, N. and Departement, M. (2016) 'Efektifitas Konseling Gizi Dalam Peningkatan Asupan Zat Gizi', *The 4 th Univesity Research Coloquium*, 1(1), pp. 199–206.
- Dwi, A. and Rusman, P. (2021) 'The Effectiveness of Stunting Prevention Cards on the Knowledge of the Prospective Bride and Groom at KUA Kota Parepare', *Jurnal Ilmiah manusia dan kesehatan*, 4(3).
- Heni, I., Apoina, K. and Sri, N.A. (2019) 'Pengaruh Booklet terhadap Pengetahuan dan Sikap Kesehatan Reproduksi Calon Pengantin terkait Pencegahan Risiko Kehamilan di Kabupaten1. Manajemen Kesehatan I. Pengaruh Booklet terhadap Pengetahuan dan Sikap Kesehatan Reproduksi Calon Pengantin terkait Pen', *Manajemen Kesehatan Indonesi*, 7.
- Herizasyam, O.J. (2015) 'KESIAPAN IBU MENGHADAPI KEHAMILAN DAN FAKTOR-', *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*, 3 no 2, pp. 147–159.
- Indonesia, K.K.R. (no date) *Profil Kesehatan Indonesia 2018*.
- Kementerian Kesehatan, R.I. (2020) *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan, R.I. (2021) *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasioanl, Provinsi dan Kabupaten/Kota tahun 2021*.
- Kesehatan, D. (2021) *Profil Kesehatan Kabupaten Lebak*.
- Kesehatan, K. and Indonesia, R. (2021) *Profil Kesehatan Indonesia 2020*. Kementerian Kesehatan Republik

- Indonesia.
- Maria, D.G. *et al.* (2022) *Panduan Mempersiapkan Pernikahan dan Kehamilan bagi Calon Pengantin untuk Mencegah Stunting*. Jakarta: BKKBN.
- Moodi, M., Miri, M.R. and Sharifirad, G.R. (2013) 'The effect of instruction on knowledge and attitude of couples attending pre - marriage counseling classes', *Department of Public Health, School of Health and Social Determinants of Health Research Center, Birjand 2 Department of Health Education and Promotion, Health School, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran*, 2(August), pp. 1–5. Available at: <https://doi.org/10.4103/2277-9531.119038>
- Nita, E. and Dwijayanti Junita (2017) 'Pengaruh buku saku kesehatan reproduksi dan seksual bagi catin terhadap pengetahuan catin tentang reproduksi dan seksual di Kantor Urusan Agama (KUA) Tanjung Karang Pusat Tahun 2017', *Jurnal kebidanan*, 3, pp. 211–216.
- Permenkes. (2014) 'Peraturan Menteri Kesehatan No 97 Tahun 2014 Tentang Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil, Masa Hamil, Persalinan, Dan Masa Sesudah Melahirkan, Penyelenggaraan Pelayanan Kontrasepsi, Serta Pelayanan Kesehatan Seksual.
- Prawesthi, E. *et al.* (2021) 'Perbandingan Leaflet dan video animasi sebagai media edukasi dalam meningkatkan pengetahuan terhadap pentingnya penggunaan gigi tiruan pada mahasiswa Poltekkes Jakarta II', 13(2), pp. 144–150.
- Putri, H.P., Andara, F. and Sufyan, L. (2021) 'Pengaruh Edukasi Gizi Berbasis Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Di Jakarta Timur', *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 4, pp. 334–342.
- Ratnasari, A. (2018) 'Perancangan Aplikasi Edukasi Calon Pengantin untuk Peningkatan Pengetahuan Pra Kehamilan Berbasis Android', pp. 51–56.
- Safitri, V.A., Pangestuti, D.R. and Kartini, A. (2021) 'Pengaruh Video Edukasi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Bulu Lor 2021', (April), pp. 342–348.
- Siti, R. and Widatiningsih Sri (2021) 'Development of Adolescent Reproductive Health Module Media', *Jurnal kebidanan*, 11(97), pp. 126–135.
- Sri, H. and Kismi, M. (2019) 'Kondisi Demografi Ibu dan Suami pada Kasus Kematian Ibu', *Higeia Journal Of Public Health research and development*, 3(5), pp. 99–108.
- Stephenson, J. *et al.* (2020) 'How Do

Women Prepare for Pregnancy?
Preconception Experiences of
Women Attending Antenatal
Services and Views of Health
Professionals', 9(7). Available at:
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0103085>.

WHO, UNICEF, UNFPA, W.B.G. and
the U.N. and Population Division.
(2019) 'Trends in Maternal
Mortality 2000 to 2017. World
Health Organization', in.

**EFEKTIVITAS JUS KACANG KEDELAI
TERHADAP PRODUKSI ASI IBU MENYUSUI DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS MALAIMSIMSA
KOTA SORONG**

***EFFECTIVENESS OF SOYBEAN JUICE
ON THE PRODUCTION OF BREAST MILK IN BREASTFEEDING
MOTHERS WORKING AREA OF MALAIMSIMSA COMMUNITY
HEALTH CENTER, SORONG CITY***

Vera Iriani Abdullah¹, Vini Yuliani², Medelin Liana Makatita³

¹Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Sorong

²Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Jakarta I

³Mahasiswa Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Sorong

Korespondensi : vinny.jeroline06@gmail.com

ABSTRACT

One of the problems in breastfeeding is the production of little or not smooth milk. One way that can be done to increase the rate of secretion and production of breast milk is soy bean juice. This study aims to analyze differences in milk production in mothers who are given soy bean juice. This type of research is Quasy Experiment with One Group Pretest Posttest Design. The sample used in this study is 15 respondents. The intervention was given 250 ml of soybean juice for 7 days in the morning and evening. The analysis test used the Paired T-Test in two paired groups. The results obtained were a p-value of 0.000 ($p < 0.05$) with an average value before being given soy bean juice of 6.86 and after being given soy bean juice of 11.66. In conclusion, administration of soy bean juice is effective in increasing milk production in nursing mothers.

Keywords: Soybean Juice, Breast Milk Production, Breastfeeding Mothers

ABSTRAK

Masalah dalam pemberian ASI salah satunya adalah produksi ASI yang sedikit atau tidak lancar, cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI yaitu jus kacang kedelai. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan produksi ASI pada ibu yang diberikan jus kacang kedelai. Jenis penelitian ini adalah Quasy Eksperiment dengan rancangan One Group Pretest Posttest Design sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 15 responden. Intervensi yang dilakukan adalah memberikan jus kacang kedelai sebanyak 250 ml selama 7 hari pada waktu pagi

dan sore. Uji analisis menggunakan Uji Paired T-Test dua kelompok berpasangan. Hasil didapatkan nilai p-Value 0,000 ($p < 0,05$) dengan nilai rata-rata sebelum diberikan jus kacang kedelai 6,86 dan sesudah diberikan jus kacang kedelai 11,66. Kesimpulannya, pemberian jus kacang kedelai efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.

Kata kunci : Jus Kacang Kedelai, Produksi ASI, Ibu Menyusui

PENDAHULUAN

Kelancaran produksi ASI dipengaruhi oleh banyak faktor seperti, frekuensi pemberian ASI, Berat Bayi saat lahir, usia kehamilan saat bayi lahir, usia ibu dan paritas, stres dan penyakit akut, Inisiasi Menyusui Dini, keberadaan perokok, konsumsi alkohol, perawatan payudara, penggunaan alat kontrasepsi dan status gizi. Ketersediaan ASI yang lancar pada ibu menyusui akan membantu kesuksesan pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan, sehingga membantu bayi tumbuh dan berkembang dengan baik sesuai rekomendasi dari WHO (Dewi, 2019).

ASI memiliki peranan penting dalam menjaga kesehatan dan kelangsungan hidup bayi, karena bayi yang diberi ASI secara eksklusif memiliki daya tahan tubuh yang lebih baik dibandingkan bayi yang tidak diberikan ASI eksklusif. Sehingga bayi

jarang menderita penyakit dan terhindar dari masalah gizi dibandingkan bayi yang tidak. Asupan ASI yang kurang mengakibatkan kebutuhan gizi bayi menjadi tidak seimbang. Ketidakseimbangan pemenuhan gizi pada bayi akan berdampak buruk pada kualitas sumber daya manusia yang dapat dilihat dari terhambatnya tumbuh kembang bayi secara optimal (Hamzah 2018)

Menurut *World Health Organization*, Air Susu Ibu (ASI) diberikan pada bayi baru lahir hingga 6 bulan tanpa makanan serta minuman lain, kecuali vitamin, obat yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan karena alasan medis disebut ASI eksklusif. Bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif beresiko terserang diare. Pemberian susu formula juga bisa mengakibatkan

resiko terserang diare hingga mengakibatkan terjadinya gizi buruk karena kandungan zat gizi dalam susu formula yang tidak cukup memenuhi kebutuhan bayi (Emah 2020). Pelaksanaan pemberian ASI sangat memerlukan dukungan dari keluarga seperti suami, orang tua, dan mertua. Dukungan dari keluarga memiliki peran yang sangat besar dalam pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan. Dukungan keluarga terdiri dari dukungan instrumental, dukungan emosional, dukungan informasi dan penghargaan (Hamzah 2018).

Jus Kacang Kedelai atau nama latin *Glycine Max* merupakan minuman olahan dari sari pati kacang kedelai memiliki banyak kandungan gizi dan manfaat. Potensinya dalam mentimulasi hormon oksitosin dan prolaktin seperti alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid dan substansi lainnya efektif dalam meningkatkan dan memperlancar produksi ASI. Berdasarkan penelitian Puspitasari 2018 diketahui bahwa jus kedelai dapat membantu meningkatkan produksi ASI pada saat menyusui (Emah 2020).

Kandungan dari kacang kedelai phytoestrogen yang jika dikonsumsi secara rutin oleh ibu yang sedang menyusui maka akan membantu ibu dalam meningkatkan produksi ASI yang banyak dan berlimpah serta mendapatkan kualitas ASI yang baik. (Febriani, Yulita, and Juwita 2020)

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013, data cakupan ASI Eksklusif Nasional mencapai 32% dan meningkat pada tahun 2014 menjadi 52,3%, namun cakupan ASI Eksklusif Nasional belum mencapai target sebesar 80% (Hapsari and Taufik 2018). Cakupan ASI Menurut data Provinsi di seluruh Indonesia Papua Barat mencapai 59,5%, namun cakupan ASI Eksklusif Provinsi Papua Barat belum mencapai target sebesar 100% (Papua 2016).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada Bulan Maret 2021 di Puskesmas Malaimsimsa Kota Sorong di dapatkan data bahwa cakupan pemberian ASI tahun 2019 dan 2020 mencapai 43%, hasil cakupan tersebut tentunya masih jauh dari target yang ditetapkan oleh Puskesmas

Malaimsimsa 75%. Puskesmas malaimsimsa mempunyai 4 kelurahan dan 10 posyandu dan terdapat ibu menyusui dengan ASI Eksklusif sebanyak 217 orang.

Menurut keterangan dari tenaga kesehatan di Puskesmas Malaimsimsa, hal ini disebabkan oleh beberapa faktor yaitu asupan makanan yang kurang, kondisi psikis, frekuensi menyusui, bayi kurang bisa menghisap ASI serta alat kontrasepsi. Hasil wawancara pada 30 orang ibu menyusui menunjukkan 20 orang ibu memiliki Produksi ASI yang kurang sehingga menyebabkan ibu tidak optimal dalam menyusui bayinya dan 10 orang lainnya memberikan susu formula.

Penelitian ini bertujuan untuk untuk menilai efektivitas jus kacang kedelai dengan menganalisis perbedaan produksi ASI sebelum dan setelah intervensi di wilayah kerja Puskesmas Malaimsimsa Kota Sorong.

METODE

Peneliti memakai metode penelitian desain eksperimen kuasi (quasi experimental design) dengan One-

group Pre-Post Test (Sugiyono, 2009). Populasi penelitian ini adalah semua ibu menyusui di posyandu Air terjun yang berjumlah 38 orang di wilayah kerja Puskesmas Malaimsimsa Kota Sorong Tahun 2021. Pengambilan sampel ini menggunakan teknik purposive sampling dimana pengambilan sampel didasarkan pada pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri yaitu dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditentukan peneliti, berdasarkan karakteristik yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga sampel yang diambil adalah ibu menyusui dengan ASI Eksklusif yang memiliki produksi ASI tidak lancar sebanyak 15 orang untuk pemberian jus kacang kedelai yang memenuhi kriteria inklusi. Setelah sampel didapatkan dilakukan pretest, kemudian sampel diberikan intervensi dengan mengkonsumsi jus kedelai selama 7 hari, setelah itu dilakukan post test. Data yang sudah terkumpul dilakukan pengolahan data secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji T-test. Nomor kode etik penelitian DM.03.05/6/079/2021

dengan instansi yang menerbitkan adalah Komisi Etik Penelitian Poltekkes Kemenkes Sorong.

Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan variabel penelitian sedangkan Analisis bivariat digunakan untuk mengidentifikasi ada tidaknya perbedaan antara dua variabel yaitu

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Umur	Jus kacang kedelai	
	Frekuensi	Presentase (%)
Remaja akhir (<25 tahun)	3	20,0
Dewasa awal (25-35 tahun)	6	40,0
Dewasa akhir (>35 tahun)	6	40,0
Total	15	100
Pendidikan	Frekuensi	
	Frekuensi	Presentase (%)
SD	1	6,7
SMP	2	13,3
SMA	9	60,0
DIPLOMA	2	13,3
SARJANA	1	6,7
Total	15	100
Pekerjaan	Frekuensi	
	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Bekerja	11	73,3
Bekerja	4	26,7
Total	15	100
Paritas	Frekuensi	
	Frekuensi	Persentase (%)
Primipara	4	26,7
Multipara	11	73,3
Total	15	100
Usia Bayi	Frekuensi	
	Frekuensi	Presentase (%)
1 bulan	2	13,3
2 bulan	3	20,0
3 bulan	2	13,3
4 bulan	2	13,3
5 bulan	2	13,3
6 bulan	2	13,3
7 bulan	1	6,7
8 bulan	1	6,7
Total	15	100,0

variable independent dengan dependent.

Berdasarkan tabel 1 karakteristik responden berdasarkan usia, tertinggi pada usia dewasa awal dan dewasa akhir 6 responden (40,0%), terendah remaja akhir 3 responden (20,0%). Berdasarkan pendidikan tertinggi SMA sebanyak 9 responden (60,0%), terendah SD dan Sarjana 1 responden (6,7%).

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan, tertinggi yang tidak bekerja sebanyak 11 responden (73,3%) terendah ibu yang bekerja 4

responden (26,7%). Berdasarkan paritas, tertinggi multipara 11 responden (73,3%) dan terendah primipara 4 responden (26,7%). Karakteristik responden berdasarkan usia bayi, tertinggi 3 bayi (20,0%) berusia 2 bulan dan terendah 1 bayi (6,7%) berusia 7 bulan sampai 8 bulan.

Berdasarkan tabel 2 distribusi frekuensi sebelum diberikan jus kacang kedelai ASI tidak lancar tertinggi 14 responden (93,3%) dan ASI lancar terendah 1 responden (6,7%). Sesudah diberikan jus kacang kedelai ASI lancar 15 responden (100,0%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Sebelum dan Sesudah diberikan Jus Kacang Kedelai terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui

Peningkatan produksi ASI	Jus kacang kedelai	
	N	f
Sebelum diberikan jus kacang kedelai		
ASI tidak lancar	14	93,3
ASI lancar	1	6,7
Sesudah diberikan jus kacang kedelai		
ASI tidak lancar	0	0
ASI lancar	15	100,0

Tabel 3. Efektivitas Jus Kacang Kedelai Terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui

Variabel	Mean	N	P-Value
Pretest Jus kacang kedelai	6,86	15	
Posttest Jus kacang kedelai	11,66	15	0,000

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil analisis bahwa ada perbedaan rata-rata antara sebelum dan sesudah pemberian jus kacang kedelai yaitu 6,86 dan 11,66. *P-Value* sebesar 0,000 < alpha 0,05 yang berarti bahwa jus kacang kedelai dan Teknik marmet efektif terhadap peningkatan produksi ASI Ibu menyusui.

Karakteristik responden dalam penelitian ini sebagian besar berada di rentang usia subur yaitu 20-35 tahun dan >35 tahun, hal ini menunjukkan bahwa usia memengaruhi pengetahuan, motivasi, dan aktivitas seseorang. Usia antara 20-35 tahun merupakan masa reproduksi sehat, karena secara fisik organ reproduksi telah siap, dan kondisi psikologis ibu berdampak terhadap kesiapan dalam menerima kehadiran bayi (Niar, Dinengsih, and Siauta 2021).

Ibu dengan usia yang lebih tua dianggap memiliki pengalaman dalam hal menyusui yang lebih banyak dibandingkan dengan ibu usia muda, sehingga pengetahuannya pun lebih baik dibandingkan dengan usia muda walaupun sebagian besar ibu

berpendidikan SMA, namun dilihat dari paritas sebagian besar ibu termasuk multiparitas sehingga pengalaman dalam proses menyusui sudah ada yang dapat berpengaruh pada frekuensi dan teknik menyusui ibu (Esteves et al. 2014).

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan menunjukkan produksi ASI sebelum diberikan jus kacang kedelai mempunyai skor rata-rata 6,86 dan sesudah diberikan jus kacang kedelai mempunyai skor rata-rata 11,66. Hasil analisis menunjukkan *p-value* 0,000 < 0,05, sehingga menunjukkan bahwa ada peningkatan produksi ASI dengan diberikan jus kacang kedelai. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu oleh Erika mengenai Jus kacang kedelai yang merupakan minuman olahan dari sari pati kacang kedelai memiliki banyak kandungan gizi dan manfaat. Potensinya dalam menstimulasi hormon oksitoksin dan prolaktin seperti alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid dan substansi lainnya efektif dalam meningkatkan dan memperlancar

produksi ASI pada ibu nifas di RS Bina Sehat Bantul (Puspitasari 2018).

Sejalan dengan penelitian menyatakan bahwa jus kacang kedelai dapat meningkatkan produksi ASI. Penelitian lain menyatakan bahwa kandungan dari kacang-kacangan mampu membantu mengoptimalkan pengeluaran ASI serta kepekatan warna ASI pada ibu menyusui, maka mengkonsumsi jus kacang kedelai untuk ibu yang sedang menyusui dapat meningkatkan frekuensi ASI (Winarni and Wibisono 2020). Dimana pati dari kacang kedelai memiliki banyak kandungan gizi dan manfaat, potensinya dalam menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin berefektif meningkatkan dan melancarkan produksi ASI, dan reflek dari prolaktin secara hormonal berguna untuk meningkatkan produksi ASI (Febriani, Yulita, and Juwita 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Erika Puspitasari, bahwa jus kacang kedelai lebih efektif dalam meningkatkan produksi ASI. Hal tersebut terjadi karena kandungan kedelai diketahui mengandung

isoflavon khususnya genistein dan daidzein yang diketahui berperan dalam menginduksi hormone prolaktin sehingga meningkatkan produksi ASI (Puspitasari 2018). Secara ilmiah, kandungan isoflavon pada kedelai terbukti mampu mengiduksi sekresi produksi hormon prolaktin, yaitu hormone yang berperan dalam produksi ASI (Pramitasari, Suwardi, and Prasasty 2017).

Isoflavon yang terkandung pada jus kacang kedelai merupakan asam amino yang memiliki vitamin dan gizi dalam kacang kedelai yang membentuk flavonoid. Flavonoid merupakan pigmen, seperti zat hijau daun yang biasanya berbau. Zat hijau daun memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh (Vieira et al. 2018). Secara garis besar, manfaat dari isoflavon yang terkandung pada jus kacang kedelai adalah meningkatkan metabolisme dalam tubuh serta mempertambah produksi ASI bagi ibu menyusui. Isoflavon atau hormon phytoestrogen adalah hormon estrogen yang diproduksi secara alami oleh tubuh dan bisa membantu kelenjar susu

ibu menyusui agar memproduksi ASI lebih banyak (Franke et al. 2006).

Cara untuk meningkatkan produksi ASI dengan mengkonsumsi jus kacang kedelai dapat menstimulasi hormone oksitosin dan prolaktin seperti alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid dan substansi lainnya yang efektif dalam meningkatkan dan melancarkan produksi ASI (Lee, Kim, and Hwang 2021). Refleks prolaktin secara hormonal untuk memproduksi ASI, waktu bayi menghisap puting payudara ibu, terjadi rangsangan neurohormonal pada puting susu dan areola ibu (Kim et al. 2014). Rangsangan ini diteruskan ke hipofisis melalui nervus vagus, kemudian kelobus anterior sehingga akan mengeluarkan hormone prolactin dan akan masuk keperedaran darah dan sampai pada kelenjar pembuat ASI. Refleks oksitosin merupakan hormone yang berperan mendorong kelenjar susu pada sel mioepitel yang mengelilingi alveolus dari kelenjar susu, sehingga akan berkontraksi sel mioepitel isi dari alveolus akan terdorong keluar menuju saluran susu sehingga alveolus menjadi kosong dan memacu untuk

sintesis air susu berikutnya (Syafitri 2018).

SIMPULAN

Ibu menyusui yang mengkonsumsi jus kacang kedelai menunjukkan peningkatan ASI secara signifikan, jus kedelai membantu menstimulasi produksi ASI melalui berbagai zat yang terdapat pada kacang kedelai serta membantu menstimulasi hormone oksitosin dan prolactin. Diharapkan jus kacang kedelai dapat menjadi alternatif minuman yang dikonsumsi rutin oleh ibu menyusui, karena terbukti dapat meningkatkan produksi ASI.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Puskesmas Malaimsimsa Kota Sorong yang telah memfasilitasi penelitian sehingga berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

Dewi, Ayu Devita Citra. 2019. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelancaran Produksi Asi." *Jurnal 'Aisyiyah Medika* 4(1). DOI: <https://doi.org/10.36729/jam>

- .v4i1.230
- Emah, Rohemah. 2020. “Dukungan Bidan Terhadap Pemberian Asi Eksklusif Di Puskesmas Jamblang Kabupaten Cirebon Tahun 2020.” *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia* 5(7): 274–75. DOI: <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v5i7.1459>
- Esteves, Tania Maria Brasil et al. 2014. “Factors Associated to Breastfeeding in the First Hour of Life: Systematic Review.” *Revista de Saude Publica* 48(4): 697–708. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0034-8910.2014048005278>
- Febriani, Ade, Nova Yulita, and Sellia Juwita. 2020. “Efektivitas Pemberian Soybean (Glycine Max) Dalam Peningkatan Asi Ibu Menyusui Diwilayah Kerja Puskesmas Kota Pekanbaru.” *JOMIS (Journal of Midwifery Science)* 4(2): 46–51. versitas Abdurrah, DOI : <https://doi.org/10.36341/jomis.v4i2.1359>
- Franke, Adrian A et al. 2006. “Isoflavones in Breastfed Infants after Mothers Consume Soy.” *The American Journal of Clinical Nutrition* 84(2): 406–13. <https://doi.org/10.1093/ajcn/84.2.406>.
- Hamzah, Diza Fathamira. 2018. “Pengaruh Pemberian Asi Eksklusif Terhadap Berat Badan Bayi Usia 4-6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Kota.” 3(2): 8–15. DOI: <http://dx.doi.org/10.30829/jumantik.v3i2.1683>
- Hapsari, Dian Indahwati, and M . Taufik. 2018. “Hubungan Antara Pengetahuan Ibu, Perawatan Payudara, Penyuluhan Asi Eksklusif, Dukungan Keluarga Dan Dukungan Petugas Kesehatan Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Pandan Kecamatan Sungai Tebelian Kabupaten Sintang.” *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa* 5(1): 1. DOI: <http://dx.doi.org/10.29406/jkmk.v5i1.892>
- Kim, Eun Hye et al. 2014. “Isoflavones and Anthocyanins Analysis in

- Soybean (*Glycine Max (L.) Merrill*) from Three Different Planting Locations in Korea.” *Field Crops Research* 156: 76–83. <http://dx.doi.org/10.1016/j.fcr.2013.10.020>.
- Lee, Ji Seok, Hong Sig Kim, and Tae Young Hwang. 2021. “Variation in Protein and Isoflavone Contents of Collected Domestic and Foreign Soybean (*Glycine Max (L.) Merrill*) Germplasms in Korea.” *Agriculture (Switzerland)* 11(8). DOI:<https://doi.org/10.3390/agriculture11080735>
- Niar, Andi, Sri Dinengsih, and Jenny Siauta. 2021. “Factors Affecting the Production of Breast Milk Breastfeeding Mother at Harifa RSB, Kolaka District Southeast Sulawesi Province.” *Jurnal Kebidanan Midwifery* 7(2): 10–19. DOI: 10.21070/midwifery.v7i2.1288
- Papua, Barat. 2016. “Provinsi Papua Barat.” *Kesehatan* 2(2).
- Pramitasari, Rianita, Juan Antonio Suwardi, and Vivitri Dewi Prasasty. 2017. “Pengembangan Minuman Kedelai Hitam Untuk Ibu Menyusui (Development of Black Soybean Beverage for Breastfeeding Mothers).” *Jurnal ilmu Pangan dan Hasil Pertanian* 1(1): 1–10. DOI: <https://doi.org/10.26877/jip.hp.v1i1.1357>
- Puspitasari, Elika. 2018. “Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di RB Bina Sehat Bantul.” *Jurnal Kebidanan* 7(1): 54. Tersedia di http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jur_bid/, DOI:10.26714/jk.7.1.2018.54-60
- Syafitri, Rani. 2018. “Pengaruh Pemberian Edamame (*Glycin Max (L.) Merrill*) Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Primipara Di Bpm Dillah Sobirin Kecamatan Pakis Kabupaten Malang.” *Journal Of Issues In Midwifery* 2(3): 41–47. DOI: <https://doi.org/10.21776/ub.JOIM.2018.002.03.4>
- Vieira, Adriana Moura et al. 2018.

“Maternal Soybean Diet during Lactation Alters Breast Milk Composition and Programs the Lipid Profile in Adult Male Rat Offspring.” *Endocrine* 60(2): 272–81.

DOI:<https://doi.org/10.1007/s12020-018-1572-x>

Winarni, Lastri Mei, and A.Y.G Wibisono. 2020. “Pemberian Jus Kacang Kedelai Dan Melon Terhadap Peningkatan Produksi Asi Dan Berat Badan Bayi Di Puskesmas Tigaraksa.” *Jurnal Menara Medika* 2(2): 119–27. DOI: 10.31869/mm.v3i1.219

**PERAN ORANG TUA PADA TUMBUH KEMBANG ANAK
PRASEKOLAH DENGAN PENGGUNAAN GADGET
DI BANDA ACEH**

***THE ROLE OF PARENTS ON THE GROWTH OF PRESCHOOL
CHILDREN WITH THE USE OF GADGETS IN BANDA ACEH***

Fitria, Rehmaitamalem, Reka Julia Utama

Universitas Bina Bangsa Getsempena

Korespondensi : fitriazahary@bbg.ac.id

ABSTRACT

Introducing the gadget to children at an early age can affect their social interaction skills since they tend to be engrossed in their world by focusing on it. Furthermore, they tend to be less aware of their environment to ignore someone who greets or invites them to talk to them. Adversely, their obsession with games can reduce their interest and learning achievement. In addition, the eagerness to browse the internet to access such videos can preoccupy them so that they much less socialize with their peers or even their parents. The purpose of this study was to observe the role of parents on the growth of preschool children with the use of gadgets at TK Asyiah Suka Ramai in Banda Aceh. The research design used in this study was descriptive and correlative. The sample was 40 respondents. The data were collected from 3rd to 6th December 2022 through the use of questionnaires. The data were analyzed using the Chi-Square test. The results showed that there is a relationship between the role of parents to preschool children with the use of gadgets as a guide with the value of $p = 0.020$, as an educator with $p = 0.020$, and as a supervisor with $p = 0.001$. In addition, there is a relationship between the role of parents as a motivator for preschool children with the influence of gadgets with a value of $p = 0.021$. It is expected that the result of this research can provide valuable insight to parents in guiding, educating, supervising, and motivating their preschool children's development in this digital era, especially in terms of the negative influence of gadgets.

Keywords: *Growth, Gadgets, Preschoolers*

ABSTRAK

Memperkenalkan gadget kepada anak sejak dini dapat mempengaruhi kemampuan interaksi sosialnya karena mereka cenderung asyik dengan dunianya dengan berfokus padanya. Selain itu, mereka cenderung kurang peka terhadap lingkungannya sehingga mengabaikan seseorang yang menyapa atau mengajaknya berbicara. Sebaliknya, obsesi mereka terhadap game dapat menurunkan minat dan prestasi belajar mereka.

Selain itu, keinginan untuk menjelajah internet untuk mengakses video semacam itu dapat menyibukkan mereka sehingga mereka kurang bersosialisasi dengan teman sebaya atau bahkan orang tua mereka. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peran orang tua dalam perkembangan anak prasekolah dengan penggunaan gadget di TK Asyiah Suka Ramai Banda Aceh. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dan korelatif. Jumlah sampel sebanyak 40 responden. Data dikumpulkan dari tanggal 3 hingga 6 Desember 2022 melalui penggunaan kuesioner. Data dianalisis dengan menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan peran orang tua terhadap anak prasekolah dengan penggunaan *gadget* sebagai pendamping dengan nilai $p = 0,020$, sebagai pendidik dengan $p = 0,020$, dan sebagai pengawas dengan $p = 0,001$, serta peran orang tua sebagai pendorong bagi anak prasekolah dengan penggunaan gadget dengan nilai $p = 0,021$. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan berharga bagi orang tua dalam membimbing, mendidik, mengawasi, dan memotivasi perkembangan anak prasekolah di era digital ini, khususnya dalam hal pengaruh negatif *gadget*.

Kata kunci : Tumbuh Kembang, Gadget, Prasekolah

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa 5-25% dari anak-anak usia prasekolah menderita gangguan perkembangan. Beragam masalah perkembangan anak, seperti keterlambatan motorik, bahasa, dan perilaku sosial dalam beberapa tahun terakhir ini semakin meningkat. Angka kejadian masalah perkembangan pada anak di Indonesia antara 13-18%. (Hasanah et al., 2019)

Sepuluh populasi dunia diperkirakan akan mengalami rabun jauh pada 2050. Gaya hidup anak-anak

zaman sekarang yang sulit dipisahkan dari layer gawai, mulai televisi, computer, laptop, ponsel, hingga tablet. Penelitian Keck School of medicine dan Intitut Kesehatan Nasional AS pada 2016 mengungkapkan bahwa kasus myopia pada anak terus meningkat selama 50 tahun terakhir. Miopia tidak hanya menyebabkan seseorang kesulitan melihat objek dari jarak jauh, namun menyebabkan seseorang berisiko tinggi mengalami kondisi kehilangan penglihatan. Akademi Pediatri Merika merekomendasikan

anak pada usia 2-5 tahun hanya boleh bermain gadget/ gawai tidak lebih dari satu jam perhari. Sedangkan pada bayi dibawah dua tahun, penggunaan gawai sama sekali tidak diperbolehkan kecuali untuk melakukan panggilan video. (Novita, 2019)

Gadget merupakan wujud nyata dari teknoogi baru yang berisi aneka aplikasi dan program yang menyenangkan seolah-olah telah menjadi sahabat bagi anak, bahkan bisa menyihir anak-anak untuk duduk manis berjam-jam dengan bermain gadget. Orangtua harus mempertimbangkan berapa banyak waktu yang diperbolehkan untuk anak usia prasekolah dalam bermain gadget, karena total lama penggunaan gadget dapat mempengaruhi perkembangan anak. Seorang anak hanya boleh berada di depan layar ≤ 1 jam setiap harinya. Berdasarkan hasil penelitian dari 52 responden, jumlah responden yang durasi penggunaan gadget lebih dari 1 jam yaitu 43 responden (83%), dan jumlah responden yang durasi penggunaan kurang dari 1 jam sejumlah

9 responden (17%). (Hasanah et al., 2019)

Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS), hasil pendataan Survei Susenas Tahun 2021 62,10 persen populasi Indonesia telah mengakses internet di thun 2021. Tingginya penggunaan internet ini mencerminkan iklim keterbukaan informasi dan penerimaan masyarakat terhadap perkembangan teknologi dan perubahan menuju masyarakat informasi. (Badan Pusat Statistik, 2021)

Menurut Dewi (2020), dampak negatif dari ketergantungan pada perangkat elektronik pada anak-anak mencakup ketidakmauan mereka untuk bersosialisasi, reaksi negatif seperti kemarahan jika tidak mendapatkan akses ke gadget, kurangnya minat dalam bermain di luar rumah, serta resistensi terhadap berpartisipasi dalam aktivitas lain. Selain itu, adiksi gadget pada anak juga dapat menghasilkan dorongan yang kuat untuk terus-menerus menggunakan perangkat tersebut, dengan reaksi seperti menangis jika tidak diberikan gadget, kesulitan dalam bermain di luar rumah,

dan kurangnya motivasi untuk beraktivitas.

Tipe pola asuh memiliki dampak yang signifikan pada karakteristik dan perkembangan anak dalam konteks penggunaan media elektronik. Selain itu, harapan orang tua dalam memberikan gadget kepada anak adalah untuk mendorong anak agar lebih termotivasi dalam meningkatkan minat belajar. Ketika anak memiliki minat dan motivasi yang tinggi, mereka akan lebih mudah memahami dan menguasai materi pelajaran. Penggunaan gadget yang kurang tepat atau pola asuh yang tidak sesuai saat memberikan gadget kepada anak dapat mengakibatkan gangguan perkembangan bicara dan bahasa pada anak, yang sering disebut sebagai keterlambatan berbicara (*speech delay*). (Aviani, 2020)

Orangtua berperan penting dalam mencegah terjadinya adiksi gadget pada anak. Orangtua dan keluarga adalah anggota sosial terdekat anak. Orangtua berperan untuk melakukan upaya preventif untuk mencegah anak mengalami adiksi atau kecanduan gadget. Namun demikian, pada zaman

teknologi sekarang ini, tidak mudah bagi orangtua untuk menjalankan perannya, bahkan banyak orangtua yang abai atau lalai terhadap perannya. (Alia & Irwansyah, 2018)

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan Gunawan (2017) tentang hubungan durasi penggunaan *gadget* terhadap perkembangan sosial anak prasekolah, sebagian besar anak bermain *gadget* dengan durasi >1 jam dalam sehari dengan tingkat perkembangan sosial di bawah rata-rata yaitu sebanyak 52,4% dan jugaterdapat hubungan antara durasi penggunaan *gadget* dengan tingkat perkembangan sosial anak prasekolah dengan *p value* 0,000. (Gunawan, 2017)

Berdasarkan wawancara dan observasi yang peneliti lakukan di TK Aisyah suka ramai banda aceh, terdapat 14 orang tua anak prasekolah, 5 orang tua dari anak prasekolah mengatakan bahwa sebelum mengenal *gadget*, anak-anaknya memang sudah nakal dan susah diingatkan sewajarnya dan tidak memperdulikan ketika diajak berbicara. Menurut 9 orang tua lain mengatakan

bahwa sangat mendukung dengan adanya *gadget* bagi anaknya karena anak-anak lebih banyak di dalam rumah daripada di luar rumah. Apabila hal tersebut terus dibiarkan, nantinya akan sangat berdampak buruk bagi tumbuh kembang, sosial, motorik, perilaku dan kesehatan si anak. Untuk itu, penulis bermaksud untuk meneliti lebih lanjut terkait peran orangtua pada tumbuh kembang anak prasekolah dengan pengaruh gadget di TK Aisyiah Suka Ramai Banda Aceh.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelatif yang menggunakan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian adalah orang tua dari anak prasekolah yang ada di Tk Asyiah Suka Ramai banda aceh sebanyak 40 responden. Data primer dalam penelitian ini mdidapatkan melalui wawancara dan pengisian kuesioner kepada responden. Kuesioner yang digunakan telah di uji validitas dengan nilai cronbach alpha sebesar $0,820 > 0,7$ sehingga kuesioner dinyatakan reliable. Orangtua bersedia menandatangani

lembar inform consent. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis univariat dan biavariat dengan menggunakan uji *chi square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengumpulan data penelitian dilakukan dari tanggal 03-06 Desember 2022 pada orang tua dari anak di TK Asyiah Suka Ramai Banda Aceh. Jumlah sampel 40 responden.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Kategori	f	%
Umur		
Dewasa Awal	34	85
Dewasa Akhir	6	15
Pendidikan		
SMP	3	7
SMA	14	35
Perguruan Tinggi	23	58
Pekerjaan		
IRT	19	48
PNS/TNI/POLRI	7	17
Lainnya	14	35

Pada tabel 1 diuraikan karakteristik responden dengan kategori umur dewasa awal sebanyak 85% (34 orang), kategori pendidikan mayoritas perguruan tinggi sebanyak 58% (23 orang) dan kategori pekerjaan sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sebanyak 48% (19 orang).

Tabel. 2 Peran Orangtua

Kategori	f	%
Peran Pendamping	24	60
Baik	16	40
Kurang		
Peran Pendidik		
Baik	20	50
Kurang	20	50
Peran Pengawas		
Baik	22	55
Kurang	18	45
Peran Pendorong		
Baik	23	57,5
Kurang	17	42,5

Pada tabel 2 didapatkan hasil peran orangtua sebagai peran pendamping dengan kategori baik sebanyak 60% (24 oran), peran pendidik dengan kategori baik sebanyak 50% (20 orang), peran pengawas dengan kategori baik sebanyak 55% (22 orang), dan peran pendorong dengan kategori baik sebanyak 57,5% (23 orang).

Tabel. 3 Penggunaan Gadget

Kategori	f	%
Tidak normal	14	35
Normal	26	65

Pada tabel 3 didapatkan hasil kategori penggunaan gadget pada anak dengan penggunaan normal mayoritas 65% (26 orang) dibandingkan pada anak yang tidak normal penggunaan gadget sebanyak 35% (14 orang).

Pada tabel 4 menunjukkan hasil bahwa sebagian besar responden (24 orang) dengan kategori peran pendamping baik, 20 orang dengan penggunaan gadget normal dan 4 orang dengan penggunaan gadget tidak normal. Hasil uji statistic Chi Square diperoleh nilai *p-value* = 0,008 ($p < 0,05$) artinya ada hubungan peran pendamping dari orangtua dengan penggunaan gadget di TK Aisyiah Suka Ramai Banda Aceh.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Peran Pendamping	Penggunaan Gadget				Total		<i>p-value</i>
	Tidak normal		Normal		f	%	
	F	%	f	%			
Baik	4	16,7	20	83,3	24	100	0,008
Kurang	10	62,5	6	37,5	16	100	
Jumlah	14	35	26	65	40	100	

Pada tabel 5 menunjukkan hasil bahwa orangtua dengan kategori peran pendidik baik sebanyak 20 orang, dan diantaranya 11 orang dengan penggunaan gadget normal dan 9 orang dengan penggunaan gadget tidak normal. Hasil uji statistic Chi Square diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,02$ ($p < 0,05$) artinya ada hubungan peran pendidik dari orangtua dengan penggunaan gadget di TK Aisyiah Suka Ramai Banda Aceh.

Pada tabel 6 menunjukkan hasil bahwa sebagian besar orangtua dengan kategori peran pengawas baik sebanyak 22 orang, dan diantaranya 13 orang dengan penggunaan gadget normal dan 9 orang dengan penggunaan gadget tidak normal. Hasil uji statistic Chi Square diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,001$ ($p < 0,05$) artinya ada hubungan peran pengawas dari orangtua dengan penggunaan gadget di TK Aisyiah Suka Ramai Banda Aceh

Tabel 5. Hubungan peran pendidik dengan penggunaan gadget

Peran Pendidik	Penggunaan Gadget				Total		<i>p-value</i>
	Tidak normal		Normal		f	%	
	f	%	f	%			
Baik	9	45	11	55	20	100	0,02
Kurang	17	65	3	35	20	100	
Jumlah	26	65	14	35	40	100	

Tabel 6. Hubungan peran pengawas dengan penggunaan gadget

Peran Pengawas	Penggunaan Gadget				Total		<i>p-value</i>
	Tidak normal		Normal		f	%	
	f	%	f	%			
Baik	9	40.9	13	59.1	22	100	0,001
Kurang	17	94.4	1	5.6	18	100	
Jumlah	26	65	14	35	40	100	

Tabel 7. Hubungan peran pendorong dengan penggunaan gadget

Peran Pendorong	Penggunaan Gadget				Total		<i>p-value</i>
	Tidak normal		Normal		f	%	
	f	%	f	%			
Baik	11	47.8	12	52.2	23	100	0,021
Kurang	15	88.2	2	11.8	17	100	
Jumlah	26	65	14	35	40	100	

Pada tabel 7 menunjukkan hasil bahwa sebagian besar orangtua dengan kategori peran pendorong baik sebanyak 23 orang, dan diantaranya 12 orang dengan penggunaan gadget normal dan 11 orang dengan penggunaan gadget tidak normal. Hasil uji statistic Chi Square diperoleh nilai *p-value* = 0,001 ($p < 0,05$) artinya ada hubungan peran pendorong dari orangtua dengan penggunaan gadget di TK Aisyiah Suka Ramai Banda Aceh.

Hubungan peran pendamping dengan penggunaan gadget

Hasil uji statistic (uji *Chi-Square*), diperoleh nilai $p = 0,008$ ($p < 0,05$) didapatkan bahwa ada hubungan peran pendampingan dari orang tua dengan penggunaan gadget di TK aisyiah suka ramai Banda Aceh. Konsep peran pendamping dari orangtua merupakan

suatu kegiatan dukungan dan layanan bagi keluarga dalam mengoptimalkan perkembangan anak. Pendampingan dilakukan dengan cara memberikan perhatian, menyampaikan pesan, memotivasi, mengajak, memberikan nasihat, merujuk, menggerakkan, dan bekerjasama.

Hasil penelitian ini di dukung oleh penelitian lain yang mendukung penelitian adalah penelitian yang telah dilakukan oleh Trinika (2015) yang menyatakan ada pengaruh antara penggunaan gadget terhadap perkembangan psikososial anak usia prasekolah (3-6 tahun) di TK Kristen Immanuel tahun ajaran 2014-2015. Siswa yang paparan penggunaan gadgetnya rendah tetapi perkembangan psikososialnya baik berjumlah 39 orang dengan persentase 41,1%. Siswa yang

paparan penggunaan gadgetnya tinggi tetapi perkembangan psikososialnya buruk berjumlah 23 orang dengan persentase 24,2%. Siswa yang paparan penggunaan gadgetnya tinggi tetapi perkembangan psikososialnya baik berjumlah 17 orang dengan persentase 17,9%. Kemudian, siswa yang paparan penggunaan gadgetnya rendah tetapi perkembangan psikososialnya buruk berjumlah 16 orang dengan persentase 16,8%. (Trinika, 2015)

Orangtua harus bisa menyesuaikan diri terhadap perkembangan teknologi yang semakin pesat. Karena orang terdekat dan pelindung bagi anak adalah orangtua. Maka demikian, peran orangtua dalam mendampingi anak dalam penggunaan gadget dibutuhkan agar dampak negative yang ditimbulkan dari gadget dapat diantisipasi dengan adanya pendampingan dan bimbingan dari orangtua. Cara dapat dilakukan orangtua dalam mendampingi anak dalam menggunakan gadget diantaranya membatasi waktu anak dalam menggunakan gadget. Orangtua dapat membatasi waktu sesuai dengan

kebutuhan seperti pemilihan konten yang aman bagi anak, pemilihan permainan, video, gambar dan audio disesuaikan dengan usia anak. Aturan yang dibuat juga dilaksanakan oleh orangtua seperti batasan waktu penggunaan gadget selama 30 menit sehingga anak tidak akan menjadi candu terhadap gadget. (Suryameng, 2019)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sunita (2018), hasil analisis statistik menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pendampingan orang tua terhadap dampak penggunaan gadget dengan nilai p-value sebesar 0.05. Kebermanfaatan atau tidaknya gadget bagi anak sangat dipengaruhi oleh peran orang tua dalam memperkenalkan dan mengawasi anak ketika menggunakan atau bermain dengan gadget. Untuk mendapatkan manfaat dari penggunaan gadget, orang tua perlu memahami kontennya. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk memberikan pendampingan yang sesuai dengan tahap perkembangan anak dan memastikan bahwa anak tidak

melebihi batasan yang telah ditetapkan. Pendampingan dapat dilakukan dengan mengatur batasan penggunaan gadget, mengurangi waktu yang dihabiskan anak untuk menggunakan gadget, sehingga seiring berjalannya waktu, anak akan kurang bergantung pada gadget. Selain itu, orang tua dapat mengembangkan bakat anak dan bermain bersama anak secara rutin. Orang tua yang aktif berinteraksi dan bermain dengan anak akan membuat anak lebih fokus pada orang tua mereka daripada pada gadget. Mengajak anak untuk bermain di luar rumah juga dapat mempercepat pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain itu, orang tua dapat mengajak anak untuk berpartisipasi dalam aktivitas bersama.

Hubungan peran pendidik dengan penggunaan gadget

Hasil uji statistic (uji *Chi-Square*), diperoleh nilai $p = 0,020$ ($p < 0,05$) didapatkan ada hubungan didikan orang tua dengan pengaruh gadget di TK aisyiah suka ramai Banda Aceh. Selama pandemic Covid 19, aktivitas belajar bergeser pada pembelajaran daring dengan menggunakan gadget. Hal ini

dilakukan untuk mempermudah pembelajaran antara guru dan peserta didik selama pandemic terjadi. Namun dengan adanya pembelajaran secara daring membuat anak lebih banyak menghabiskan waktu bermain disbanding dengan aktivitas belajarnya. Sehingga pentingnya orangtua dirumah menggunakan perannya sebagai pendidik.

Dalam menjalankan fungsinya sebagai pendidik maka untuk mendukung keberhasilan belajar anaknya perlu adanya motivasi dari keluarga terutama orangtuanya sebagai pendidik utama. Pemberian motivasi kewajiban moral sebagai konsekuensi kehidupan orangtua terhadap keturunannya, adanya tanggung jawab moral ini meliputi nilai nilai spiritual. Orangtua sebagai pendidik harus senantiasa menjalin hubungan baik dengan anak. (Wahidin, 2019)

Berdasarkan temuan dari penelitian oleh Aisyatinnaba dan Sutoyo (2016) di SMP Negeri 3 Lorasi Kabupaten Brebes menunjukkan fenomena bahwa orang tua sibuk dengan pekerjaannya sehingga mereka

kurang memperhatikan perannya untuk mendidik anak. Lebih lanjut, mereka menjelaskan orangtua kurang memahami perannya dan menganggap bahwa guru disekolahnya memegang penuh tugas pendidikan anaknya. (Aisyatinnaba & Sutoyo, 2016)

Setiap orangtua mengemban peran sebagai pendidik dirumah, sehingga anggapan bahwa pendidikan anak telah diserahkan kepada pihak sekolah adalah tidak tepat. Guru di sekolah melaksanakan peran dan fungsinya sebagai tutor atau pendidik di sekolah. Kewajiban orangtua untuk mendidik anaknya tidak pernah lepas.

Hubungan peran pengawas dengan penggunaan gadget

Hasil uji statistic Chi Square diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,001$ ($p < 0,05$) artinya ada hubungan peran pengawas dari orangtua dengan penggunaan gadget di TK Aisyiah Suka Ramai Banda Aceh. Sejalan dengan penelitian Jordan (2018) didapatkan bahwa responden yang peran keluarga kurang baik dengan perilaku anak kurang baik ada 2 responden (5,6%) dan peran keluarga kurang baik dengan

perilaku anak baik ada 1 responden (2,7%) dan peran keluarga baik dengan perilaku anak kurang baik tidak ada responden dan peran keluarga baik dengan perilaku anak baik ada 31 responden (91,7%), kemudian peran keluarga dalam menghindari dampak negatif penggunaan gadget pada anak dengan perilaku anak dalam penggunaan gadget diperoleh hasil : responden dengan peran keluarga kurang baik dan perilaku anak kurang baik yaitu sebanyak 2 responden, peran keluarga kurang baik dan perilaku anak baik sebanyak 1 responden, peran keluarga baik dan perilaku anak kurang baik sebanyak 0 responden dan peran keluarga baik dan perilaku anak baik sebanyak 31 responden, kemudian hasil analisis chi-square hubungan antara peran keluarga dalam menghindari dampak negatif penggunaan gadget pada anak dengan perilaku anak dalam penggunaan gadget diperoleh nilai signifikan ($p\text{-value}$) sebesar 0,000 ($< 0,05$) dan kesimpulan yang diperoleh adalah H_0 ditolak. Maka, interpretasi dari analisa ini adalah ada hubungan antara peran keluarga dalam

menghindari dampak negative penggunaan gadget pada anak dengan perilaku anak dalam penggunaan gadget.

Orangtua perlu lebih selektif lagi dalam memberikan mainan kepada anak dan perlu adanya pengawasan serta ketegasan dalam memberikan batasan kepada anak dalam bermain gadget. Hasil penelitian tentang perkembangan anak usia 3-6 tahun di TK PGRI 1 Cakranegara Karang Taliwang menunjukkan bahwa sebanyak 52% anak memiliki perkembangan sosial kurang dari rata-rata dan 83% anak menggunakan gadget dengan durasi > 1 jam per hari. Gadget merupakan salah satu bentuk stimulasi yang mempengaruhi perkembangan anak. Terdapat 8-9 % anak prasekolah mengalami masalah psikososial khususnya masalah sosial-emosional seperti kecemasan, susah beradaptasi, susah bersosialisasi, susah berpisah dari orangtua, anak sulit diatur dan perilaku agresif. (Hasanah et al., 2019) Pengawasan terhadap penggunaan gadget anak memiliki pengaruh penting dalam proses belajar

dan interaksi anak dengan lingkungannya. Orangtua dapat memberikan beberapa peraturan kepada anak dalam penggunaan gadget, sebagai bentuk pengawasan penggunaan gadget tersebut. (Sutinah, 2018)

Hubungan peran pendorong dengan penggunaan gadget

Hasil uji statistic Chi Square diperoleh nilai p -value = 0,001 ($p < 0,05$) artinya ada hubungan peran pendorong dari orangtua dengan penggunaan gadget di TK Aisyiah Suka Ramai Banda Aceh. Peran orangtua sebagai peran pendorong dalam penelitian ini menunjukkan hasil sebagian besar orangtua (23 orang) melakukan perannya dengan baik. Akan tetapi hanya 12 responden dari 40 responden yang membolehkan anaknya menggunakan gadget dalam waktu normal (30 menit). Artinya, sebagian besar orangtua masih belum dapat mengontrol anaknya dalam menggunakan gadget.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Warisyah (2015), terdapat peningkatan hampir dua kali lipat

dalam jumlah anak yang menggunakan gadget, yakni dari 38% menjadi 72%. Kondisi ini muncul karena orang tua memberikan kebebasan kepada anak-anak mereka tanpa adanya pendampingan yang memadai. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk melakukan pendampingan dialogis terhadap anak-anak mereka guna mengurangi dampak negatif dari penggunaan gadget. Dampak buruk yang dapat timbul akibat penggunaan gadget ini bisa memengaruhi perkembangan psikologis anak, terutama dalam aspek pertumbuhan emosi dan perkembangan moral.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas orang tua memberikan gadget kepada anak-anak mereka atas permintaan anak, dan anak-anak cenderung lebih menikmati menggunakan gadget daripada bermain dengan teman sebaya mereka. Hal ini disebabkan oleh ketersediaan berbagai aplikasi permainan menarik dalam gadget anak-anak, yang lebih memikat perhatian mereka dibandingkan dengan permainan tradisional di sekitar mereka. Orang tua yang menerapkan

pola asuh demokratis biasanya memperkenalkan gadget kepada anak sejak dini, karena mereka melihat gadget sebagai alat yang memudahkan anak bermain dan orang tua dalam beraktivitas sehari-hari. Namun, orang tua yang menerapkan pola asuh demokratis juga sering membatasi penggunaan gadget anak jika melebihi batas tertentu. Di sisi lain, orang tua yang menerapkan pola asuh permisif cenderung memberikan anak mereka lebih banyak kebebasan dalam menggunakan gadget tanpa pengawasan dan kontrol, dengan harapan bahwa ini akan mempermudah orang tua dalam menjalani aktivitas mereka. (Afdalia & Gani, 2023)

Adapun hal-hal yang dapat dilakukan orangtua untuk meminimalisir anak dari pengaruh negative penggunaan gadget seperti mendampingi anak, membuat kesepakatan waktu dalam penggunaan gadget, membuat kesepakatan dalam membuka fitur-fitur yang akan dibuka, modeling yang baik dari orangtua, mengajak anak untuk belajar bersama. Sebagai orang tua, sebaiknya mereka

membimbing dan memantau serta memberikan pemahaman yang baik kepada anak untuk lebih selektif dalam memilih konten atau permainan yang terdapat dalam gadget. (Aisyatinnaba & Sutoyo, 2016)

Peran orang tua dalam mengelola intensitas penggunaan gadget sangat berpengaruh pada keberhasilan upaya pencegahan keterlambatan berbicara pada anak. Hal ini disebabkan karena cara orang tua mengatur penggunaan gadget dapat mengurangi risiko terjadinya keterlambatan berbicara pada anak. Oleh karena itu, orang tua perlu mengurangi waktu yang dihabiskan anak untuk menggunakan gadget dengan cara memperkenalkan media fisik yang dapat merangsang perkembangan bahasa dan bicara anak. Selain itu, orang tua juga perlu memahami risiko yang mungkin timbul akibat penggunaan gadget yang berlebihan pada anak-anak mereka. (Febria, 2021)

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian disimpulkan adanya peran orangtua berpengaruh

pada tumbuh kembang anak terhadap penggunaan gadget. Kehadiran orangtua dapat mengantisipasi dampak negatif penggunaan gadget pada anak dengan pembatasan durasi penggunaan gadget, dan memantau akses informasi yang berguna untuk pembelajaran dan pengetahuan kepada anak, termasuk mencegah akses situs yang buruk bagi tumbuh kembang anak.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Universitas Bina Bangsa Getsempena yang telah memfasilitasi penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyatinnaba, N., & Sutoyo, A. (2016). Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application PERAN ORANG TUA DALAM MEMOTIVASI BELAJAR SISWA. *Ijgc*, 5(4), 52–57.
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk>
- Afdalia, A, P., Gani, I. (2023). Dampak Pengaruh Gadget Terhadap Interaksi Sosial Anak Usia Dini. Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, Volume 10,

- Nomor 1, Mei 2023: 87-96.
- Alia, T., & Irwansyah. (2018). Pendampingan Orang Tua pada Anak Usia Dini dalam Penggunaan Teknologi Digital. *A Journal of Language, Literature, Culture and Education*, 14(1), 65–78.
- Avini, D., Latiana, L., Mulawarman. (2020). Dampak Gaya Pengasuhan Permisif Terhadap Penggunaan Gadget pada Anak. Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana UNNES. Internet: file:///C:/Users/user/Downloads/editorsnpasca,+artikel+Semnas_Damalia+Aviani+-+Damalia+Aviani+74.pdf
- Badan Pusat Statistik. (2021). *Statistik Telekomunikasi Indonesia 2021*. <https://www.bps.go.id/publication/2022/09/07/bcc820e694c537ed3ec131b9/statistik-telekomunikasi-indonesia-2021.html>
- Dewi, G. A. N. T. (2020). The Effectiveness of Play Therapy and Positive Reinforcement to Reduce Gadgets Addiction in Children. *Proceedings of The ICECRS*, 8. <https://doi.org/10.21070/icecrs2020419>
- Febria, C. (2021). Pengaruh Penggunaan Gadger dengan Keterlambatan Berbicara (Speech Delay) pada Anak: Literature Review. Diakses tanggal 10 Oktober 2023. Internet: <http://repository.unism.ac.id/2003/1/KTI%20%23004%202003%20cindy%20pdf.pdf>
- Gunawan, M. A. A. (2017). Hubungan Durasi Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial. *Skripsi*, 1–68. <http://eprints.undip.ac.id/55141/>
- Hasanah, I., Kurniatun, N., & ... (2019). Gambaran Perkembangan Sosial Anak Yang Menggunakan Telpon Genggam (Gadget). *Jurnal ...*, 63–67. <http://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jk/article/view/93>
- Novita, M. (2019). *Kasus Rabun Jauh pada Anak Terus Meningkat, karena Gawai?* <https://gaya.tempo.co/read/1185156/kasus-rabun-jauh-pada-anak-terus-meningkat-karena-gawai>
- Suryameng. (2019). Pendampingan Dialogis Orangtua Dalam Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Dini. *DUNIA ANAK: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(2), 40–49. <http://jurnal.stkippersada.ac.id/jurnal/index.php/PAUD>
- Sunita, I., & Mayasari, E. (2018). Pengawasan Orangtua Terhadap Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak. *Jurnal Endurance*, 3(3), 510. <https://doi.org/10.22216/jen.v3i3.2485>
- Trinika, Y. (2015). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Psikososial Anak

Usia Prasekolah (3-6 Tahun) di TK Swasta Kristen Immanuel Tahun Ajaran 2014-2015. *Naskah Publikasi*, 12(Juni), 1-11.

Wahidin. (2019). Peran Orang Tua Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Anak Sekolah Dasar. *Pancar*, 3(1), 232-245.

Warisyah, Y. (2015). Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Pentingnya “Pendampingan Dialogis” Orang Tua Dalam Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Dini. Prosiding Seminar Nasional Pendidikan, 2016; 130-138.

<http://seminar.umpo.ac.id/index.php/semnasdik2015/article/download/212/213>

TINGKAT LITERASI KESEHATAN DAN HUBUNGANNYA DENGAN DIABETICS SELF MANAGEMENT PADA KLIEN DENGAN DIABETES MELLITUS TYPE 2

HEALTH LITERACY LEVEL AND IT'S RELATIONSHIP ON DIABETICS SELF MANAGEMENT CLIENTS WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS

Yunita Sari, Cucuk Kunang Sari

Poltekkes Kemenkes Banten

Korespondensi : yunitasari@poltekkesbanten.ac.id

ABSTRACT

Diabetes Mellitus (DM) is a chronic disease that is gradually contributing as a major cause of mortality and morbidity throughout the world. The number of diabetes cases increases every year and it is predicted that in 2030 there will be 578 million cases of DM and as many as 700 million in 2045. To minimize and prevent complications in DM sufferers, clients need understanding and ability to manage their disease. Health literacy is an important factor for clients with chronic illnesses, including DM, to support clients' ability to carry out daily care. The aim of this study was to identify the relationship between the level of health literacy and diabetic self-management (DSM) of type 2 DM clients. This study used a cross-sectional study design using a sample of 60 type 2 DM clients. The variables in this study were the level of health literacy and diabetes self-management. management. From the results of the correlation test using the chi square test, correlation results were obtained which showed that there was a significant relationship between the level of health literacy and the DSM of type 2 DM clients (p value 0.001). This research can be a basis for determining appropriate interventions as an effort to improve the literacy skills of DM clients.

Keywords: Diabetes Mellitus, Diabetics Self Management, Health Literacy

ABSTRAK

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit kronis yang secara bertahap berkontribusi sebagai penyebab utama mortalitas dan morbiditas di seluruh dunia. Jumlah kasus diabetes bertambah setiap tahun. Data IDF tahun 2021 menunjukkan bahwa sebanyak 537 juta orang dewasa berusia 20 hingga 79 tahun menderita diabetes. Dan pada tahun 2030 diprediksi terdapat 578 juta kasus DM dan sebanyak 700 juta di tahun 2045. Indonesia menduduki peringkat ke-5 jumlah kasus diabetes tertinggi yaitu sebanyak 19,5 juta kasus. Untuk meminimalkan dan mencegah terjadinya komplikasi pada penderita DM, diperlukan pemahaman dan kemampuan klien dalam manajemen

penyakitnya. Literasi kesehatan merupakan salah satu faktor yang penting bagi klien dengan penyakit kronis, termasuk DM untuk menunjang kemampuan klien dalam melakukan perawatan sehari-hari. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan antara tingkat literasi kesehatan dengan diabetic self management (DSM) klien DM tipe 2. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain deskriptif korelatif. Populasi pada penelitian ini adalah klien dengan DM tipe 2 yang memeriksakan diri ke Puskesmas Rangkasbitung. Teknik sampling yang digunakan adalah consecutive sampling dengan target sampel adalah 60 orang. Data dianalisis dengan menggunakan chi square didapatkan hasil terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat literasi kesehatan dengan DSM klien DM tipe 2. Penelitian ini dapat menjadi dasar dalam menentukan intervensi yang sesuai sebagai Upaya meningkatkan kemampuan literasi klien DM.

Kata kunci : Diabetes Mellitus, Diabetics Self Management, Literasi Kesehatan

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus merupakan salah satu gangguan metabolic yang menahun yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah (Kemenkes, 2020). Diabetes melitus secara bertahap berkontribusi sebagai penyebab utama mortalitas dan morbiditas di seluruh dunia.

Jumlah kasus diabetes bertambah setiap tahun. Data IDF tahun 2021 menunjukkan bahwa sebanyak 537 juta orang dewasa berusia 20 hingga 79 tahun menderita diabetes. Ini berarti 1 dari 10 orang mengidap diabetes. Angka ini diprediksi akan semakin meningkat seiring dengan

bertambahnya usia. Dan pada tahun 2030 diprediksi terdapat 578 juta kasus DM dan sebanyak 700 juta di tahun 2045. Peringkat pertama dengan jumlah kasus diabetes tertinggi adalah China dengan jumlah kasus 140,9 juta, disusul India sebanyak 74,2 juta, Pakistan sebanyak 33 juta, Amerika Serikat sebanyak 32,2 juta, dan Indonesia sebanyak 19,5 juta kasus (International Diabetic Federation, 2021). Sebanyak 9% penderita Diabetes berjenis kelamin perempuan dan 9,65% laki-laki.

Diabetes tidak hanya mengakibatkan kematian premature. Diabetes juga menjadi penyebab utama

kebutaan, gagal ginjal, dan penyakit jantung. Tahun 2021 jumlah kematian akibat diabetes sebanyak 6,7 juta jiwa. Ini berarti bahwa setiap 5 detik terdapat 1 kematian akibat diabetes. Berdasarkan data tersebut sebanyak 81% kasus diabetes tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Data tersebut menjadi dasar bahwa diabetes berkembang secara bertahap dan menjadi penyebab utama morbiditas dan mortalitas di seluruh dunia (Nathan, 2015).

Klien dengan diabetes membutuhkan perawatan diri untuk dapat mencegah komplikasi dan meningkatkan kualitas hidupnya (American Diabetes Association, 2010). Perilaku perawatan diri pada klien dengan diabetes merujuk pada berbagai aktivitas antara lain: mematuhi diet yang sehat, melakukan aktivitas fisik secara teratur, konsumsi obat dengan rutin, dan melakukan kontrol gula darah (Srivastava *et al.*, 2015). Klien yang memiliki control gula darah yang baik akan berpengaruh terhadap peningkatan kualitas hidupnya (Luthfa and Fadhilah, 2019). Xu *et al.*,

(2018) menyebutkan bahwa banyak klien dapat mengurangi kemungkinan komplikasi jangka panjang dengan mengikuti perilaku perawatan diri (*self management*).

Salah satu factor yang mempengaruhi kemampuan manajemen perawatan diri pada klien dengan diabetes adalah literasi kesehatan. Literasi kesehatan didefinisikan sebagai kemampuan kognitif dan keterampilan sosial yang menentukan motivasi dan kemampuan individu untuk mendapatkan akses, memahami, dan menggunakan informasi dengan cara yang mempromosikan dan memelihara kesehatan (WHO, 1998). Lebih lanjut dijelaskan oleh Wang *et al.*, (2016) bahwa literasi kesehatan merupakan bagian integral dari pemberdayaan pasien, pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan manajemen diri bagi klien dengan diabetes mellitus. Data terkait tingkat literasi kesehatan di Indonesia masih terbatas (Sabil, 2018). Namun beberapa penelitian terkait literasi kesehatan pada penyakit kronik dapat memberikan gambaran tingkat

literasi kesehatan di Indonesia. Hasil penelitian Patandung et al., (2018) menunjukkan bahwa tingkat literasi kesehatan pada pasien dengan diabetes melitus type 2 dalam kategori rendah.

Literasi kesehatan menjadi salah satu bagian yang penting bagi klien dengan penyakit kronis. Berbagai penelitian menyebutkan bahwa tingkat literasi kesehatan klien terhadap penyakit kronik akan mempengaruhi kemampuannya dalam melakukan perawatan terhadap penyakitnya. Sehingga hal ini menjadi perlu untuk dilakukan penelitian untuk mengetahui tingkat literasi Kesehatan klien DM dan hubungannya dengan *diabetic self care* agar dapat dilakukan suatu upaya untuk ke depannya.

METODE

Populasi penelitian adalah semua pasien DM di Puskesmas Rangkasbitung pada tahun 2023. Sampel penelitian ini adalah pasien DM di Puskesmas Rangkasbitung pada tahun 2023 dan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah: Pasien yang

terdiagnosis DM tipe 2 dan berobat di puskesmas Rangkasbitung, Tidak sedang mengalami komplikasi akut DM berupa hipoglikemia, ketoasidosis diabetikum (KAD), sindrom hiperglikemik hiperosmolar non ketosis (HHNK), bersedia menjadi subyek penelitian, mampu membaca dan menulis, mampu melakukan aktivitas mandiri. Teknik sampling yang digunakan adalah konsekutif sampling dan didapatkan jumlah sampel yaitu 60 orang.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner yang berisi identitas responden penelitian, kuesioner untuk mengukur tingkat literasi kesehatan, dan kuesioner untuk mengukur tingkat *diabetes self management* klien DM tipe 2. Kuesioner HLS-EU-Q16 digunakan untuk mengukur tingkat *health literacy*, yang terdiri dari 16 item pertanyaan dengan beberapa subdomain. Kuesioner literasi kesehatan diadopsi dari AHLA Indonesia dan telah digunakan dengan versi bahasa Indonesia oleh Nurjanah & Rachmani, (2014) tentang "*Demography and Social*

Determinants of Health Literacy in Semarang City Indonesia". Hasil uji validitas dan reliabilitas terhadap item pertanyaan didapatkan Item Corelated 0,490- 0,886 dan uji reliabilitas nya didapatkan nilai Cronbach alfa 0,947. Untuk kuesioner diabetes self management digunakan kuesioner DSMQ yang diadopsi dari penelitian (Sabil, 2018). Didapatkan hasil uji validitas adalah 0,349- 0,661 dan uji reliabilitas nya didapatkan nilai Cronbach alfa 0,789. Data dianalisis dengan menggunakan analisis univariat yaitu disajikan dalam distribusi frekuensi dan analisis bivariat. Analisis bivariat menggunakan uji *chi square*.

Penelitian ini telah mendapat surat lolos uji etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Semarang dengan No. 0911/EA/KEPK/2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan sebagai berikut:

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden DM tipe 2 di Puskesmas Rangkasbitung (n = 60)

Variabel	Frekuensi	%
Usia :		
a. Dewasa awal (26 - 35)	4	(6,68%)
b. Dewasa akhir (36 - 45)	14	(23,33%)
c. Lansia awal (46 - 55)	17	(28,33%)
d. Lansia akhir (56 - 65)	20	(33,33%)
e. Manula (> 65)	5	(8,33%)
Jenis kelamin:		
a. Laki-laki	13	(21,67%)
b. Perempuan	47	(78,33%)
Pendidikan :		
a. Tidak tamat SD	0	0
b. Tamat SD	34	(56,67%)
c. SMP	10	(16,67%)
d. SMA	14	(23,33%)
e. Perguruan Tinggi	2	(3,33%)
Pekerjaan :		
a. Tidak bekerja	15	(25%)
b. Ibu RT	27	(45%)
c. Buruh	9	(15%)
d. Wiraswasta	8	(13,33%)
e. Pensiunan	1	(1,67%)
Penghasilan :		
a. ≤ 2,4 juta	55	(91,7%)
b. > 2,4 juta	5	(8,3%)
Lama menderita	1 – 144	bulan
Komplikasi :		
a. Ya	23	(38,33%)
b. Tidak	37	(61,67%)

Karakteristik responden pada penelitian ini didapatkan sebagian besar responden tergolong lansia akhir dengan rentang usia (56 – 65 tahun) yaitu sebanyak 33,33% (20 orang). Responden sebagian besar adalah perempuan (78,33%), dan untuk pekerjaan responden Sebagian besar

adalah ibu rumah tangga. Untuk Pendidikan sebagian besar responden adalah tamatan SD yaitu sebanyak 34 orang (56,67%). Penghasilan responden terbesar adalah kurang dari 2,4 juta rupiah/bulan. Sebagian besar responden tidak mengalami komplikasi. Sedangkan untuk rerata lama menderita DM adalah 3 tahun.

Hasil analisis univariat didapatkan bahwa sebagian responden berjenis kelamin perempuan (78,33%). Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Komariah & Rahayu (2020) dalam penelitiannya dengan responden klien DM tipe 2 didapatkan bahwa sebagian besar respondennya adalah perempuan yaitu sebanyak 81 orang (60,4%). Sesuai pula dengan hasil penelitian Dalawa, F. N., Kepel, B., & Hamel, (2013) yang menyebutkan bahwa penderita diabetes mellitus tipe 2 paling banyak berjenis kelamin perempuan (63,5%). Hal ini dapat disebabkan karena perempuan secara fisik memiliki peluang terjadinya peningkatan indeks massa tubuh yang lebih besar sehingga resiko terhadap penyakit diabetes juga

semakin besar (Irawan, 2010). Penelitian lain menyebutkan bahwa resiko diabetes yang lebih tinggi pada perempuan disebabkan karena gaya hidup misalnya kurang aktivitas dan olahraga, obesitas, Riwayat diabetes saat hamil, usia, IMT yang besar, sindrom siklus haid, dan mudah menumpuknya lemak saat menopause sehingga mengakibatkan pengangkutan glukosa dalam sel terganggu (Srivastava *et al.*, 2015).

Sebagian besar responden dalam penelitian ini berusia 56 – 65 tahun (33,33%). Menurut Depkes rentang usia tersebut tergolong kategori lansia akhir. Proses menua erat kaitannya dengan resistensi insulin. Peningkatan usia akan berbanding lurus dengan peningkatan kadar glukosa darah (Akbariza and Handayani, 2022). Selain itu perubahan biokimia yang dialami selama proses menua juga turut serta mempengaruhi kadar glukosa dalam darah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata lama menderita DM sebagian besar responden adalah 3 tahun 8 bulan. Hasil ini sejalan dengan

penelitian Dewi dkk (2022) yang menunjukkan sebagian besar responden dalam penelitiannya menderita DM selama 1-5 tahun sejak didiagnosis (80,6%). Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa lama menderita DM Tipe 2 penderita di Jawa Timur mayoritas pada rentang 1-5 tahun (55%) (Tsalissavrina *et al.*, 2018).

Table 2 Gambaran tingkat literasi kesehatan dan diabetics self management pada klien dengan DM

Variabel	Tinggi	Rendah	Min - max	Mean
Literasi kesehatan	33 (55%)	27 (45%)	38 - 64	50,80
Diabetics Self Management	25 (41,7%)	35 (58,3%)	21 - 55	44,28

Dari hasil analisis, didapatkan bahwa tingkat literasi kesehatan responden sebagian besar dalam kategori tinggi sebanyak 55%. Literasi kesehatan diartikan sebagai kemampuan klien dalam mengartikan dan memahami terkait dengan masalah kesehatan yang dialaminya sehingga dapat mengelola kesehatan mereka agar dapat meningkatkan kepatuhan pada pengobatan (Akbariza and Handayani, 2022). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh

Istighosah (2019) dengan responden pasien prolans hipertensi yaitu sebanyak 74,03% respondennya memiliki literasi kesehatan yang tinggi. Namun berbeda dengan beberapa penelitian yang didapatkan, hasil literasi yang tinggi pada responden dapat disebabkan karena rerata lama responden mengalami penyakit DM adalah sekitar 3 tahun sehingga dalam jangka waktu yang cukup lama ini responden telah mendapatkan berbagai media edukasi terkait dengan perawatan dan pengobatan klien DM termasuk aktivitas fisik, diet, keteraturan minum obat, serta pengecekan kadar glukosa secara berkala. Kemudahan akses terhadap informasi kesehatan khususnya yang berkaitan dengan DM akan mampu mempengaruhi kemampuan literasi kesehatan klien. Hal ini sesuai dengan (Wahyuningsih, 2019) dan (Karim, 2020) yang menyatakan bahwa masa sekarang informasi dan teknologi berkembang pesat sehingga semakin banyak informasi kesehatan yang dapat diakses melalui internet.

Hasil *Diabetics Self Management* (DSM) pada penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar responden dalam kategori rendah (58,3%). Sesuai dengan penelitian İlhan et al., (2021) yang dilakukan di Turki yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam penelitiannya memiliki DSM dalam kategori rendah. Rendahnya DSM ini dapat dipengaruhi karena banyaknya responden dalam penelitian ini yang berjenis kelamin perempuan. Menurut (Arindari and Suswitha, 2021) perempuan lebih beresiko terhadap penyakit diabetes karena usia hidup yang lebih lama dan lebih sedikit melakukan aktifitas dibandingkan dengan laki-laki. Dimana aktivitas ini merupakan salah satu komponen dalam DSM. Kemungkinan lain yang mempengaruhi rendahnya DSM pada penelitian ini adalah usia responden yang sebagian besar tergolong lansia akhir. Hal ini sesuai dengan Berhe, K.K., (2013) yang menyebutkan bahwa responden dengan usia lebih tua tingkat kepatuhan dalam menjalankan praktik Diabetes Self Management lebih

rendah daripada responden yang lebih muda.

Table 3. Hasil Uji bivariat tingkat literasi kesehatan dengan *Diabetics Self Management* pada klien dengan DM di Puskesmas Rangkasbitung

Variabel	<i>Diabetes Self Care Management</i>		Total	p	OR	
	Rendah	Tinggi				
	Literasi Kesehatan	Rendah				22
	Tinggi	13	20	33		

Hasil analisis bivariat diketahui bahwa sebanyak 22 responden memiliki tingkat literasi kesehatan yang rendah dan *diabetics self management* yang rendah. Sebanyak 5 responden memiliki tingkat literasi yang rendah dengan *diabetics self management* tinggi. Responden dengan tingkat literasi yang tinggi dengan *diabetics self management* yang tinggi sebanyak 20 orang, sedangkan tingkat literasi kesehatan yang tinggi dengan *diabetics self management* yang rendah sebanyak 13 orang. Hasil analisis statistic dengan menggunakan uji chi square didapatkan bahwa p value 0,001 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat literasi kesehatan dengan *diabetics self management* pada klien dengan Diabetes Mellitus di Puskesmas

Rangkasbitung. Hasil OR didapatkan bahwa Klien DM tipe 2 yang tingkat literasi kesehatannya tinggi akan berpeluang mempraktikkan *diabetics self management* 6.769 kali lebih tinggi dari pada klien DM dengan tingkat literasi kesehatan rendah.

Penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Sabil, (2018) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara *health literacy* dengan *self care management* penderita DM tipe 2 di Puskesmas Kota Makassar. Penelitian lain yang serupa yaitu penelitian Masoompour, M., Tirgari, B., & Ghazanfari (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara literasi kesehatan perilaku melek kesehatan dan perawatan diri

Literasi kesehatan atau disebut juga dengan melek kesehatan merupakan suatu kemampuan dan keterampilan individu dalam menggunakan fungsi kognitifnya untuk membaca, menilai, dan memahami, serta melakukan keterampilan sosial dalam mencari informasi, berinteraksi dan komunikasi yang digunakan dalam mengambil keputusan yang tepat terkait

kondisi kesehatan dan merefleksikan pengetahuannya tersebut dalam mencegah penyakit dan meningkatkan kesehatannya (Nutbeam D, 2015). Oleh karenanya literasi kesehatan merupakan bagian terpenting yang perlu dimiliki klien untuk dapat berhasil dalam melakukan manajemen perawatan penyakit kronis khususnya Diabetes Mellitus.

Heijmans et al., (2015) menemukan bahwa dengan tingkat *health literacy* yang rendah terjadi peningkatan angka penyakit kronis sebesar 47% dari total beban penyakit, dan *health literacy* memerankan peran penting dalam manajemen penyakit kronis. *Health literacy* pada setiap individu penting untuk diketahui karena berhubungan dengan kemampuan untuk memperoleh informasi kesehatan dalam upaya meningkatkan dan mempertahankan kesehatannya. Klien dengan diabetes membutuhkan perawatan diri untuk dapat mencegah komplikasi dan meningkatkan kualitas hidupnya (American Diabetes Association, 2010). Perilaku perawatan diri pada klien dengan diabetes merujuk

pada berbagai aktivitas antara lain: mematuhi diet yang sehat, melakukan aktivitas fisik secara teratur, konsumsi obat dengan rutin, dan melakukan kontrol gula darah (Srivastava *et al.*, 2015). Klien yang memiliki kontrol gula darah yang baik akan berpengaruh terhadap peningkatan kualitas hidupnya (Luthfa and Fadhilah, 2019). Xu *et al.*, (2018) menyebutkan bahwa banyak klien dapat mengurangi kemungkinan komplikasi jangka panjang dengan mengikuti perilaku perawatan diri (*self management*).

Pemahaman yang baik akan pentingnya manajemen perawatan pada klien dengan diabetes merupakan suatu hal yang sangat penting untuk dilakukan sehingga meminimalkan resiko terjadinya komplikasi diabetes mellitus.

SIMPULAN

Simpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat literasi kesehatan dengan *Diabetics Self Management* Klien dengan DM di Puskesmas Rangkasbitung.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Banten, Kepala Puskesmas Rangkasbitung beserta staf serta para responden yang telah bersedia dan mendukung terlaksananya riset ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbariza, F. M. and Handayani, D. Y. (2022) 'Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Literasi Kesehatan Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2', *Jurnal Ilmiah Multi Disiplin Indonesia*, 1(9), pp. 1278–1285.
- American Diabetes Association (2010) 'Standards of medical care in diabetes-2010', *Diabetes Care*, 33(SUPPL. 1). doi: 10.2337/dc10-S011.
- Arindari, D. R. and Suswitha, D. (2021) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Diabetes Self Management Pada Penderita Diabetes Mellitus Dalam Wilayah Kerja Puskesmas', *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 6(1). doi: 10.36729/jam.v6i1.561.
- Berhe, K.K., A. B. K. and H. B. G. (2013) 'Adherence to Diabetes Self Management Practices among Type 2 Diabetic Patients in Ethiopia; a Cross Sectional Study.', *Journal of Medical*

- Sciences*, 3(6), pp. 211–221.
- Dalawa, F. N., Kepel, B., & Hamel, R. (2013) 'Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Masyarakat Kelurahan Bahu Kecamatan Malalayang Manado', *Jurnal Keperawatan*, 1(1), pp. 37–39. Available at: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/2181>.
- Heijmans, M. *et al.* (2015) 'Functional, communicative and critical health literacy of chronic disease patients and their importance for self-management', *Patient Education and Counseling*, 98(1), pp. 41–48. doi: 10.1016/j.pec.2014.10.006.
- İlhan, N. *et al.* (2021) 'Health literacy and diabetes self-care in individuals with type 2 diabetes in Turkey', *Primary Care Diabetes*, 15(1), pp. 74–79. doi: 10.1016/j.pcd.2020.06.009.
- International Diabetic Federation (2021) *IDF Atlas 10th edition*. Available at: <https://diabetesatlas.org/atlas/tenth-edition/>.
- Istighosah (2019) *Gambaran Tingkat Health Literacy dan Pengetahuan Pengobatan Hipertensi Pasien Prolanis di Puskesmas Sleman*. Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Karim, H. A. (2020) 'Health literacy among rural communities: Issues of accessibility to information and media literacy', *Jurnal Komunikasi: Malaysian Journal of Communication*, 36(1), pp. 248–262. doi: 10.17576/JKMJC-2020-3601-14.
- Kemenkes (2020) 'Infodatin tetap produktif, cegah, dan atasi Diabetes Melitus 2020', *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*, pp. 1–10.
- Komariah, K. and Rahayu, S. (2020) 'Hubungan Usia, Jenis Kelamin Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Pratama Rawat Jalan Proklamasi, Depok, Jawa Barat', *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, (Dm), pp. 41–50. doi: 10.34035/jk.v11i1.412.
- Luthfa, I. and Fadhilah, N. (2019) 'Self Management Menentukan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus', *Jurnal Endurance*, 4(2), p. 402. doi: 10.22216/jen.v4i2.4026.
- Masoompour, M., Tirgari, B., & Ghazanfari, Z. (2017) 'The Relationship between Health Behaviors in Diabetic Patients'. doi: <https://doi.org/10.22038/EBCJ.2017.24826.1551>.
- Nathan, D. M. (2015) 'Diabetes: Advances in diagnosis and

- treatment', *JAMA - Journal of the American Medical Association*, 314(10), pp. 1052–1062. doi: 10.1001/jama.2015.9536.
- Nutbeam D (2015) 'Nutbeam_2015', 42(4), pp. 450–456.
- Patandung, V. P., Kadar, K. and Erika, K. A. (2018) 'Tingkat Literasi Kesehatan Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Kota Tomohon', *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(2), pp. 137–143. doi: 10.37341/interest.v7i2.22.
- Sabil, F. A. (2018) *Hubungan Health Literacy Dan Self Efficacy Terhadap Self Care Management Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Kota Makassar*. Universitas Hasanudin.
- Srivastava, P. K. *et al.* (2015) 'Role of Ayurveda in Management of Diabetes Mellitus', *International Research Journal of Pharmacy*, 6(1), pp. 8–9. doi: 10.7897/2230-8407.0613.
- Tsalissavrina, I. *et al.* (2018) 'Hubungan lama terdiagnosa diabetes dan kadar glukosa darah dengan fungsi kognitif penderita diabetes tipe 2 di Jawa Timur', *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 3(1), p. 28. doi: 10.30867/action.v3i1.96.
- Wahyuningsih, T. (2019) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Literasi Kesehatan Masyarakat Di Puskesmas Banguntapan I Bantul D.I.Y', *Jurnal Manajemen Informasi dan Administrasi Kesehatan (JMIAK)*, 2(1), pp. 26–31. doi: 10.32585/jmiak.v2i01.447.
- Wang, R. H. *et al.* (2016) 'Patient empowerment interacts with health literacy to associate with subsequent self-management behaviors in patients with type 2 diabetes: A prospective study in Taiwan', *Patient Education and Counseling*, 99(10), pp. 1626–1631. doi: 10.1016/j.pec.2016.04.001.
- Xu, X. Y., Leung, A. Y. M. and Chau, P. H. (2018) 'Health Literacy, Self-Efficacy, and Associated Factors Among Patients with Diabetes', *HLRP: Health Literacy Research and Practice*, 2(2), pp. 67–77. doi: 10.3928/24748307-20180313-01.

**RESILIENSI REMAJA YANG PERNAH MENGALAMI
KEHAMILAN TIDAK DI INGINKAN AKIBAT HUBUNGAN
SEKS SEBELUM MENIKAH: STUDI KUALITATIF**

***RESILIENCE OF ADOLESCENT WHO HAVE EXPERIENCED AN
UNWANTED PREGNANCY DUE TO PREMARITAL SEX:
QUALITATIVE STUDY***

Putri Eka Sejati¹, Nining Istighosah², Panjarut Laisuwannachart³

¹Mahasiswa Doctoral Mahidol University, Thailand

²IIK Strada Indoneisa

³Praboromarajchanok Institute, Thailand

Korespondensi : putridanialin@gmail.com

ABSTRACT

Teenagers who are unmarried and experience unwanted pregnancies get negative effects, namely experiencing psychological stress. The main stress experienced is fear of stigmatization from the environment, negative reactions from partners, parents feel disappointed, and expulsion from school. Teenagers get a lot of negative impacts and experience difficult situations from unwanted pregnancies due to premarital sexual relations and new roles as young mothers so they need to have the ability to adapt and survive when experiencing bad or broken events in their lives which are known as resilience. The method used in this study is qualitative while the focus of the research is to describe the resilience of adolescents who have experienced unwanted pregnancies as a result of premarital sex. The results of this study are that all informants are currently in the process of becoming resilient. The resilience within the three informants comes from three sources, namely I have, I am, and I can resilience.

Keywords: Premarital sex, Resilience, Unwanted Pregnancy

ABSTRAK

Remaja yang belum menikah dan mengalami kehamilan tidak diinginkan mendapatkan efek negatif, yakni mengalami stress psikologis. Stress utama yang dialami adalah takut akan stigmatasi dari lingkungan, reaksi negatif dari pasangan, orangtua merasa kecewa, dan pengusiran dari sekolah. Remaja mendapatkan banyak dampak negatif dan mengalami situasi-situasi sulit dari adanya kehamilan tidak diinginkan akibat hubungan seksual pranikah dan peran baru sebagai seorang ibu muda sehingga mereka perlu memiliki kemampuan untuk beradaptasi dan bertahan ketika mengalami peristiwa yang kacau atau buruk dalam kehidupannya yang dikenal dengan istilah resiliensi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif sedangkan

fokus penelitiannya adalah gambaran resiliensi remaja yang pernah mengalami kehamilan tidak diinginkan akibat hubungan seksual pranikah. Hasil dari penelitian ini adalah seluruh informan saat ini sedang berproses menuju resilien, resiliensi yang ada di dalam diri ketiga informan berasal dari tiga sumber, yakni sumber resiliensi *I have*, *I am*, dan *I can*.

Kata kunci : Seks sebelum menikah, Resiliensi, Kehamilan Tak Diinginkan

PENDAHULUAN

Masalah hubungan seksual pranikah sampai mengakibatkan kehamilan tidak diinginkan pada remaja seringkali mencemaskan para orangtua, pendidik dan sebagainya. Sebuah menjelaskan bahwa kehamilan tidak diinginkan pada remaja disebabkan oleh kurangnya kontrol diri, kurangnya komunikasi orangtua terhadap isu seksualitas, adanya keluarga yang disfungsional, adanya pengaruh dari teman, maupun adanya penggunaan narkoba dan alkohol. Akibat dari keadaan ini, membuka peluang besar terhadap hubungan seks pranikah dengan segala dampak negatif, seperti muncul kehamilan diluar nikah, kawin muda, menolak kehamilan, berusaha menggugurkan kehamilan (aborsi), mendapatkan stigma, mendapatkan penolakan dari keluarga, merasa malu, bersalah, depresi, dan putus sekolah.

Kehamilan tidak diinginkan ini selain terjadi pada wanita dewasa, sebagian besar terjadi pada remaja dengan menunjukkan peningkatan berkisar 150.000 hingga 200.000 kasus setiap tahunnya(Chavez Villegas et al. 2021).

Saat ini, kehamilan pranikah banyak dialami oleh remaja di Indonesia dan hal tersebut sudah menjadi sebuah fenomena yang mudah untuk ditemui. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh *Australian National University (ANU)* dan Pusat Penelitian Kesehatan Universitas Indonesia (UI) pada tahun 2010, yaitu sebesar 20,9% remaja yang berusia 17 sampai 24 tahun mengalami kehamilan sekaligus kelahiran sebelum menikah, sedangkan 38,7% mengalami kehamilan sebelum menikah dan kelahiran setelah menikah (Primasiwi, 2015). Selain itu, berdasarkan salah

satu artikel berita, Dr Surya Chandra Surapaty, MPH, Ph. D selaku Kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) menyatakan bahwa “Banyak terjadi di semua wilayah Indonesia, wanita hamil diluar nikah. Paling banyak kejadiannya pada kalangan remaja usia dini” (Mayun, Ani, and Suariyani 2017)

Menurut data WHO 45% kehamilan tidak diinginkan terjadi dikalangan remaja berusia 15-19 tahun (Mann, Bateson, and Black 2020). Berdasarkan Survei Demografi Kesehatan Indonesia tahun 2012, terdapat 86% kelahiran yang diinginkan, 7% kelahiran yang tidak direncanakan dan 7% kelahiran yang tidak diinginkan (Wong 2012; Worku, Tesema, and Teshale 2021). Dari 14 provinsi di Indonesia Provinsi Sulawesi Selatan menjadi urutan pertama dengan presentase sebesar 11,9% sedangkan di Jawa Barat angka kehamilan tidak diinginkan mencapai 10,9% (Buaton, Sinaga, and Sitorus 2019) dan kehamilan tidak diinginkan menyumbang 75% kematian ibu setiap tahunnya. Kehamilan tidak diinginkan

pada remaja juga banyak dialami di kota Tual (Maluku Tenggara) hal tersebut dibuktikan oleh Dinas Kesehatan Kota Tual pada tahun 2020 yakni terdapat 56 remaja yang melakukan persalinan akibat adanya kehamilan pranikah. Data tersebut ditemukan di 5 kecamatan pulau Dullah Selatan, Pulau Dullah Utara, Pulau-Pulau Kur, Pulau Kur Selatan, Pulau Tayando Tam (Damayanti et al. 2022).

Masyarakat Indonesia yang masih memiliki dan memberlakukan norma susila, moralitas sosial maupun tradisi yang kuat, menjadikan kehamilan dan kelahiran pranikah sebagai larangan sosial dan aib bagi masyarakat (Buaton, Sinaga, and Sitorus 2019). Akibatnya, remaja yang mengalami kehamilan pranikah mendapatkan cemoohan dan penolakan sosial dari lingkungan sekitarnya (Konduru et al. 2019; Wall-Wieler, Roos, and Nickel 2016). Selain itu, stigma dari lingkungan sekitar juga dialami oleh remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan akibat hubungan seksual pranikah (Faridah Hanum 2016).

Sebuah penelitian menunjukkan bahwa 39,1% atau dua dari lima remaja mendapatkan stigmatasi akibat kehamilan yang dialami (Wiemann, Rickert, Berenson & Volk, 2015). Stigmatasi dapat terjadi di dalam lingkungan sosial, budaya, politik, atau situasi ekonomi dimana perilaku atau kondisi seorang individu maupun kelompok dianggap tidak bermoral dan berbahaya. Maka dari itu, remaja yang mengalami kehamilan dianggap memiliki moral yang rendah dan mampu memberikan dampak negatif bagi remaja lainnya (Reynolds, Sutherland, and Palacios 2019). Stigma dari masyarakat, membuat remaja yang mengalami kehamilan mendapat isolasi sosial dari teman sebaya, memiliki *self-esteem* yang rendah, mendapat kekerasan verbal dari keluarga, teman, atau pasangan, mendapat kritik dari keluarga, dan banyak remaja mempertimbangkan secara serius untuk melakukan aborsi (Maimunah 2019; Prabasari and dan Konseling 2019; Sámano et al. 2017) mengatakan bahwa praktek aborsi yang tidak aman merupakan salah satu dampak dari

adanya kehamilan tidak diinginkan akibat hubungan seksual pranikah yang terjadi pada remaja. Pilihan remaja untuk melakukan aborsi dipengaruhi oleh ketakutan akan stigmatasi, ketakutan reaksi orangtua akan kehamilan yang dialami, keinginan untuk tidak melanjutkan pendidikan, dan masalah ekonomi berkaitan dengan perawatan saat mengalami kehamilan (Bessa et al. 2019).

Maraknya aborsi di kalangan remaja, diungkapkan oleh Sudiby Alimoesa selaku Deputy Bidang Keluarga Sejahtera dan Pemberdayaan Keluarga (KSPK) BKKBN bahwa setiap tahun 2,5 juta wanita melakukan aborsi dan 1 sampai 1,5 juta pelaku aborsi adalah remaja yang berusia 15 sampai 24 tahun (Ahmad 2019; Damayanti et al. 2022). Hal serupa juga diungkapkan oleh Sri Purwatiningsih selaku Peneliti Pusat Studi Kependudukan dan Kebijakan (PSKK) Universitas Gadjah Mada bahwa sebanyak 58% remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan berusaha untuk melakukan aborsi (Fatimah et al. 2019). Keputusan dan keinginan remaja

untuk melakukan aborsi merupakan salah satu dari dua respon yang muncul ketika seseorang mengalami kehamilan tidak diinginkan, yaitu melanjutkan atau mengakhiri kehamilannya (Worku, Tesema, and Teshale 2021)

Sebuah peristiwa yang memprihatinkan juga terjadi beberapa waktu yang lalu, yakni seorang remaja putri berusia 20 tahun mengaku telah membunuh anak yang baru dilahirkannya dengan cara menusuk menggunakan sebuah pisau. Remaja tersebut melakukan tindak pembunuhan karena merasa malu telah mengalami kehamilan pranikah ((Maira 2017)(Belen Provenzano Castro 2016)). Peristiwa tersebut mampu terjadi karena beberapa remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan dapat menunjukkan reaksi terkejut, khawatir, malu, sedih, bingung, tidak nyaman, dan tidak siap atau tidak matang untuk menangani kehamilan maupun bayinya. (Sámano et al. 2017; Shannon et al. 2020)

Berdasarkan sebuah penelitian, remaja yang belum menikah dan mengalami kehamilan tidak diinginkan

mendapatkan efek negatif, yakni mengalami stress psikologis. Stress utama yang dialami adalah takut akan stigmatasi dari lingkungan, reaksi negatif dari pasangan, orangtua merasa kecewa, dan pengusiran dari sekolah. Remaja juga mengungkapkan bahwa penolakan dan sikap negatif dari pasangan merupakan stress yang sangat menyakitkan. Selain itu, depresi juga merupakan efek negatif yang biasa terjadi pada kondisi psikologis remaja yang mengalami kehamilan. Pernyataan tersebut diperkuat oleh hasil dari sebuah studi, yaitu remaja yang mengalami kehamilan memiliki symptom depresi yang lebih tinggi daripada orang dewasa (Hidayangsih et al. 2014; Tetteh et al. 2020)

Dampak negatif lainnya yang dialami oleh remaja yang mengalami kehamilan adalah keputusan tentang pertumbuhan pendidikan, mimpi, visi, dan inspirasi dari remaja (Gyan 2013). Remaja dapat mengalami putus sekolah, tidak mampu melanjutkan sekolah dan ketergantungan terhadap orang lain (Sarwono, 2012). Rendahnya pendidikan yang dimiliki membuat

remaja tidak memiliki keterampilan bekerja sehingga remaja menjadi ketergantungan pada keluarga dalam segi finansial (Juremi Lima, Nathalia Ramalho, Candice Santos, Carla Azevedo, Leticia Sales 2022).

Perilaku melanggar norma sosial, norma hukum dan norma agama seperti hubungan seks pranikah yang dilakukan oleh para remaja kebanyakan menunjukkan bahwa remaja-remaja tersebut kurang mendapatkan pendidikan yang intensif dari orang tua. Akibatnya, mereka cenderung berperilaku yang tidak sesuai bahkan melanggar norma-norma yang ada dalam masyarakat. Meskipun remaja mendapatkan banyak dampak negatif dan mengalami situasi-situasi sulit dari adanya kehamilan tidak diinginkan akibat hubungan seksual pranikah dan peran baru sebagai seorang ibu muda, remaja perlu berjuang untuk menghadapi dan mengatasi hal tersebut agar kehidupannya tidak menjadi semakin terpuruk dan mendapatkan kehidupan yang lebih baik. Remaja perlu memiliki kemampuan untuk beradaptasi dan bertahan ketika

mengalami peristiwa yang kacau atau buruk dalam kehidupannya yang dikenal dengan istilah resiliensi (Damayanti et al. 2022; Haddafi, Rosida, and Pd 2016; Prabasari and dan Konseling 2019).

Resiliensi berkaitan dengan variasi seseorang dalam merespon atau menanggapi sebuah resiko. Beberapa orang menyerah pada stress dan kesulitan yang dialami sedangkan yang lain memilih untuk mengatasi bahaya dari kehidupannya. Beberapa penelitian mengatakan bahwa resiliensi merupakan faktor yang penting untuk melawan perkembangan gangguan psikologis saat menghadapi kesulitan-kesulitan dalam kehidupan sehari-hari (Álvaro et al. 2019; Fajrina 2017). Selain itu, sumber lain juga mengungkapkan bahwa dengan resiliensi, seorang individu mampu menang atas kesulitan yang dialami. Hal ini dikarenakan pada dasarnya resiliensi berfungsi untuk mengatasi rintangan dan mengendalikan kesulitan sehari-hari sehingga seorang individu tidak akan membiarkan kesengsaraan ataupun kesulitan tersebut mengganggu

produktivitas dan kesejahteraannya, serta untuk bangkit kembali menemukan cara agar bergerak maju saat dihadapkan pada situasi yang membuat individu tidak berdaya (Fajrina 2017).

Resiliensi akan membuat seorang individu berhasil menyesuaikan diri ketika dihadapkan dengan kondisi yang tidak menyenangkan, perkembangan sosial, bahkan tekanan hebat yang terjadi pada diri individu dan menjadikan seorang individu menjadi pribadi yang lebih kuat. Saat ini, cukup banyak penelitian yang meneliti mengenai resiliensi. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 10 ibu muda resilien yang berusia lebih dari 18 tahun saat dilakukan wawancara dan telah melahirkan anak sebelum usia 20 tahun. Hasil yang didapatkan dari penelitian ini adalah ibu muda melaporkan bahwa kekerasan dari pasangan merupakan sumber kesulitan. Kemudian terdapat lima kriteria resiliensi atau adaptasi positif pada ibu muda dalam mengatasi kekerasan yang dilakukan oleh pasangan, yaitu adanya keterampilan pengasuhan yang baik dan perhatian

terhadap kesejahteraan anak. Lalu, ibu muda tidak mengalami masalah kesehatan mental, memiliki perencanaan untuk masa depan, penghentian perilaku yang dinilai tidak sesuai dengan peran ibu, dan kesadaran akan hubungan yang merugikan serta konsekuensinya, yakni kekerasan yang dilakukan oleh pasangan disadari memberi dampak bagi keluarga (Abdallah, Magata, and Sylvester 2017; Olson, Waldvogel, and Schlieff 2019).

Penelitian mengenai resiliensi pada remaja di Afrika Selatan yang sejak dalam kandungan didiagnosa positif terinfeksi HIV. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 25 remaja yang terdiri dari 15 remaja putra dengan rentang usia 13 sampai 19 tahun. Remaja tersebut memiliki pengalaman ditolak, mendapatkan stigma, dan diskriminasi atas penyakit yang dialami. Akan tetapi, pengalaman kehidupan yang sulit dan merugikan tersebut tidak berdampak negatif pada kesehatan mental remaja yang terinfeksi HIV

karena remaja tersebut memiliki karakteristik resiliensi, seperti adanya keyakinan dalam iman, memaknai setiap tantangan kehidupan, memiliki kemampuan coping, menggunakan lokus internal, memiliki *self-esteem* yang kuat, memiliki kemampuan memecahkan masalah, mempunyai tujuan hidup, fleksibel, mandiri, bertanggungjawab, mampu menerima keadaan, dan berperilaku sosial (Hashmi et al. 2020).

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan desain kualitatif. Fokus dari penelitian ini adalah gambaran resiliensi remaja yang pernah mengalami kehamilan tidak diinginkan akibat hubungan seksual pranikah serta merumuskan pada sumber-sumber pembentuk resiliensi remaja yang mengalami pengebalan akibat hubungan seksual pranikah dan karakteristik-karakteristik yang dimiliki oleh remaja yang menggambarkan dirinya sebagai pribadi yang resilien.

Informan dalam penelitian ini adalah remaja yang pernah mengalami kehamilan tidak diinginkan akibat dari seks sebelum menikah. Pemilihan informan menggunakan metode *purposive sampling*, yang terlibat dalam penelitian adalah informan yang telah dipilih oleh peneliti karena memiliki karakteristik yang sesuai dengan tujuan penelitian. Sedangkan triangulasi dalam penelitian ini adalah anggota keluarga yang tinggal serumah dengan remaja tersebut (Suami atau ibu remaja).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil dari penelitian ini sebagai berikut:

Dampak kehamilan pranikah

Pada tema dampak kehamilan pranikah ditemukan bahwa pada awal kehamilan, ketiga informan menolak kehamilan pranikah yang dialami. Hal ini dikarenakan para informan tidak menginginkan kehamilan tersebut.

“Pasti shock. Pasti kan tidak diharapkan secepat itulah”. (line 260-261, informant 3)

Adanya penolakan terhadap kehamilan yang dialami oleh para informan

menimbulkan pikiran negatif untuk menggugurkan kehamilan tersebut.

“Saya pertama juga punya pikiran buat gugurin. Soalnya saya pikir saya masih terlalu muda.....Habis itu, ibu saya langsung diemin saya berapa bulan itu. Saya didiemin terus. Habis itu saya sempat sudah punya pikiran terus saya ngomong sama om dan tante saya. Daripada ibu saya tuh kaya gitu sama saya, begitu benci. “ya sudah saya gugurin aja gimana om dan tante?” saya ngomong gitu”. (line 131-133 & 362-368, informant 1)

Tidak hanya sekedar memiliki pikiran negatif untuk menggugurkan kehamilan yang dialami, ketiga informant memiliki usaha untuk mencari cara menggugurkan kehamilan tersebut.

“Saya pernah gugurannya tuh jadi kalau naik motor lewat polisi tidur, saya kebut ke gitu weng weng weng (menirukan suara motor). Abis itu terus ya kaya minum apalah itu kiranti lah, terus pil tuntas, pokoknya pil-pil untuk melancarkan haid gitu. Itu juga tetep tidak gugur”. (line 133-139, informant 1)

Salah satu informant mengalami kehamilan pranikah sebanyak dua kali. Informant tersebut berusaha untuk bangkit dan menerima kehamilan yang dialami tetapi informant tersebut tetap memilih untuk tidak melanjutkan kehamilan pranikah pertamanya dengan cara menggugurkan kehamilannya.

“Kaget karena sebelumnya sorry ya say, karena sebelum hamil ini tuh saya pernah hamil dan posisi itu saya habis kuret. Waktu itu saya ya salah sih. Saya menggugurkan dan itu nyangkut dan saya harus kuret. Akhirnya saya anfal dan saya dibawa sama orangtua saya dan posisi ini saya dengan lelaki yang sama”. (line 110-117, informant 2)

Salah satu alasan dari munculnya pikiran dan perilaku negatif yang dilakukan oleh para informant untuk menggugurkan kehamilan yang dialami karena informant memiliki perasaan tidak siap menjadi seorang ibu.

“Ya sedih...Soalnya saya belum siap hamil lagi. Karena saya tuh belum lulus kuliah, belum punya uang sendiri, dan saya tuh masih ngejer orang yang mau bertanggung jawab atau tidak.....sebenarnya saya belum siap untuk menjadi seorang ibu, itu kendala utamanya, belum siap dalam segi finansial, pengetahuan, mental, semuanya tuh sebenarnya saya belum siap”. (line 1640-1644 & 1293-1297, informant 2)

Selain terdapat pandangan negatif maupun perilaku negatif terhadap kehamilan yang dialami, kehamilan pranikah yang dialami oleh ketiga informant mampu memberikan dampak secara psikologis pada diri setiap informant, seperti ketiga informant merasa takut terjadi hal buruk pada orangtuanya jika mengetahui kehamilan pranikah yang informant alami.

“Terus soalnya yang paling saya takutin kan, bapak saya punya sakit jantung ibu saya darah tinggi gitu, kalau saya bilang tuh bisa gawat dua-duanya”. (line 82-85, informant 1)

Dampak psikologis lainnya yang dialami oleh ketiga informant adalah munculnya perasaan bingung setelah mengetahui bahwa dirinya mengalami kehamilan pranikah. Informant mengalami kebingungan mengenai hal apa yang harus dilakukan terhadap kehamilan tersebut.

“Apa ya bingung, saya bingung, pasti kan masa depan saya banyak yang harus dikorbankan. Saya pikirin positif negatifnya. Kalau dipertahain kaya gimana kalau tidak dipertahain kaya gimana. Terus hal-hal yang bakal terjadi buat keluarga saya, buat adik saya, buat saya sendiri, buat suami saya, buat keluarga suami, mikirnya jauh gitu”. (line 1389-1397, informant 3)

Selain itu, kehamilan pranikah yang dialami oleh ketiga informant mampu membuat setiap informant mengalami stres. Hal tersebut muncul dikarenakan adanya tekanan dari luar diri maupun dalam diri informant, seperti informant lebih menekan masalah-masalahnya ke dalam diri, terdapat tekanan dari keluarga, memikirkan konsekuensi yang akan diperoleh, adanya keinginan yang bertentangan, dan kebingungan

cara menyampaikan kehamilan yang dialami pada orangtua.

“Jadi kan waktu itu saya banyak pikiran, stres, banyak nangis, kaya depresi gitu lah, saya lebih menekan masalah ke dalam dan secara tidak langsung kan bayi ngerasain, dari denyut jantungnya lah dan jadinya anak saya yang pertama rada kecil hati, gampang minderan, gampang nangis”. (line 1494-1500, informant 3)

Dua dari tiga informant memiliki pikiran negatif terhadap diri sendiri karena telah mengalami kehamilan pranikah. Pikiran tersebut mampu memberikan dampak psikologis berupa perasaan menyesal, sedih, kacau, dan takut sehingga mampu membuat informant menangis.

“Saya nangis, saya bener-bener rasanya yaampun saya menghancurkan orangtua saya.....Kacau. Rasanya sedih. Pertama ya kenapa ya saya tuh bikin orangtua kecewa. Haduh saya takut sama orangtua saya. Ibu saya sakit ya gimana, bapak saya juga gimana. Istilahnya bapak saya orang terhormatlah ya kan dulu bapak saya DPR. Ya kan malu lah ya anaknya Pak CD lulus sekolah langsung hamil. Kan saya aib banget to di keluarga. Keluarga ibu saya baik-baik semua. Maksudnya tidak ada yang pernah hamil di luar nikah tuh tidak ada yang pernah dan saudara perempuan saya yang lebih tua dari saya belum nikah, saundara laki-laki juga belum nikah. Saya ngelangkahi dua orang. Yang saya pikirin tuh cuma itu. Ngecewain orangtua banget gitu loh”. (line 379-380 & 654-668, informant 1).

Ketiga informant memiliki pikiran negatif terhadap respon lingkungan jika

mengetahui kehamilan pranikah yang informant alami, yakni lingkungan akan memandang atau membicarakan hal buruk tentang diri informant. Hal tersebut memberikan dampak psikologis pada diri informant berupa perasaan takut dan malu.

“Terus juga saya takut, maksudnya pandangan orang-orang gimana-gimana gitunya. Saya takut istilahnya dunia jadi jahat gitu loh buat saya terus juga buat dia, buat anak saya juga gitu.... Saya mikir nanti banyak yang nyela. Banyak yang mandang jelek, terus anak saya juga dipandang jelek sama orang, terus dia lahir membawa beban besar. Mikirnya gitu sih”. (line 264-268 & 1435-1439, informant 3)

Saat seluruh informant mengetahui bahwa dirinya mengalami kehamilan, ketiga informant mencoba menghindari masalah dengan menutupi kehamilannya dari orangtua maupun keluarga.

“Sebelum ketahuan itu ya saya mengatasi ketakutan saya itu dengan berusaha menghindari orangtua saya. Kalau disuruh pulang, saya jarang mau pulang. Saya juga pulang kalau ada acara tertentu misal kaya acara keluarga. Saya juga pulang pakai baju yang besar yang kegedean biar tidak kelihatan perut saya udah gede gitu”. (line 1602-1609, informant 2)

Kehamilan pranikah yang dialami ketiga informant juga membuat informant kehilangan masa-masa bermain bersama teman-temannya.

Meskipun sudah memiliki tanggung jawab lebih untuk mengurus anak, informant masih memiliki keinginan untuk bermain bersama teman-temannya. Hal tersebut membuat informant merasa sedih, iri, menyesal, maupun stres.

“Saya tuh bener-bener menghilangkan dunia main gitu. Bahkan sampe temen-temen saya main, kadang saya tuh kangen. Iri gitu sama mereka. Sedangkan saya di rumah cuma momong gitu. Kan rasanya sedih ya”. (line 594-600, informant 1)

“Bahkan pergaulan saya belum puas gitu loh. Kenapa saya tidak menghabiskan masa muda saya dengan baik istilahnya temen-temen saya masih pada bisa kesana-kesini. Saya di rumah harus momong, saya di rumah yaa udah jadi ibu rumah tangga, entahlah beresin rumah, jaga anak, kerja, aktivitasnya gitu-gitu aja. Ya...mungkin udah resiko. Yaa mau gimana lagi. Ya begitu”. (line 629-638, informant 1)

Dampak negatif yang didapatkan oleh para informant juga diperoleh dari adanya reaksi negatif keluarga di saat awal kehamilan. Dua informant mengungkapkan bahwa dirinya mengalami kekerasan secara verbal dan fisik.

“Saya bilang: “Saya hamil” yaudah saya dimaki-maki. Sama saudara perempuan saya sih yang maki-maki saya, ibu saya juga. Kecewa juga kan mestinya..... Ibu saya lebih tepatnya marah, saya dipukul pake sapu lidi hahaha (ketawa). Saya bilang to “Saya ini lagi hamil kenapa malah dipukul.” Ibu saya bilang “Siapa suruh

kamu hamil". (line 453-456 & 1725-1729, informant 2)

Sumber resiliensi

a) *I have*

Tema ini dibagi menjadi lima subtema, yaitu hubungan saling percaya, struktur dan aturan, model peran, dorongan untuk mandiri, dan akses terhadap layanan masyarakat. Berdasarkan data yang diperoleh, tiga informant mendapatkan sumber resiliensi hubungan saling percaya dari orang-orang di sekitarnya, seperti orangtua, anggota keluarga, pasangan, teman, dan tetangga yang memberikan dukungan berupa dukungan instrumental, informasional, emosional, maupun penerimaan terhadap kehamilan yang dialami.

Seluruh informant mengungkapkan bahwa orangtuanya mau menerima kehamilan pra nikah yang informant alami. Hal tersebut ditunjukkan melalui perilaku orangtua informant yang memberikan dukungan dan perhatian pada informant meskipun di awal kehamilan orangtua informant memberikan reaksi negatif atau menyatakan kekecewaannya pada

informant karena telah mengalami kehamilan pranikah.

"Ibu saya menerima ketika sudah mendekati 7 atau 8 bulan, kan kalau di sini kan ada acara mitoni, ibu saya merhatiin gitu. Nah mulai dari situ ibu saya yang mulai ngajakin saya ngobrol, perhatiin saya, jarang marah-marah, waktu anak saya lahir wahh tidak pernah marah-marah. Bayangin ya waktu saya habis lahiran kan capek banget ya rasanya saya tuh masih tidur, ibu saya pagi-pagi udah bangun dan saya bangun anak saya udah disamping saya, bersih. Jadi saya mikir ibu saya perhatian banget. Ibu saya yang nolongin saya, ibarat ya dari hal yang tidak penting sampe yang penting. Lega sekali rasanya orangtua saya bisa nerima saya sama anak saya. Yang bener-bener tadinya saya pikir kalau bakalan ngurus anak saya sendiri, ternyata orangtua saya saudara-saudara saya bantuin saya. Yang tadinya saya pikir bakal survive sendiri ternyata semuanya membantu saya". (line 1841-1860, informant 2)

Tiga informant menceritakan bahwa dirinya mendapatkan dukungan instrumental dari orangtua berupa bantuan secara langsung baik saat informant mengalami kehamilan ataupun setelah anak informant lahir.

"Ya itu tiap pagi pasti dibeliin gubahan. Sayuran itu loh say. Pasti dimasakannya yang sehat-sehat terus. Terus kadang kalau capek, ibu saya yang mijetin, dipijetin sama ibu saya. Terus pas hamil pun saya kan tidak bisa nyuci. Ya yang nyuci gantian, suami saya ibu saya suami saya ibu saya". (line 1033-1040, informant 1)

"Dia mau bantu momong anak saya. Jadi saya tidak boleh sewa baby sitter itu loh. "Saya sewain orang momong ya bu?" dia tidak mau, dia mau ngurusin cucunya sendiri. tidak percayalah sama baby sitter.

Mending saya openilah. Kan kalau diopeni ibu malah terjamin. Ya ibu cuma bisa bantu momong anakmu kalau kamu kerja". (line 1114-1121, informant 1)

Selain mendapatkan dukungan berupa bantuan secara langsung, dua informant menceritakan bahwa dirinya mendapatkan dukungan secara emosional dari orangtua saat mengalami kehamilan.

"Terus ibu saya bilang" udah tidak usah nangis. Masalahnya udah selesai semua." Ibu saya bilang gitu. Saya langsung nangis, terus ibu saya bilang "Tidak usah disesali." Wah ibu saya udah beda, udah tidak marah lagi." (line 1700-1705, informant 1)

Tidak hanya mendapatkan dukungan dari orangtua, para informant mendapatkan dukungan secara instrumental maupun emosional dari anggota keluarga lainnya, seperti kakak, adik, om, tante, nenek, maupun keluarga pasangan informant. Ketiga informant menceritakan bahwa dirinya mendapatkan bantuan secara langsung dari anggota keluarganya berupa uang atau kebutuhan informant.

"Baik, oma saya support juga. Papa saya dateng gitu bisa bawain titipan dari oma. Support, maksudnya kasih amplopan gitu loh. Kita tidak minta tidak cerita tau-tau dikasih." (line 911-915, informant 3)

Ketiga informant mengungkapkan bahwa dirinya mendapatkan dukungan

secara emosional dari kakak dan adik berupa penghiburan maupun perhatian.

"Sebenarnya adik saya tidak berperan banyak, paling ya ngajak saya bercanda, nonton bareng, nemenin saya ke salon, yah hal-hal kecil gitu. Dia itu bentuk katarsis saya, nyanyi-nyanyi." (line 1795-1799, informant 2)

Dua informant merasakan adanya dukungan instrumental dari pasangannya selama mengalami kehamilan. Salah satunya adalah membelikan apa yang informant inginkan, seperti membelikan informant makanan.

"Dia berperan buat keperluan, keperluan apa ya, buat makan dia beliin saya makan, misalnya dia pagi bangun eh siang jam 10 gitu bangun, beliin saya makan." (line 282-285, informant 3)

Penerimaan terhadap kehamilan pranikah yang dialami oleh para informant juga didapatkan dari teman-teman informant. Dua informant merasakan bahwa teman-temannya mampu menerima kondisinya yang mengalami kehamilan pra nikah dan memahami kondisi informant yang telah menjadi seorang ibu.

"Saya ngerasa apa ya hem...begitu saya baru masuk cuti juga ketika kerja kelompok juga saya berusaha terbuka gitu loh biar mereka bisa paham. Untungnya mereka Psikologi kan dan mereka bisa lebih paham. Mereka juga meminimalisirkan judgment.

*Lebih nyaman, tidak gitu-gitu gimana.”
(line 713-721, informant 3)*

Sama halnya dengan orangtua informant, teman-teman informant memberikan dukungan secara instrumental pada informant. Dua dari tiga informant mengungkapkan bahwa teman-temannya memberikan dukungan dengan cara membawakan makanan untuk informant atau menjaga anak informant.

“Terus waktu saya ulang tahun saya dibeliin legging ibu hamil, saya pengen makanan apa ya dia yang ngasih. Terus dia bilang “Kalau udah lahir saya mau bantu momong” ya bener. Dulu waktu ibu saya ngurusin saudara perempuan saya nikah, anak saya kepontang-panting kan masih bayi tu. Kadang diajak suami saya kerja, kadang sama si neneknya, orangtua dari suami saya, kadang tuh dia yang jemput, bawa ke rumah dia. Nanti kalau suami saya atau saya pulang kerja, saya jemput.” (line 1784-1795, informant 1)

Dua informant menceritakan bahwa teman-temannya juga mendukung dengan memberikan dukungan informasional berupa saran maupun arahan pada informant.

“Temen-temen di kos tuh juga nyaranin buat senam hamil kan itu di perumnas, rumah sakitnya deket di RSUD KS (nama rumah sakit).” (line 359-362, informant 3)

Seluruh informant menceritakan bahwa dirinya mendapatkan dukungan secara emosional dari teman-temannya berupa

tindakan atau perilaku yang menunjukkan adanya kepedulian, perhatian, maupun hiburan pada informant.

“Terus temen-temen saya, mereka sangat berperan dalam hidup saya. Karena apa? Karena mereka yang bantu saya untuk bangkit. Mereka yang bener-bener temen yang ngebantu saya “Ayo kamu tuh harus bangkit, kamu tuh tidak boleh terpuruk kaya gini.” (line 802-808, informant 2)

Orang-orang di sekitar informant, seperti tetangga ataupun lingkungan kerja dan kuliah informant juga mampu menerima kehamilan pranikah yang dialami informant serta mendukung ketiga informant. Dua informant merasakan adanya penerimaan yang terjadi di lingkungannya.

“Saya ngomong dulu saya nikah karena hamil duluan. Ya mereka menerima semua dan saya ada yang mempersalahkan ya karena zaman sekarang ya, tidak tabu. Itu kan, yaudah mau gimana.” (line 981-985, informant 1)

Dua informant mengungkapkan bahwa dirinya mendapatkan dukungan secara emosional dari tetangganya berupa perhatian terhadap informant maupun anak informant.

“Tetangga-tetangga saya juga mulai mendekat ke saya, mulai nengokin anak saya, terus mereka mulai ngajakin saya ikut ke posyandu, ikut ibadah di gereja, sembayangan bersama, everything is fine sekarang karena mereka juga. Saya pikir

mereka bakalan sejahat apa yang dipikiran saya tapi tidak ternyata mereka baik gitu.” (line 757-765, informant 2)

Sumber lain yang didapatkan informant adalah struktur dan aturan. Salah satu informant mengungkapkan bahwa orangtua memberikan aturan yang jelas pada dirinya sedangkan dua informant lain mengungkapkan bahwa tidak ada peraturan yang jelas yang diberikan oleh orangtua.

“Aturan di rumah saya itu pertama harus menghargai orang yang lebih tua yang kedua tidak boleh saling iri ketika mengerjakan sesuatu contoh saya lagi ngerjain sesuatu terus ngeluh bilang kenap adik saya tidak disuruh. Itu tidak boleh terus tidak boleh boros ehehhe (sambil ketawa), terus tidak boleh lempar-lemparan tugas, tidak boleh pergi lebih dari jam 8 ke atas karena saya udah punya anak kan, kecuali karena saya kuliah ya, beda. Kalau sehari-hari saya tidak boleh sering-sering pergi karena saya sendiri udah punya anak.....tidak boleh nginep di sembarang tempat.” (line 883-895 & 900-901, informant 2)

Model peran. Seluruh informant memiliki seseorang yang dijadikan model untuk meniru sebuah perilaku atau tindakan yang dilakukan oleh model tersebut.

“Soalnya dia tuh to, say. Dia punya prinsip mati sekali hidup sekali nikah sekali. Jadi mau bapak saya begitu ulahnya, ibu saya tidak mau bales dan pemaaf. Saya mau nyonto gitu kalau saya disakitin orang saya tidak mau bales tapi saya doain aja.” (line 1905-1910, informant 1)

Dorongan untuk mandiri. Seluruh informant mendapatkan sumber resiliensi berupa dorongan untuk mandiri dari orangtua informant. Orangtua informant mendorong informant untuk menjadi pribadi yang mandiri dengan memberikan bantuan saat informant sedang membutuhkan bantuan dan mengingatkan maupun mengajarkan suatu hal agar informant tidak bergantung pada orangtua informant.

“Papa saya waktu di telpon dia marah-marahnya kaya gitu. wanti-wanti buat pasang kb. “Dibilangin pasang kb kenapa malah isi lagi. Kamu mau jadi apa, kamu mau ngelanjutin kuliah gimana. Itu juga udah punya anak satu belum ngurusin sendiri, masih tergantung sama papa. Menurutmu papah bisa kerja sampe umur berapa? Papakan menyekolahkan anak sebagai tanggung jawab papa, kalau kamu berkeluarga gini kan sebenarnya bukan tanggung jawab papa. Kamu mau gimana, apa ntar kamu berhenti kuliah? Terus kerja? Udah gimana caranya kamu cuti sambil kerja. Terserah mau kerja apa.” Ya...ya udahlah, suami saya juga sempet kerja, jadi dia dapet tawaran dari temennya dia kan. Temennya dia punya rental cd. Ditawarin “Mau tidak pegang rental? Untungnya buat kamu, saya modalin cdnya. Kamu cuma bayar uang sewa tempat dan gaji karyawan.” Tapi itu cuma bertahan enam bulan. Itu juga modalnya minta sama papa saya. Ya papasaya welcome kalau ada peluang usaha. Tapi ternyata prospeknya tidak gitu bagus. Banyak ruginya daripada untungnya.” (line 762-789, informant 3)

Akses terhadap layanan masyarakat. Saat mengalami kehamilan maupun setelah melahirkan, ketiga informant mendapatkan fasilitas layanan masyarakat berupa layanan kesehatan, seperti adanya akses terhadap rumah sakit, puskesmas, maupun posyandu.

“Terus kan di bulan ke delapan itu temen-temen di kos tuh juga nyaranin buat senam hamil kan itu di perumnas, rumah sakitnya dekat di KS (nama rumah sakit). Saya check upnya di situ. Saya lahiran di situ. Senam juga di situ. Senamnya murah cuma 10 ribu doang berapa jam gitu..... terus saya udah pasang kb di puskesmas. Bayarnya 100 ribu buat 10 tahun hahaha murah banget. Terus ya saya rutin check up kbnya itu, awalnya seminggu sekali dua minggu sekali, sebulan sekali, tiga bulan sekali sekarang.” (line 358-365 & 1053-1058, informant 3)

b) I am

Tema ini dibagi menjadi lima subtema, yaitu karakteristik dan watak yang menarik, mencintai, berempati, dan kepedulian, bangga dengan diri sendiri, mandiri dan bertanggung jawab, serta penuh harapan, iman, dan kepercayaan. Berdasarkan hasil analisis yang telah diperoleh, ditemukan bahwa sumber resiliensi karakteristik dan watak yang menarik yang dimiliki oleh ketiga informant tergambar ketika seluruh informant berusaha agar dirinya disukai oleh orang lain atau menjadi

pribadi yang sesuai dengan harapan orang lain dengan cara menyenangkan hati orang lain dan mendekatkan pada hal-hal yang orang lain sukai.

“...tapi saya tetep harus gimana ya biar ibu saya tuh perhatian gitu loh sama saya. Saya tuh pengen agak dianggep gitu. Akhirnya ya saya bisa beliin kebutuhan rumah, bisa kasih kulkas ibu, terus tiap bulan ya saya masih bisa kasih ibu saya gitu. Ya itulah udah bersyukur saya masih bisa kasih ke orangtua.” (line 1280-1287, informant 1)

Mencintai, berempati, dan kepedulian. Seluruh informant mengungkapkan bahwa dirinya memiliki rasa sayang dan cinta terhadap anaknya. Rasa sayang dan cinta tersebut ditunjukkan oleh ketiga informant melalui tindakan-tindakan yang dilakukan untuk sang anak.

“Kalau misalnya nih saya main, sama temen-temen saya tapi ya saya inget nanti kalau saya main tuh saya harus bawain apa ke anak saya sama ibu saya sama suami saya lah, tiga orang itu yang paling penting gitu loh. Tetep tidak ada yang lupa. Kadang ya anak saya diajak.... Kalau saya kehilangan salah satu dari mereka tidak ngerti saya mau ngelanjutin hidup apa tidak. Dulu kan saya cuma paling dekat sama ibu to tapi waktu ibu saya di Ambon nih waktu saya belum nikah belum punya anak, saya bilang gini. Kalau sampe ibu saya tuh, amit-amit ya meninggal, saya tuh pengen meninggal loh rasanya. Lah saya udah tidak punya siapa-siapa e. Hoooh to. Terus sekarang beda lagi, say rasanya. Kalau sampe anak saya kenapa-kenapa saya tidak akan tinggal diem say. Dia itu bener-bener berharga.” (line 1230-1236 & 1238-1250, informant 1)

Bangga dengan diri sendiri. Seluruh informant merasa bangga dengan dirinya sendiri karena telah mampu meraih pencapaian-pencapaian hidup yang ada di kehidupannya.

“Saya lulus SMA, terus anak-anak saya perkembangannya baik kecuali kakaknya buat ngomong sama sosialisasi masih kurang, begitu jadi seorang ibu lebih ke tumbuh kembang anak. Misal anak saya sehat, terus dia aktif, dan yang anak nomer dua itu aktif, dia udah bisa main bola buat angkat barang-barang itu kuat, rasa ingin tahunya tinggi, terus ya dia udah boleh ngomong dan dia lucu...Yang pastinya bangga, kita belajar dari pengalaman yang dulu dan lega, bangga maksudnya dengan anak kedua yang lebih baik itu saya merasa ee udah tenang dan saya belajar dari kesalahan saya.” (line 1084-1093 & 1096-1100, informant 3)

Mandiri dan bertanggung jawab. Ketiga informant mau menerima konsekuensi dari adanya kehamilan pra nikah yang informant alami. Salah satu konsekuensinya adalah adanya respon yang tidak menyenangkan dari orangtua. Ketiga informant mau menerima konsekuensi tersebut karena berpikir bahwa hal tersebut sudah menjadi risiko atas perbuatan yang telah informant lakukan. Hal ini menunjukkan adanya sikap bertanggung jawab dari ketiga informant.

“Sedih. Saya tidak tau harus gimana. Yaa saya terima, saya mau diapain aja, saya terima. Saat itu misalnya saya diusir dari rumah pun saya ya bakalan pergi tapi kan namanya orangtua tidak akan mungkin setega itu.” (line 772-777, informant 1)

Selain itu, adanya sikap bertanggung jawab yang dimiliki oleh seluruh informant tergambar saat ketiga informant mau menerima konsekuensi maupun perubahan dari adanya peran baru menjadi seorang ibu muda.

“Saya di rumah harus momong, saya di rumah yaa udah jadi ibu rumah tangga, entahlah beresin rumah, jaga anak, kerja, aktivitasnya gitu-gitu aja. Ya...mungkin udah resiko. Yaa mau gimana lagi.” (line 633-637, informant 1)

Penuh harapan, iman, dan kepercayaan. Seluruh informant memiliki iman dan kepercayaan kepada Tuhan. Selama mengalami kehamilan, ketiga informant berdoa kepada Tuhan untuk meminta petunjuk maupun kekuatan dalam menghadapi permasalahan tersebut.

“Berdoa novena yang tujuh hari berturut-turut. Waktu hamil ya baca alkitab, berdoa tapi kalau sekarang tidak begitu rajin. Kalau dulu tuh bener-bener setiap hari baca alkitab, berdoa minta petunjuk dan berkat dari Tuhan dan puji Tuhan dikasih petunjuk dan berkat sama Tuhan meskipun bertahap.” (line 1660-1666, informant 2)

c) *I can*

Tema ini dibagi menjadi lima subtema, yakni kemampuan komunikasi, memecahkan masalah, mengelola perasaan dan dorongan, memahami karakteristik diri sendiri dan orang lain, serta membangun hubungan saling percaya. Hasil analisis ketiga informant menunjukkan bahwa seluruh informant memiliki sumber resiliensi berupa kemampuan komunikasi. Sumber ini tergambar dalam diri ketiga informant ketika informant mampu menceritakan kehamilan pra nikah yang dialami kepada orang-orang sekitarnya, seperti pada teman-teman informant.

“Makannya saya, waktu tau saya hamil karena saya tidak bisa memendam itu sendiri, akhirnya saya cerita ke beberapa orang dan waktu saya juga udah di rumah ada beberapa temen yang nengok.” (line 513-518, informant 2)

Memecahkan masalah. Saat para informant dihadapkan pada persoalan mengenai kehamilan pranikah yang dialami maupun kesulitan dalam menjalankan peran sebagai seorang ibu, seluruh informant mampu menilai dengan baik permasalahan yang terjadi dan berfokus pada pemecahan masalah. Hal tersebut mampu membuat ketiga

informant mengetahui langkah-langkah yang akan dilakukan.

“Belajar dari ibu saya dan belajar dari lingkungan, belajar dari Marge dan yaa kalau saya sih selain belajar dari itu, saya belajar mengamati anak saya dan oh gini saya gini meskipun ibu saya tidak memberikan contoh yang seperti ini gimana saya harus bersikap sama anak saya gitu. Baca literatur, belajar dari buku psikologi perkembangan. Terus saya tanya ke orang-orang gimana kalau gini? Kalau tidak saya berusaha mencari tau gimana dari hasil saya ngamatin anak saya, dari ohh kaya gini caranya ohh yaya dia kebiasaannya seperti ini, saya harus seperti ini. Saya lama-lama bisa menemukan ee istilahnya menemukan teorinya sendiri berdasarkan pengamatan saya dari anak saya gitu hahaha.” (line 1323-1339, informant 2)

Mengelola perasaan dan dorongan. Ketiga informant mampu mengelola perasaan dan dorongan yang dirinya rasakan ketika informant merasa orang lain membicarakan kehamilan pranikah yang informant alami. Meskipun informant merasa terganggu dengan hal tersebut, informant memilih untuk diam, menahan diri, berusaha untuk tidak menghiraukan, dan tidak peduli.

“Mungkin mereka rada heran kali ya, kenapa bisa FA bisa punya anak. Temen-temen SMP saya kaget, kan udah pada kontak lagi, mereka kaget. Kenapa bisa.... Ya itu sah-sah aja. Selama mereka tidak mengganggu saya secara langsung ya saya cuek, saya berusaha cuek, meskipun kadang-kadang gimana yaa, hem.” (line 1072-1075 & 1078-1081, informant 3)

Memahami karakteristik diri sendiri dan orang lain. Hasil analisis yang telah didapatkan menunjukkan bahwa ketiga informant mampu memahami karakteristik dirinya sendiri. Kemampuan memahami karakteristik diri sendiri yang dimiliki oleh para informant mampu membantu informant ketika berhubungan dengan orang lain.

“Saya tuh lebih aware sama orang, saya tidak sembarangan milih orang. Saya tidak sembarangan berteman sama orang, saya tidak sembarangan akrab sama orang saya tuh lebih yang bener-bener saya tuh harus menjaga diri bener-bener wah saya tuh sekarang orangnya lebih preventif lebih perfeksionis dan lebih selektif yaitu demi kebaikan diri saya sendiri juga sih.” (line 1527-1535, informant 2)

Selain memahami karakteristik diri sendiri, ketiga informant juga mampu untuk memahami karakteristik orang lain, seperti memahami karakteristik anggota keluarganya.

“Akhirnya saya tuh memutuskan untuk harus ngomong sama om dan tante saya.... saudara laki-laki saya kan orangnya ngamukan. Nah saya mending sama om dan tante saya.” (line 174-176 & 181-183, informant 1)

Membangun hubungan saling percaya. Ketiga informant mampu menemukan orang-orang yang dapat dipercaya, yakni keluarga dan teman-teman informant dalam membantu dirinya

menyelesaikan masalah kehamilan yang dialami, seperti berdiskusi untuk mencari solusi atas permasalahan yang dialami. Selain itu, para informant juga menjadikan keluarga dan teman-temannya tempat untuk berbagi perasaan.

“Terus kalau apa-apa ya ceritanya sama nenek. Lebih seneng cerita sama nenek daripada sama orangtua saya malah.... Waktu hamil itu, nenek saya bisa ngahinlah, bisa kasih kabar situasi di sana gimana jadi saya bisa lebih paham sama situasi di sana. Terus nenek saya bisa tanyain kabar tiap hari, nemenin saya ngobrol, kasih support-support yang kayaknya moral.” (line 915-917 & 1546-1551, informant 3)

Karakteristik individu yang resilien

Tema karakteristik individu yang resilien dibagi menjadi tujuh subtema, yaitu *insight, independence, creativity, humor, initiative, relationships, dan values orientation*. Berdasarkan hasil yang diperoleh, ketiga informant mampu beradaptasi dengan sebuah situasi yang sedang terjadi. Hal tersebut merupakan salah satu karakteristik individu yang resilien dalam subtema *insight* dimana ketiga informant merupakan individu yang berproses menjadi pribadi yang resilien. Kemampuan beradaptasi yang dimiliki

oleh seluruh informant ditunjukkan saat para informant mampu menunjukkan perilaku yang tepat sesuai dengan situasi yang sedang terjadi maupun mampu menyesuaikan cara berinteraksi dengan orang lain.

“Jadi habis saya lahiran itu saya tinggal di sana langsung tinggal di tempat suami saya. Lahiran pertama langsung ke sana. Tapi sebenarnya sedikit tidak enak karena kan belum sah jadi suami istri gitu kan. Kita berusaha membaur dan berusaha untuk tidak terlalu mencolok.... Lebih menyesuaikan aja sama norma-norma mereka. Misal tidak pulang malem-malem tidak enak sama tetangga. Saya juga berusaha ngenalin anak saya ke tetangga-tetangga.” (line 840-846 & 1539-1543, informant 3)

Independence. Berkaitan dengan pengalaman kehamilan pranikah yang dialami oleh seluruh informant, ketiga informant merasa bahwa dirinya mampu menghadapi dan melewati semua permasalahan yang terjadi.

“Saya itu wanita yang kuat hahaha (sambil ketawa). I think i'm strong women because saya bisa melahirkan seorang anak yang bener-bener besar. Saya merasa saya orang yang kuat karena pertama saya bisa melampai semua ini meskipun dengan jalan yang berliku-liku saya bisa melampui semua ujian ini sampe keputusan cerai saya. Kedua saya hebat karena bisa melahirkan normal dan anak yang besar, dan yang ketiga saya merasa saya bisa membesarkan anak saya meskipun tidak ada seorang ayah disampingnya jadi saya sangat bangga saya bisa menjadi seorang ibu sekaligus seorang bapak sekaligus teman sekaligus apapunlah yang dia

anggap saya sebagai apa.” (line 988-1003, informant 2)

Selain memiliki kemampuan dalam menghadapi kesulitan maupun masalah yang dialami, karakteristik individu yang resilien dalam subtema *independence* juga tercermin saat ketiga informant mampu menetapkan sebuah tujuan dalam hidupnya. Tidak hanya menetapkan sebuah tujuan, seluruh informant juga berupaya untuk mencapai tujuan tersebut.

“Saya berusaha mempertanggung jawabkan kuliah segala macam yang orangtua berikan, saya muda tapi saya masih belum bisa mandiri, saya lagi berjuang buat mencapai kemandirian itu, saya masih berjuang soalnya kita masih mempersiapkan masa depan.... Kuliah semaksimal mungkin, belajar semaksimal juga, berusaha memanfaatkan waktu dengan baik, terus saya juga sempet ngerjain kerjaan sambilan tapi kecil banget. Cuma ngisi koesioner online, jadi kalau kita ngisi kuesioner dapet beberapa point. Terus nanti kalau dapet point bisa ditukerin beberapa dolar.” (line 1062-1068 & 1555-1563, informant 3)

Setelah mengalami kehamilan tidak diinginkan akibat hubungan seksual pranikah, seluruh informant memiliki orientasi positif terhadap anaknya, yakni bagaimana caranya informant berjuang untuk anaknya. Selain itu, dua informant memiliki keinginan agar anak perempuannya tidak mengalami

kehamilan pra nikah seperti yang dirasakan oleh informant dan menjadi pribadi yang lebih baik daripada informant. Cara informant mewujudkan keinginannya dengan berusaha untuk merawat anaknya sebaik mungkin, mengajarkan hal-hal yang baik, serta mendidik anaknya dengan baik.

“Saya punya anak perempuan nih, saya harus bisa mendidik dia biar tidak jadi kaya ibunya dan dia tidak bolehlah punya masa depan yang kaya saya. Tantangan saya di situ. Jadi benar-bener gimana sih caranya saya mendidik anak saya yang masih kecil ini jadi dewasa yang baik...Ya itu sambil belajar pelan-pelan. Jadi ngurangi, kan sekarang anak-anak zaman sekarang pada megang hp kan. Anak saya benar-bener tidak megang hp say. Ya besok bahkan pun saya pengennya kalau anak saya udah gede nih, sekolah kalau dia mau izin “Mah saya ke sini ya” saya ikutin maunya say. Dia jujur atau tidak. Kalau dia tidak jujur, langsung saya kekang. Kalau dia jujur, yaudah saya percayai. Ya tantangan saya sebagai orangtua ya di situ. Ketika anak saya dewasa, apalagi anak saya perempuan. Harus benar-bener saya jaga bagaikan mutiara anak perempuan soalnya say.” (line 1337-1343 & 1346-1359, informant 1)

Ketiga informant memiliki sikap positif dalam menjalani kehidupannya, seperti memiliki harapan akan masa depan dan berpikir optimis. Dua dari tiga informant mengungkapkan bahwa dirinya mengalami dampak ataupun

perubahan positif setelah mengalami pengalaman kehamilan pranikah.

“Hmm saya jadi lebih banyak bersyukur atas semuanya, berkat sekecil apapun saya bersyukur dulu duit tuh rasanya tuh tidak ada apa-apanya dan ketika sekarang udah punya anak dan kebutuhan anak itu mahal, saya tuh sama duit itu perhitungan. Misalkan diajak pergi, “Kemana? Duit saya hahaha” mending buat beli makan anak. Yang jelas sekarang saya lebih memprioritaskan anak daripada kesenangan saya pribadi hahaha (sambil ketawa).” (line 1566-1577, informant 2)

Karakteristik lain dari individu yang resilien adalah *creativity*. Karakteristik ini tergambar saat ketiga informant mampu memikirkan konsekuensi yang akan diterima jika ketiga informant memilih untuk menggugurkan kehamilannya, yakni para informant akan menambah dosa atas perbuatan yang akan dilakukan dan memikirkan apakah dirinya dapat mengalami kehamilan kembali atau tidak di masa yang akan datang.

“Ya haknya dia buat hidup. Udah ada kehidupan. Kalau kita membuang kehidupan itu kan dosa, kita kan dikasih kepercayaan ya maksudnya biar lahir.” (line 1427-1430, informant 3)

Pada awal kehamilan, seluruh informant menolak kehamilan yang dialami. Selain itu, terdapat perasaan negatif dalam diri para informant

karena telah mengalami kehamilan pranikah maupun karena statusnya yang telah berubah menjadi seorang ibu muda. Akan tetapi, seluruh informant tidak membiarkan penolakan dan perasaan negatif tersebut bertahan secara menetap dengan cara berpikir positif maupun merasakan hal-hal yang positif.

“Seneng, bener-bener seneng. Bahagia akhirnya apa yang saya harapkan, saya inginkan tercapai yang dulu saya pengen punya anak meskipun dengan kekecewaan yang prosesnya tidak seperti yang saya inginkan. Tapi setidaknya saya bersyukur Tuhan memberikan keinginan saya, yaitu anak. Terus sebenarnya bukan anaknya tapi penerus keluarga, ibaratnya saya habis ini tidak nikah tuh tidak papa, karena saya udah punya keturunan.” (line 1164-1174, informant 2)

Saat ketiga informant mengalami perasaan negatif, seperti perasaan sedih, kacau, takut, maupun khawatir akibat kehamilan yang informant alami, seluruh informant mampu mengatasi perasaan tersebut dengan cara yang sehat, yakni berdoa kepada Tuhan.

“Kacau. Rasanya sedih. Pertama ya kenapa ya saya tuh bikin orangtua kecewa.... Berdoa. Saya cuma doa. Biar kuat gitu. Saya ke Safsui ditemenin temen saya. Saya sampai nangis, la apa ya...kuatin saya ya Tuhan saya mau tanggung jawablah istilahnya. Saya bakalan pertahanin ini, tolong kuatkan saya. Terus apa ya, saya yakin suatu saat nanti pasti orangtua saya juga bakalan menerima semua ini. Ya saya

cuma bisanya ya doa.” (line 654-655 & 671-680, informant 1)

Pribadi yang berproses menuju resilien juga tergambar saat ketiga informant berfokus pada pemecahan masalah. Ketiga informant mampu mencari pilihan atau alternatif untuk mengatasi masalah yang sedang terjadi akibat dari adanya kehamilan yang dialami maupun perubahan peran sebagai seorang ibu.

“Saya memanaganya kadang saya ngerjainnya di luar rumah. Soalnya kalau di rumah saya lebih fokus sama rumah dan kesehatan saya juga gitu. Maksudnya saya juga sadar kalau saya paksain, kalau saya sakit tuh yang keteteran bukan Cuma kuliah saya doang tapi juga ke anak saya juga. Jadi saya kerjain di luar, pulangnya disorein atau gimana.... Saya juga berusaha pinter ngatur waktu, waktu kuliah atau waktu jeda saya ngoreksi, kalau memungkinkan saya koreksi, nyolong-nyolong waktu.” (line 78-86 & 1225-1228, informant 3)

Humor. Seluruh informant mampu menertawakan diri sendiri ketika mengingat kembali pengalaman kehamilan yang dialami dan mampu menemukan kesenangan dalam lingkungannya. Dua informant menceritakan pengalaman tidak menyenangkan saat menerima perlakuan negatif dari keluarga ketika keluarga mengetahui kehamilan pra

nikah yang informant alami dengan tertawa.

“Kamu hamil ya?” saya diem. “Jawab!” Gitu. “Iya” saya gitu. Langsung ditampar saya. Kaget saya. Ditampar itu tuh, ya Allah kamu tau? Mulut saya langsung berdarah. Tamparnya dua kali, pak pak gitu (memperagakan ditampar). Nangis la saya. Terus bingung to saya. La saya dianiyaya terus ya di situ. Ya entah dijambak, ditampar, digebuk sama ibu saya hahaha (sambil ketawa) yaampun sakit rasanya.” (line 345-355, informant 1)

Selain itu, dua informant menceritakan bahwa dirinya mampu menemukan kesenangan saat menjadi seorang ibu. Informant menganggap menjadi seorang ibu dan orangtua bagi anaknya merupakan sebuah kesempatan yang menyenangkan dan juga mampu tertawa saat anaknya menunjukkan perilaku yang lucu.

“Saya udah mendapatkan kesenangan dari anak, anak bertumbuh dengan baik, ngeliat anak lucu, pinter, ada kesenangan sendiri, sifatnya lebih positif, saya juga tidak ada beban pikiran yang besar, beban dari suami udah berkurang banyak. Kalau dulu kan banyak pikiran.” (line 1578-1584, informant 3)

Karakteristik selanjutnya dari individu yang resilien adalah *initiative*. Karakteristik ini tergambar ketika seluruh informant berusaha memperbaiki diri maupun lingkungan dengan melakukan perubahan dari cara

yang kurang efektif menjadi lebih efektif saat sedang berhubungan dengan orang lain maupun saat mengalami kesulitan dalam menjalankan peran sebagai seorang ibu. Selain itu, dua informant mengungkapkan bahwa dirinya berusaha untuk memperbaiki diri agar menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya karena merasa bahwa dahulu dirinya telah melakukan kesalahan maupun telah merusak nama baik keluarga karena mengalami kehamilan pranikah.

“Yaudah saya juga sudah mengaku kesalahan saya pada Tuhan dan sekarang ini saya sedang berusaha hidup lebih baik untuk hem apa istilahnya untuk menebus dosa-dosa saya selama ini, saya gugurin bayi, saya durhaka sama orangtua, dan saya sampe punya anak sekarang, saya bercerai, itu semua dosa besar kan ya. Melanggar semua perintah Tuhan kan ya. Tapi saya mikir, yaudahlah, saya memang harus saatnya untuk tobat dan untuk benar-bener jalan di jalannya Tuhan untuk memperbaiki semua kesalahan saya. Yaudah mulai dari saya memutuskan untuk cerai, saya benar-bener udah tobat. Belum pure yang benar-bener tobat cuma berusaha untuk jadi orang yang lebih baik dari yang kemarin-kemarin gitu... Dengan cara saya belajar lebih giat, lebih niat kuliah, saya tidak mikir cinta-cintaan, lebih mendekati diri ke Tuhan meskipun saya masih males ngerjain pekerjaan rumah, tidak boros duit. Gimana caranya saya ngebuktiin ke orangtua saya yang udah pontang-panting ngebiayayain gini, kalau saya tuh bisa buat lulus meskipun dengan

keadaan saya saat ini. Kalau dulu kan males ya buat kuliah, gampang banget. Sekarang mikir lagi, gila aja. Sekarang kuliahnya lebih niat lebih berusaha.” (line 355-371 & 1671-1690, informant 2)

Ketiga informant memiliki kekuatan pribadi yang ada di dalam diri informant. Kekuatan pribadi tersebut membantu seluruh informant untuk sembuh dan bangkit dari keterpurukan yang dialami.

“Saya merasa hebat dengan apa yang sudah saya lakukan meskipun saya banyak salahnya tapi saya merasa hebat dalam yang positif-positif saya merasa hebat dari mulai saya bisa kuliah lagi, saya bisa mengikuti kuliah tanpa kesulitan saya merasa saya sangat hebat dan sudah bisa bangkit dari keterpurukan ini.” (line 1006-1013, informant 2)

Saat menghadapi tantangan-tantangan dalam hidup, seluruh informant memandang tantangan tersebut sebagai sebuah ujian yang perlu dijalani, yakni apakah informant mampu mengatasi ujian tersebut atau tidak.

“Yaa sebagai ujian buat saya. Saya mampu tidak sih jadi ibu yang baik buat mendidik anak. Walaupun saya, saya tuh bukan orang yang baik tapi saya tidak pengen anak saya juga kaya saya. Ya kalau saya bisa mendidik anak saya jadi baik itu tuh hadiah tantangan saya itu mungkin.” (line 1362-1368, informant 1)

Relationships. Setelah mengalami pengalaman kehamilan tidak diinginkan akibat hubungan seksual pra-

nikah, seluruh informant mengungkapkan bahwa dirinya memiliki hubungan yang baik dengan orang-orang di sekitarnya. Hal tersebut merupakan salah satu karakteristik dari individu yang resilien.

“Dulu kan sebelum orangtua tau aku banyak bohongnya. Mau angkat telpon deg-degan. Untungnya sekarang saya bisa jujur. Sekarang udah tidak canggung lagi, tidak begitu tidak enak kaya dulu. Kalau dulu kan banyak ngerasa bersalah, tidak enak.” (line 1508-1514, informant 3)

Values orientation. Ketiga informant mampu mengevaluasi pengalaman kehamilan tidak diinginkan akibat adanya hubungan seksual pranikah secara positif.

“Pengalaman saya tuh memang luar biasa. Ya...pengalaman, ya pelajaran, ya apa, ya nilai kehidupan, ya hadiah, ya tantangan itu tadi, ya cobaan, ya anugerah, ya macem-macem. Semua jadi satu dalam hidup saya dari pertama dikasih musibah saya hamil, terus kedua anak saya lahir sehat utuh tanpa kekurangan sesuatu apapun, terus saya waktu hamil jatuh dan kecelakaan blablabla tapi anak saya tetep lahir sehat dan selamat tanpa kurang suatu apapun. Sampai umur 5 bulan dia menang lomba sampe dapet uang segitu banyaknya ngono loh. Gede dia jadi anak yang pintar.... Pintar, Say yaampun saya sangat beruntung. Bener-bener menyesal kenapa dulu saya mau menggugurkan dia, gitu.” (line 1377-1390 & 1407-1410, informant 1)

Pengalaman kehamilan pranikah yang dialami oleh para informant, mampu membuat ketiga informant belajar dari

pengalaman yang dialami sehingga informant mampu menetapkan sebuah tujuan dan mampu menghadapi masalah atau situasi baru dengan lebih baik. Hal ini dikarenakan seluruh informant mampu mengetahui konsekuensi atau resiko yang akan didapatkan dari adanya tindakan atau perbuatan yang telah dilakukan sebelumnya.

“Di kehamilan pertama itu bayi yang kakak itu dia tuh kecil hati banget gitu, ia banyak takutnya, kurang berani, banyak main sendiri dan saya ngerasa bayinya udah mengalami apa yang saya rasain itu dia. Dia juga udah punya beban, dia kaya bawa beban psikis gitu dari lahir. Kasian....Berusaha berpikiran sehat. Soalnya yang saya pelajarin juga kalau saya terlalu banyak berpikiran jelek, anak saya kerasa. Waktu dia udah lahir juga kan saya banyak depresi sama stresnya juga dan dia ngerasa... Terus dulu saya juga ngomel di depan anak saya yang pertama, nangis di depan anak saya, jadinya ya anak saya gitu. Kalau sekarang saya menghindari hal-hal seperti itu. Tidak usah berat, soalnya saya ngerasa efeknya sama anak yang pertama...Yang pastinya bangga, kita belajar dari pengalaman yang dulu gitu loh dan lega, bangga maksudnya dengan anak kedua yang lebih baik itu saya merasa ee udah tenang dan saya belajar dari kesalahan saya.” (line 453-460, 1141-1146, & 1096-1100, informant 3)

Dua informant mampu menemukan makna tersembunyi dari pengalaman kehamilan pra nikah yang informant alami, seperti menganggap bahwa anak

yang dilahirkannya merupakan kado terindah yang mampu memberikan rezeki dan mampu menjadikan keluarga informant menjadi lekat.

“Sebenarnya dari dulu kan orangtua saya yang mau mendekat tapi anak-anaknya jauh tapi sekarang saya merasa anak-anaknya orangtua saya lebih mendekat ke orangtua. Jadi kita semakin lekat, kaya gitu apalagi ada anak saya. Istilahnya anak saya jadi jembatan buat keluarga saya menjadi lekat lagi gitu jadi saya ngerasa anak saya sebagai pencapaian karena anak saya menjadikan semua ini jadi lebih baik gitu.” (line 1152-1161, informant 2)

Selain mampu mengevaluasi, menemukan makna tersembunyi, serta belajar dari pengalaman kehamilan pranikah yang dialami, seluruh informant memiliki keinginan untuk hidup dengan baik. Informant mengungkapkan ingin menjadi pribadi yang lebih baik dengan berusaha hidup lebih baik maupun tidak mengulangi kesalahan yang sama. Kemudian informant ingin menjadi ibu yang baik bagi anaknya.

“Saya berharap bisa menjadi ibu yang baik, tidak hanya untuk satu anak tapi dua anak. Karena saya masih ngandelin orangtua saya, saya berharap saya sama suami saya bisa mandiri, saya juga berharap suami saya semakin baik lagi, bisa berpikir lebih sehat.” (line 1299-1305, informant 3)

Berdasarkan hasil penelitian ini, ditemukan bahwa terdapat temuan unik dari salah satu informant setelah dirinya mengalami kehamilan tidak diinginkan akibat hubungan seksual pranikah, yakni informant merasa dirinya sudah memaafkan orang-orang yang telah menyakiti dirinya. Hal tersebut dilakukan oleh informant karena informant tidak ingin memiliki musuh dan tidak ingin orang-orang tersebut merasakan hal yang buruk seperti yang informant rasakan.

“Saya tidak mau mempunyai musuh saya sudah memaafkan orang-orang yang jahat di sekitar saya dan saya cuma berharap mereka tidak merasakan apa yang mereka perbuat ke saya sehingga saya merasakan hal seperti ini. Saya cuma berharap semuanya berjalan baik-baik saja sampai kuasa Tuhan yang turun.” (line 1515-1523, informant 2)

Selain memaafkan orang lain, sebagai pribadi yang berproses menuju resilien salah satu informant lain juga mampu memaafkan dirinya sendiri. Hal tersebut dilakukan informant saat dirinya mengalami emosi negatif, seperti perasaan bersalah dan sedih ketika berpisah dari anak pertamanya.

“Mengikhhlaskan sama memaafkan diri saya sendiri. Jangan berlarut-larutlah kalau emosimu jelek, anak saya yang ngerasain. Anak saya yang kedua tidak salah. Yaudah

hadapin aja.” (line 1463-1467, informant 3)

Melalui pengalaman kehamilan tidak diinginkan yang dialami oleh ketiga informant dapat terlihat bahwa kehamilan tidak diinginkan akibat hubungan seksual pranikah memberikan berbagai macam dampak negative bagi diri informant. Pengalaman tersebut juga mampu membuat informant merasa terpuruk karena harus menghadapi berbagai macam masalah maupun kesulitan. Akan tetapi, seluruh informant dalam penelitian ini memilih untuk tidak kalah pada keterpurukan yang dirinya alami. Informant memilih untuk menghadapi maupun mengatasi dampak negatif, masalah, dan kesulitan yang dialami dengan resiliensi. Alhasil, para informant mampu menang dan bangkit dari keterpurukan yang dialami dan mampu menjadi seorang individu yang berproses menuju resilien. Sebagai pribadi yang berproses menuju resilien, para informant mampu memandang pengalaman kehamilan tidak diinginkan secara positif serta

memperoleh berbagai macam dampak positif dari pengalaman tersebut.

Saat ini, marak terjadi peristiwa kehamilan yang dialami oleh remaja akibat adanya hubungan seksual pranikah. Peristiwa kehamilan tersebut juga dialami oleh ketiga informant yang terlibat dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh bahwa banyak faktor penyebab yang mampu membuat para informant mengalami kehamilan pranikah, seperti salah satu informant merasa bahwa tidak adanya perhatian atau pengawasan dari keluarga sehingga informant masuk ke dalam pergaulan bebas. Tidak adanya perhatian ataupun pengawasan dari keluarga merupakan dampak dari adanya perceraian yang dialami oleh orangtua informant tersebut. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa faktor penyebab dari adanya kehamilan pada remaja adalah adanya pengasuhan yang dilakukan oleh orangtua tunggal (Akella & Jordan, 2015). Penelitian lain juga menyebutkan bahwa remaja yang tumbuh di dalam lingkungan keluarga yang diasuh oleh orangtua tunggal

tanpa adanya dukungan emosional yang diberikan oleh orangtua kepada remaja mampu menjadi faktor penyebab kehamilan pada diri remaja. Hal tersebut dikarenakan remaja tidak memiliki model peran dari orangtuanya sehingga remaja mencari hubungan dengan lawan jenis untuk menggantikan sosok orangtua (Monteiro et al. 2019).

Faktor penyebab lain dari adanya kehamilan pranikah adalah salah satu informant memiliki rasa ingin tahu terhadap hubungan seksual sehingga timbul perilaku coba-coba untuk melakukan hubungan seksual bersama pasangan. Selain itu, adanya ketidakmampuan informant dalam menolak keinginan pasangan untuk melakukan hubungan seksual, tidak memiliki pengalaman dalam menghadapi laki-laki sehingga mudah untuk dipengaruhi oleh pasangan untuk melakukan hubungan seksual serta tidak mampu bersikap tegas (van Reeuwijk, Rahmah, and Mmari 2023). Penelitian lainnya mendukung hasil penelitian ini. Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa hampir 20%

remaja dan wanita dewasa merasa tidak pernah memiliki hak untuk menolak melakukan hubungan seksual saat pasangannya meminta hal tersebut (Vagi et al. 2015). Hal tersebut mampu menimbulkan kerentanan dalam melakukan praktek seksual yang tidak aman (Abdallah, Magata, and Sylvester 2017).

Kehamilan yang dialami oleh seluruh informant akibat dari adanya hubungan seksual pranikah menimbulkan berbagai macam dampak negatif yang dirasakan oleh para informant. Dampak-dampak tersebut berasal dari dalam diri maupun luar diri informant. Berdasarkan hasil penelitian ini, dampak negatif dari adanya kehamilan pranikah, yakni ketiga informant menolak kehamilan yang dialami. Penolakan ini diakibatkan para informant tidak menginginkan kehamilan tersebut (Angle, Haven, and Kershaw 2016). Hal ini sesuai dengan penelitian yang melaporkan bahwa 15,6% kehamilan di kalangan remaja merupakan kehamilan yang tidak diinginkan. Kehamilan tidak diinginkan ini terjadi pada remaja yang belum

menikah dan memiliki pendidikan yang lebih tinggi daripada teman sebayanya. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya bahwa sebesar 28% wanita melaporkan mengalami kehamilan yang tidak diinginkan. Hal ini lebih banyak terjadi pada wanita yang belum menikah, yakni sebesar 33% daripada wanita yang sudah menikah (Mayun, Ani, and Suariyani 2017; Netmuy n.d.)

Penolakan terhadap kehamilan tidak diinginkan yang dialami oleh seluruh informant memunculkan pikiran negatif untuk menggugurkan kehamilan tersebut. Tidak hanya sebatas ada di pikiran informant, berdasarkan hasil penelitian, para informant mengungkapkan bahwa dirinya berusaha untuk menggugurkan kehamilan yang dialami dengan melakukan berbagai macam cara. Bahkan salah satu informant benar-benar menggugurkan kehamilan pertamanya. Hal ini disebabkan para informant merasa bahwa dirinya masih terlalu muda untuk memiliki anak, belum menyelesaikan pendidikan yang dijalani, memiliki ketakutan dicemooh

oleh orang lain, dan terdapat perasaan tidak siap menjadi seorang ibu. Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Sedgh dkk, bahwa hampir setengah responden wanita yang mengalami kehamilan tidak diinginkan berusaha untuk melakukan aborsi atau mengugurkan kehamilan yang dialami karena para wanita tersebut belum menikah, merasa dirinya masih muda, dan masih bersekolah. Penemuan ini menunjukkan bahwa kehamilan yang tidak diinginkan rentan terhadap perilaku aborsi. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian sebelumnya bahwa remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan lebih mencoba untuk menghentikan kehamilan yang dialami dibandingkan dengan remaja yang memiliki kehamilan yang direncanakan. Selain itu, ditemukan bahwa satu dari lima kehamilan yang tidak diinginkan, remaja mencoba untuk menghentikan kehamilan sebelum waktunya (Fatimah et al. 2019; Wong 2012)

Hasil lain dari penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh partisipa

mengalami dampak secara psikologis dari adanya kehamilan tidak diinginkan akibat hubungan seksual pranikah yang dialami, seperti timbulnya perasaan takut terhadap reaksi orangtua jika mengetahui kehamilan yang informan alami. Para informan takut jika terjadi hal buruk pada kedua orangtuanya (Wong 2012). Penelitian lain mengatakan bahwa remaja mengalami ketakutan ataupun kecemasan akan reaksi keluarganya terhadap kehamilan yang dialami. Hal tersebut membuat remaja sulit memberitahu kehamilannya pada orangtuanya. Sesuai dengan penelitian tersebut, ketiga informan dalam penelitian ini tidak memberitahu kehamilan yang dialami kepada orangtua maupun keluarganya. Ketiga informan berusaha menutupi kehamilan yang dialami dengan cara membohongi atau menghindari orangtua maupun keluarga informan (Sanjiwani and Pramitaresthi 2021).

Tidak hanya perasaan takut dan cemas, para informan mengalami kebingungan setelah mengetahui

bahwa dirinya mengalami kehamilan. Informant memiliki perasaan bingung mengenai hal apa yang harus dirinya lakukan terhadap kehamilannya tersebut. Penelitian lain juga mengatakan dalam penelitiannya bahwa remaja tidak selalu yakin dengan apa yang akan dirinya lakukan terhadap kehamilannya, apakah dirinya ingin melanjutkan kehamilan yang dialami atau tidak (LP 2012).

Dampak psikologis lain yang muncul dalam diri informant dari adanya kehamilan tidak diinginkan akibat hubungan seksual pra nikah yang dialami adalah perasaan menyesal, sedih, dan kacau. Perasaan-perasaan tersebut mampu membuat informant menangis. Hal ini dikarenakan timbul pikiran negatif terhadap diri sendiri karena informant telah mengalami kehamilan, seperti merasa bahwa diri informant telah membuat orangtua kecewa dan telah membuat aib bagi keluarga. Adanya dampak psikologis tersebut didukung oleh penelitian yang Mashala dkk. Hasil penelitiannya menunjukkan sebagian besar remaja mengungkapkan perasaan marah,

menyesal, kaget, kecewa, dan cemas karena kehamilan yang remaja alami. Hal serupa juga diungkapkan oleh Krugu, Mevissen, Munkel, dan Ruitter (2017) bahwa reaksi yang ditunjukkan remaja adalah terkejut, sedih, dan tidak senang saat mengetahui bahwa dirinya mengalami kehamilan. Remaja juga menyalahkan diri sendiri dan harus menghadapi bahwa dirinya telah mengecewakan orangtua karena telah mengalami kehamilan (Wall-Wieler, Roos, and Nickel 2016)

Perasaan lain yang muncul dalam diri ketiga informant adalah takut dan malu. Perasaan ini muncul karena adanya pikiran negatif terhadap respon lingkungan terhadap kehamilan yang dialami, seperti takut dibicarakan ataupun dicemooh oleh orang lain. Remaja menyembunyikan kehamilan yang dialami karena takut menjadi objek cemoohan sosial. Hal ini seperti yang dilakukan salah satu informant yang tidak mau pergi ke posyandu karena dirinya merasa malu. Berdasarkan hasil penelitian juga diperoleh bahwa salah satu informant dijauhi oleh salah satu teman dekatnya

setelah mengetahui bahwa informant mengalami kehamilan. Hal yang dialami oleh salah satu informant tersebut juga terdapat dalam penelitian sebelumnya bahwa remaja yang mengalami kehamilan merasa telah dihakimi, diejek, maupun diisolasi karena telah mengalami kehamilan. Hal tersebut membuat para remaja merasa malu dan bersalah (Hashmi et al. 2020). Hal serupa juga terjadi dimana 72,5% remaja setuju bahwa terdapat isolasi dan penolakan dari teman atau masyarakat akibat dari kehamilan yang dialami (Maemeko, Nkengbeza, and Chokomosi 2018).

Dampak negatif dari adanya kehamilan pranikah yang informant alami tidak hanya berasal dari dalam diri. Dampak negatif juga informant terima dari lingkungan keluarganya. Dua informant mengungkapkan bahwa dirinya menerima kekerasan secara verbal maupun fisik dari keluarganya saat keluarga informant mengetahui kehamilan yang informant alami sedangkan satu informant mengungkapkan bahwa orangtuanya mengungkapkan kekecewaannya pada

informant. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa hubungan antara remaja dengan keluarganya berubah setelah keluarga mengetahui kehamilan yang remaja alami atau setelah remaja melahirkan. Beberapa orangtua mengungkapkan kemarahan dan kekecewaan pada remaja karena telah mengalami kehamilan (Muñiz-Rivas, Vera, and Povedano-Díaz 2019). Selain itu, penemuan lain juga mengungkapkan bahwa orangtua dan keluarga remaja tidak senang ketika mendengar bahwa remaja mengalami kehamilan. Hal tersebut dikarenakan remaja dirasa telah membawa aib bagi keluarga (Sadeqi 2013).

Penelitian lainnya mengungkapkan bahwa dampak dari adanya kehamilan pada remaja adalah perubahan peran secara mendadak. Remaja mengubah perannya menjadi orangtua terhadap bayinya. Perubahan tersebut dirasakan remaja sebagai konsekuensi negatif karena remaja belum siap menjadi orangtua dan mengalami perubahan aktivitas yang remaja lakukan sehari-hari (Tryphina

Skosana, Doricah Peu, and Shirley Mogale 2020). Selain itu, setelah mengalami kehamilan maupun kelahiran, hubungan intrapersonal dan interpersonal ibu remaja sangat terpengaruh (Baku et al. 2018). Melalui penelitian lain didapatkan hasil bahwa remaja yang telah memiliki anak tidak lagi terlibat dalam kegiatan sosial yang sama dengan teman-temannya dan remaja tersebut mengaku merasa iri pada teman-temannya karena memiliki kebebasan dan belum memiliki anak (Netmuy n.d.). Perubahan-perubahan tersebut juga dialami oleh ketiga informant dalam penelitian ini.

Seluruh informant mengungkapkan bahwa dirinya kehilangan waktu untuk bermain bersama teman-temannya yang seharusnya hal tersebut mampu informant rasakan saat berada dalam masa remaja. Kehamilan dan menjadi seorang ibu yang informant alami membuat informant memiliki tanggung jawab lebih untuk mengurus anak, seperti salah satu informant yang mengungkapkan bahwa dirinya hanya menjalani aktivitas yang sama setiap

harinya, yakni bekerja dan mengurus anak. Di sisi lain, salah seorang informant mengalami kesulitan dalam membagi waktu antara kuliah dengan mengurus anak (Muñiz-Rivas, Vera, and Povedano-Díaz 2019). Hal ini sejalan dengan penelitian lain bahwa 87 persen remaja melaporkan bahwa dirinya sulit menyeimbangkan pekerjaan menjadi ibu dan sekolah, terlebih tidak ada yang mendukung remaja tersebut.

Meskipun seluruh informant mengalami berbagai macam dampak negatif, kesulitan maupun perubahan dari adanya kehamilan tidak diinginkan akibat hubungan seksual pra nikah yang informant alami, seluruh informant mampu mengatasi ataupun mengurangi dampak-dampak tersebut. Selain itu, para informant juga mampu bangkit kembali dari kesulitan yang informant alami. Hal ini dikarenakan seluruh informant memiliki resiliensi yang ada di dalam diri informant sehingga ketiga informant mampu menjadi pribadi yang berproses menuju resilien. Resiliensi yang ada di dalam diri informant diperoleh melalui tiga sumber, yakni

sumber *I have*, *I am*, dan *I can*. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Grotberg bahwa resiliensi yang dimiliki individu terbentuk dari kombinasi tiga sumber, yaitu sumber *I have*, *I am*, dan *I can* (Prabasari and dan Konseling 2019).

Grotberg (2015) mengemukakan bahwa sumber resiliensi *I have* diperoleh seorang individu dari adanya hubungan saling percaya, struktur dan aturan, model peran, dorongan untuk mandiri, dan akses terhadap layanan masyarakat yang individu terima dari orang-orang maupun lingkungan di sekitar individu. Sesuai dengan hal yang diungkapkan oleh Grotberg (2015), dalam penelitian ini ketiga informant mendapatkan sumber resiliensi dari adanya hubungan saling percaya yang terlihat dari adanya penerimaan maupun dukungan, seperti dukungan emosional, instrumental, informasional, dan dukungan harga diri dari orang-orang di sekitar informant (Haddafi, Rosida, and Pd 2016).

Berdasarkan hasil penelitian ini, seluruh informant merasa bahwa

orangtua informant mampu menerima kehamilan pranikah yang informant alami meskipun di awal kehamilan seluruh informant mendapatkan reaksi negatif dari orangtuanya, seperti adanya kekerasan secara verbal dan fisik maupun terdapat ungkapan kekecewaan dan kemarahan. Penerimaan dari orangtua informant dirasakan oleh informant dari adanya perubahan perilaku orangtuanya yang memberikan dukungan dan perhatian pada informant. Hasil ini sama seperti yang Mashala dkk. (2014) ungkapkan dalam penelitiannya bahwa meskipun reaksi awal dari ibu remaja yang mengalami kehamilan adalah kemarahan dan kesedihan, setelah beberapa bulan ibu tersebut mampu menerima keadaan anaknya dan menerima anaknya kembali ke rumah yang sebelumnya remaja terpaksa melarikan diri karena takut pada reaksi ibunya. Penelitian lain juga mengungkapkan bahwa 60% remaja melaporkan bahwa ibu dari remaja lebih mendukung remaja meskipun ibu tidak senang atau merasa kecewa

dengan kehamilan yang remaja alami (Fajrina 2017).

Penerimaan yang informant rasakan terhadap kehamilan pranikah yang dialami tidak hanya berasal dari orangtua informant. Dua dari tiga informant merasakan bahwa dirinya diterima oleh teman-temannya meskipun mengalami kehamilan pranikah. Penerimaan tersebut dirasakan ketika teman-teman informant mau menerima dan memahami kondisi informant yang mengalami kehamilan pranikah maupun kondisi bahwa informant sudah menjadi seorang ibu. Selain itu, informant juga merasakan lebih sedikit penghakiman terhadap kehamilan pranikah yang informant alami. Akella dan Jordan (2015) juga mengatakan bahwa reaksi teman dari remaja yang mengalami kehamilan pranikah adalah sangat mendukung dan tidak ada yang mengutuk remaja atas tindakan remaja yang mengalami kehamilan. Penerimaan atas kehamilan yang informant alami juga dirasakan dari tetangga dan lingkungan sekitar informant.

Sumber resiliensi lain yang seluruh informant peroleh, yakni adanya dukungan dari orang-orang di sekitar informant, seperti orangtua, anggota keluarga, pasangan, teman, maupun tetangga informant. Dukungan-dukungan yang diberikan dapat berbentuk dukungan instrumental, emosional, maupun informasional. Hal yang didapatkan oleh ketiga informant tersebut juga diungkapkan dalam penelitian sebelumnya bahwa remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan mendapatkan dukungan dari orang-orang di sekeliling remaja, yaitu dari keluarga, pasangan, maupun keluarga pasangan. Dukungan yang diterima oleh remaja diberikan dengan cara yang berbeda-beda, seperti dukungan secara finansial, emosional, material, maupun membantu membawa remaja ke rumah sakit saat akan melahirkan atau saat anak remaja sakit (Matjene & Mokgatle, 2017). Hal tersebut juga sesuai dengan penelitian Mitchell dkk. (2014) bahwa remaja yang mengalami kehamilan mendapatkan dukungan dari keluarga, pasangan, dan teman dengan

cara yang beragam. Terkadang dukungan tersebut hadir secara tak terduga dan kuat.

Berdasarkan hasil penelitian, ketiga informant memperoleh dukungan instrumental, yakni berupa bantuan secara langsung dari orangtua ketika informant sedang mengalami kehamilan dan setelah informant melahirkan anak. Bantuan-bantuan tersebut, seperti membelikan dan memasak sayuran untuk informant serta membantu mengurus anak informant ketika informant sedang pergi kuliah atau bekerja. Selain orangtua, salah seorang informant mengungkapkan bahwa adik informant membantu informant menjaga anak informant ketika informant pergi kuliah atau menghadiri suatu acara. Hasil temuan ini didukung oleh temuan sebelumnya bahwa terdapat dukungan yang diberikan saat remaja tidak berada di rumah, terutama saat remaja harus pergi ke sekolah. Remaja dibantu oleh ibu, kakek, nenek, bibi, dan anggota dari pasangan remaja untuk merawat anaknya (Netmuy n.d.). Penemuan lainnya juga mengungkapkan bahwa

terdapat dukungan dari keluarga maupun anggota keluarga untuk merawat anak dari ibu remaja (Faridah Hanum 2016).

Dua informan mengungkapkan bahwa dirinya juga mendapatkan dukungan dari orangtua berupa bantuan untuk membiayai biaya kuliah ataupun biaya rumah sakit dan membantu memenuhi kebutuhan anak informant karena saat ini informant belum bekerja dan belum memiliki penghasilan sendiri. Selain itu, dua informant mengatakan bahwa dirinya mendapatkan dukungan secara emosional dari orangtuanya, seperti memberikan perhatian, menyemangati, maupun menemani informant saat sedang mengalami kehamilan. Penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa remaja yang mengalami kehamilan mendapatkan dukungan emosional dan material dari ibu. Selain itu, ibu dari remaja tersebut mendorong remaja untuk tidak menyerah pada pendidikannya (Netmuy n.d.)

Penemuan ini mampu mendukung hasil penelitian dimana

salah satu informant sempat mengalami putus kuliah tetapi saat ini dirinya mulai melanjutkan kuliah yang dibiayai oleh orangtuanya. Selain itu, salah satu informant lainnya mengatakan bahwa ibunya mendorong informant untuk tetap kuliah dengan memberikan bantuan pada informant berupa mengasuh anak informant yang pertama.

Dukungan-dukungan yang diberikan oleh orangtua untuk para informant tersebut dapat membantu informant mengurangi maupun mengatasi kesulitan yang dialami selama mengalami kehamilan dan saat menjalankan peran sebagai seorang ibu. Pendapat ini sejalan penelitian bahwa bantuan dari keluarga mampu meminimalkan gangguan dalam kehidupan yang ibu remaja alami. Terlebih lagi jumlah dukungan yang ibu berikan pada remaja, seperti bantuan material, penyedia saran, umpan balik yang positif, perawatan anak, dan bantuan rumah tangga terkait secara positif dengan perilaku remaja dalam mengasuh anak. Hal ini mampu menjadikan remaja memiliki pola asuh

yang lebih baik. Hal ini juga menjelaskan bahwa semakin ibu dari remaja memberikan banyak jenis dukungan yang optimal dan terlibat dalam kehidupan remaja maka remaja dapat menjadi orangtua yang lebih baik (Bhandari and Joshi 2017).

Hasil lainnya dari penelitian ini menunjukkan bahwa ketiga informan mendapatkan dukungan dari anggota keluarga lainnya selain orangtua, seperti kakak, adik, om, nenek, maupun keluarga pasangan informant. Dukungan yang diberikan berupa dukungan secara instrumental dan emosional. Seluruh informant mengungkapkan bahwa dukungan instrumental yang diberikan berupa pemberian uang dan kebutuhan informant. Kemudian, salah satu informant mengatakan bahwa adiknya membantu informant menjaga anak informant saat informant tidak berada di rumah. Sementara itu, dukungan emosional yang diberikan dapat berupa hiburan, menemani informant saat pergi ke dokter, dan memperhatikan keadaan informant. Hasil penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa

dukungan dari saudara untuk remaja yang mengalami kehamilan menempati urutan ketiga setelah dukungan dari ibu dan teman. Saudara kandung pada umumnya merupakan penyedia layanan penitipan anak dan rumah tangga umum. Penelitian lain dukungan serta cinta yang diberikan oleh keluarga merupakan salah satu kunci yang ibu remaja perlukan dan tak ternilai. Hal ini menunjukkan bahwa betapa pentingnya dukungan yang telah diberikan oleh keluarga bagi para informant dalam membantu informant menghadapi kesulitan yang informant hadapi (Bhandari and Joshi 2017).

Selanjutnya, dukungan bagi para informant juga diberikan oleh pasangan informant. Dua dari tiga informant mengatakan bahwa dirinya mendapatkan dukungan secara instrumental dari pasangannya selama mengalami kehamilan, seperti membelikan makanan untuk informant. Penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa pasangan dari ibu remaja sering menjadi sumber bantuan secara material dan partisipasi sosial (Sámano et al. 2017). Selain

keluarga, anggota keluarga, dan pasangan, seluruh informant mendapatkan dukungan dari teman-teman informant. Dukungan tersebut dapat berupa dukungan instrumental, seperti membawakan makanan bagi informant. Salah satu informant juga mengatakan bahwa temannya mau membantu dirinya menjaga anak informant ketika informant sedang bekerja. Kemudian, dua informant mendapatkan dukungan informasional dari temannya berupa saran maupun arahan. Tidak hanya dukungan instrumental dan informasional, seluruh informant mendapatkan dukungan secara emosional dari teman-temannya berupa perilaku yang menunjukkan kepedulian, perhatian, penghiburan, seperti menemani informant pergi ke dokter, menjenguk, menemani, menyemangati, serta mengingatkan informant untuk menjaga kehamilan informant. Temuan sebelumnya mengatakan bahwa teman merupakan tempat kedua setelah ibu yang menjadi sumber dukungan bagi remaja yang mengalami kehamilan. Teman menjadi tempat yang penting bagi remaja untuk

mencari dukungan sosial. Hal ini dikarenakan teman tidak menjadi sumber konflik (Gyan 2013). Hal serupa juga diungkapkan oleh penelitian lain bahwa seorang teman adalah penyedia interaksi intim dan partisipasi sosial yang sangat umum bagi ibu remaja. Adanya seorang teman sangat memungkinkan remaja untuk berbagi kegiatan sosial, memberikan umpan balik dan saran yang positif. Teman juga dapat memberikan dukungan yang biasanya tidak disertai dengan penetapan standar maupun pemberian kritik yang biasanya ditemui remaja saat berhubungan dengan orangtua, saudara, maupun pasangan. Penjelasan ini dapat menjelaskan penelitian sebelumnya mengapa teman tidak menjadi sumber konflik bagi remaja. Kemudian penelitian lain juga menemukan bahwa dukungan yang diberikan oleh teman pada remaja adalah dukungan emosional daripada pengasuhan atau dukungan material. Dukungan emosional tersebut berhubungan negatif dengan stress pengasuhan yang terkait dengan berkurangnya stres pengasuhan yang

dialami oleh ibu remaja (Maimunah 2019).

Selanjutnya, berdasarkan hasil penelitian, dua informant mengatakan bahwa dirinya memperoleh dukungan secara emosional dari tetangganya, seperti adanya perhatian terhadap diri informant dan anak informant. Perhatian yang ditunjukkan dapat berupa mengajak anak informant bermain, mengajak informant pergi ke posyandu maupun beribadah ke gereja. Sama halnya dengan penelitian sebelumnya bahwa anak laki-laki maupun perempuan yang resilien menemukan adanya dukungan emosional yang berasal dari luar rumah, seperti tetangga. Dukungan yang didapatkan berupa adanya nasihat dan dukungan pada masa-masa krisis (Álvaro et al. 2019).

Sumber resiliensi *I have* lain yang informant peroleh adalah adanya struktur dan aturan dari orangtua. Salah satu informant mengatakan bahwa orangtua memberikan sebuah peraturan yang jelas pada dirinya. Berbeda dengan dua informant lain yang merasa bahwa orangtuanya tidak memberikan

peraturan yang jelas. Peraturan yang dibuat oleh orangtua bertujuan untuk menunjukkan perilaku yang diharapkan maupun perilaku yang salah, benar, diterima, maupun tidak diterima oleh orangtua (Grotberg, 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Wener dan Emmy (2017) menemukan bahwa struktur dan aturan merupakan faktor protektif bagi remaja yang resilien. Struktur, aturan, dan tugas merupakan bagian dari rutinitas keseharian para remaja.

Berdasarkan hasil penelitian, seluruh informant memperoleh sumber resiliensi berupa model peran. Seluruh informant dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa dirinya memiliki seseorang yang menjadi acuan untuk meniru perilaku maupun tindakan yang dilakukan oleh orang tersebut. Penelitian sebelumnya mengatakan bahwa model peran merupakan faktor protektif bagi para remaja yang resilien, seperti orangtua yang memainkan peran penting sebagai model peran yang positif (Prabasari and dan Konseling 2019). Temuan tersebut sesuai dengan hasil penelitian ini dimana dua informant menjadikan

orangtuanya sebagai model peran atau panutan dalam informant bertindak. Adanya sumber resiliensi berupa model peran juga sesuai dengan pernyataan Grotberg (2015) bahwa lingkungan di sekitar individu menunjukkan perilaku yang mampu diterima oleh individu serta mendorong individu meniru perilaku tersebut.

Selanjutnya, seluruh informant mengatakan bahwa terdapat dorongan untuk mandiri yang diberikan oleh orangtua. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan Grotberg (2015) bahwa dorongan untuk mandiri juga merupakan salah satu sumber resiliensi I have dimana orangtua memberikan bantuan ketika individu sedang membutuhkan bantuan dan mendorong individu mengembangkan inisiatif ketika ingin melakukan sesuatu. Penelitian sebelumnya mendukung temuan ini bahwa terdapat hubungan yang positif antara resiliensi dengan dukungan otonomi dari orangtua pada mahasiswa tingkat pertama. Penelitian ini menjelaskan bahwa semakin tinggi dukungan otonomi yang diberikan oleh orangtua maka semakin tinggi

resiliensi (Prabasari and dan Konseling 2019). Penelitian lain juga menemukan bahwa keterlibatan orangtua secara positif berhubungan dengan dukungan otonomi (Hardy, Walker and Carlo, 2018). Hal ini menunjukkan bahwa pentingnya keterlibatan orangtua dalam mendorong informant untuk mandiri. Berdasarkan hasil penelitian, hal tersebut telah dilakukan oleh orangtua informant, seperti orangtua informant mengajarkan informant memasak dan memberikan bantuan pada informant.

Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa terdapat sumber resiliensi berupa akses terhadap layanan masyarakat yang didapatkan oleh ketiga informant. Layanan tersebut berupa layanan kesehatan saat para informant mengalami kehamilan maupun setelah melahirkan, seperti akses terhadap rumah sakit, puskesmas, dan posyandu. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Akella dan Jordan (2015) bahwa adanya layanan yang diberikan oleh masyarakat, seperti pemerintah memberikan bantuan keuangan kepada ibu remaja untuk meminimalkan semua

jenis masalah keuangan yang ibu remaja alami. Bantuan keuangan tersebut dapat berupa bantuan dalam hal medis, makanan, maupun penitipan anak. Sejalan dengan pernyataan Grotberg (2015) bahwa adanya akses terhadap layanan masyarakat yang diterima individu mampu memenuhi kebutuhan individu yang mungkin tidak bisa individu terima dari keluarga.

Selain sumber resiliensi *I have*, seluruh informant mendapatkan sumber resiliensi *I am* yang berasal dari dalam diri informant, yakni sumber resiliensi berupa karakteristik dan watak yang menarik, mencintai, berempati, dan kepedulian, bangga dengan diri sendiri, mandiri dan bertanggung jawab, serta penuh harapan, iman, dan kepercayaan. Sumber resiliensi karakteristik dan watak yang menarik ada di dalam diri seluruh informant ketika seluruh informant berusaha menjadi pribadi yang diharapkan oleh orang lain agar orang lain menyukai dirinya. Cara yang dilakukan ketiga informant adalah menyenangkan hati orang lain dan mendekati pada hal-hal yang orang lain sukai. Hal ini sesuai dengan

pernyataan Grotberg (2015) bahwa selain merasa dicintai oleh orang lain, individu mampu mengetahui harapan orang lain terhadap dirinya sehingga individu melakukan hal-hal yang menarik agar dirinya disukai.

Sumber resiliensi *I am* lain yang dimiliki oleh seluruh informant adalah mencintai, berempati, dan kepedulian. Sumber ini terlihat ketika seluruh informant memiliki rasa sayang dan cinta kepada anaknya meskipun pada awalnya ketiga informant tidak menginginkan kehamilan yang dialami. Rasa sayang yang dimiliki oleh ketiga informant ditunjukkan dalam berbagai macam tindakan, seperti para informant mengambil keputusan untuk tetap melanjutkan kehamilannya semenjak mendengar denyut jantung bayinya karena merasa tidak tega jika bayinya digugurkan, menjaga kehamilan yang dialami dengan baik, dan merasa bahwa anaknya merupakan orang yang penting sehingga informant tidak akan tinggal diam jika terjadi sesuatu yang buruk pada anaknya. Temuan ini didukung oleh temuan sebelumnya, yakni pengambilan keputusan untuk

melanjutkan kehamilan yang dialami oleh remaja dikarenakan adanya nilai tentang menjadi ibu yang baik, tanggung jawab, dan mencintai anaknya seperti pada ibu normal lainnya juga mengungkapkan bahwa sumber resiliensi ini terlihat ketika individu mampu mencintai orang lain serta mengungkapkan rasa cintanya dalam berbagai macam cara (Haddafi, Rosida, and Pd 2016).

Selanjutnya, berdasarkan hasil penelitian ini, diperoleh bahwa ketiga informant memiliki sumber resiliensi *I am* berupa bangga dengan diri sendiri. Perasaan bangga terhadap diri sendiri muncul karena seluruh informant mampu meraih pencapaian-pencapaian hidupnya. Pencapaian-pencapaian tersebut, seperti anak informant mampu memiliki perkembangan yang baik, mampu menjalankan tiga peran sebagai seorang ibu, bapak, maupun teman bagi anaknya, mampu membelikan kebutuhan rumah, serta kuliah dengan baik meskipun dengan kondisi telah memiliki seorang anak. Sejalan dengan pernyataan Grotberg (2015) bahwa individu mampu merasakan perasaan

bangga terhadap dirinya sendiri atas pencapaian hidup yang telah diraihinya. Penelitian lain mendukung temuan ini bahwa rasa bangga dan malu terkait erat dengan harga diri.

Sumber resiliensi *I am* lainnya yang ada di dalam diri seluruh informant adalah mandiri dan bertanggung jawab. Sumber ini tergambar saat ketiga informant mau menerima konsekuensi negatif serta melanjutkan kehamilan tidak diinginkan akibat hubungan seksual pra nikah yang dialami. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh Grotberg (2015) bahwa individu mampu menerima konsekuensi dari perbuatan yang telah dilakukan. Temuan lain mendukung hasil penelitian ini bahwa remaja yang mengalami kehamilan memikirkan risiko dan tanggung jawab dengan cara membenarkan keputusan untuk melanjutkan kehamilan tidak terduga yang dialami. Pemikiran ini secara eksplisit bersifat moralistik yang mengusulkan bahwa jika seseorang mengambil risiko, maka seseorang tersebut juga harus menerima konsekuensinya (Hoggart, 2012).

Selain itu, berdasarkan hasil penelitian ini, seluruh informant juga mengatakan bahwa dirinya mau menerima konsekuensi maupun perubahan dari peran baru yang dirinya miliki sebagai seorang ibu. Hal tersebut sama halnya dengan hasil penelitian Sodi dan Sodi (2012) bahwa pada awalnya remaja yang mengalami kehamilan, tidak siap mengalami pengalaman menjadi ibu (Prabasari and dan Konseling 2019).

Informant mampu menjadi individu yang lebih kuat dari sebelumnya dan bangkit dari keterpurukan yang dialami. Selain itu, ketiga informant mampu memandang kehidupannya secara lebih positif. Hal ini menunjukkan bahwa pentingnya remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan akibat hubungan seksual pra nikah untuk menjadi seorang pribadi yang resilien agar dirinya tidak terlarut dalam keterpurukan dan mampu mengatasi dampak-dampak negatif maupun kesulitan yang dialami.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh informant mengalami dampak-dampak negatif dari adanya kehamilan tidak diinginkan akibat hubungan seksual pranikah yang informant alami. Dampak negatif tersebut berasal dari luar diri informant dan dalam diri informant. Informant juga merasakan ketidaksiapan untuk menjalankan peran sebagai seorang ibu namun ketiga informant tetap melanjutkan kehamilan yang dialami.

Seluruh informant dalam penelitian ini merupakan seorang pribadi yang berproses menuju resilien. Hal ini dikarenakan seluruh informant menghadapi dampak-dampak negatif serta kesulitan yang dialami dengan resiliensi. Resiliensi yang ada di dalam diri ketiga informant berasal dari tiga sumber, yakni sumber resiliensi *I have*, *I am*, dan *I can*. Sumber resiliensi *I have* yang didapatkan ketiga informant berasal dari orangtua, saudara kandung, seperti kakak dan adik, pasangan, teman, tetangga, maupun lingkungan sosial.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam penelitian ini sehingga dapat terselesaikan tanpa kendala yang berarti.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdallah, A. Kamangu, R. John Magata, And J. Nyakoki Sylvester. 2017. "Barriers To Parent-Child Communication On Sexual And Reproductive Health Issues In East Africa: A Review Of Qualitative Research In Four Countries." *Journal Of African Studies And Development* 9(4): 45–50.
- Ahmad, Sabarudin. 2019. "Hukum Aborsi Akibat Perkosaan (Analisis Hukum Islam Terhadap Peraturan Pemerintah Nomor 61 Tahun 2014 Tentang Kesehatan Reproduksi)." *El-Mashlahah* 8(1): 162–83.
- Álvaro, Monterrosa-Castro, Ulloque-Caamaño Liezel, Mercado-Lara María Fernanda, And Beltrán-Barrios Teresa. 2019. "Adolescent Pregnancy: Assessing Familism With Bardis Scale." *International Journal Of Contemporary Medical Research [IJCMR]* 6(3): 7–15.
- Angley, Meghan, New Haven, And Trace Kershaw. 2016. "Pregnancy In Adolescent Parents." *Acog*

- 19(1): 67–73.
- Baku, Elizabeth Aku, Isaac Agbemafle, Agnes Millicent Kotoh, And Richard M. K. Adanu. 2018. “Parents’ Experiences And Sexual Topics Discussed With Adolescents In The Accra Metropolis, Ghana: A Qualitative Study.” *Advances In Public Health* 2018: 1–12.
- Belen Provenzano Castro. 2016. “Future Healthcare Professionals’ Knowledge About The Argentinean Abortion Law.” *National Library Of Medicine*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27018552/>.
- Bessa, Maria Misrelma Moura Et Al. 2019. “Characterization Of Adolescent Pregnancy And Legal Abortion In Situations Involving Incest Or Sexual Violence By An Unknown Aggressor.” *Medicina (Lithuania)* 55(8): 1–11.
- Bhandari, Sushila Devi, And Sarala Joshi. 2017. “Perception And Perceived Experiences About Prevention And Consequences Of Teenage Pregnancy And Childbirth Among Teenage Mothers: A Qualitative Study.” *Journal Of Advanced Academic Research* 3(1): 164–72.
- Buaton, Andriani, Ahmad Syukroni Sinaga, And M Ancha Sitorus. 2019. “Pengetahuan Remaja Dan Keterpaparan Informasi Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi.” *Scientific Periodical Journal Of Public Health And Coastal Health* 2(2): 97–107. <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/Contagion>.
- Chavez Villegas, Cirenia Et Al. 2021. “Impacts Of Health-Related School Closures On Child Protection Outcomes: A Review Of Evidence From Past Pandemics And Epidemics And Lessons Learned For COVID-19.” *International Journal Of Educational Development* 84: 102431. <https://doi.org/10.1016/j.ijedudev.2021.102431>.
- Damayanti, Andini Et Al. 2022. “Gambaran Determinan Resiliensi Pada Remaja Yang Mengalami Kehamilan Di Luar Nikah: Studi Kasus.” *Humanitas (Jurnal Psikologi)* 6(1): 81–96.
- Fajrina, Disa Dwi. 2017. “Resiliensi Pada Remaja Putri Yang Mengalami Kehamilan Tidak Diinginkan Akibat Kekerasan Seksual.” *JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi* 1(1): 55–62.
- Faridah Hanum, Sri Mukhodim. 2016. “Dampak Psikologis Pada Kehamilan Remaja (Studi

- Ekplorasi Di Desa Watutulis Prambon Sidoarjo.” *Midwiferia* 1(2): 93.
- Fatimah, Siti Et Al. 2019. “Pengaruh Pembentukan Peer Educator.” 1: 146–61.
- Gyan, Charles. 2013. “The Effects Of Teenage Pregnancy On The Educational Attainment Of Girls At Chorkor, A Suburb Of Accra.” *Journal Of Educational And Social Research* 3(3): 53–60.
- Haddafi, Yasier, S H I Hilda Rosida, And M Pd. 2016. “Resiliensi Remaja Yang Hamil Di Luar Nikah.” *Jurnal Al-Shifa (Bimbingan Dan Konseling Islam)* 07(02): 115–38.
- Hashmil, Mahmood², Dr Syed Taimoor, And Dr Sanam. 2020. “THE IMPACT OF TEENAGE Pregnancy On Maternal And Perinatal Outcome.” *Iajps* 07(07): 26,30.
- Hidayangsih, Puti Sari Et Al. 2014. “Perilaku Berisiko Dan Permasalahan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja.”
- Juremi Lima, Nathalia Ramalho, Candice Santos, Carla Azevedo, Leticia Sales, Paula Marina Santos. 2022. “Teenage Pregnancy As A Risk Factor For Not Performing Primary And Secondary Prevention Actions Against Cancer In Women With Cervical Cancer.” 32(Suppl 3): 2022.
- Konduru, Anuradha, Anil Kumar Bathula, R. Nageswara Rao, And N. Prabhavathi. 2019. “A Study On Clinico Social Impact Of Teenage Pregnancy In A Tertiary Care Hospital.” *International Journal Of Reproduction, Contraception, Obstetrics And Gynecology* 8(9): 3694.
- LP, Wong. 2012. “Qualitative Inquiry Into Premarital Sexual Behaviours And Contraceptive Use Among Multiethnic Young Women: Implications For Education And Future Research.” *Plos One* 7(12). <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23272156/> (July 12, 2021).
- Maemeko, Eugene L., David Nkengbeza, And Traphinah M. Chokomosi. 2018. “The Impact Of Teenage Pregnancy On Academic Performance Of Grade 7 Learners At A School In The Zambezi Region.” *Open Journal Of Social Sciences* 06(09): 88–100.
- Maimunah, Siti. 2019. “Importance Of Sex Education From The Adolescents’ Perspective: A Study In Indonesia.” *Open Journal For Psychological Research* 3(1): 23–30.
- Maira, Gloria. 2017. “Abortion In Chile.” *Health And Human Right*

- Journal*.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6927390/>.
- Mann, Linda, Deborah Bateson, And Kirsten I. Black. 2020. "Teenage Pregnancy." *Australian Journal Of General Practice* 49(6): 310–16.
- Mayun, Kadek Anggie Wisandewi, Luh Seri Ani, And Ni Luh Putu Suariyani. 2017. "Causes Of Unwanted Pregnancy Among Adolescents In Bali Province: A Qualitative Study." *Public Health And Preventive Medicine Archive* 5(2): 90.
- Monteiro, Denise Leite Maia Et Al. 2019. "Adolescent Pregnancy Trends In The Last Decade." *Revista Da Associacao Medica Brasileira* 65(9): 1209–15.
- Muñiz-Rivas, María, María Vera, And Amapola Povedano-Díaz. 2019. "Parental Style, Dating Violence And Gender." *International Journal Of Environmental Research And Public Health* 16(15).
- Netmuy, P. "The Women's Voice Of Unwanted Pregnancy Among Thai Teen Mom: A Feminist Perspective." 5.6.2014: 56–61. <http://www.globaleducationmagazine.com/womens-voice-unwanted-pregnancy-thai-teen-mom-feminist-perspective/>.
- Olson, David H., Laura Waldvogel, And Molly Schlieff. 2019. "Circumplex Model Of Marital And Family Systems: An Update." *Journal Of Family Theory And Review* 11(2): 199–211.
- Prabasari, Pramita, And Bimbingan Dan Konseling. 2019. "Resiliensi Remaja Hamil Akibat Hubungan Seksual Pranikah Resilience Of Pregnant Adolescent Due To Premarital Sexual Relations." *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling* 5(2): 129–41.
- Van Reeuwijk, Miranda, Amala Rahmah, And Kristin Mmari. 2023. "Creating An Enabling Environment For A Comprehensive Sexuality Education Intervention In Indonesia: Findings From An Implementation Research Study." *Journal Of Adolescent Health* 73(1): S15–20.
- Reynolds, Christopher, Melissa A. Sutherland, And Iván Palacios. 2019. "Exploring The Use Of Technology For Sexual Health Risk-Reduction Among Ecuadorean Adolescents." *Annals Of Global Health* 85(1): 1–10.
- Sadeqi, Mansooreh Sadat. 2013. "The Effect Of 'Self Recognition' And 'Relationship With Family' On The Development Of Students'

- View Concerning The Kind Of Opposite Sex Relations Before Marriage.” *Gender And Family Studies* 1(1): 71–93. [Http://Www.Jgfs.Ir/Article_14956.Html](http://www.jgfs.ir/article_14956.html) (July 12, 2021).
- Sámamo, Reyna Et Al. 2017. “Family Context And Individual Situation Of Teens Before, During And After Pregnancy In Mexico City.” *BMC Pregnancy And Childbirth* 17(1): 1–16.
- Sanjiwani, Ida Arimurti, And I Gusti Ayu Pramitaresthi. 2021. “Parents Experience In Giving Sex Education To Adolescents In North Kuta.” *Journal Of A Sustainable Global South* 5(2): 25.
- Shannon, Megan M. Et Al. 2020. “Neighborhood Violent Crime And Perceived Stress In Pregnancy.” *International Journal Of Environmental Research And Public Health* 17(15): 1–11.
- Tetteh, John Et Al. 2020. “Teenage Pregnancy And Experience Of Physical Violence Among Women Aged 15-19 Years In Five African Countries: Analysis Of Complex Survey Data.” *Plos ONE* 15(10 October).
- Tryphina Skosana, Malebo, Mmapheko Doricah Peu, And Ramadimetja Shirley Mogale. 2020. “Disconnections And Exclusions Of Parents In The Prevention Of Teenage Pregnancy: A Phenomenological Approach.” *International Journal Of Africa Nursing Sciences* 13: 100251.
- Vagi, Kevin J., Emily O. Malley Olsen, Kathleen C. Basile, And Alana M. Vivolo-Kantor. 2015. “Teen Dating Violence (Physical And Sexual) Among US High School Students: Findings From The 2013 National Youth Risk Behavior Survey.” *JAMA Pediatrics* 169(5): 474–82.
- Wall-Wieler, Elizabeth, Leslie L. Roos, And Nathan C. Nickel. 2016. “Teenage Pregnancy: The Impact Of Maternal Adolescent Childbearing And Older Sister’s Teenage Pregnancy On A Younger Sister.” *BMC Pregnancy And Childbirth* 16(1): 1–12. [Http://Dx.Doi.Org/10.1186/S12884-016-0911-2](http://dx.doi.org/10.1186/s12884-016-0911-2).
- Wong, Li Ping. 2012. “Qualitative Inquiry Into Premarital Sexual Behaviours And Contraceptive Use Among Multiethnic Young Women: Implications For Education And Future Research.” *Plos ONE* 7(12).
- Worku, Misganaw Gebrie, Getayeneh Antehunegn Tesema, And Achamyelch Birhanu Teshale. 2021. “Prevalence And Associated Factors Of Adolescent Fatherhood

In Ethiopia: A Multilevel Analysis
Using The 2016 Ethiopian
Demographic Health Survey
Data.” *Plos ONE* 16(3 March).

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI DAN KEPATUHAN DIET TERHADAP KADAR KOLESTEROL DARAH PENDERITA PENYAKIT JANTUNG KORONER

THE RELATIONSHIP LEVEL OF NUTRITION KNOWLEDGE AND DIET COMPLIANCE TO BLOOD CHOLESTEROL LEVELS IN CORONARY HEART DISEASE PATIENTS

Mumpuni, Indah Kusumastuti, Suryani Manurung
Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Jakarta 1
Korespondensi : suryanimanurung19@gmail.com

ABSTRACT

The incidence of coronary heart disease due to high cholesterol levels is 56%. The aim of this study was to analyze the relationship between the level of nutritional knowledge and dietary adherence to cholesterol levels in coronary heart disease patients. Research method with cross sectional design. The population is outpatient coronary heart disease. The research sample is 72 respondents. Inclusion criteria: CHD patients in the cardiac polyclinic at the RSUD, patients of reproductive age (17-65 years), patients who can communicate well, are willing to be research samples, have no other complications. The sampling technique used purposive sampling. There are two research instruments, namely the nutritional knowledge questionnaire and dietary adherence, which have been tested for validity and reliability. The statistical tests used are frequency and correlation. Statistical analysis used Kruskal Wallis, namely to find out the relationship or correlation of more than two unpaired groups (three categories). %. The sexes are mostly male (55.6%) with high school education (73.6%) and unemployed jobs (73.6%). The average cholesterol level is 193 with a minimum value of 116. There is a significant relationship between nutritional knowledge and cholesterol levels ($p < 0.05$). There is a relationship between dietary adherence and cholesterol levels ($p < 0.05$). Conclusion: the results of this study indicate that knowledge and adherence to nutrition and diet are associated with the incidence of coronary heart disease. There is a relationship between the age of pre-elderly and elderly with nutritional knowledge and dietary adherence to cholesterol levels for coronary heart disease. So that research can provide information to the public who need knowledge and attitudes in overcoming coronary heart disease due to cholesterol.

Keywords: *Coronary Heart Disease, Cholesterol, Nutrition Knowledge, Diet Compliance.*

ABSTRAK

Kejadian penyakit jantung koroner akibat kadar kolesterol yang tinggi 56%. Tujuan penelitian adalah untuk menganalisis hubungan tingkat pengetahuan gizi dan kepatuhan diet terhadap kadar kolesterol darah penderita penyakit jantung koroner. Metoda penelitian dengan desain cross sectional. Populasi adalah penderita penyakit jantung koroner yang rawat jalan. Sampel penelitian sebanyak 72 responden. Kriteria inklusi : pasien PJK pada poli jantung di RSUD, pasien usia produktif (17 – 65 tahun), pasien dapat berkomunikasi dengan baik, bersedia menjadi sampel penelitian, tidak ada komplikasi penyakit lain. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Instrumen penelitian ada dua yaitu kuesioner pengetahuan gizi dan kepatuhan diet, telah uji validitas dan reliabilitas. Uji statistik yang digunakan adalah frekuensi dan korelasi. Analisis statistik menggunakan kruskal wallis yaitu untuk mengetahui hubungan atau korelasi lebih dari dua kelompok (tiga katagori) yang tidak berpasangan. Hasil penelitian di dapat karakteristik berusia dewasa (9,7%), pralansia (44,4%), lansia (45,8%). Jenis kelamin terbanyak laki – laki (55,6%) dengan pendidikan SLTA (73,6%) dan pekerjaan yang tidak bekerja (73,6%). Nilai kadar kolesterol rata – rata 193 dengan nilai minimum 116. Ada hubungan yang bermakna pengetahuan gizi dengan kadar kolesterol ($p < 0,05$). Ada hubungan kepatuhan diet dengan kadar kolesterol ($p < 0,05$). Kesimpulan : hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan dan kepatuhan terhadap gizi dan diet berhubungan dengan kejadian penyakit penyakit jantung koroner. Hubungan usia pralansia dan lansia dengan pengetahuan gizi dan kepatuhan diet terhadap kadar kolesterol darah penyakit jantung koroner ada hubungan. Sehingga penelitian dapat memberikan informasi kepada masyarakat perlu pengetahuan dan sikap dalam mengatasi gangguan penyakit jantung koroner karena kolesterol.

Kata kunci : Penyakit Jantung Koroner, Kolesterol, Pengetahuan Gizi, Kepatuhan Diet

PENDAHULUAN

Penyakit jantung biasanya disebabkan oleh disfungsi dalam sistem arteri yang tersumbat. Arteri yang tersumbat menghalangi aliran oksigen dan nutrisi ke jantung. Makanan dengan kadar kolesterol tinggi dapat meningkatkan pembuluh darah mengalami penyumbatan serangan jantung (Ridwan, 2017). Penyakit kardiovaskular seperti penyakit jantung

koroner, serebrovaskular, pembuluh darah perifer, jantung kongenital, jantung reumatik serta trombosis vena dalam dan emboli paru-paru telah menjadi penyebab kematian utama di dunia, yakni mencapai 32%. Penyebab kematian di dunia akibat penyakit kardiovaskular usia 30 - 69 tahun yaitu 17,9 juta, diurutkan selanjutnya terdapat kanker 9,3 juta, penyakit saluran pernapasan 4,1 juta, dan diabetes 1,5 juta (WHO, 2021).

Data riskeddas menunjukkan prevalensi penyakit Kardiovaskular seperti hipertensi meningkat dari 25,8% (2013) menjadi 34,1% (2018), stroke 12,1 per mil (2013) menjadi 10,9 per mil (2018), penyakit jantung koroner 1,5% (2013-2018) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018), penyakit gagal ginjal kronis, dari 0,2% (2013) menjadi 0,38% (2018). Penelitian yang dilakukan oleh (Nugroho, Astutik and Tama, 2022) IFLS kelompok usia produktif Indonesia yaitu 15-59 tahun menderita penyakit jantung koroner sebesar 1,30%, 40,75% penduduk memiliki indeks massa tubuh normal, 39,33%

penduduk memiliki aktivitas fisik sedang, 35,41% penduduk memiliki kebiasaan merokok, dan 11,66% penduduk memiliki kebiasaan konsumsi makanan cepat saji. Perubahan gaya hidup sehat pada pasien dengan yang berisiko atau yang telah terkena PJK merupakan kunci utama untuk menghambat atau mencegah terjadinya komplikasi. Pada saat menjalankan pola hidup sehat, pasien PJK dianjurkan untuk menghindari bahan makanan seperti daging merah, minyak kelapa, dan makanan/ minuman manis karena kandungan lemak jenuh dan gulanya tinggi (Susetyowati *et al.*, 2019).

Penyakit jantung koroner mencakup berbagai keadaan yang mengganggu aliran darah melalui arteri yang memasok darah ke jantung yaitu adanya sumbatan pada dinding arteri. *Aterosklerosis* adalah proses pengerasan dan penebalan timbunan lemak pada arteri besar dan sedang, seperti arteri koroner, basilar, aorta, dan iliaka. Penumpukan plak pada dinding arteri koroner sehingga menyebabkan sumbatan aliran darah (atherosclerosis).

Sumbatan aliran darah ke jaringan dan organ utama yang disebabkan oleh kerusakan pada arteri bermanifestasi sebagai penyakit jantung koroner, *infark miokard*, penyakit pembuluh darah *perifer*, *aneurisma*, dan *stroke* (Majid, 2018). Sumbatan paling sering terjadi diakibatkan karena adanya penumpukan kolesterol di dinding pembuluh darah koroner. Penyakit ini dapat berakibat fatal jika tidak segera diatasi. Adapun salah satu cara untuk mengatasinya adalah dengan segera memberi obat-obatan untuk memperlebar pembuluh darah. Selain itu, sumbatan pada pembuluh darah juga dapat diatasi dengan pemasangan cincin logam (*stent*) (Kurniadi, 2018). Penyakit jantung koroner disebabkan oleh berbagai faktor. Salah satu faktor risiko utama adalah peningkatan kadar kolesterol darah (*hiperkolesterolemia*). Diet yang mengandung kolesterol, lemak jenuh tinggi, lemak trans, kadar gula yang tinggi, kurang asupan sayur dan buah, gaya hidup (*sedentary lifestyle*), obesitas, serta faktor genetik berperan untuk menyebabkan

hiperkolesterolemia (Meier *et al.*, 2019).

Kolesterol yang tinggi akan menumpuk dan menyumbat pembuluh darah sehingga kerja otot jantung meningkat. Kolesterol berasal dari makanan yang dikonsumsi, banyaknya konsumsi makanan berlemak, semakin besar peluang meningkatnya kadar kolesterol. Peningkatan trigliserida akan menambah risiko terjadinya penyakit jantung dan *stroke*. Seseorang dengan trigliserida tinggi juga cenderung mengalami gangguan dalam tekanan darah dan risiko diabetes. Trigliserida merupakan lemak darah yang cenderung naik seiring dengan konsumsi alkohol, peningkatan berat badan, diet tinggi gula atau lemak serta gaya hidup. Sedangkan seseorang dengan kadar HDL yang tinggi akan terlindung dari penyakit jantung, namun orang dengan kadar HDL dalam kategori yang sangat baik masih berisiko untuk terkena penyakit jantung. Peran kolesterol HDL adalah membawa kembali kolesterol buruk ke organ hati untuk pemrosesan lebih lanjut. Penyebab terjadi tingginya kadar

olesterol dalam darah antara lain adalah obesitas, alkoholisme, gangguan ginjal, gangguan hati, diabetes, pil anti hamil, diuretik, kortikosteroid, dan penyakit tiroid. Penderita hiperkolesterolemia sebaiknya menghindari faktor risiko (seperti merokok, obesitas, dan hipertensi), berat badan harus ideal dengan cara mengatur jumlah asupan kalori dan olahraga, serta mengurangi konsumsi lemak jenuh (Maulana, 2017).

Perubahan pola hidup pada pasien dengan risiko atau yang telah terkena PJK merupakan kunci utama untuk menghambat atau mencegah terjadinya komplikasi (Susetyowati *et al.*, 2019). Pola hidup penderita PJK dapat diidentifikasi dari pola makan, aktivitas fisik, istirahat, pola merokok, minuman keras, serta konsumsi obat – obatan. Pola konsumsi pangan atau kebiasaan makan adalah tingkah laku manusia dalam memenuhi kebutuhan akan makan yang dikonsumsi meliputi, sikap, kepercayaan dan memilih makanan, pola konsumsi pangan atau kebiasaan makan adalah berbagai informasi yang dapat memberikan

gambaran mengenai jumlah, jenis dan frekuensi makanan yang dikonsumsi setiap hari (Marniati *et al.*, 2021).

Usia produktif menjadi keterbaruan dibandingkan dengan penelitian sebelumnya. Usia produktif dianggap penting untuk dibahas karena pada usia ini seseorang cenderung memiliki kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, konsumsi garam, gaya hidup tidak sehat, serta aktivitas fisik seperti olahraga pada usia produktif akan berkurang karena sibuk bekerja dan tidak punya waktu, yang akan berdampak pada tingginya kejadian *hipertensi*, sehingga dapat menyebabkan masalah pada kesehatan otot jantung (Halim and Sutriyawan, 2022). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan gizi dan kepatuhan diet terhadap kadar kolesterol darah pada penderita penyakit jantung koroner di RSUD. Tujuan ini dikemas dalam hipotesis sebagai jawaban sementara yaitu tidak ada hubungan tingkat pengetahuan gizi dan kepatuhan diet terhadap kadar kolesterol darah pada penderita penyakit jantung koroner.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada satu waktu (*point time approach*) (Notoatmodjo, 2018). Populasi penelitian ini pasien dengan diagnosis penyakit jantung koroner. Sampel yang dibutuhkan sebanyak 72 responden, berdasarkan perhitungan besar sampel menggunakan rumus *Slovin*. Sampel kasus pasien penderita penyakit jantung koroner yang memenuhi kriteria inklusi. Kriteria inklusi : pasien PJK pada poli jantung, usia produktif (17 – 65 tahun), dapat berkomunikasi dengan baik, bersedia menjadi responden, tidak ada komplikasi penyakit lain. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*.

Tempat penelitian di rumah sakit, waktu penelitian ini dilakukan selama satu bulan pada bulan maret 2023. Pengambilan data melalui pengisian kuesioner kepada responden serta pengecekan kadar kolesterol darah. Kuesioner yang digunakan telah

dilakukan uji validitas dan reliabilitas terhadap 30 responden. Hasil uji validitas dan reliabilitas kuesioner pengetahuan gizi. Nilai uji validitas dengan *r table* (0,424 – 0,924), nilai uji reliabilitas dengan *Cronbach's Alpha* 0,963. Hasil uji validitas dan reliabilitas kuesioner kepatuhan diet. Nilai uji validitas dengan *r table* (0,438 – 0,807), nilai uji reliabilitas dengan *Cronbach's Alpha* 0,892. Analisis data pada penelitian ini menggunakan *SPSS Statistics 22*. Uji frekuensi dan uji korelasi pada penelitian ini dilakukan dengan uji *statistics Kruskal Wallis*, yaitu untuk mengetahui hubungan atau korelasi lebih dari dua kelompok (tiga katagori) yang tidak berpasangan. Penelitian ini telah lulus uji etik melalui komisi etik penelitian RSUD dengan nomor 72/KEPK/O1/2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian berdasarkan distribusi karakteristik responden penderita penyakit jantung koroner, berikut hasil paparah hasil tersebut :

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Responden Yang Menderita Penyakit Jantung Koroner Di RSUD Kota Depok, Maret Tahun 2023 (n = 72)

Karakteristik Responden		
Variabel	Frekuensi	Presentase (%)
Usia		
Dewasa (19 – 44 tahun)	7	9,7
Pra Lansia (45–59 tahun)	32	44,4
Lansia (> 59 tahun)	33	45,8
Total	72	100,0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	40	55,6
Perempuan	32	44,4
Total	72	100,0
Pendidikan		
SLTA	53	73,6
Perguruan Tinggi	19	26,4
Total	72	100,0
Pekerjaan		
Bekerja	19	26,4
Tidak Bekerja	53	73,6
Total	72	100,0

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan usia responden terbanyak penderita penyakit jantung koroner terdapat pada usia lansia sebanyak 32 responden (44,4%). Responden berdasarkan jenis kelamin terbanyak adalah laki-laki sebanyak 40 responden (55,6%). Responden berdasarkan pendidikan terbanyak adalah pendidikan terakhir SMA sebanyak 53 responden (73,6%). Responden berdasarkan terbanyak berdasarkan

status pekerjaan sebanyak 53 responden (73,6%). berdasarkan kepatuhan diet pada penderita penyakit jantung koroner di RSUD Kota Depok terbilang patuh dengan 34 responden (47.2%).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Gizi Dan Kepatuhan Diet Yang Menderita Penyakit Jantung Koroner (n = 72)

	Frekuensi	Presentase (%)
Pengetahuan Gizi		
Kurang	0	00,0
Sedang	4	5,6
Baik	68	94,4
Total	72	100,0
Kepatuhan Diet		
Kurang/Tidak Patuh	7	9,7
Patuh	34	47,2
Patuh Sekali	31	43,1
Total	72	100,0

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan tingkat pengetahuan gizi pada penderita penyakit jantung koroner di RSUD Kota Depok terbilang baik dengan 68 responden (94.4%). Menunjukkan bahwa responden berdasarkan kepatuhan diet pada penderita penyakit jantung koroner di RSUD Kota Depok terbilang patuh dengan 34 responden (47.2%).

Tabel 3. Kadar Kolesterol Darah Pada Penderita Penyakit Jantung Koroner (n = 72)

Kadar Kolesterol Darah	n	Mean	Median	Minimum	Maximum
Kolesterol darah total	72	193	195	116	293

Tabel 4. Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Terhadap Kadar Kolesterol Darah (n = 72)

Pengetahuan Gizi	N	Kadar Kolesterol Total Mean	P Value
Sedang	4	256,25	0.003
Baik	68	189,66	
Total	72		

Tabel 5. Hubungan Tingkat Kepatuhan Diet Terhadap Kadar Kolesterol Darah (N = 72)

Kepatuhan Diet	N	Kadar Kolesterol Total Mean	P Value
Kurang/Tidak Patuh	7	250,43	0.000
Patuh	34	208,50	
Patuh Sekali	31	163,87	
Total	72		

Tabel 3. kadar kolesterol darah total pada penderita penyakit jantung koroner di RSUD Kota Depok dengan nilai rata-rata kadar kolesterol darah yaitu 193, nilai terendah yaitu 116 dan nilai tertinggi yaitu 293.

Tabel 4. Berdasarkan tabel diperoleh rata - rata kolesterol 189,66 - 256,25, hasil uji statistik menjelaskan

ada hubungan berarti pengetahuan gizi terhadap kadar kolesterol darah (p value < 0,05).

Tabel 5. Berdasarkan tabel diperoleh mean kolesterol 163,87 – 250,43 , hasil uji statistik menjelaskan ada hubungan kepatuhan diet terhadap kadar kolesterol darah (p value < 0,05).

Tabel 6. Hubungan Pengetahuan Gizi Terhadap Kadar Kolesterol Darah Penderita Penyakit Jantung Koroner Berdasarkan Usia (n = 72)

<i>faktor confounding</i>	Variabel Pengetahuan		Variabel Kadar Kolesterol Darah	P Value
	Sedang	Baik	Mean Minimum – Maximum	
Usia Dewasa	1	6	205,71 141 – 260	0,134
Usia Pra-lansia	0	32	188,75 124 – 204	-
Usia Lansia	3	30	195,21 116 – 293	0,017

Tabel 7. Hubungan Kepatuhan Diet Terhadap Kadar Kolesterol Darah Penderita Penyakit Jantung Koroner Berdasarkan Usia (n = 72)

<i>faktor confounding</i>	Variabel Kepatuhan Diet			Variabel Kadar Kolesterol Darah	P Value
	Kurang/Tidak Patuh	Patuh	Patuh Sekali	Mean Minimum – Maximum	
Usia Dewasa	2	3	2	205,71 141 – 260	0,140
Usia Pra-lansia	1	17	14	188,75 124 – 204	0,001
Usia Lansia	4	14	15	195,21 116 – 293	0,002

Tabel 6. Berdasarkan tabel diperoleh ada hubungan pengetahuan gizi dengan kadar kolesterol darah berdasarkan lansia ($p < 0,05$). Informasi lainnya diperoleh tidak ada hubungan kepatuhan diet dengan kadar

kolesterol darah berdasarkan usia dewasa ($p < 0,05$).

Tabel 7. Berdasarkan tabel diperoleh ada hubungan kepatuhan diet dengan kadar kolesterol darah berdasarkan usia pralansia dan lansia (

$p < 0,05$). Informasi lainnya diperoleh tidak ada hubungan kepatuhan diet dengan kadar kolesterol darah berdasarkan usia dewasa ($p < 0,05$).

Hasil penelitian ditemukan responden terbanyak adalah lansia. Menurut Nurrahmani (2021) Penyakit jantung koroner berkembang seiring bertambahnya usia seseorang, semakin bertambahnya usia semakin besar kemungkinan menderita penyakit jantung koroner dan terkena serangan jantung serta kolestrol tinggi juga akan meningkat. Puncak insiden penyakit jantung koroner pada laki-laki, sedangkan pada perempuan puncak insiden penyakit jantung pada usia 60 – 70 tahun. Orang – orang yang meninggal akibat penyakit jantung koroner sebanyak 81% atau lebih dari 4/5 pada umur ≥ 65 tahun.

Semakin bertambahnya usia seseorang maka semakin berkurang pula daya ingat, daya tangkap dan pola pikirnya (Notoatmodjo, 2018), hal ini menjadi faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Pengetahuan yang dimiliki manusia merupakan hasil usaha manusia untuk

menemukan suatu kebenaran atau suatu masalah yang sedang dihadapinya. Kegiatan atau usaha manusia untuk mencari suatu kebenaran atau suatu masalah yang dihadapi pada hakekatnya adalah sifat manusia alias keinginan (Sopiah and Sangadji, 2018). Sama halnya dengan pengetahuan gizi pada penderita jantung yang mencari tau suatu kebenaran di dalam memilih dan konsumsi makanan diet yang benar, bervariasi, seimbang dan tidak berefek negatif terhadap tubuh (Lestari, Tambunan and Lestari, 2022). Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan gizi dapat mendefinisikan hal yang baik dan tidak baik untuk dikonsumsi dan dihindari. Seseorang yang memiliki pengetahuan gizi yang kurang atau cukup akan memilih makanan yang menarik dan sesuai dengan yang diinginkannya dari pada dengan makanan yang memiliki nilai gizi baik dan sesuai dengan diet. Sebaliknya seseorang dengan pengetahuan gizi yang baik akan menggunakan pertimbangan rasional dan pengetahuan tentang gizi nya untuk memilih

makanan yang baik untuk kesehatannya (Paat, A and A, 2021).

Secara teoritis pendidikan yang rendah memiliki kemampuan yang rendah dalam menyerap informasi, karena pengetahuan sebelumnya (*prior knowledge*) yang relatif rendah (Suryati *et al.*, 2022). Pendidikan merupakan pembelajaran pengetahuan yang mempengaruhi perilaku dan sikap seseorang. Orang yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi, makan semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Terjadinya peningkatan pengetahuan dapat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Akan tetapi, bukan berarti seseorang dengan pendidikan yang rendah mutlak berpengetahuan rendah pula.

Demikian halnya dalam penelitian saat ini pengetahuan gizi terhadap kadar kolesterol darah mempunyai hubungan yang signifikan dilihat dari faktor usia pralansia dan lansia. Faktor yang mungkin mempengaruhi kadar kolesterol darah saat dianalisis adalah

subjek yang tidak dapat dikontrol yaitu usia. Lansia cenderung memiliki kadar kolesterol yang meningkat karena pada usia tua seseorang akan mengalami penurunan fungsi organ sehingga tidak dapat berfungsi secara maksimal yang menyebabkan metabolisme dalam tubuh juga akan terganggu, selain itu pada usia lanjut seseorang juga mengalami penurunan aktifitas yang akan mengganggu metabolisme tubuh seperti metabolisme kolesterol dan seringnya konsumsi makanan yang belemak akan menambah kadar kolesterol yang meningkat pada lanjut usia karena kolesterol tidak hanya bersumber dari makanan melainkan tubuh juga memproduksi kolesterol. Hal tersebut akan menyebabkan peningkatan kadar kolesterol pada lansia. Sebagaimana diketahui bahwa kadar kolesterol normal pada lansia adalah 200-240 mg/dl (Hamna Vonny Lasanuddin, Rosmin Ilham and Rianti P. Umani, 2022). HDL atau kolestrol baik dalam tubuh dapat meningkat dengan olahraga dan aktivitas fisik. Menurut penelitian Fadilah *et al* (2019) Hasil sesudah dilakukan konseling diet

rendah kolesterol dan tinggi serat, menunjukkan bahwa ada perbedaan pengetahuan. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa konseling diet rendah kolesterol dan tinggi serat berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan. Informasi lainnya oleh Rustami (2018) yaitu menjelaskan hubungan pengetahuan gizi sangat berpengaruh dengan kadar kolesterol darah pada lansia penderita CHF, dimana menunjukkan semakin tinggi nilai pengetahuan gizi maka akan semakin turun atau semakin normal kadar kolesterol.

Umur sebagai salah satu faktor risiko PJK maupun penyakit lainnya berkaitan erat dengan lamanya terpapar dengan faktor risiko termasuk perilaku dan gaya hidup yang kurang sehat, seperti konsumsi makanan yang kurang seimbang, merokok, minum kopi, dan kurang melakukan aktivitas fisik, dan pengendalian stres yang kurang efektif. Faktor usia juga berhubungan dengan kadar kolesterol yaitu kadar kolesterol total akan meningkat dengan bertambahnya umur (Marniati *et al.*, 2021). Peningkatan kadar kolesterol

bisa terjadi pada usia diatas 20 tahun. Pada usia ini kadar kolesterol cenderung meningkat dan tidak dikontrol dengan baik akan menjadi bahaya bagi tubuh (Dana and Maharani, 2022). Kandungan lemak berlebihan dalam darah pada hiperkolesterolemia dapat menyebabkan penimbunan kolesterol pada dinding pembuluh darah sehingga pembuluh darah akan menyempit dan akibatnya tekanan darah akan meningkat dan terjadilah penyakit jantung koroner (Marniati *et al.*, 2021). Laki-laki penderita penyakit jantung koroner dua kali lebih beresiko peningkatan kolesterol dibandingkan perempuan. Hal ini dikarenakan gaya hidup yang buruk seperti merokok, pada perempuan dengan usia produktif memiliki hormon estrogen yang bersifat protektif terhadap kejadian kardiovaskular, serta berperan menjaga tingkat HDL tetap tinggi dan LDL rendah Sari *et al.*, (2021).

Gaya hidup sangat mempengaruhi kadar kolesterol. Adanya kemajuan di bidang teknologi memberikan dampak terhadap perubahan gaya hidup dan pola makan di masyarakat, seperti

munculnya produk-produk makanan yang dapat meningkatkan kadar kolesterol (makanan junk food dan fast food), pekerjaan yang aktivitas fisik rendah (Pekerjaan online, Pekerjaan kantor dan lain sebagainya), dan kurangnya kesadaran terhadap kesehatan (Lainsamputty and Gerungan, 2022). Pada masa kini, pola konsumsi masyarakat sudah mengalami perubahan, tidak lagi mengonsumsi makanan seimbang yang terdiri dari beraneka ragam jenis makanan dengan kandungan zat gizi lengkap dan seimbang, tetapi cenderung mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi lemak terutama lemak jenuh, kolesterol, dan rendah serat (Marniati *et al.*, 2021).

Kepatuhan diet sangat berperan penting dalam penurunan kadar kolesterol darah, dengan menjalani kepatuhan diet maka kadar kolesterol dalam darah dapat dikendalikan secara perlahan dengan cara melakukan diet rendah lemak yang benar. Kepatuhan diet pada penderita jantung koroner adalah pasien menaati dietnya dan dapat mengontrol kadar kolesterol

darah, hal ini dapat dilakukan dengan mengganti lemak yang berkadar asam lemak jenuh tinggi dengan lemak sebagian dari asam lemak tidak jenuh, seperti gula tebu dapat diganti dengan gula jagung. Kurangnya kepatuhan diet akan menyebabkan pola makan tidak baik sehingga kadar kolesterol darah tinggi. Hal ini karena konsumsi makanan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kadar kolesterol darah. Kepatuhan diet secara teoritis sebagai perilaku individu untuk mengikuti pengobatan, merubah dan menjaga gaya hidup yang sesuai dengan petunjuk medis (Novian, 2014).

Demikian halnya dalam penelitian saat ini kepatuhan diet terhadap kadar kolesterol darah mempunyai hubungan yang signifikan dilihat dari faktor usia lansia mempunyai hubungan yang signifikan dilihat dari faktor usia pralansia dan lansia. Penelitian yang dilakukan (Trisartiaka *et al.*, 2022) Hasil analisis hubungan tingkat kepatuhan lansia dengan kadar kolestrol lansia diperoleh patuh memiliki kadar kolestrol normal. Dengan melakukan kepatuhan diet,

kadar kolesterol dapat dikendalikan secara perlahan-lahan yaitu dengan cara melakukan diet rendah lemak yang benar. Informasi lainnya dikemukakan oleh Trisartiaka et al., (2022) yaitu menjelaskan hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet dengan kadar kolesterol dalam darah pada usia lansia, dimana kepatuhan diet sangat berperan penting dalam penurunan kadar kolesterol darah, dengan menjalani kepatuhan diet maka kadar kolesterol dalam darah dapat dikendalikan secara perlahan dengan cara melakukan diet rendah lemak yang benar.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara variabel pengetahuan gizi dan kepatuhan diet terhadap kadar kolesterol darah pada penderita penyakit jantung koroner di RSUD, serta terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dan kepatuhan diet terhadap kadar kolesterol darah pada penderita penyakit jantung koroner berdasarkan usia pralansia dan lansia.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kami ucapkan Poltekkes Kemenkes Jakarta 1 yang sudah memfasilitasi penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Dana, Y.A. And Maharani, H. (2022) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Kolesterol Pada Karyawan Dan Mahasiswi Politeknik Kudus', *Florona : Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(1), Pp. 1–9.
- Fadilah, B.S. Et Al. (2019) 'Konseling Diet Rendah Kolesterol Dan Tinggi Serat Terhadap Pengetahuan Dan Kadar Kolesterol Pada Penderita Hiperkolesterolemia', *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 11(1), Pp. 65–75. Available At: <https://doi.org/10.34011/jurikesbdg.V11i1.655>.
- Halim, R. And Sutriyawan, A. (2022) 'Studi Retrospektif Gaya Hidup Dan Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif', *Journal Of Nursing And Public Health*, 10(1), Pp. 121–128. Available At: <https://doi.org/10.37676/jnph.V10i1.2376>.
- Hamna Vonny Lasanuddin, Rosmin Ilham And Rianti P. Umani (2022) 'Hubungan Pola Makan Dengan Peningkatan Kadar Kolesterol Lansia Di Desa Tenggela Kecamatan Tilango', *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 2(1), Pp. 22–34. Available At:

- <https://doi.org/10.55606/jikki.v2i1.566>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018) Penyakit Jantung Koroner Didominasi Masyarakat Kota, 2021. Available At: <https://www.kemkes.go.id/article/print/21093000002/penyakit-jantung-koroner-didominasi-masyarakat-kota.html>.
- Kurniadi, H. (2018) Stop! Gejala Penyakit Jantung Koroner. 1st Edn. Edited By Qoni. Yogyakarta: Familia (Grup Relasi Inti Media, Anggota IKAPI).
- Lainsamputty, F. And Gerungan, N. (2022) 'Korelasi Gaya Hidup Dan Stres Pada Penderita Hiperkolesterolemia', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11, Pp. 138–146. Available At: <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.719>.
- Lestari, P.Y., Tambunan, L.N. And Lestari, R.M. (2022) 'Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi Terhadap Status Gizi Remaja', *Jurnal Surya Medika*, 8(1), Pp. 65–69. Available At: <https://doi.org/10.33084/jsm.v8i1.3439>.
- Majid, A. (2018) Asuhan Keperawatan Pada Asien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular. 1st Edn. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Marniati Et Al. (2021) Lifestyle Of Determinant: Penderita Penyakit Jantung Koroner. 1st Edn. Edited By S. Nurachma. Depok: PT Rajagrafindo Persada. Available At: https://www.google.co.id/books/edition/Lifestyle_Of_Determinan_t_Penderita_Penya/Yg2beaaqbaj?hl=id&gbpv=1&dq=diet+jantung+koroner&pg=PA135&printsec=frontcover.
- Maulana, M. (2017) Penyakit Jantung : Pengertian, Penanganan, Dan Pengobatan. 2nd Edn. Edited By A.Q. Shaleh. Yogyakarta: Katahati.
- Meier, T. Et Al. (2019) 'Cardiovascular Mortality Attributable To Dietary Risk Factors In 51 Countries In The WHO European Region From 1990 To 2016: A Systematic Analysis Of The Global Burden Of Disease Study', *National Library Of Medicine*, 1(34), Pp. 37–55. Available At: <https://doi.org/10.1007/s10654-018-0473-x>.
- Notoatmodjo, S. (2018) Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: PT RINEKA CIPTA.
- Novian, A. (2014) 'Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diit Pasien Hipertensi (Studi Pada Pasien Rawat Jalan Di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang Tahun 2013)', *Unnes Journal Of Public Health*, 3(3), Pp. 1–9. Available At: <https://doi.org/10.15294/ujph.v3i3.3536>.
- Nugroho, A.S., Astutik, E. And Tama, T.D. (2022) 'Risk Factors For Coronary Heart Disease In Productive Age Group In Indonesia', *Malaysian Journal Of Medicine And Health Sciences*, 18(2), Pp. 99–105. Available At: https://medic.upm.edu.my/upload/dokumen/2022031418411116_MJMHS_0851.pdf.

- Nurrahmani, U. (2021) Stop Kolesterol Tinggi. 1st Edn. Edited By Qoni. Yogyakarta: Familia (Grup Relasi Inti Media, Anggota IKAPI).
- Paat, S., A, M.D. And A, A. (2021) ‘Gambaran Pengetahuan Gizi Mahasiswa Semester Dua Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19’, *Jurnal KESMAS*, 10(1), Pp. 176–184. Available At: <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/kesmas/article/view/32254>.
- Ridwan, M. (2017) Mengenal, Mencegah & Mengatasi Silent Killer Jantung. 1st Edn. Edited By S. Ika. Jakarta: Romawi Pustaka. Available At: https://www.google.co.id/books/edition/Mengenal_Mencegah_Mengatasi_Silent_Killer/Ubjveaaaqbaaj?hl=id&gbpv=1&dq=Penyakit+Jantung+adalah&printsec=frontcover.
- Rustami, H.S. (2018) ‘Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Kolesterol Pada Pasien CHF Di RSUD Kota Surakarta’, *Formosa Journal Of Science And Technology*, 2(5), Pp. 46–50. Available At: <https://doi.org/https://doi.org/10.55927/fjst.v2i5.4024>.
- Sari, Y.A., Widiastuti, W. And Fitriyasti, B. (2021) ‘Gambaran Faktor Risiko Kejadian Penyakit Jantung Koroner Di Poliklinik Jantung Rsi Siti Rahmah Padang Tahun 2017-2018’, *Health And Medical Journal*, 3(1), P. 9. Available At: <https://jurnal.unbrah.ac.id/index.php/heme/article/view/352/pdf>.
- Sopiah And Sangadji, E.M. (2018) Manajemen Sumber Daya Manusia Strategik. 1st Edn. Edited By Dwi Prabantini. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Suryati, E.S. Et Al. (2022) ‘Peningkatan Pengetahuan Dengan Intervensi Edukasi Multimedia Pencegahan Penyakit Jantung Koroner Pada Keluarga’, *Prosiding Seminar Nasional Poltekkes Jakarta III 2022*, 1(1), P. 8. Available At: <https://ejournal.poltekkesjakarta3.ac.id/index.php/prosidingsemnas2022/article/view/1122>.
- Susetyowati Et Al. (2019) Peranan Gizi Dalam Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular. Edited By Ruslan. Yogyakarta: Gajah Mada University Press. Available At: https://www.google.co.id/books/edition/Peranan_Gizi_Dalam_Upaya_Pencegahan_Peny/F9yndwaaqbaj?hl=id&gbpv=1&dq=Diet+Jantung+Koroner&printsec=frontcover.
- Trisartiaka, R.C. Et Al. (2022) ‘Hubungan Pengetahuan Dan Kepatuhan Lansia Dalam Upaya Pengontrolan Kadar Kolesterol’, 14(1). Available At: <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/3459319>.
- WHO (2021) ‘Cardiovascular Diseases’. Available At: [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-\(cvds\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-(cvds)).

EFEKTIVITAS SENAM MARYAM TERHADAP KECEMASAN IBU HAMIL TRIMESTER TIGA DI PUSKESMAS MANDALA

THE EFFECTIVENESS OF MARYAM GYMNASTICS ON ANXIETY OF THIRD-TRIMESTER PREGNANT WOMEN AT MANDALA HEALTH CENTER

Tutik Iswanti, Ayi Tansah Rohaeti

Poltekkes Kemenkes Banten

Korespondensi : tutik8375@gmail.com

ABSTRACT

Anxiety and depression in pregnancy is a problem with a fairly high prevalence, which is around 12.5-42%. It is even estimated that this disorder will become the second-largest cause of disease in 2020. Anxiety and depression in developed countries are around 7-20% and in developing countries around 7-20%. More than 20%. Maryam gymnastics is one of the non-pharmacological therapies where Maryam exercises can affect the psychology of mothers, especially pregnant women who experience psychological changes due to pregnancy. The purpose of the study was to determine the effectiveness of Maryam exercise on the anxiety of pregnant women in the third trimester. The method used is a quick experiment with a pretest and posttest; the number of samples is 31 respondents, the sampling technique that meets the inclusion criteria. The intervention method that will be carried out is that pregnant women in the third trimester with gestational age 28-33 weeks who have performed prenatal check-ups at least twice at the Health Service Facility will be intervened with Maryam exercise three times a week for four weeks. Before the intervention, the respondent's level of anxiety was measured using a questionnaire. After the intervention, for four weeks, the level of anxiety was measured again—research analysis using the Wilcoxon test. The results showed that the average anxiety in pregnant women before participating in Maryam's gymnastics was (75.92) which was much different from after participating in Maryam's gymnastics, which was (52.32). Here, the 31 respondents experienced a decrease in anxiety with an average decrease of 16. The p-value was obtained at 0.000 ($p < 0.05$), which means that there is an effect of Maryam's exercise on the anxiety of pregnant women in the third trimester. Thus, Maryam's exercise can reduce anxiety in third-trimester pregnant women.

Keywords: *Anxiety, Maryam Gymnastics, Pregnant Women*

ABSTRAK

Kecemasan dan depresi pada kehamilan merupakan masalah dengan prevalensi yang cukup tinggi yaitu sekitar 12,5-42% bahkan diperkirakan gangguan ini akan menjadi penyebab penyakit kedua terbesar pada tahun 2020. Kecemasan dan depresi pada

negara maju sekitar 7-20% dan di negara berkembang sekitar lebih dari 20%. Senam maryam merupakan salah satu therapy non farmakologi, dimana senam maryam dapat mempengaruhi psikologis ibu terutama ibu hamil yang mengalami perubahan psikologis karena kehamilannya. Tujuan penelitian untuk mengetahui efektivitas senam maryam terhadap kecemasan ibu hamil trimester III. Metode yang digunakan Quasy Experiment dengan pretest dan posttest, jumlah sampel 31 responden, teknik pengambilan sampel yang memenuhi kriteria inklusi. Metode intervensi yang akan dilakukan adalah ibu hamil Trimester III dengan umur kehamilan 28-33 minggu yang sudah melakukan pemeriksaan kehamilan minimal dua kali di Fasilitas Pelayanan Kesehatan akan diintervensi dengan senam maryam seminggu tiga kali selama empat minggu. Sebelum intervensi responden diukur tingkat kecemasan dengan kuesioner dan setelah intervensi selama empat minggu akan diukur lagi tingkat kecemasannya. Analisa penelitian menggunakan Uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan rerata kecemasan pada ibu hamil sebelum mengikuti senam maryam yaitu sebesar (75,92) berbeda jauh dengan setelah mengikuti senam maryam yaitu sebesar (52,32). Disini ke-31 responden mengalami penurunan kecemasan dengan rata-rata penurunannya sebesar 16. Nilai p diperoleh sebesar 0.000 ($p < 0.05$) yang artinya bahwa ada pengaruh senam Maryam terhadap kecemasan ibu hamil Trimester III. Dengan demikian senam Maryam dapat menurunkan kecemasan pada ibu hamil Trimester III.

Kata kunci : Kecemasan, Senam Maryam, Ibu Hamil

PENDAHULUAN

Kecemasan dan depresi pada kehamilan merupakan masalah dengan prevalensi yang cukup tinggi yaitu sekitar 12,5-42% bahkan diperkirakan gangguan ini akan menjadi penyebab penyakit kedua terbesar pada tahun 2020. Kecemasan dan depresi pada negara maju sekitar 7-20% dan di negara berkembang sekitar lebih dari 20% (Alza, 2017).

Kecemasan yang dialami oleh ibu hamil dapat membawa dampak negatif

bagi bayi maupun sang ibu. Kondisi psikologis ibu yang tidak siap menghadapi persalinan dapat memicu terjadinya partus lama, selain itu dampak buruk dari kecemasan ibu hamil memicu terjadinya rangsangan kontraksi rahim. Akibat dari kondisi tersebut dapat meningkatkan tekanan darah sehingga mampu memicu terjadinya pre-eklamsi dan keguguran.

Kelahiran Bayi Berat Lahir rendah (Fitriyani, 2021).

Cara yang efektif dalam menanggulangi masalah yang berkaitan dengan masih tingginya angka kematian ibu hamil serta kesakitan ibu hamil yang dipicu oleh kecemasan adalah dengan melakukan latihan fisik, seperti meditasi/yoga. Berlatih senam prenatal yoga merupakan solusi yang tepat untuk menolong ibu hamil sendiri yang bisa membantu dalam proses kehamilan, kelahiran dan bahkan memudahkan kegiatan pengasuhan anak nantinya yang bisa didapat dengan mengikuti kelas antenatal. Senam yoga pada tahap prenatal ibu hamil membantu fokus ibu hamil terhadap pengaturan ritme nafas, yang tetap berfokus pada perasaan nyaman, aman dan tenang yang dirasakan ibu hamil dalam berlatih (Ashari et al., 2019).

Beberapa upaya telah dilakukan untuk mencegah dan mengelola stres ibu, di antaranya terapi musik, program pendidikan antenatal, perhatian, relaksasi, akupresur, yoga, CBT (*Cognitive Behavioral Therapy*), hipnoterapi, meditasi, latihan fisik, dan

doa terapi. Penelitian oleh Perales dkk menyebutkan bahwa latihan fisik selama kehamilan dapat mengurangi gejala stres dan depresi pada wanita hamil. *America College of Obstetrics and Gynecology* (ACOG) juga merekomendasikan bahwa semua orang dewasa (termasuk ibu hamil dan ibu nifas tanpa komplikasi) olah raga minimal 150 menit seminggu atau sekitar 20-30 menit sehari dalam seminggu. Namun, ibu hamil cenderung tidak melakukan apapun berolahraga selama hamil atau bahkan mengurangi aktivitas fisik termasuk mengurangi pekerjaan dan urusan rumah tangga (Erisna et al., 2020).

Senam maryam bisa dijadikan alternatif perkembangan kehamilan latihan di Indonesia karena memenuhi aspek holistik. Selain itu, senam Maryam adalah mudah dilakukan setiap hari karena gerakan mereka merupakan modifikasi dari senam prenatal dasar dan gerakan shalat seperti ruku', sujud, dan dzikir. Senam maryam tidak hanya memberikan manfaat fisik melalui gerakan tetapi juga memberikan manfaat psikologis dan manfaat

spiritual bagi ibu hamil (Erisna et al., 2020).

Senam maryam merupakan salah satu therapy non farmakologi, dimana senam maryam dapat mempengaruhi psikologis ibu terutama ibu hamil yang mengalami perubahan psikologis karena kehamilannya. Oleh karena itu pelaksanaan senam maryam sebagai terapi perlu dibuktikan secara ilmiah sehingga pada penelitian ini dilakukan eksperimen tentang pengaruh senam maryam terhadap kecemasan pada ibu hamil trimester III.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Metode eksperimen merupakan metode penelitian yang menguji hipotesis berbentuk hubungan sebab akibat melalui pemanipulasian variabel independen dan menguji perubahan yang diakibatkan oleh pemanipulasian tadi. Metode eksperimen yang digunakan adalah *Quasy Eksperimental Design* (rancangan eksperimental semu) dengan Pretest dan PostTest. Dalam penelitian ini peneliti ingin

mempelajari tentang efek senam maryam terhadap kecemasan.

Pada penelitian ini populasinya adalah ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan. Perhitungan besar sampel menggunakan nilai mean penurunan kecemasan berdasarkan hasil penelitian (Alza, 2017). Berdasarkan penelitian tersebut, diperoleh nilai mean 5,13. Estimasi dilakukan pada derajat kemaknaan 5% dengan uji kekuatan 80%. Berdasarkan perhitungan dari software tersebut didapatkan sampel minimal 28. Untuk mengantisipasi *drop out* maka ditambahkan 10% jadi sampel pada penelitian yaitu 31 responden. Sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *non probability* sampling dengan jenis insidental sampling.

Variabel independent dalam penelitian ini adalah senam maryam. Variabel dependent penelitian ini adalah kecemasan. Tempat penelitian ini dilakukan di Puskesmas Mandala Kabupaten Lebak dari bulan Januari s/d Desember 2022. Penelitian ini didapatkan dengan cara mengukur

kecemasan pasien sebelum intervensi dan setelah selesai mengikuti intervensi 4 minggu. Penelitian ini dianalisis dengan uji *Willcoxon*.

Prosedur penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Responden mengikuti gerakan senam maryam selama 2 jam
2. Senam maryam dilakukan sebanyak 3x seminggu
3. Senam maryam dilakukan selama 4 minggu

Sebelum pelaksanaan pengambilan data, penelitian ini sudah mendapatkan surat keterangan layak etik dari Poltekkes Kemenkes Semarang dengan nomor 0291/EA/KEPK/2022.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan sebagai berikut:

Tabel 1. Rerata skor kecemasan ibu hamil Trimester III

Kelompok	N (Jumlah)	\bar{x} (Rata-rata)	
		Sebelum	Sesudah
Intervensi	31	75,92	52,32

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan rerata kecemasan pada ibu hamil sebelum mengikuti senam

maryam yaitu sebesar (75,92) berbeda jauh dengan setelah mengikuti senam maryam yaitu sebesar (52,32).

Tabel 2. Hasil uji selisih skor kecemasan ibu hamil Trimester III

Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negatif ranks	31 ^a	16.00	496.00
Positif ranks	0 ^b	.00	.00

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa berdasarkan hasil uji *wilcoxon* terdapat nilai negatif ranks atau selisih (negatif) antara skor kecemasan untuk pre test dan post test. Disini terdapat 31 data negatif yang artinya ke-31 responden mengalami penurunan kecemasan. Mean rank atau rata-rata penurunannya adalah sebesar 16, sedangkan jumlah rangking negatif atau *sum of ranks* adalah sebesar 496.

Tabel 3. Hasil uji selisih skor kecemasan ibu hamil Trimester III

Kelompok	N	Mean Rank	P (α 0,05)
Senam Maryam	31	16.00	0,000

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa nilai *p* diperoleh sebesar 0.000 (*p* <0.05) yang berarti

“Hipotesis diterima”. Artinya ada perbedaan antara skor kecemasan untuk pretest dan post test, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh senam Maryam terhadap kecemasan ibu hamil Trimester III. Dengan demikian senam Maryam dapat menurunkan kecemasan pada ibu hamil Trimester III.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Iceu, dkk. yang menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya dengan kecemasan sedang sebanyak 28 orang (50,9%) dan sebagian kecil dengan kecemasan normal sebanyak 1 orang (1,8) (Mulyati & Zafariyana, 2018).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Sudarso, yang menunjukkan bahwa Berdasarkan pengukuran tingkat kecemasan sebelum intervensi gerakan sholat, untuk kelompok intervensi sebagian besar mengalami kecemasan sedang dan untuk kelompok kontrol sebagian besar mengalami kecemasan sedang. Begitu pula dengan sesudah intervensi gerakan sholat Berdasarkan pengukuran tingkat kecemasan, untuk kelompok intervensi sebagian besar

mengalami kecemasan sedang dan untuk kelompok kontrol sebagian besar mengalami kecemasan ringan (Sudarso, 2018).

Wanita yang mengalami kecemasan sewaktu hamil akan lebih banyak mengalami persalinan abnormal bahkan dapat berkomplikasi pada kematian ibu dan janin. Cara yang efektif dalam menanggulangi masalah yang berkaitan dengan masih tingginya angka kematian ibu hamil serta kesakitan ibu hamil yang dipicu oleh kecemasan adalah dengan melakukan latihan fisik, seperti meditasi/yoga. Berlatih senam prenatal yoga merupakan solusi yang tepat untuk menolong ibu hamil sendiri yang bisa membantu dalam proses kehamilan, kelahiran dan bahkan memudahkan kegiatan pengasuhan anak nantinya yang bisa didapat dengan mengikuti kelas antenatal. Senam yoga pada tahap prenatal ibu hamil membantu fokus ibu hamil terhadap pengaturan ritme nafas, yang tetap berfokus pada perasaan nyaman, aman dan tenang yang dirasakan ibu hamil dalam berlatih (Ashari et al., 2019).

Hal ini sejalan dengan penelitian Runjati, yang menyatakan bahwa intervensi senam Maryam memiliki pengaruh efek menguntungkan pada wanita hamil. Hasil penelitian ini tentang dampak Maryam latihan pada tingkat stres menunjukkan perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah intervensi. Pada intervensi senam Maryam, responden melakukan senam dan salat. gerakan saat melakukan dzikir. Ini akan memiliki efek menenangkan dan mengurangi tingkat stres bukan hanya fokus pada persiapan fisik menghadapi persalinan (Erisna et al., 2020).

Sejalan dengan penelitian Sudarso, bahwa Hasil analisa data menggunakan *uji Mann-whitney* pada kecemasan responden, didapatkan nilai signifikansi sebesar $0,028 < 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan bermakna antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian intervensi gerakan shalat efektif untuk menurunkan kecemasan yang dialami oleh pasien hipertensi (Sudarso, 2018).

Berdasarkan penelitian Rahman, didapatkan bahwa data perhitungan menggunakan SPSS 16.0 dengan menggunakan *Uji Maan Whitney* di temukan nilai $P= 0,038 < \alpha 0,05$ atau 5%. Dengan ini peneliti berkesimpulan bahwa ada pengaruh efektivitas terapi dzikir terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil (Rahman, 2020).

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan oleh Puti, secara kuantitatif didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen setelah diberikan pelatihan asertivitas. Hasil analisis *Independent Sample T-test* menunjukkan skor $t= 2,715$ dan $p=0,019$ dimana $p < 0,05$ menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil yang signifikan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dari pretest hingga tindak lanjut. Kelompok eksperimen menunjukkan tingkat kecemasan ibu hamil yang lebih rendah dibandingkandengan kelompok control (Puti Febrina Niko, 2018).

Kecemasan yang dialami oleh ibu hamil dapat membawa dampak negatif

bagi bayi maupun sang ibu. Kondisi psikologis ibu yang tidak siap menghadapi persalinan dapat memicu terjadinya partus lama, selain itu dampak buruk dari kecemasan ibu hamil memicu terjadinya rangsangan kontraksi rahim. Akibat dari kondisi tersebut dapat meningkatkan tekanan darah sehingga mampu memicu terjadinya pre-eklamsi dan keguguran. Kelahiran Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) dan bayi prematur juga merupakan dampak negatif dari kecemasan ibu hamil dan hal tersebut merupakan salah satu penyebab tingginya AKI di Indonesia (Fitriyani, 2021).

Perubahan nilai rerata kecemasan pada kelompok perlakuan pretest mengalami penurunan sebesar 1.5295 sedangkan pada kelompok kontrol pretest mengalami penurunan sebesar 0.11 dan hasil dari uji beda yaitu dengan nilai p value sebesar 0,000 kurang dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa kelas Maryam lebih efektif dibandingkan kelas ibu hamil (Setiyani, 2017).

Sebagian besar ibu hamil trimester III mempunyai kecemasan pada saat menghadapi persalinan, rata-rata mengalami cemas berat dikarenakan merasa kurang siap dalam menghadapi persalinan kecemasan juga dikarenakan ketakutan ibu terhadap kondisi janinnya (Wiulin Setiowati, 2020).

Prenatal sangat penting bagi ibu hamil trimester ketiga untuk mengurangi dan mencegah kecemasan setelah diberi intervensi sebanyak dua kali. gerakan relaksasi yang ditemukan dalam gerakan prenatal sangat bermanfaat untuk meningkatkan pernapasan, menurunkan adrenalin, meredakan ketegangan otot, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan aliran darah, melepaskan endorfin, mengurangi stres dan ketegangan, dan meningkatkan rasa sejahtera. tenang, nyaman, dan cocok untuk persiapan persalinan (Womb & Julianti, 2023).

Menurut penelitian Yuni dkk., Peserta merasakan manfaat dari senam maryam yaitu ibu merasa rileks, siap menghadapi persalinan dengan

nyaman, kualitas tidur sehingga mencegah kecemasan dan stress selama hamil serta merelaksasi otot-otot vagina, perut, paha dan punggung (Fitriana & Revika, 2022).

Senam Maryam bermanfaat melancarkan sirkulasi darah, mengurangi kecemasan dan stress, meningkatkan energi, suasana hati membaik, mengurangi ketidaknyamanan, tubuh rileks, mengurangi gangguan pencernaan, meningkatkan energi, mengatasi sulit tidur, mengurangi kram dan bengkak kaki, pikiran dan hati semakin mendekati diri kepada Allah, menjadi produktif menjalani aktivitas, mempercepat proses bersalin, mengelola rasa sakit menjadi kebahagiaan dan kesenangan, sholat lebih khusyuk, senang saat sholat tiba karena sekaligus senam. Gerakan paling nyaman yaitu hampir semua gerakan senam Maryam, gerakan rukuk, duduk tawaruk, sujud, gerakan melatih napas. Senam Maryam ini menjadi salah satu upaya meningkatkan kesehatan ibu hamil serta implementasi Undang-undang nomor 4 tahun 2019

tentang Kebidanan (Fitrisns et al., 2023).

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa ada pengaruh senam hamil terhadap menurunnya tingkat kecemasan menghadapi proses persalinan pada ibu hamil dengan p value sebesar 0,007 (Triana Mutmainah & Rodiyah, 2021). Penelitian ini juga relevan dengan penelitian Ika yang menyatakan bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan intervensi senam hamil terhadap tingkat kecemasan ibu dengan p value sebesar 0,005 dan terdapat perbedaan nilai median tingkat kecemasan sebelum dan setelah pemberian senam hamil yaitu dengan nilai median pada pretest 56.0 dan nilai media pada posttest 36.5 (Yunitasari et al., 2021).

Frekuensi senam juga dapat mempengaruhi tingkat kecemasan, hal ini terlihat pada hasil penelitian bahwa terdapat perbedaan skor cemas pada ibu yang mengikuti senam dibandingkan yang tidak mengikuti senam ($p < 0,05$) dan terdapat pengaruh frekuensi dan gravida senam hamil terhadap tingkat kecemasan $p < 0,05$ (Wahyuni et al.,

2022). Dampak langsung dari senam hamil gerakan sholat ini adalah normalnya denyut jantung janin, dikarenakan ibu hamil mampu mengelola napasnya dengan baik, sehingga merasakan ketenangan dan kenyamanan (Meiranny & Wulandari, 2021).

Berlatih yoga selama masa kehamilan dapat membantu melatih pernafasan dan membuat ibu hamil menjadi rileks sehingga memudahkan adaptasi ibu terhadap perubahan tubuhnya selama kehamilan. Yoga selama kehamilan dapat menciptakan ketenangan jiwa yang dibutuhkan oleh ibu hamil. Yoga aman dilakukan dalam kehamilan dan merupakan cara sederhana serta mudah untuk mempersiapkan persalinan (Sari et al., 2020).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan skor kecemasan sebelum dan sesudah intervensi senam maryam, semua responden terjadi penurunan skor kecemasan sesudah diberikan

intervensi senam maryam, dan senam maryam dapat mempercepat penurunan skor kecemasan pada ibu hamil trimester III.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih diberikan kepada Poltekkes Kemenkes Banten yang telah memberikan dukungan terhadap proses penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alza, N. (2017). Pengaruh Yoga Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Wilayah Kota Yogyakarta. *Occupational Medicine*, 53(4), 130.
- Ashari, Pongsibidang, G. S., & Mikharunnisai, A. (2019). Pengaruh Senam Prenatal Yoga terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Influence of Yoga Prenatal Gym to Decreasing in Anxiety of Third Trimester Pregnant Women. *JURNAL Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(1, Maret), 55–62. <http://journal.unhas.ac.id/index.php/mkmi/article/view/5554>
- Erisna, M., Runjati, R., Kartini, A., Azam, M., & Mulyantoro, D. K. (2020). The Impact of Maryam Exercise Towards the Stress Level

- and Cortisol Serum Level among Primiparous Pregnant Women. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 3(5), 598–607. <https://doi.org/10.35654/ijnhs.v3i5.338>
- Fitriana, Y., & Revika, E. (2022). Pendampingan Ibu Hamil menuju Persalinan Nyaman dengan rutin Senam Maryam Selama Pandemi. *Indonesia Berdaya*, 3(3), 425–434. <https://doi.org/10.47679/ib.2022260>
- Fitrisns, Y., Revika, E., & Winarsih. (2023). Implementasi Undang-Undang No 4 Tahun 2019 Tentang Kebidanan Dalam Kemanfaatan Senam Maryam Pada Kehamilan di Masa Pandemi. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 2(1). <http://ejurnal.stie-trianandra.ac.id/index.php/klinik>
- Fitriyani, D. (2021). Pengaruh Terapi Zikir Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester I dan III DI UPTD Puskesmas Rawat Inap Tulang Bawang Baru Tahun 2020. *JIKA*, 5, 1–6.
- Meiranny, A., & Wulandari, R. (2021). Implementasi Senam Hamil Gerakan Sholat dalam Normalisasi Denyut Jantung Janin. *PengabdianMu ...*, 6(5), 480–485. [http://journal.umpalangkaraya.ac.id/index.php/pengabdianmu/article/download/2023/2002](http://journal.umpalangkaraya.ac.id/index.php/pengabdianmu/article/view/2023%0Ahttp://journal.umpalangkaraya.ac.id/index.php/pengabdianmu/article/download/2023/2002)
- Mulyati, I., & Zafariyana, W. (2018). Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Primigravida Trimester Iii Di Jamsin Mq Medika Kota Bandung Tahun 2018. *Prosiding Pertemuan Ilmiah Nasional Penelitian & Pengabdian Masyarakat (PINLITAMAS 1)*, 1(1), 424–431. <http://repository2.stikesayani.ac.id/index.php/pinlitamas1/article/view/324/281>
- Puti Febrina Niko. (2018). Pengaruh Terapi Dzikir Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Hamil. *Jurnal ISLAMIKA*, 01(01), 24–33. <https://ejurnal.umri.ac.id/index.php/JSI/article/view/674/344>
- Rahman, A. (2020). Terapi Dzikir Dalam Islam Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 5(1), 76.
- Sari, I. Y., Indriyani, T., & Carolin, B. T. (2020). Efektifitas Antara Yoga dan Senam Hamil terhadap Kecemasan Ibu dalam Menghadapi Persalinan di PMB Eti Ruhayati Serang Tahun 2020. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Kebidanan*, 9(2), 119–126.

- <https://smrh.e-journal.id/Jkk/article/view/115/75>
- Setiyani, T. (2017). Efektivitas Kelas Ibu Hamil Menggunakan Metode Maryam Terhadap Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil. 0–1.
- Sudarso. (2018). Efektivitas Gerakan Sholat Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan dan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Panti Werdha Mojopahit Brangkal Mojokerto. 107415324.004
- Triana Mutmainah, V., & Rodiyah, D. (2021). Hubungan Senam Hamil Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Menghadapi Proses Persalinan di Rumah Sakit S Tahun 2021. *JIDAN: Jurnal Ilmiah Bidan*, 6(2016), 1–6. <https://journal.stikespid.ac.id/index.php/jspid/article/view/26>
- Wahyuni, L. L., Putri, S., Lestari, P., Putere, M., & Budiapsari, P. I. (2022). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil di Rumah Bersalin Bunda Setia. *AMJ (Aesculapius Medical)*, 2(1), 20–26. <https://ejournal.warmadewa.ac.id/index.php/amj/article/view/4670>
- Wiulin Setiowati, N. A. (2020). Pengaruh Terapi Murottal Al-Quran Surah Maryam terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III. *Universitas Darul Azhar*, 9(9), 77–83. <https://doi.org/10.1017/CBO978107415324.004>
- Womb, & Julianti, E. (2023). Prenatal Yoga Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III. 2(1), 1–5.
- Yunitasari, I., Suwanti, S., & Halimatusyaadiah, S. (2021). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Kecemasan Dan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester II Dan III. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 3(2), 107. <https://doi.org/10.32807/jmu.v3i2.117>

**PENGARUH EDUKASI KESEHATAN BERBASIS VIDEO
TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PENCEGAHAN
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMK-N 4
PALANGKA RAYA**

***THE INFLUENCE OF VIDEO-BASED HEALTH EDUCATION ON
PREVENTION KNOWLEDGE AND ATTITUDES ANEMIA IN
ADOLESCENT WOMEN AT SMK-N 4
PALANGKA RAYA CITY***

Pella Riani, Wahidah Sukriani, Yeni Lucin

Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Palangkaraya

Korespondensi : wahidahsukriani@gmail.com

ABSTRACT

Adolescence is a period that is vulnerable to anemia. According to WHO, the prevalence of anemia among young women in developing countries is still high at around 53.7%. Currently, TikTok is a new trend among teenagers, so it can be used as an information medium to convey information about anemia in adolescents. The purpose of this study was to determine the effect of TikTok video-based health education on knowledge and attitudes towards anemia prevention in young women. This research is quasi-experimental research with the One Group Pretest-Posttest design. The sampling technique is probability sampling with random sampling. The sample size in this study was 69 adolescents at SMKN 4 Palangka Raya City and the statistical test used was the Wilcoxon test. The results showed that there was an effect of TikTok videos on the knowledge ($P= 0.000$) and attitudes ($P=0.000$) of adolescents. This study concludes that TikTok video media is quite effective in increasing the knowledge and attitudes of adolescents about anemia prevention, therefore providing education about anemia prevention can use TikTok video media as an alternative media in providing information to the public.

Keywords: *Media, TikTok Video, Anemia*

ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa yang rentan mengalami anemia. Prevalensi angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang menurut WHO masih tinggi yaitu sekitar 53,7%. Saat ini TikTok menjadi trend baru dikalangan remaja, sehingga dapat dimanfaatkan sebagai media informasi untuk menyampaikan informasi mengenai anemia pada remaja. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan berbasis video TikTok terhadap pengetahuan dan sikap pencegahan

anemia pada remaja putri. penelitian ini adalah penelitian quasy eksperimen dengan rancangan One Group Pretest-Posttest. Teknik pengambilan sampel adalah probability sampling dengan jenis random sampling. Sampel pada penelitian ini sebanyak 69 remaja di SMKN 4 Kota Palangka Raya dan uji statistic yang digunakan adalah uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh video TikTok terhadap pengetahuan ($P= 0,000$) dan sikap ($P= 0,000$) remaja. Video edukasi melalui TikTok efektif terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja tentang pencegahan anemia. Disarankan pemberian edukasi tentang pencegahan anemia dapat menggunakan media video TikTok sebagai alternatif media dalam pemberian informasi kepada masyarakat.

Kata kunci : Media, Video TikTok, Anemia

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan proses perjalanan hidup dari masa anak-anak yang terbebas oleh tanggung jawab sampai pada masa dewasa yang memiliki berbagai tanggung jawab. Secara umum remaja dibagi menjadi tiga fase batasan umur yaitu fase remaja awal dalam rentang usia dari 12-15 tahun, fase remaja madya dalam rentang usia 15-18 tahun dan fase remaja akhir dalam rentang usia 18-21 tahun (Idaningsih and Mustikasari, 2020)

Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah daripada nilai normal

untuk kelompok orang menurut umur dan jenis kelamin. Pada orang sehat butir-butir darah merah mengandung hemoglobin, yaitu sel darah merah yang bertugas untuk membawa oksigen serta zat gizi lain seperti vitamin dan mineral ke otak dan ke jaringan tubuh. Kadar Hb normal pada laki-laki dan perempuan terdapat perbedaan. Kadar Hb untuk pria anemia yaitu kurang dari 13,5 g/dl, sedangkan kadar Hb pada wanita kurang dari 12 g/dl.^{1,2} Anemia dapat menimbulkan beberapa gejala klinis. Anemia merupakan penurunan kadar hemoglobin, hitung eritrosit, dan hematokrit sehingga jumlah eritrosit dan/atau kadar hemoglobin yang

beredar tidak dapat memenuhi fungsinya untuk menyediakan oksigen bagi jaringan tubuh. Biasanya anemia ditandai dengan penurunan kadar hemoglobin kurang dari 13,5 mg/dl pada pria dewasa dan kurang dari 11,5 mg/dl pada wanita dewasa. Penyebab terjadinya anemia yaitu: asupan yang tidak adekuat, hilangnya sel darah merah yang disebabkan oleh trauma, infeksi, perdarahan kronis, menstruasi dan penurunan atau kelainan pembentukan sel seperti: hemoglobinopati, talasemia, sferositosis herediter, dan defisiensi glukosa 6 fosfat dihidrogenase (Lestari *et al.*, 2018).

Gejala klinis anemia dapat berupa lesu, lemah, pusing, mata berkunang-kunang, dan wajah pucat. Faktor yang dapat menyebabkan anemia adalah perdarahan hebat, kurangnya zat besi dalam tubuh, kekurangan asam folat, kekurangan vitamin B12 dan C, penyakit malaria, infeksi cacing, leukemia, penyakit kronis, status gizi, lamanya menstruasi, tingkat pendidikan orang tua, tingkat pengetahuan, dan

tingkat ekonomi (Muhayati and Ratnawati, 2019).

Anemia merupakan masalah gizi di dunia. Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa lebih dari 30% atau 2 milyar orang di dunia berstatus anemia. Prevalensi anemia di Indonesia, yaitu 21,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 57% berumur 15-24 tahun. Data tersebut menunjukkan bahwa anemia merupakan masalah gizi yang sering dialami oleh remaja. Prevalensi angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang menurut WHO pada tahun 2018 masih tinggi yaitu sekitar 53,7%. Menurut Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia tahun 2017, prevalensi anemia antara umur 5-12 tahun adalah 26%, pada wanita umur 13-18 yaitu 23%, prevalensi pria lebih rendah dibandingkan dengan wanita yaitu 17% pada pria berusia 13-18 tahun (Kemenkes, 2018). Sedangkan menurut hasil RISKESDAS 2018, prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 32 %, artinya 3-4 dari 10 remaja

menderita anemia (Badan Litbang Kesehatan, Kemenkes RI, 2018).

Di Kota Palangka Raya pada penelitian sebelumnya dilaporkan 74% remaja putri di SMA menderita anemia (Shaleha, 2020). Anemia pada remaja salah satunya disebabkan karena kurangnya asupan zat besi. Asupan zat besi dapat diperoleh melalui makanan bersumber protein hewani seperti hati, ikan, dan daging. Namun tidak semua masyarakat dapat mengonsumsi makanan tersebut, sehingga diperlukan asupan zat besi tambahan yang diperoleh dari tablet tambah darah (TTD). Pemberian TTD pada remaja putri bertujuan untuk memenuhi kebutuhan zat besi bagi para remaja putri yang akan menjadi ibu di masa yang akan datang. Dengan cukupnya asupan zat besi sejak dini, diharapkan angka kejadian anemia ibu hamil, pendarahan saat persalinan, BBLR, dan balita pendek dapat menurun (Shaleha, 2020).

Cakupan pemberian TTD pada remaja putri di Indonesia pada tahun 2018 adalah 48,52%. Hal ini sudah memenuhi target Renstra tahun 2018

yaitu 25%. Menurut data profil kesehatan tahun 2018 presentase remaja putri yang mendapat tablet tambah darah (TTD) untuk provinsi Kalimantan Tengah sekitar (12,58%) dan tahun 2017 sekitar (12,93%). Rendahnya pengetahuan tentang anemia akan berdampak pada risiko pengalaman kesehatan reproduksi mereka kelak. Risiko anemia pada remaja lebih tinggi terjadi pada waktu seorang wanita hamil. Kesadaran pemahaman tentang anemia sangat penting (Dinas Kesehatan Kota Palangkaraya, 2019).

Dampak anemia pada remaja dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku serta emosional. Hal ini mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan sel otak sehingga dapat menimbulkan daya tahan tubuh menurun, mudah lemas, lapar, konsentrasi belajar terganggu, prestasi belajar menurun serta dapat mengakibatkan produktivitas kerja yang rendah.

Anemia pada remaja putri memiliki dampak yang signifikan pada fase kehidupan berikutnya. Penurunan

produktivitas dan prestasi dalam belajar merupakan dampak jangka pendek pada remaja. Remaja putri yang mengalami anemia memiliki risiko menjadi wanita usia subur yang anemia, dan selanjutnya menjadi ibu hamil anemia. Kondisi ini akan meningkatkan risiko ibu melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), komplikasi persalinan dan risiko kehamilan lainnya. Bayi yang lahir dengan BBLR merupakan faktor risiko terjadinya stunting (Nurrahman *et al.*, 2021).

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Pamilasari dkk (2022) diperoleh tentang perbedaan pengetahuan Pretest dan Posttest tentang pengetahuan gizi seimbang pada remaja putri. Dapat diketahui bahwa nilai rata-rata pretest dan post test pada remaja putri yaitu 4,286 dengan Sig. (2- tailed) sebesar $0,000 < 0,05$ dan ,maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya ada perbedaan rata-rata antara hasil pengetahuan gizi pre-test dan post-test sehingga dapat disimpulkan bahwa “ada pengaruh edukasi gizi menggunakan Media Aplikasi TikTok terhadap pengetahuan

gizi seimbang pada remaja putri”(Pamilasari *et al.*, 2022).

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) baru- baru ini merilis laporan “Profil Pengguna Internet 2022”. Dalam laporan tersebut, APJII mengungkapkan penetrasi internet Indonesia mencapai 77,02% pada 2021-2022. Berdasarkan usia, penetrasi internet tertinggi berada di kelompok usia 13-18 tahun. Hampir seluruhnya (99,16%) kelompok usia tersebut terhubung ke internet (APJII, 2022).

Melihat trennya, jumlah pengguna media sosial di Indonesia terus meningkat setiap tahunnya. Walau demikian, pertumbuhannya mengalami fluktuasi sejak 2014-2022. Kenaikan jumlah pengguna media sosial tertinggi mencapai 34,2% pada 2017. Hanya saja, kenaikan tersebut melambat hingga sebesar 6,3% pada tahun lalu. Angkanya baru meningkat lagi pada tahun ini. Adapun, Whatsapp menjadi media sosial yang paling banyak digunakan masyarakat Indonesia. Persentasenya tercatat mencapai 88,7%. Setelahnya ada Instagram dan

Facebook dengan persentase masing-masing sebesar 84,8% dan 81,3%. Sementara, proporsi pengguna TikTok dan Telegram berturut-turut sebesar 63,1% dan 62,8% (Mahdi, 2022).

Saat ini TikTok menjadi trend baru dan budaya populer di Indonesia. Budaya Populer merupakan budaya yang disukai oleh banyak orang dan tidak terikat dengan kelas sosial tertentu, budaya populer saat ini semakin besar dampaknya di era digital saat ini, karena Kemudahan akses ke informasi memiliki dampak signifikan pada budaya populer yang ada di suatu negara (Sorrells and Sekimoto, 2015). Perkembangan suatu budaya populer saat ini di Indonesia sangat besar peran generasi millennial, karena para millennial sangat aktif dan intens dengan teknologi baru, salah satunya adalah aplikasi TikTok yang banyak di gunakan generasi millennial di Indonesia dan menjadikannya budaya populer di Indonesia (Hasiholan *et al.*, 2020)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Hasiolan, dkk (2020), ini menyimpulkan dengan menggunakan

teknologi yang canggih TikTok memberikan algoritma proses yang sangat baik, dimana pengguna diberikan video yang sesuai dengan preferensi dan kebutuhan pengguna dengan akurat, kebebasan yang diberikan kepada pengguna sehingga pengguna bebas membagikan video yang ada di TikTok lewat berbagai cara, konten yang selalu mengikuti trend saat ini di masyarakat. TikTok sebagai media populer menjadi media yang cukup ideal dalam melakukan kampanye gerakan mencuci tangan yang di prakasai oleh WHO lewat hastag #safehands challenge, namun para pengguna lebih memilih video yang bertemakan professional dibidangnya (semisal dokter dalam kasus ini) namun ringan dan tidak menggurui (Hasiholan *et al.*, 2020).

Selain itu, TikTok sebagai media sosial tidak hanya sebagai hiburan semata, akan tetapi bisa digunakan untuk media promosi kesehatan bagi masyarakat umum. Pemberian edukasi ini terkait dengan kurangnya pengetahuan dan pemahaman kepada warga sekitar tentang manfaat lain dari

media sosial TikTok (Micko *et al.*, 2022). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa pengaruh edukasi kesehatan berbasis video terhadap pengetahuan dan sikap pencegahan anemia pada remaja putri di SMK-N 4 Palangka Raya

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian Quasi eskperiment dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Penelitian ini dilakukan di SMK N 4 Kota Palangka Raya bulan Februari 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi putri di SMK N 4 Palangka Raya, Kalimantan Tengah yang berjumlah 227 orang dengan besar sampel sebanyak 69 responden. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *non-probability sampling* dengan menggunakan *random sampling*. Pada penelitian ini, sebelum diberikan intervensi remaja diberikan kuisioner sebagai *pretest* unuk mengukur pengetahuan dan sikap remaja. Selanjutnya, remaja diberikan edukasi kesehatan berbasis video TikTok dengan total durasi video

selama 3 menit selama 6 hari dan pada hari ke 7 dilanjutkan dengan *posttest* menggunakan kuisioner. Analisis data pada penelitian menggunakan Uji Wilcoxon. Penelitian ini telah mendapatkan ijin dari Komite etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Palanga Raya dengan No. 71/III/KE.PE/2023

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan sebagai berikut:

Tabel 1 Rerata Perubahan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia (Sebelum dan Sesudah) diberikan Edukasi Kesehatan

Pengetahuan	Mean	Min	Max	SD
Sebelum	45,81	22,0	63,0	9,17
Sesudah	77,94	63,0	93	6,17

Berdasarkan tabel di atas, rata-rata pengetahuan remaja sebelum diberikan perlakuan dengan skor 45,81, skor pengetahuan terendah 22,0, skor pengetahuan tertinggi 63,0 dengan standar deviasi 9,13. Setelah diberikan perlakuan rata-rata pengetahuan menjadi 77,94, skor pengetahuan terendah 63,0,

skor pengetahuan tertinggi 93,0 dengan standar deviasi 6,17.

Tabel 2. Rerata Perubahan Sikap Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia (Sebelum dan Sesudah) diberikan Edukasi Kesehatan pada remaja Puteri

Sikap	Mean	Min	Max	SD
Sebelum	69,01	45,0	93	10,64
Sesudah	83,25	70,0	98	8,56

Berdasarkan tabel di atas, rata-rata sikap remaja sebelum diberikan perlakuan dengan skor 69,01 skor sikap terendah 45,0, skor sikap menjadi 83,25 skor sikap terendah 70,0 skor sikap tertinggi 98 dengan standar deviasi 8,56.

Tabel 3. Pengaruh Edukasi Kesehatan Berbasis Video TikTok Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri

Variabel	n	Mean	Selisih mean	P Value
Pengetahuan				
Pre Test	69	45,81	32,13	0,000
Post Test	69	77,94		
Sikap				
Pre Test	69	69,01	14,23	0,000
Post Test	69	83,25		

Berdasarkan data di atas diperoleh nilai mean (rata) skor pengetahuan sebelum pretest yaitu 45,81 dan setelah posttest 77,94 dengan selisih mean 32,13. Hasil uji statistic dengan uji Wilcoxon diperoleh nilai p value 0,000 ($p < 0,05$) artinya ada pengaruh media Video TikTok terhadap pengetahuan pencegahan anemia pada remaja putri sedangkan nilai mean (rata) skor sikap sebelum pretest yaitu 69,01 dan setelah posttest 83,25 dengan selisih mean 14,23. Hasil uji statistic dengan uji Wilcoxon diperoleh nilai p value 0,000 ($p < 0,05$) artinya ada pengaruh media Video TikTok terhadap sikap pencegahan anemia pada remaja putri.

Rerata Perubahan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia (Sebelum dan Sesudah) diberikan Edukasi Kesehatan.

Rata-rata pengetahuan remaja sebelum diberikan perlakuan dengan skor 45,81, skor pengetahuan terendah 22,0, skor pengetahuan tertinggi 63,0 dengan standar deviasi 9,13. Setelah diberikan perlakuan rata-rata pengetahuan menjadi 77,94, skor

pengetahuan terendah 63,0, skor pengetahuan tertinggi 93,0 dengan standar deviasi 6,17. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian ada peningkatan pengetahuan remaja sebelum dan sesudah pemberian edukasi kesehatan berbasis video. Selain penelitian juga menyatakan ada perubahan pengetahuan remaja dari sebelum ke sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang anemia dengan menggunakan media video. Didukung juga dengan penelitian ada peningkatan pengetahuan remaja tentang anemia sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan menggunakan video. Tingkat pengetahuan remaja dapat dipengaruhi dari informasi yang didapat, se-makin sedikit informasi yang diterima maka semakin kecil tingkat pengetahuan seseorang. Video merupakan media yang menggunakan audio dan visual yang merupakan perantara tentang materi sehingga mem-bangun kondisi yang membuat remaja mampu memperoleh pengetahuan dan keterampilan. Media dalam pendidikan kesehatan memiliki man-faat untuk memperjelas

materi yang disampaikan, mengatasi keterbatasan ruang, waktu dan daya indera, serta mengatasi sikap pasif. Materi dengan video dikemas berupa efek gambar yang menarik serta suara sehingga member-ikan gambaran yang lebih nyata, sehingga tingkat pengetahuan remaja dapat bertambah. Hal ini juga sesuai dengan teori yang menyatakan video pembelajaran adalah media untuk mentransfer pengetahuan dan dapat digunakan sebagai bagian dari proses belajar. Lebih interaktif dan lebih spesifikasi dari sebuah buku atau kuliah, tutorial berusaha untuk mengajar dengan contoh dan memberikan informasi untuk menyelesaikan tugas tertentu (Suzana and Jayanto, 2021).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan video TikTok yang merupakan trend media masa kini yang banyak digunakan oleh kalangan remaja. Aplikasi TikTok bisa menjadi Video dan lagu yang berdurasi pendek yang dibuat oleh creator (sebutan untuk pembuat konten di TikTok) memiliki kedekatan realitas masyarakat, dan dibalut dengan hiburan, sains, dan

fashion sebagai konten utama sehingga mudah menarik perhatian audiens (Hasiholan *et al.*, 2020). Sesuai dengan penelitian yang juga meneliti tentang pengaruh Video TikTok terhadap pengetahuan ibu hamil menunjukkan ada perubahan pengetahuan dari sebelum dan sesudah intervensi. Aplikasi TikTok merupakan salah satu media sosial yang ramai digunakan. Media sosial tersebut tidak hanya dapat diakses di perangkat komputer, tetapi dengan adanya aplikasi di smartphone atau telepon pintar, maka semakin memudahkan masyarakat untuk mengakses media sosial secara mobile sehingga dapat diakses kapanpun dan dimanapun (Artikasari *et al.*, 2022).

Rerata Perubahan Sikap Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia (Sebelum dan Sesudah) diberikan Edukasi Kesehatan

Rata-rata sikap remaja sebelum diberikan perlakuan dengan skor 69,01, skor sikap terendah 45,0, skor sikap tertinggi 93,0 dengan standar deviasi 10,64. Setelah diberikan perlakuan rata-rata sikap menjadi 83,25, skor sikap

terendah 70,0, skor sikap tertinggi 98 dengan standar deviasi 8,56. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian bahwa terdapat perubahan sikap remaja terhadap pencegahan anemia sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan menggunakan video (Fadilla, 2022). Selain itu, penelitian lainnya juga menyatakan ada perubahan sikap sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan media video. Didukung juga dengan penelitian ada perubahan sikap sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan media video TikTok. Penggunaan media video dalam meningkatkan sikap remaja dikarenakan penyajian informasi yang menarik karena adanya gambar animasi yang dapat dilihat serta didengar secara bersamaan yang menjadikan remaja berminat untuk memperhatikan sehingga transfer informasi dapat berjalan dengan baik. Penerimaan informasi yang baik akan berdampak pada pemahaman tentang apa yang dilihat dan didengar sehingga dapat mengubah sikap remaja yang awalnya negatif menjadi positif atau

mendukung upaya pencegahan anemia. Perubahan sikap remaja putri penting untuk dianalisis karena sikap merupakan awal dari perubahan perilaku remaja. Sikap yang positif akan mendukung terbentuknya perilaku yang ideal untuk mencegah anemia. Sesuai dengan teori bahwa perubahan sikap adalah awal dari perubahan perilaku. Sikap merupakan bentuk perilaku pasif sebagai respon internal yang belum dapat diamati secara langsung (Artikasari *et al.*, 2022; Sari *et al.*, 2022).

Pengaruh Edukasi Kesehatan Berbasis Video TikTok Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri

Nilai mean (rata) skor pengetahuan sebelum pretest yaitu 45,81 dan setelah posttest 77,94 dengan selisih mean 32,13. Hasil uji statistic dengan uji Wilcoxon diperoleh nilai p value 0,000 ($p < 0,05$) artinya ada pengaruh media Video TikTok terhadap pengetahuan pencegahan anemia pada remaja putri sedangkan nilai mean (rata) skor sikap sebelum pretest yaitu 69,01 dan setelah posttest

83,25 dengan selisih mean 14,23. Hasil uji statistic dengan uji Wilcoxon diperoleh nilai p value 0,000 ($p < 0,05$) artinya ada pengaruh media Video TikTok terhadap sikap pencegahan anemia pada remaja putri. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sari dkk (2022) yang menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan remaja tentang pencegahan anemia. Selain itu, didukung juga dengan penelitian menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap remaja tentang pencegahan anemia. Selain itu, penelitian lainnya oleh juga menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang pencegahan anemia (Anifah, 2020). Metode yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang gizi selama kehamilan salah satunya melalui media sosial berupa video TikTok. Seiring dengan kemajuan teknologi, maka banyaknya media yang dapat digunakan manusia untuk dijadikan alat

dalam berkomunikasi, demikian pula dengan media sosial yang dapat dengan mudah diakses melalui jaringan internet. Pada umumnya fungsi dari media sosial diantaranya untuk berbagi pesan dengan banyak pengguna media sosial itu sendiri, yaitu berupa berita (informasi), gambar (foto) dan juga tautan video. Media sosial tidak hanya dapat diakses di perangkat komputer, tetapi dengan adanya aplikasi di smartphone atau telepon pintar, maka semakin memudahkan masyarakat untuk mengakses media sosial secara mobile sehingga dapat diakses kapanpun dan di manapun. Mengingat popularitas dan kemudahan adopsi di kalangan anggota masyarakat, media sosial telah banyak digunakan oleh lembaga kesehatan masyarakat untuk menyampaikan informasi kesehatan. Media sosial yang muncul adalah TikTok, platform video seluler bentuk pendek yang memungkinkan pengguna membuat video yang sering berlangsung selama 15-60 detik dan membagikannya dengan komunitas TikTok yang lebih luas. Ekspansi TikTok yang cepat telah memberikan

peluang unik bagi lembaga kesehatan masyarakat untuk menginformasikan dan mendidik masyarakat (Hasiholan *et al.*, 2020).

SIMPULAN

Terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan dan sikap remaja setelah diberikan video TikTok edukasi anemia. Hasil uji statistik dengan uji Wilcoxon diperoleh nilai p value 0,000 ($p < 0,05$) artinya ada pengaruh media Video TikTok terhadap sikap pencegahan anemia pada remaja putri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Kepala Sekolah dan Guru-guru SMK-N 4 Palangka Raya yang telah memfasilitasi penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Anifah F. 2020. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1): 296–300. <https://doi.org/10.30651/jkm.v5i1.6335>.
- APJII. 2022. APJII Di Indonesia Digital Outlook 2022. .
- Artikasari L, Susilawati E, Sari DM.

2022. Pengaruh Video Tiktok Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Gizi Selama Kehamilan. *Jurnal Ilmiah Obsign*, 14(2): 39–48.
- Badan Litbang Kesehatan, Kemenkes RI. 2018. Laporan Nasional RISKESDAS 2018. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan, 198.
- Dinas Kesehatan Kota Palangkaraya. 2019. Profil Kesehatan Kota Palangkaraya Tahun 2018. .
- Fadilla AN. 2022. Pengaruh Pemberian Media Video Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Remaja Dalam Pencegahan Anemia Sma Negeri 1 Maos Di Kabupaten Cilacap. .
- Hasiholan TP, Pratami R, Wahid U. 2020. Utilization Of Tik Tok Social Media As A Campaign Media For Handwashing Movement In Indonesia To Prevent Covid-19. *Communiverse : Journal Of Communication Science*, 5(2): 70–80.
- Idaningsih A, Mustikasari SP. 2020. Efektivitas Pemberian Madu Dan Pisang Ambon Terhadap Anemia Pada Mahasiswi Prodi Diploma Iii Kebidanan Stikes Ypib Majalengka. *Journal Of Midwifery Care*, 1(1): 11–21. <https://doi.org/10.34305/Jmc.V1i1.189>.
- Kemenkes. 2018. Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur (WUS). .
- Lestari IP, Lipoeto NI, Almurdi A. 2018. Hubungan Konsumsi Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Murid SMP Negeri 27 Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(3): 507. <https://doi.org/10.25077/jka.v6i3.730>.
- Mahdi MI. 2022. Pengguna Media Sosial Di Indonesia Capai 191 Juta Pada 2022. .
- Micko SW, Pranowo A, Ulfa SM. 2022. Pemanfaatan Media Sosial Tik Tok Untuk Sarana Promosi Kesehatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM) - Aphelion*, 4(1): 207–212.
- Muhayati A, Ratnawati D. 2019. Hubungan Antara Status Gizi Dan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 9(01): 563–570. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v9i01.183>.
- Nurrahman, Hurulaini N, Anugrah DS, Adelita AP, Sutisna AN. 2021. Faktor Dan Dampak Anemia Pada Anak-Anak , Remaja , Dan Ibu Hamil. *Journal Of Science, Technology And Entrepreneur*, 2(2): 46–50.
- Pamilasari T, Desi, Purba JSR. 2022. Pengaruh Edukasi Gizi Media Tiktok Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Remaja Putri. *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, 5(1): 141–145.
- Sari Y, Santi MY, Purbowati N, Fitriana S. 2022. Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Melalui Penggunaan Video Animasi.

Jurnal Bidan Cerdas, 4(4): 203–213.

<https://doi.org/10.33860/Jbc.V4i4.1038>.

Shaleha AN. 2020. Asupan Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Kota Palangka Raya. .

Sorrells K, Sekimoto S. 2015. Globalizing Intercultural Communication. SAGE Publications, Inc.

Suzana Y, Jayanto I. 2021. Teori Belajar Dan Pembelajaran. Analisa Literasi: Malang.

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KEJADIAN PREMENSTRUAL SYNDROME DI MASA
PANDEMIC COVID19 PADA MAHASISWI POLTEKKES
KEMENKES BANTEN**

***FACTORS RELATED TO THE INCIDENT OF PREMENSTRUAL
SYNDROME DURING THE COVID-19 PANDEMIC IN STUDENTS
THE POLYTECHNIC OF HEALTH BANTEN***

Emah Hikmah, Parta Suhandha

Poltekkes Kemenkes Banten

Korespondensi : suhandaparta@gmail.com

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has affected many aspects both physical, social, psychosocial, and economic. Changes during the COVID-19 pandemic in some people will feel shocked, worried, and anxious. For women, changing lifestyles can affect reproductive health, one of which is the incidence of Premenstrual Syndrome. Factors affecting premenstrual syndrome can be both internal and external influences. This study aims to determine the factors associated with the incidence of premenstrual syndrome during the COVID-19 pandemic in female students at the Polytechnic of Health Banten. This study is a quantitative research using a cross-sectional research design, sampling by random sampling, totaling 120 people consisting of 42 female students majoring in nursing Tangerang, 39 female students majoring in ATLM, and 39 people majoring in midwifery. Data were analyzed using bivariate chi-square analysis, and multivariate using logistic regression. The results showed that the stress level factor was significantly related to the incidence of premenstrual syndrome during the COVID-19 pandemic with a p-value of 0.000 (<0.005). After modeling using multivariate analysis, it was found that dietary factors can increase the risk of twice causing the incidence of premenstrual syndrome during COVID-19 after being controlled by stress level factors. It is recommended to women in general and Banten Poltekkes students in particular that a good diet and controlled stress levels can prevent the risk of premenstrual syndrome.

Keywords: Premenstrual syndrome, covid-19 pandemic period

ABSTRAK

Pandemic Covid-19 mempengaruhi banyak aspek baik fisik, sosial, psikososial dan ekonomi. Perubahan di masa pandemic covid-19 pada sebagian orang akan merasa kaget, khawatir dan cemas. Untuk perempuan gaya hidup yang berubah dapat

mempengaruhi kesehatan reproduksi salah satunya angka kejadian Premenstrual Syndrome. Faktor yang mempengaruhi premenstrual syndrome bisa bersifat internal dan pengaruh eksternal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui factor-faktor yang berhubungan dengan kejadian premenstrual syndrome di masa pandemic covid-19 pada mahasiswi Poltekkes kemenkes Banten. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian cross sectional, pengambilan sampel dengan cara radom sampling, berjumlah 120 orang terdiri dari 42 mahasiswi jurusan keperawatan Tangerang, 39 orang mahasiswi jurusan ATLM dan 39 orang Jurusan kebidanan. Data dianalisis menggunakan analisis bivariat chi-square, dan multivariate menggunakan regresi logistic. Hasil penelitian menunjukkan bahwa factor tingkat stress berhubungan signifikan dengan kejadian premenstrual syndrome di masa pandemic covid-19 dengan p.value 0,000 ($<0,005$). Setelah dilakukan pemodelan menggunakan analisa multivariate didapatkan hasil bahwa factor pola makan dapat meningkatkan resiko dua kali menyebabkan angka kejadian premenstrual syndrome di masa covid-19 setelah di control oleh factor tingkat stress. Di sarankan pada perempuan pada umumnya dan mahasiswi Poltekkes Banten pada khususnya bahwa pola makan yang baik dan tingkat stress yang dikendalikan dapat mencegah resiko terjadinya premenstrual syndrome.

Kata Kunci: Premenstrual syndrome, Masa pandemic covid-19

PENDAHULUAN

Perempuan di seluruh dunia pada masa sekarang ini sudah sangat peduli terkait dengan kesehatan reproduksi. Kesadaran tumbuh karena kesehatan reproduksi seorang perempuan dapat menentukan tumbuh kembangnya generasi yang akan datang. Dari Rahim seorang perempuan maka akan lahir generasi calon pemimpin masa depan. Kesehatan reproduksi pada perempuan perlu mendapatkan perhatian yang

serius di tengah pandemic covid 19. Pandemi covid-19 telah memengaruhi banyak aspek kehidupan. (Rosaline & Anggraeni, 2020) Situasi ini mempengaruhi masalah kesehatan reproduksi global termasuk Indonesia. pada masa pandemi ini orang-orang jadi menunda pergi ke fasilitas kesehatan. Ini dikarenakan perempuan yang aktif secara reproduksi tak mau sampai tertular. (Ambarwati et al.,

2019) Pandemic Covid 19 mempengaruhi banyak aspek baik fisik, social, psikosocial dan ekonomi. Pada masa awal pandemic covid19, semua orang akan merasa kaget, takut, cemas dan stress. Apalagi pemberitaan yang gencar di media TV maupun media social bahwa penyakit ini sangat berbahaya dan berdampak sangat fatal. Semua orang termasuk perempuan akan mulai beradaptasi dengan keadaan tersebut.(Sirait, 2021) Kebiasaan baru yang diterapkan meliputi aktifitas fisik, gaya hidup dan kemungkinan stress yang akan dialami akibat perubahan itu.(Rosaline & Anggraeni, 2020)

Perubahan yang dialami terkait aktifitas fisik, pola hidup dan stress akan mempengaruhi juga terhadap kesehatan reproduksi perempuan. (Andriana, 2018) Dampak tersebut akan mempengaruhi siklus menstruasi dan terjadinya *Premenstrual syndrome* (PMS) pada perempuan. PMS merupakan gangguan siklus yang umum terjadi pada wanita muda dan pertengahan yang terjadi selama fase luteal pada siklus menstruasi, biasanya terjadi secara regular 7-14 hari

sebelum datangnya menstruasi.(Afrilia & Musa, 2021) Keluhan yang dialami saat PMS berbeda untuk setiap perempuan sehingga sifatnya sangat individual. Keluhan tersebut dapat terjadi dari yang paling ringan sampai yang paling berat. Tanda dan gejala PMS pada setiap wanita berbeda-beda, ada yang ringan sampai berat. Gejala yang biasanya dirasakan oleh wanita tersebut dapat berupa gangguan fisik dan psikologis. Gangguan fisik dapat berupa lemah, lesu, mual, muntah, kembung, sakit pada daerah payudara, perut, pinggang dan area kewanitaan, sedangkan gangguan psikologis dapat berupa hilangnya mood, tidak bergairah, mood yang tiba-tiba berubah, sensitif, mudah marah dan cenderung apatis. (Ramadhani & Agustin, 2021)

Penyebab terjadinya PMS sampai saat ini belum diketahui secara pasti, Ada beberapa factor yang dapat diduga berhubungan dengan kejadian PMS yaitu gizi, Aktifitas/olahraga dan stress. Gizi yang baik yang disarankan agar mengurangi PMS adalah tinggi serat dan rendah lemak, melakukan

olahraga teratur dan mempunyai coping individu yang baik yaitu jauh dari stress patologis. Makan yang terlalu tinggi karbohidrat dan garam, aktifitas yang kurang dan stress yang meningkat akan mempengaruhi kejadian PMS pada perempuan. (Ilmi & Utari, 2018)

Pada masa pandemic covid19, pola hidup sebagian orang termasuk perempuan mengalami banyak perubahan. Awal terjadi pandemic akan membuat manusia mencari cara agar tetap dapat melalui kehidupan ini dengan berbagai kebijakan yang dijalankan, mulai pembatasan social, menggunakan masker, rajin cuci tangan, membatasi aktifitas kel luar rumah, pembelajaran melalui daring dan lain-lain. (Nienhuis & Lesser, 2020)

Perubahan yang sangat drastis yang terjadi akibat pandemic covid19 akan juga berpengaruh terhadap faktor-faktor yang berhubungan dengan timbulnya premenstrual syndrome. (Sari, 2019)

METODE

Desain penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Pengambilan sample menggunakan random sampling yang terdiri dari Mahasiswi Jurusan Keperawatan sebanyak 42 orang, Mahasiswi Kebidanan sebanyak 39 orang dan Mahasiswi ATLM sebanyak 39. Jumlah Sampel penelitian ini sebanyak 100 orang. Data dianalisis menggunakan analisis bivariat *chi-square*, dan multivariate menggunakan *regresi logistic*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Kejadia Premenstrual Syndrome

Kejadian	Frekuensi		Persentase	
	Pre	Post	Pre	Post
PMS	54	57	45%	47,5%
Tidak PMS	66	63	55%	52,5%

Table 1. Hasil analisis angka kejadian PMS (Premenstrual Syndrome) pada mahasiswi Poltekkes Kemenkes Banten memperlihatkan

dari responden sebanyak 120 orang, dalam table menunjukkan angka kejadian PMS sebanyak 57 orang (47,5%), ada peningkatan sebesar 2,5% sebelum dan setelah masa pandemic covid19.

Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Pola makan, aktifitas fisik dan tingkat stress pada mahasiswi

Variable	Frekuensi		Presentase (%)	
	Pre	Post	Pre	Post
Pola makan				
Baik	18	21	15	17,5
Buruk	102	99	85	82,5
Aktifitas Fisik				
Berat	51	79	42.5	65.8
Ringan	69	41	57.5	34.2
Tingkat Stress				
Tinggi	59	55	49,1	45.8
Rendah	61	65	50,9	54.2

Tabel 2. menunjukkan pola makan mahasiswa sebagian besar mempunyai pola makan yang buruk baik sebelum (85%) maupun setelah (82,5%) masa pandemic covid 19. Sedangkan Aktifitas Fisik mengalami peningkatan sebesar 23,3% antara sebelum dan sesudah pandemic covid19 mahasiswa dengan aktifitas fisik berat. Tingkat stress yang dialami mahasiswa

mengalami perubahan sebelum dan setelah masa pandemic covid19, yaitu yang mengalami stress tinggi sebanyak 59 (49,1%) dan sesudah masa pandemic covid sebanyak 55 (54,2%).

Tabel 3. Analisis Korelasi Pola Makan, Aktivitas dan Tingkat Stress dengan Kejadian Premenstrual Syndrome pada mahasiswi

Variable	Kejadian PMS		P value
	PMS	Tidak PMS	
Pola Makan			
Baik	13	8	0,158
Buruk	44	55	
Aktifitas Fisik			
Berat	17	24	0,441
Ringan	40	39	
Tingkat Stress			
Tinggi	12	43	0,000
Rendah	45	20	

Ket: *bermakna/signifikan pada $\alpha \leq 0,05$

Tabel 3. analisis hubungan data menggunakan rumus Spearman Rho terlihat $p=0,000$ berarti pada alpha 5% terlihat ada hubungan signifikan antara tingkat stress dengan kejadian premenstrual syndrome.

Tabel 4. menunjukkan bahwa variable yang paling bermakna dilihat dari nilai OR yang paling besar, sehingga pada penelitin ini variable yang paling besar memberikan pengaruhnya adalah pola makan. Hasil

Tabel 4. Pemodelan factor yang berhubungan dengan Kejadian Premenstrual syndrome Pada mahasiswi

Variabel	B	P value	Wald	OR	95% CI for EXP (B)	
					Lower	Upper
Pola Makan	0,682	0,15	1,481	1,978	15	75
Tingkat Stress	2,064	0,00	23,328	0,127	10	50
Constan	1,831	0,187	1,742	6,240		

analisis OR dari variable pola makan adalah 2 kali memungkinkan pola makan dengan kejadian premenstrual syndrome setelah dikontrol oleh tingkat stress.

Kejadian PMS pada mahasiswi Poltekkes Banten, ada sekitar 57 orang mahasiswa mengalami PMS selama masa pandemic covid19, ada peningkatan sekitar 2% kejadian premenstrual syndrome sebelum dan setelah pandemic. Kejadian PMS banyak factor yang mempengaruhi antara lain factor intrinsic dan factor ekstrinisk.(Ramadhani & Agustin, 2021); (Damayanti & Samaria, 2021) Beberapa factor yang memiliki hubungan dengan PMS yaitu factor hormonal, factor kimiawi, factor genetic, factor psikologi dan factor

gaya hidup (Afrilia & Musa, 2021) Kemudian terdapat faktor lain yang berhubungan dengan kejadian PMS yaitu factor sosio-demografi Pada penelitian ini factor yang di analisa adalah factor ekstrinik yaitu pola makan, aktifitas fisik dan tingkat stress. Kejadian PMS dapat diperberat dengan pola makan yang buruk, aktifitas yang kurang dan stress yang meningkat (Purwati, 2020). Distribusi frekuensi dari ke tiga factor menunjukkan pola makan mahasiswa sebagian besar mempunyai pola makan yang buruk baik sebelum (85%) maupun setelah (82,5%) masa pandemic covid 19. Sedangkan Aktifitas Fisik mengalami peningkatan sebesar 23,3% antara sebelum dan sesudah pandemic covid19 mahasiswa dengan aktifitas

fisik berat. Tingkat stress yang dialami mahasiswa mengalami perubahan sebelum dan setelah masa pandemic covid19, yaitu yang mengalami stress tinggi sebanyak 59 orang (49,1%) dan sesudah masa pandemic covid sebanyak 55 orang (45,8%). Kondisi ini sejalan dengan penelitian lain. (Teja et al., 2023); (Damayanti & Samaria, 2021)

Pola makan pada mahasiswa Poltekkes Banten dari hasil penelitian menunjukkan pola makan yang buruk baik sebelum pandemi covid-19 maupun setelah pandemi covid 19. Data menunjukkan bahwa sebelum pandemi mahasiswi yang mengalami pola makan yang buruk sebanyak 85% dan masih tinggi selama pandemic covid-19 menjadi 82,5%. Pola makan berkaitan dengan jumlah, jenis dan keteraturan jam makan. Jumlah yang dikonsumsi apabila dikategorikan buruk berarti kurang dari kebutuhan yang diperlukan. Usia wanita reproduktif seharusnya mengkonsumsi makanan yang cukup jumlahnya. Masa pandemi kebanyakan orang lebih memilih makanan sehat yang dibuat dirumah dengan alasan

keamanan. (WHO, 2021) Kebiasaan jajan digantikan dengan kebiasaan memasak makanan sendiri di rumah di karenakan demi keamanan. Survey menunjukkan bahwa 72% lebih suka pilihan makanan yang lebih sehat karena untuk meningkatkan daya tahan tubuh terhadap serangan pandemi covid19. Tetapi disisi lain, konsumsi masyarakat terhadap jumlah makanan yang dikonsumsi lebih banyak dari biasanya karena lebih banyak waktu yang dihabiskan di rumah sehingga di sela aktifitas bekerja dan belajar di rumah, lebih banyak mengkonsumsi camilan di antara jam makan. Beberapa orang perempuan melaporkan kenaikan berat badan selama masa pandemic covid-19. (Simbolon et al., 2016)

Aktifitas fisik pada mahasiswi Poltekkes Banten sesuai dengan hasil penelitian menunjukan ada peningkatan aktifitas fisik yang berat. Kenyataan ini sesuai dengan Survey Komnas Perempuan pada bulan April sampai dengan Mei menunjukkan aktifitas perempuan di masa covid-19 meningkat lebih dari biasanya dikarenakan anggota keluarga yang lain

banyak dihabiskan di dalam rumah sehingga pekerjaan domestik lainnya bertambah 2 sampai 3 kali lipat. (Komnas Perempuan, 2020). Data penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ayatun Fil Ilmi pada tahun 2018 menyebutkan bahwa terdapat kecenderungan bahwa yang mengalami PMS dengan gejala sedang hingga berat lebih banyak pada kelompok yang melakukan aktivitas fisik ringan dibandingkan dengan kelompok aktivitas fisik berat. (Ilmi & Utari, 2018)

Tingkat stress mahasiswi Poltekkes Kemenkes Banten menunjukkan mengalami penurunan antara di masa sebelum covid dengan dimasa pandemic covid-19. Data menunjukkan bahwa tingkat adaptasi mahasiswi cukup baik sehingga perubahan gaya hidup yang terjadi tidak membuat mahasiswi menjadi lebih stress. Pada masa sebelum pandemi covid-19 Tingkat stress berat ada 59 orang atau 49,1% mengalami stress berat, sedangkan setelah pandemic covid19 menjadi 55 orang

atau 45,8% mengalami stress berat. Tingkat stress pada penelitian ini merupakan faktor yang mempunyai hubungan yang signifikan dengan p Value 0,00 ($<0,05$) yang berhubungan dengan kejadian PMS. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Nuvitasari (Nuvitasari et al., 2020) bahwa terdapat hubungan stress dengan kejadian *premenstrual syndrome* hasil uji chi Square didapatkan hasil $p = 0,036 <$ dari 0,05 maka ada hubungan yang bermakna antara stres dengan PMS dengan OR = 4,024 artinya orang yang stres akan mengalami PMS 4 kali lebih besar dari pada orang yang tidak stress (Nuvitasari et al., 2020)

SIMPULAN

Faktor yang paling berhubungan dengan kejadian PMS adalah Pola makan dengan nilai OR 2. Artinya pola makan yang buruk dapat meningkatkan resiko 2 kali lipat terhadap kejadian PMS setelah dikontrol oleh tingkat stress.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih penulis sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian penelitian ini terutama Poltekkes Kemenkes Banten.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrilia, E. M., & Musa, S. M. (2021). Analisis Pramenstruasi Sindrom Pada Siswi Sman 3 Kota Tangerang Tahun 2019. *Prosiding Simposium Nasional Multidisiplin (Sinamu)*, 2. <https://doi.org/10.31000/Sinamu.V2i0.3511>
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/Jkj.5.1.2017.40-47>
- Andriana. (2018). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Mentruiasi Pada Mahasiswi Di Universitas Pasir Pangaraian*. <https://e-journal.upp.ac.id/index.php/akbd/article/view/1596/0>
- Damayanti, A. F., & Samaria, D. (2021). Hubungan Stres Akademik Dan Kualitas Tidur Terhadap Sindrom Pramenstruasi Selama Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19. *Jkep*, 6(2), 184–209. <https://doi.org/10.32668/Jkep.V6i2.627>
- Ilmi, A. F., & Utari, D. M. (2018). Faktor Dominan Premenstrual Syndrome Pada Mahasiswi (Studi Pada Mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Dan Departemen Arsitektur Fakultas Teknik, Universitas Indonesia). *Media Gizi Mikro Indonesia*, 10(1), 39–50. <https://doi.org/10.22435/Mgmi.V10i1.1062>
- Komnas Perempuan. (2020). *Dampak Sosial Virus Corona: Beban “Berlipat Ganda” Bagi Perempuan Di Masa Pandemi Covid-19*. <https://www.bbc.com/indonesia/indonesia-52323527>
- Nienhuis, C. P., & Lesser, I. A. (2020). The Impact Of COVID-19 on Women’s Physical Activity Behavior And Mental Well-Being. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 17(23), 9036. <https://doi.org/10.3390/Ijerp17239036>
- Nuvitasari, W. E., Susilaningsih, S., & Kristiana, A. S. (2020). Tingkat Stres Berhubungan Dengan Premenstrual Syndrome Pada Siswi Smk Islam. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(2), 109. <https://doi.org/10.26714/Jkj.8.2.2020.109-116>
- Purwati, K. (2020). Hubungan Aktivitas Olahraga Dengan Kejadian Sindrom Pramenstruasi Pada Remaja Putri Sman 6 Tangerang. 10(3).

- Ramadhani, A. P., & Agustin, M. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome (Pms) Pada Siswi Kelas Xi Di Sma Sandikta Bekasi Tahun 2019. *Afiat*, 6(02), 32–41. <https://doi.org/10.34005/Afiat.V6i02.1330>
- Rosaline, M. D., & Anggraeni, D. T. (2020). Factors Related To Academic Stress During The Covid-19 Pandemic In Nursing Students Of Upn Veteran Jakarta: *Proceedings Of The International Conference Of Health Development. Covid-19 And The Role Of Healthcare Workers In The Industrial Era (Icld 2020)*. International Conference Of Health Development. COVID-19 and The Role Of Healthcare Workers In The Industrial Era (Icld 2020), Jakarta, Indonesia. <https://doi.org/10.2991/Ahsr.K.201125.064>
- Sari, E. P. (2019). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Perubahan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Dharma Husada Pekanbaru Tahun 2019.
- Simbolon, P., Sukohar, A., & Ariwibowo, C. (2016). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Lama Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
- Sirait, L. I. (2021). *Kunjungan Akseptor Kb Di Masa Pandemi Covid-19 Family Planning Acceptor Visit During The Covid-19 Pandemic*.
- Teja, N. M. A. Y. R., Diyu, I. A. N. P., Dewi, N. W. E. P., Nurtini, N. M., Dewi, K. A. P., & Indriana, N. P. R. K. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Premenstrual Syndrom Pada Siswi Sekolah Menengah Atas. *Bali Medika Jurnal*, 10(1), 86–95. <https://doi.org/10.36376/Bmj.V10i1.327>
- WHO. (2021). *Ini Makanan Yang Disarankan Who Untuk Dikonsumsi Saat Pandemi Covid-19*. Kompas. <https://www.kompas.com/tren/read/2021/07/10/103700665/Ini-Makanan-Yang-Disarankan-Who-Untuk-Dikonsumsi-Saat-Pandemi-Covid-19>

**PENGARUH MINUM JAHE MERAH TERHADAP RASA NYERI
PERSALINAN KALA II PADA PRIMIGRAVIDA DI KLINIK
MUTIARA MEDIKA RANGKASBITUNG**

***THE EFFECT OF RED GINGER DRINK ON SECOND STAGE OF
LABOR PAIN IN PRIMIGRAVIDA AT MUTIARA MEDIKA CLINIC
RANGKASBITUNG***

Nintinjri Husnida, Kadar Kuswandi, Yayah Rokayah
Poltekkes Kemenkes Banten
Korespondensi : kadarkuswandi@gmail.com

ABSTRACT

Labor pain is the most significant source of discomfort during childbirth, so it can produce levels of pain that often exceed the limits of physical endurance. During labor itself, there are other variables that make each woman's perception of pain unique, namely the frequency of contractions, the size and position of the baby, the length of labor, freedom of movement, the degree of fatigue and anxiety, feeling alone versus being supported and the amount of self-confidence and readiness. This study aims to determine the effect of red ginger drink on labor pain in the second stage of primigravida at Mutiara Medika Clinic, Rangkasbitung in 2022.

The design used in this research is quasi-experimental. Research variables 25 grams of red ginger, 50 grams of red ginger, pain scale II. Data were collected through observation sheets from the results of the intervention of giving red ginger to the second stage of labor. The sample used was 29 primigravida mothers for each control and intervention group with a total of 87 people. Data analysis with the results of the bivariate test analysis used the Wilcoxon non-parametric test to test the difference in mean pain before and after the intervention in each group of women giving birth, and the Kruskal-Wallis test to test the difference in mean delta pain between groups of women giving birth.

From the research that has been done, it was found that the highest mean reduction in pain and a statistically significant decrease occurred in maternity mothers who were given milk plus 50 grams of ginger. The difference in pain reduction between groups was statistically significant ($p=0.000$). The doses used were 25 grams of red ginger and 50 grams after testing and statistical calculations, the 50 gram dose was the most effective proven to reduce pain scale in maternity mothers.

Midwives as health workers who directly deal with mothers in labor and their families, must be able to provide education and apply the use of red ginger powder to reduce pain in the second stage of labor for mothers in labor and their families.

Keywords: Second Stage Labor Pain, Red Ginger

ABSTRAK

Nyeri persalinan merupakan sumber yang paling signifikan dari ketidaknyamanan saat melahirkan, sehingga dapat menghasilkan tingkat rasa sakit yang sering melebihi batas ketahanan fisik. Selama persalinan itu sendiri, ada variabel lain yang membuat persepsi nyeri yang dirasakan setiap wanita unik, yaitu frekuensi kontraksi, ukuran dan posisi bayi, lama persalinan, kebebasan bergerak, derajat kelelahan maupun kecemasan, merasa sendiri versus mendapat dukungan dan besarnya rasa percaya diri dan kesiapan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh minuman jahe merah terhadap rasa nyeri persalinan kala ii pada primigravida di Klinik Mutiara Medika Rangkasbitung Tahun 2022. Rancangan yang digunakan dalam penelitian adalah quasi eksperimen . Variabel penelitian ini adalah Jahe merah 25 gram, jahe merah 50 gram , skala nyeri kala II. Data dikumpulkan melalui lembar observasi dari hasil intervensi pemberian jahe merah pada Ibu bersalin Kala II. Sampel yang digunakan sebanyak 29 ibu primigravida untuk masing-masing kelompok kontrol dan intervensi dengan total 87 orang. Analisis data dengan hasil analisis uji bivariat digunakan uji non parametric Wilcoxon untuk uji perbedaan rerata rasa nyeri sebelum dan setelah intervensi pada masing-masing kelompok ibu bersalin, dan uji Kruskal-Wallis untuk uji perbedaan rerata delta rasa nyeri antar kelompok ibu bersalin. Dari penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa rerata penurunan rasa nyeri tertinggi dan penurunannya signifikan secara statistik, terjadi pada ibu bersalin yang diberi minum susu plus jahe 50 gram. Perbedaan penurunan rasa nyeri antar kelompok dinyatakan signifikan secara statistic ($p=0.000$). Dosis yang digunakan yaitu jahe merah 25 gram dan 50 gram setelah dilakukan uji coba dan penghitungan secara statistik maka dosis 50 gram paling efektif terbukti menurunkan skala nyeri pada Ibu bersalin. Bidan sebagai tenaga kesehatan yang langsung berhadapan dengan Ibu bersalin beserta keluarga nya, harus dapat memberikan edukasi maupun mengaplikasikan penggunaan serbuk jahe merah untuk mengurangi rasa nyeri kala II persalinan pada Ibu bersalin maupun keluarga Ibu bersalin.

Kata Kunci: Nyeri Persalinan Kala II, Jahe Merah

PENDAHULUAN

Persalinan atau melahirkan bayi suatu proses yang normal pada wanita usia subur. Persalinan merupakan peristiwa penting yang sangat ditunggu oleh

setiap pasangan suami istri. Menyambut kelahiran sang buah hati merupakan saat yang sangat membahagiakan setiap keluarga, maka segala dukungan moral dan material dicurahkan oleh suami, keluarga bahkan seluruh anggota masyarakat, demi kesejahteraan ibu dan janinnya (Maryunani, 2010)

Ibu yang akan melahirkan sering mengalami nyeri, nyeri persalinan merupakan suatu proses fisiologis yang luar biasa dan intensitas nyeri yang dirasakan berbeda-beda. Nyeri pada proses persalinan diakibatkan karena peregangan segmen bawah rahim selama kontraksi servik, Rasa nyeri merupakan hal yang normal terjadi dan merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari persalinan, sekitar 80%-95% wanita melahirkan melaporkan rasa nyeri yang hebat selama persalinan akibat dilatasi serviks dan penurunan presentasi bayi (Tournaire and Theau-Yonneau, 2007)

Sebenarnya rasa nyeri diperlukan untuk mengenali adanya kontraksi uterus selama proses

persalinan, tetapi kadang rasa nyeri tersebut bisa menimbulkan akibat patologis yang dirasakan terus menerus, ditambah rasa cemas dan ketakutan yang dialami ibu bersalin. Penelitian yang dilakukan oleh Zahra Ghanbari, et al. mendapatkan hasil sebesar 35% dari responden memilih melahirkan dengan cara sectio caesaria (SC) karena takut pada nyeri persalinan.

Nyeri persalinan merupakan sumber yang paling signifikan dari ketidaknyamanan saat melahirkan, sehingga dapat menghasilkan tingkat rasa sakit yang sering melebihi batas ketahanan fisik. Selama persalinan itu sendiri, ada variabel lain yang membuat persepsi nyeri yang dirasakan setiap wanita unik, yaitu frekuensi kontraksi, ukuran dan posisi bayi, lama persalinan, kebebasan bergerak, derajat kelelahan maupun kecemasan, merasa sendiri versus mendapat dukungan dan besarnya rasa percaya diri dan kesiapan. Dalam sebuah penelitian ditemukan bahwa 67% ibu merasa sedikit khawatir, 12% merasa sangat

khawatir dan 23% merasa tidak khawatir tentang nyeri persalinan.

Maka mengurangi rasa nyeri adalah hal yang penting dan perlu dipertimbangkan oleh penolong persalinan melalui upaya mengatasi nyeri persalinan. Hal ini sejalan dengan program yang dicanangkan kementerian kesehatan yaitu program Making Pregnancy Saver (MPS) yang merupakan salah satu aspek penatalaksanaan dalam persalinan yaitu aspek sayang ibu (Aryani, 2015). Bidan dalam praktiknya memberikan asuhan persalinan diharapkan dapat memberikan kenyamanan selama persalinan, hal ini sesuai dengan KEPMENKES No 369 Tahun 2007 tentang standar profesi bidan salah satunya berisi mengenai standar kompetensi bidan selama persalinan dan kelahiran yaitu pemberian kenyamanan dalam persalinan seperti pengurangan nyeri tanpa obat (Kepmenkes, 2007) Sedangkan, menurut PERMENKES No 97 Tahun 2014 mengenai pelayanan kesehatan masa melahirkan dalam pasal 14 salah satu aspek dasar yang diberikan kepada

ibu bersalin yaitu asuhan sayang ibu dan sayang bayi (PERMENKES, 2014).

Berbagai upaya dilakukan untuk menurunkan nyeri pada persalinan. Pengendalian rasa nyeri dapat dilakukan dengan terapi farmakologis maupun non-farmakologis. Pengendalian nyeri secara farmakologis lebih efektif dibanding dengan metode nonfarmakologis namun metode farmakologis lebih mahal, dan berpotensi mempunyai efek yang kurang baik. Sedangkan metode nonfarmakologis bersifat murah, simpel, efektif, dan dapat mengurangi efek samping pada ibu dan bayi yang ditimbulkan oleh obat-obatan.

Terapi non farmakologis yang dapat dilakukan untuk mengobati nyeri persalinan yaitu dengan ramuan herbal, relaksasi, hipnoterapi dan akupuntur. Terapi ramuan herbal dapat dilakukan dengan cara menggunakan obat tradisional yang berasal dari bahan-bahan tanaman. Beberapa bahan tanaman dipercaya dapat mengurangi rasa nyeri yaitu, kayu manis, kedelai, cengkeh, kunyit, jahe (ginger), oso

dresie, herbal cina (Anurogo and Wulandari, 2011).

Jahe (*Zingiber officinale* Rosc.) merupakan tanaman obat berupa tumbuhan rumpun berbatang semu. Jahe termasuk dalam suku temu-temuan (*zingiberaceae*), satu famili dengan temu-temuan lainnya seperti temu lawak (*Cucuma xanthorrhiza*), temu hitam (*Curcuma aeruginosa*), kunyit, (*Curcuma domestica*), kencur (*Kaempferia galanga*), lengkuas (*Languas galanga*), dan lain-lain. Jahe merupakan rempah-rempah Indonesia yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, terutama dalam bidang kesehatan. Jahe berasal dari Asia Pasifik yang tersebar dari India sampai Cina (Paimin, 2008).

Jahe (*ginger*) sama efektifnya dengan asam mefenamat (*mefenamic acid*) dan ibuprofen untuk mengurangi nyeri (Anurogo and Wulandari, 2011). Selain bahannya mudah didapat, ramuan minuman jahe mudah dibuat. Jahe mengandung zat yang berhasiat menghilangkan rasa sakit dan mual saat menstruasi (Shakouri *et al.*, 2011).

Berdasarkan data yang diperoleh dari survey pendahuluan di Klinik Mutiara Medika Rangkasbitung menunjukkan bahwa jumlah persalinan normal di bulan Maret 2021 sebanyak 50 Orang. Saat ini terdapat 2 pasien primipara sedang dalam persalinan kala II. Para ibu primipara ini menyatakan tidak tahan dengan nyeri yang dirasakan terutama pada kala II. Ibu merasakan nyeri di bagian perut, pinggang, punggung dan menjalar ke tulang belakang. Di Ruang bersalin Klinik Mutiara Medika Rangkasbitung tersebut belum memberikan terapi non-farmakologis seperti pemberian minuman jahe kepada ibu saat melahirkan, sehingga ibu terus merasakan nyeri saat melahirkan.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh minuman jahe merah terhadap rasa nyeri persalinan kala II pada primigravida di Klinik Mutiara Medika Rangkasbitung.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan menggunakan ibu bersalin primigravida sebagai subjek

penelitian yang berjumlah 87 (delapan puluh tujuh) orang ibu bersalin; Ibu bersalin dibagi menjadi tiga kelompok, yang terdiri dari 29 ibu bersalin sebagai kelompok kontrol (tidak meminum jahe merah, mereka hanya meminum susu); 29 orang ibu bersalin yang diberi intervensi minum jahe merah dengan dosis 25 gram, dan 29 orang ibu bersalin kelompok intervensi minum jahe merah dengan dosis 50 gram. Perlakuan (memberi minum) dilakukan sejak masuk kala I fase aktif sampai pembukaan lengkap. Penelitian ini dilakukan di Klinik Mutiara Medika Rangkasbitung pada bulan Maret sampai dengan Bulan Juli 2022. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah Uji Non Parametrik Wilcoxon (karena data tidak berdistribusi normal) untuk

membedakan rerata nyeri sebelum dan setelah perlakuan pada masing-masing kelompok ibu bersalin. Sedangkan untuk menguji perbedaan selisih rerata rasa nyeri antar kelompok ibu bersalin digunakan Uji Non Parametrik Kruskal Wallis (karena data tidak berdistribusi normal). Penelitian ini telah memperoleh keterangan layak etik dengan nomor 0320/EA/KEPK/2022 dari Poltekkes Kemenkes Semarang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan sebagai berikut:

Tabel 1 menunjukkan bahwa skala nyeri sebelum diberikan intervensi memiliki variasi skala nyeri yang berbeda, dengan rerata skala nyeri terendah pada kelompok kontrol yang hanya akan diberi minum susu, dan

Tabel 1. Rerata Rasa Nyeri kala II Persalinan Pada Kelompok Ibu Bersalin

Kelompok	Rerata Rasa Nyeri	Keterangan
Kontrol (Hanya minum susu)	1.56	Rerata Nyeri diukur sebelum diberi intervensi/saat masuk Kala II
Intervensi (minum susu + jahe merah 25gram)	5.97	
Intervensi (minum susu + jahe merah 50gram)	7.66	

rerata skala nyeri tertinggi pada kelompok intervensi yang akan diberi minum jahe merah 50 gram.

Nyeri kala II atau nyeri persalinan pada penelitian ini adalah suatu perasaan tidak menyenangkan yang merupakan respon individu yang menyertai dalam proses persalinan pada pembukaan lengkap sampai lahirnya bayi oleh karena adanya perubahan fisiologis dari jalan lahir dan Rahim.

Nyeri persalinan yakni rasa sakit yang timbul ketika berlangsungnya persalinan dimulai dari kala I persalinan, dimana terjadinya rasa sakit sebab dalam tubuh ibu terdapat aktivitas besar untuk mengeluarkan bayinya, seluruhnya ini bagi ibu adalah sakit. Sakitnya kontraksi diawali dari perut bagian bawah, dan berkemungkinan untuk menyebar ke kaki. Dimulainya rasa sakit ini seperti tertusuk sedikit, kemudian sampai puncak, dimana terjadinya hal ini saat timbulnya kontraksi otot-otot rahim untuk mendorong bayi keluar dari rahim (Matteo *et al.*, 2012)

Nyeri yang dialami seseorang bersifat sangat subyektif, tergantung

bagaimana seseorang menginterpretasikan nyeri, namun tingkat nyeri yang dirasakan oleh penderita dapat diukur dengan skala pengukuran nyeri dan dengan pemeriksaan kadar endorfin dalam darah. Salah satu cara untuk mengukur tingkat nyeri adalah dengan menggunakan skala nyeri berdasarkan skala intensitas numerik (*numeric rating scale*), yaitu: 0-10.

Tingginya rerata rasa nyeri tersebut dimungkinkan karena beberapa faktor antara lain, pengalaman melahirkan yang belum pernah dialami. Hal ini menjadikan asumsi secara psikologis ibu hamil yang baru pertama kali melahirkan memiliki rasa tegang dan takut yang tinggi, sehingga menimbulkan efek kaku pada otot dan mekanisme persalinan yang dirasa merupakan sesuatu hal yang menyakitkan. Selain itu dengan perasaan takut maka efek hormone endorfin yang dikenal sebagai hormone pereda nyeri alami tubuh, yang diproduksi Tubuh sebagai respons terhadap stress atau ketidaknyamanan juga terhambat. Faktor lain

yang memungkinkan karena faktor usia, dukungan keluarga terhadap kehamilan atau kebiasaan ibu selama hamil seperti tidak pernah senam hamil sehingga kurangnya persiapan ibu secara psikologis menghadapi persalinan juga bisa menyebabkan rasa nyeri yang berlebihan saat persalinan.

Faktor lain yang memungkinkan karena anatomi dan kemajuan persalinan tiap orang yang berbeda seperti kekuatan, ambang nyeri, pembukaan, penurunan kepala bayi. Hal ini sejalan dengan teori mekanisme persalinan (Murray, Huelsmann and Ananda, 2013) yang menyatakan nyeri persalinan disebabkan oleh kontraksi, distensi segmen bawah uterus, penarikan ligamen panggul, pembukaan serviks, dan peregangan vagina serta dasar panggul. Nyeri alih persalinan mungkin dirasakan di dinding abdomen, punggung bawah, krista iliaka, bokong dan paha. Disfungsi uterus dapat terjadi akibat nyeri tidak mereda. Nyeri menyebabkan kelelahan. (Murray, Huelsmann and Ananda, 2013)

Penelitian lain yang memperkuat menurut Rini yang menyatakan gambaran intensitas nyeri pada persalinan adalah dapat dikelompokkan dalam pengelompokan lima kategori yaitu berdasarkan jumlah skor yaitu tidak nyeri, nyeri ringan, nyeri sedang, nyeri berat dan nyeri sangat berat. Intensitas nyeri adalah gambaran tentang seberapa parah nyeri yang dirasakan individu, pengukuran intensitas nyeri sangat subjektif dan individual, kemungkinan nyeri dalam intensitas yang sama dirasakan sangat berbeda. Pengukuran nyeri dengan pendekatan objektif yang paling mungkin adalah menggunakan respon fisiologis tubuh terhadap nyeri itu sendiri. (Harini, 2018)

Oleh sebab itu dengan adanya rasa nyeri pada persalinan yang dialami setiap wanita, diperlukan pengetahuan tentang adaptasi nyeri yang dapat dilakukan pada saat konseling masa hamil, support ibu hamil untuk melakukan senam hamil, terapi nyeri dengan pendekatan non farmakologi untuk pengurangan nyeri dan

dukungan keluarga sebagai upaya persiapan secara mental dan fisik nantinya dalam menghadapi persalinan.

Tabel 2 menunjukkan bahwa rerata penurunan rasa nyeri paling tinggi terjadi pada kelompok ibu hamil yang diberi minum susu plus jahe merah 50 gram, yaitu sebesar - 1.90. Sedangkan pada kelompok ibu bersalin yang hanya diberi minum susu, terjadi peningkatan rerata rasa nyeri sebesar + 6.07.

Rerata penurunan rasa nyeri paling tinggi terjadi pada kelompok ibu hamil yang diberi minum susu plus jahe merah 50 gram, yaitu sebesar - 1.90. Dalam hal ini responden diberikan perlakuan berupa minuman jahe merah. Adanya penurunan rasa nyeri pada hasil ini dimungkinkan karena jahe mengandung zat yang menimbulkan efek relaksasi dan anti nyeri, sehingga apabila diberikan pada seorang yang sedang merasakan nyeri makan akan berkurang.

Hasil ini sejalan dengan Almasyhuri dkk dalam melsa, yaitu secara empiris jahe biasa digunakan

sebagai obat masuk angin, gangguan pencernaan, analgesic, antipiretik dan anti inflamasi. Jahe juga mengandung komponen aktif non volatile fenol antara lain gingerol, shogaol dan zingeron yang memiliki aktifitas sebagai antioksidan yang dapat meringankan nyeri. Hal yang sama juga dinyatakan oleh Ozgoli, Goli, & Moattar (2009) dalam Imaniar MS bahwa jahe merah adalah varian jahe yang sangat cocok untuk herbal dengan kandungan minyak atsiri dan oleoresinnya yang lebih tinggi dibandingkan varian jahe lainnya, karena itu biasanya jahe merah bisa digunakan untuk pengobatan tradisional dan yang paling banyak diberikan adalah dalam bentuk minuman jahe. (Maryunani, 2010)

Kandungan Kimia rimpang jahe mengandung 2 komponen, yaitu volatile oil dan non-volatile oil. Volatile oil (minyak menguap) biasa disebut minyak atsiri merupakan komponen pemberi aroma yang khas pada jahe, umumnya larut dalam pelarut organik dan tidak larut dalam air. Minyak atsiri merupakan salah satu

dari dua komponen utama minyak jahe. Jahe kering mengandung minyak atsiri 1-3%, sedangkan jahe segar yang tidak dikuliti kandungan minyak atsiri lebih banyak dari jahe kering. Non-volatile oil (minyak tidak menguap) biasa disebut oleoresin salah satu senyawa kandungan jahe yang sering diambil, dan komponen pemberi rasa pedas dan pahit. Sifat pedas tergantung dari umur panen, semakin tua umurnya semakin terasa pedas dan pahit. Oleoresin merupakan minyak berwarna coklat tua dan mengandung minyak atsiri 15-35% yang diekstraksi dari bubuk jahe. Kandungan oleoresin dapat menentukan jenis jahe. Pada studi invitro menunjukkan ekstrak air dari rebusan jahe dapat menghambat aktivitas siklo oksigenase, sehingga dapat menghambat metabolisme asam

arakidonat dan agragasi platelet. Selain itu, jahe kering dapat digunakan untuk pengobatan reumatoid arthritis karena pada 75% pasien yang mengkonsumsi rimpang jahe sering terjadi penurunan rasa sakit dan bengkak. Mekanisme jahe kering dapat digunakan sebagai anti inflamasi terkait dengan kerjanya dalam menghambat dari biosintesis prostaglandin. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian ekstrak jahe merah dapat menurunkan kadar asam urat dalam darah. Selain itu juga dapat menurunkan rasa nyeri oleh karena penghambatan pada jalur siklo oksigenase Jahe merah memiliki volatile oil dan non-volatile oil yang dapat menurunkan kadar asam urat darah. Selain itu, jahe merah dapat meredakan nyeri oleh karena

Tabel 2. Rerata Penurunan Rasa Nyeri Kala II Persalinan Pada ibu Bersalin

Kelompok	Rerata Nyeri Sebelum	Rerata nyeri Setelah	Rerata Penurunan Rasa Nyeri
Kontrol	1.59	7.66	+ 6.07
Intervensi 25gram	5.97	5.72	- 0.24
Intervensi 50gram	7.66	5.76	- 1.90

penghambatan pada jalur siklo oksigenase sehingga prostaglandin dapat dihambat. (Ikawati, 2021)

Oleh sebab itu dengan efektifnya terjadi penurunan rasa nyeri pada persalinan, makan pemberian minuman jahe dapat dijadikan salah satu alternative pengurasangan rasa nyeri non farmakologi .

Tabel 3 menunjukkan bahwa kelompok ibu bersalin yang hanya diberi susu terjadi kenaikan rerata rasa nyeri setelah diberi minum susu (dari rerata nyeri 1.59 menjadi 7.66); dan kenaikan rerata rasa nyeri itu terjadi pada semua ibu bersalin yang hanya diberi minum susu saja (sebanyak 29 orang); dengan nilai $p = 0,000$, yang berarti terjadi kenaikan rerata rasa nyeri yang signifikan setelah diberi minum susu saja.

Susu Formula merupakan salah satu bentuk makanan cair yang bisa diberikan kepada Ibu bersalin. Teksturnya yang cair memudahkan dalam proses penyerapan, dengan tujuan agar energy yang dibutuhkan untuk kontaksi uterus lebih cepat di peroleh. Pada persalinan kala 1 fase laten boleh diberikan makanan jenis apa saja sesuai dengan selesra Ibu, namun akan lebih baik jika diberikan makanan yang mudah di cerna. Pada masa persalinan kala satu fase aktif jenis makanan yang diberikan adalah makanan cair yang mengandung nutrisi, karena pada saat proses persalinan terjadi perlambatan pengosongan lambung sehingga jika Ibu diberikan makanan yang biasa, maka zat-zat makanan yang terkandung didalamnya tidak bisa diabsorpsi.

Tabel 3. Hasil Analisis Perbedaan Rerata Rasa Nyeri Kala II Persalinan Pada ibu Bersalin

Pengukuran	Rerata Nyeri	Perbandingan Skor Nyeri	Jumlah	Nilai p (Wilcoxon)
Sebelum minum susu	1.59	Skor nyeri setelah < skor nyeri sebelum	0	0.000
		Skor nyeri setelah > skor nyeri sebelum	29	
Setelah minum susu	7.66	Skor nyeri setelah = skor nyeri sebelum	0	

Lebih tingginya peningkatan rerata rasa nyeri pada kelompok Ibu bersalin yang hanya diberi minum susu saja dimungkinkan karena susu merupakan makanan cair yang mudah diserap oleh tubuh. Sehingga membantu menimbulkan energy yang cukup untuk berkontraksi. Dengan demikian menimbulkan efeksi kontraksi yang lebih adequate dengan ambang sakit yang lebih.

Hasil ini sejalan dengan Samoyani dkk yang pernah melakukan penelitin dengan keempat responden yang diberikan susu formula menunjukkan kekuatan kontraksi uterus berlangsung adequate terjadi anatar 3-4 x/ 10 menit selama 40-45 detik . Beberapa komponen dari susu formula seperti lemak , protein, vitamin dan mineral (tanpa karbohidrat) cukup efektif dalam menimbulkan kontraksi uterus. Sedangkan proses pembukaan serviks dan penurunan kepala janin sangat dipengaruhi oleh kuat tidaknya kontraksi uterus. Dengan kata lain pemberian makanan cair sesuai evidence based berupa susu formula pada Ibu bersalin dapat memenuhi

kebutuhan kalori dalam waktu yang relative lebih cepat karena mudah dicerna dan diserap. (somoyani, lindayani and suarniti, 2013)

Penelitian lain yang sejalan adalah Formula yang dimaksud adalah susu dan teh. Susu merupakan makanan cair yang mengandung 150 kkal dalam 200 ml, sedangkan teh manis adalah makanan cair jernih yang mengandung 55 kkal dalam 200 ml. Pertimbangan pemilihan formula ini karena bahan makanan cair ini memiliki kandungan protein yang tinggi untuk pemenuhan kebutuhan gizi, serta kandungan vitamin B kompleks yang tinggi pula. Dengan demikian, diharapkan dapat membantu meningkatkan kontraksi otot uterus, dan kekuatan ibu mendedan. (Febriyanti and Moita, 2018)

Tabel 4 menunjukkan bahwa kelompok ibu bersalin yang diberi minum susu plus jahe 25gram terjadi penurunan rerata rasa nyeri setelah diberi minum susu plus jahe 25gram (dari rerata nyeri 5.97 menjadi 5.72); ibu bersalin yang mengalami penurunan skor nyeri setelah minum susu plus jahe 25gram sebanyak 16

Tabel 4. Hasil Analisis Perbedaan Rerata Rasa Nyeri Kala II Persalinan Pada ibu Bersalin yang Diberi Minum Susu plus Jahe 25gram

Pengukuran	Rerata Nyeri	Perbandingan Skor Nyeri	Jumlah	Nilai p (Wilcoxon)
Sebelum minum susu+jahe 25gram	5.97	Skor nyeri setelah < skor nyeri sebelum	16	0.567
		Skor nyeri setelah > skor nyeri sebelum	11	
Setelah minum susu+jahe 25gram	5.72	Skor nyeri setelah = skor nyeri sebelum	2	

orang, yang mengalami kenaikan skor nyeri sebanyak 11 orang, sedangkan yang skor nyerinya tetap sebanyak 2 orang. Nilai p yang diperoleh sebesar 0,567, yang berarti tidak terdapat perbedaan signifikan rerata rasa nyeri antara sebelum dan setelah diberi minum susu plus jahe 25gram.

Tabel 5 menunjukkan bahwa kelompok ibu bersalin yang diberi

minum susu plus jahe 50gram terjadi penurunan rerata rasa nyeri setelah diberi minum susu plus jahe 50gram (dari rerata nyeri 7.66 menjadi 5.76); ibu bersalin yang mengalami penurunan skor nyeri setelah minum susu plus jahe 50gram sebanyak 22 orang, yang mengalami kenaikan skor nyeri sebanyak 3 orang, sedangkan yang skor nyerinya tetap sebanyak 4

Tabel 5. Hasil Analisis Perbedaan Rerata Rasa Nyeri Kala II Persalinan Pada ibu Bersalin yang Diberi Minum Susu plus Jahe 50gram

Pengukuran	Rerata Nyeri	Perbandingan Skor Nyeri	Jumlah	Nilai p (Wilcoxon)
Sebelum minum susu+jahe 50gram	7.66	Skor nyeri setelah < skor nyeri sebelum	22	0.000
		Skor nyeri setelah > skor nyeri sebelum	3	
Setelah minum susu+jahe 50gram	5.76	Skor nyeri setelah = skor nyeri sebelum	4	

orang. Nilai p yang diperoleh sebesar 0,000, yang berarti terdapat perbedaan rerata rasa nyeri yang signifikan antara sebelum dan setelah diberi minum susu plus jahe 50gram.

Tabel 6 menunjukkan bahwa delta rerata rasa nyeri tertinggi terdapat pada kelompok ibu hamil yang diberi susu plus jahe 50gram (sebesar 1.90), dengan rerata ranking 64.22; dan nilai $p=0.000$, yang berarti terdapat perbedaan rerata delta rasa nyeri yang signifikan antara kelompok ibu bersalin.

50 mg. Pada dosis jahe merah 25 mg didapatkan nilai p yang diperoleh sebesar 0,567, yang berarti tidak terdapat perbedaan signifikan rerata rasa nyeri antara sebelum dan setelah diberi minum susu plus jahe 25gram, tetapi bila dilihat skor penurunan nyeri masih lebih banyak yaitu (16 orang). Artinya secara total terdapat penurunan rasa nyeri tetapi secara statistik tidak terdapat pengaruh jahe merah dosis 25 mg terhadap penurunan rasa nyeri.

Jahe merah merupakan salah satu minuman herbal yang dapat

Tabel 6. Hasil Analisis Perbedaan Rerata Selisih/Delta Rasa Nyeri Kala II Persalinan Pada Kelompok Ibu Bersalin

Kelompok	Rerata Selisih	Rerata Rank	Nilai p (Kruskal-wallis)
Kontrol	-6.07	15.29	0.000
Intervensi 25gram	0.24	52.48	
Intervensi 50gram	1.90	64.22	

Pemberian minuman jahe merah dalam penelitian ini diberikan dalam dalam dua dosis. Hal ini untuk mendapatkan hasil tentang pengaruh minuman jahe terhadap penurunan rasa nyeri. Dosis yang pertama diberikan jahe merah sebanyak 25 mg, dosis kedua diberikan jahe merah sebanyak

mengatasi nyeri saat menstruasi sebagai anti inflamasi dengan cara kerjanya yaitu dapat menghambat kerja enzim di dalam siklus cyclooxygenase sehingga dapat menghambat pelepasan enzim tersebut menuju prostaglandin yang menyebabkan inflamasi. Jahe merah dipercaya dapat mengatasi rasa

nyeri saat menstruasi, karena jahe merah ini bersifat menghangatkan tubuh, anti inflamasi dan analgesik yang dapat menghambat kerja enzim dalam siklus siklooksigenase sehingga dapat menghambat pelepasan enzim tersebut menuju prostaglandin yang menyebabkan terjadinya inflamasi. Selain itu jahe merah juga dapat menghambat terjadinya kontraksi pada uterus yang dapat menyebabkan nyeri saat menstruasi. (Pratiwi and Mutiara, 2017)

Tidak terdapat pengaruh jahe merah dengan dosis 25 mg tersebut dimungkinkan karena dosis terlalu rendah sehingga efek relaksasi dari jahe kurang bekerja secara optimal. Hasil penelitian mengenai dosis yang pernah dilakukan daily dalam sinta PA yaitu Pemberian ekstra jahe yang dikonsumsi dalam bentuk minuman dapat disajikan dengan merebus jahe dengan air panas dengan volume air 400 ml yang kemudian dijadikan 200 ml. Dalam studi yang meneliti efektifitas pemberian ekstrak jahe peneliti memberikan dosis dengan rentang 750-2.000 mg kapsul bubuk jahe perhari

untuk tiga hari. Hasil studi yang dilakukan Pemberian dosis 750 mg hingga 2.000 mg bubuk jahe per hari menyatakan tidak ada perbedaan yang signifikan dalam efikasi antar dosis. Oleh karena itu, akan lebih bijaksana untuk memulai memberikan dosis 750 mg (Hanna *et al.*, 2018) Sehingga dapat disimpulkan tidak ada pengaruh yang signifikan terhadap dosis pemberian terapi jahe. sehingga, penulis merekomendasikan untuk memberikan dosis dari mulai yang paling rendah (Hanna *et al.*, 2018) Maka dari itu, penulis menyarankan untuk memberikan terapi jahe dimulai dengan dosis paling rendah. (Harlinda *et al.*, 2018).

Akan tetapi dari hasil penelitian lain hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan ramadhan dalam Rahmawati I Dari penggunaan jahe putih kecil dengan komposisi 50 gram dan 25 gram terdapat penurunan intensitas nyeri sehingga dapat dikatakan jahe efektif sebagai pereda rasa nyeri. Hal ini dikarenakan jahe atau rhizoma yang ada pada jahe mengandung beberapa

zat aktif antara lain minyak atsiri yang terdiri antara lain zingiberin, kamfena, zingiberol, dan banyak lainnya. Komponen zat lain yang ditemui pada rimpang jahe adalah oleoresin zat ini memiliki manfaat yang beragam. Secara umum aroma khas pada jahe disebabkan oleh minyak atsiri sedangkan rasa pedasnya bersumber pada oleoresin-nya. Masing – masing senyawa tersebut diketahui memiliki khasiat tertentu bagi tubuh. Senyawa phenol dalam oleoresin misalnya terbukti memiliki efek anti radang dan diketahui ampuh mengusir penyakit sendi juga ketegangan yang dialami oleh otot. (Rahmawati, 2016)

Pada dosis 50 gram jahe merah Nilai p yang diperoleh sebesar 0,000, yang berarti terdapat perbedaan rerata rasa nyeri yang signifikan antara sebelum dan setelah diberi minum susu plus jahe 50gram. Artinya penelitian ini menggunakan dosis 50 gram sebagai dosis tertinggi. Yang efek sangat berarti terhadap penurunan rasa nyeri pada ibu bersalin.

Berpengaruhnya pemberian jahe dengan dosis 50 gram ini ,

dimungkinkan dengan dosis ini efektifitas kandungan jahe bekerja secara optimal . Adapun kandungan jahe merah yang berfungsi sebagai analgetik memberikan dampak penurunan rasa nyeri pada saat kontraksi. Selain itu efek relaksasi dari jahe merah dapat menurunkan ketegangan otot-otot yang kaku pada saat kontraksi dan juga menurunkan kadar hormone prostaglandin. Sehingga dengan minum jahe merah ini menyebabkan elastisitas otot-otot termasuk otot Rahim dan perineum yang menyebabkan seorang ibu dapat mengendalikan rasa sakit / mulas pada saat kontraksi dan efek penurunan kadar prostaglandin ini juga menimbulkan penurunan rasa sakit.

Beberapa bahan tanaman dipercaya dapat mengurangi rasa nyeri. Salah satu tanaman tersebut adalah jahe (*Zingibers Officinale Rosc.*) yang bagian rimpangnya berfungsi sebagai analgesik, antipiretik, dan anti inflamasi.(Kuminah, Noorma and Imamah, 2023)

Hasil ini sejalan dengan penelitian ramadhan dalam Rahmawati

I menyatakan berdasarkan uji one-way anova didapatkan hasil Ada pengaruh pemberian minum jahe hangat dengan intensitas nyeri persalinan kala I. (P value $0,023 < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa minum jahe hangat terutama dengan 50 gram jahe putih dapat menurunkan intensitas nyeri. Jahe memiliki prospek sebagai pereda rasa nyeri untuk mengkonfirmasi kemanjuran jahe sebagai analgesik .

Hasil penelitian Berdasarkan hasil penelitian ini bahwa minuman jahe merah dapat mengurangi rasa nyeri haid atau nyeri dismenorea sesuai dengan persentase penelitian sebanyak 29 mahasiswi dengan persentase (69,0%). Penelitian ini menunjukkan bahwa minuman jahe merah sangat berpengaruh terhadap penurunan nyeri haid atau dismenorea(Siagian and Ritonga, 2021).

Penelitian lain mengenai pengaruh pemberian jahe merah terhadap perubahan skala nyeri pada santri di Pondok Pesantren Al-Istiqomah Kudus, menunjukkan bahwa

terdapat penurunan skala nyeri disminore dan responden juga terlihat lebih rileks dan tenang selama mengalami disminore. Penelitian ini dapat menjadi salah satu cara mengurangi disminore dengan terapi non farmakologis.(Hartinah and Prabandari, 2021)

Menurut Ramli Ramuan jahe yang diberikan lebih cepat 2 hari sebelum dan 3 hari sesudah haid menunjukkan pengurangan intensitas nyeri(Ramli and Santy, 2017). Hasil penelitian lain yang memperkuat menurut Adiani dalam Shinta PA mengatakan selain menurunkan intensitas nyeri mengkonsumsi ekstrak jahe dengan dosis tinggi 1,5 gram dapat menurunkan kadar hormon prostaglandin saat menstruasi, terbukti dalam penelitian yang dilakukan terdapat perbedaan yang signifikan antara kadar hormon prostaglandin sebelum konsumsi ekstrak jahe 303,32 pg/ml kemudian mengalami penurunan setelah konsumsi ekstrak jahe 178,77 pg/ml dengan nilai $p = 0,00$ yang artinya ada penurunan yang signifikan. (Harlinda *et al.*, 2018)

Adanya perbedaan dosis adalah untuk melihat sejauhmana minuman jahe merah berpengaruh terhadap penurunan rasa nyeri. Sehingga jahe merah merupakan salah satu alternative yang dapat digunakan sebagai pengobatan tradisional non farmakologi yang aman digunakan pada Ibu bersalin untuk mengurangi nyeri persalinan kala II.

antar kelompok dinyatakan signifikan secara statistic ($p=0.000$).

Data tersebut mengandung makna bahwa dari dosis yang digunakan yaitu jahe merah 25 gram dan 50 gram setelah dilakukan uji coba dan penghitungan secara statistic maka dosis 50 gram paling efektif terbukti menurunkan skala nyeri pada Ibu bersalin.

Hal ini dimungkinkan karena dosis

Tabel 7. Dosis Efektif Jahe Merah Penurunan Rasa Nyeri Kala II Persalinan Pada Kelompok Ibu Bersalin

Kelompok	Univariat			Bivariat			Uji Kruskal-Wallis
	\bar{X} sbm	\bar{X} stl	Δ	Pengukuran	\bar{X}	p	
Kontrol	1.56	7.66	+6.07	sbm	1.56	0.000	Sig. Nyeri meningkat
				stlh	7.66		
Intervensi 25gram	5.97	5.72	-0.24	sbm	5.97	0.567	Tdk signifikan
				stlh	5.72		
Intervensi 50gram	7.66	5.76	-1.90	sbm	7.66	0.000	Sig. Nyeri menurun
				stlh	5.76		
Hasil:	Penurunan rasa nyeri tertinggi terdapat pada kelompok ibu bersalin dengan pemberian minum susu plus jahe merah 50gram			Penurunan rasa nyeri kala II persalinan yang signifikan hanya terjadi pada kelompok ibu bersalin yang diberi minum susu plus jahe merah 50 gram. Sedangkan pada kelompok control signifikan terjadi kenaikan rasa nyeri kala II persalinan.			Terdapat perbedaan penurunan rasa nyeri kala II persalinan yang signifikan di antara ketiga kelompok ibu bersalin.

Tabel 7 menunjukkan bahwa rerata penurunan rasa nyeri tertinggi dan penurunannya signifikan secara statistic, terjadi pada ibu bersalin yang diberi minum susu plus jahe 50gram. Dan perbedaan penurunan rasa nyeri

50 gram jahe merah dapat menurunkan hormon prostaglandin sehingga menurunkan efek rasa sakit pada saat kontraksi. Kandungan dari jahe sebagai analgaetik memaksimalkan fungsinya sebagai pereda maupun penahan rasa

sakit. Selain itu dosis 50 gram ini dibuat dalam bentuk minuman jahe yang terasa hangat sehingga dengan dosis tersebut efek relaksasi semakin meningkat yang membuat penurunan rasa nyeri di antara his yang adekuat. Efek relaksasi juga dipercaya memberikan kelenturan dan elastisitas otot-otot termasuk otot perineum sehingga rasa saki semakin berkurang.

Pada kelompok diberi jahe putih kecil 50 gram. Sebelum diberi perlakuan, rata – rata intensitas nyeri responden 7.00 sedangkan setelah diberikan perlakuan, rata – rata intensitas nyeri reponden 5,00. Sehingga setelah diberi perlakuan jahe putih kecil 50 gram terdapat penurunan intensitas nyeri sebesar 2.00. Pada kelompok diberi jahe putih kecil 25 gram sebelum diberi perlakuan, rata – rata intensitas nyeri 5.20 sedangkan setelah diberikan perlakuan jahe putih kecil 25 gram terdapat penurunan 3.80. sehingga setelah diberi perlakuan jahe putih kecil 25 gram terdapat penurunan intensitas nyeri sebesar 1.40. Dari penggunaan jahe putih kecil dengan komposisi 50 gram dan 25 gram

terdapat penurunan intensitas nyeri sehingga dapat dikatakan jahe efektif sebagai pereda rasa nyeri dengan dosis 50 gram penurunan nyeri lebih efektif dibanding 25 gram.(Rahmawati, 2016)

Selain itu penelitian lain yang mendukung adalah Terdapat pengaruh pemberian minuman jahe merah hangat terhadap nyeri persalinan kala I di Rumah Sakit Kota Jayapura Tahun 2020 (p value 0,000). Menurut peneliti dengan memberikan minuman jahe merah kala I yang diminum saat diluar kontraksi sehingga ibu bisa meminumnya sedikit demi sedikit ini terbukti mengalami penurunan 2,00. jahe merah yang memiliki manfaat antiradang dengan komponen aktifnya, yaitu gingerol, gingerdione, dan zingeron yang menghambat prostaglandin dengan cara menghambat enzim siklooksigenase. peran petugas dalam memberikan rasa nyaman serta menekan komplikasi-komplikasi yang mungkin muncul dengan memberikan intervensi pemberian jahe yang memiliki efek anti radang yang sama dengan NSAIDs sehingga ibu bersalin bisa mendapatkan jahe merah dengan

mudah dan pembuatannya yang simple selain itu Lintang Pancarani (2017) dalam Dahlan FM juga mengatakan peningkatan nyeri persalinan dihubungkan dengan kecemasan berlebihan karena tegangan otot meningkat sehingga menyebabkan efektivitas kontraksi uterus berkurang. Nyeri dapat memengaruhi kondisi ibu dan menimbulkan stress. Stress dapat menyebabkan melemahnya kontraksi rahim dan berakibat pada persalinan lama. Pemberian minuman jahe hangat merupakan salah satu metode pengurangan nyeri secara non-farmakologi. (Dahlan, Juneldi and Azzahroh, 2020)

Oleh sebab itu minuman jahe merah hangat ini merupakan salah satu alternative yang dapat dipilih sebagai pengobatan penurun rasa sakit pada saat kontraksi pada Ibu bersalin. Jahe merah ini mudah di dapat dan diolah sehingga memudahkan bagi penggunaanya . selain itu manfaat jahe merah sebagai analgetik dan relaksasi nya menjadi pilihan pengobatan non farmakologi yang dapat digunakan

untuk mencegah terjadinya persalinan kala II memanjang.

SIMPULAN

Masing-masing kelompok Ibu bersalin sebelum diberi intervensi mengalami/memiliki skala nyeri yang berbeda dengan rerata skala nyeri terendah terdapat pada kelompok Ibu bersalin yang akan diberi minum susu saja , sedangkan rerata skala nyeri tertinggi terdapat pada kelompok Ibu bersalin yang akan diberi minum susu plus jahe merah 50 gram. Bahwa rerata penurunan rasa nyeri paling tinggi terjadi pada kelompok ibu hamil yang diberi minum susu plus jahe merah 50 gram. Minuman jahe merah berpengaruh terhadap penurunan rasa nyeri kala II pada primigravida dan Dosis efektif minuman jahe merah terhadap penurunan rasa nyeri persalinan kala II adalah 50 gram.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penelitian ini dapat berjalan dan diselesaikan sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan karena adanya dukungan dari berbagai pihak. Oleh

karena itu kami sebagai peneliti mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat Direktur Poltekkes Kemenkes Banten beserta staf yang telah membantu mengusulkan penelitian ini untuk memperoleh dana, Para reviewer yang telah memberikan masukan untuk koreksi dan perbaikan penelitian yang dilakukan; pengelola jurnal yang mempublikasikan artikel hasil penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anurogo, D. and Wulandari, A. (2011) 'Cara jitu mengatasi nyeri haid', *Yogyakarta: Andi* [Preprint].
- Aryani, N. (2015) 'Konsep pendidikan anak usia dini dalam perspektif pendidikan islam', *POTENSIA: Jurnal Kependidikan Islam*, 1(2), pp. 213–227.
- Dahlan, F.M., Juneldi, N. and Azzahroh, P. (2020) 'Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Merah Hangat Terhadap Nyeri Persalinan Kala I di Rumah Sakit Kota Jayapura Tahun 2020', *Journal for Quality in Women's Health*, 3(2), pp. 247–252.
- Febriyanti, S.N.U. and Moita, P.H. (2018) 'Perbedaan Lama Persalinan Ibu Bersalin Yang Diberikan Susu Formula Dan Teh', in *Prosiding Seminar Nasional Unimus*.
- Hanna, E. *et al.* (2018) 'Greenland blocking index daily series 1851–2015: Analysis of changes in extremes and links with North Atlantic and UK climate variability and change', *International Journal of Climatology*, 38(9), pp. 3546–3564.
- Harini, R. (2018) 'Counterpressure dan Efek terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Ibu Primigravida', *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 5(1), pp. 29–33.
- Harlinda, K. *et al.* (2018) 'Phytochemical, antioxidant and antimicrobial properties of *Litsea angulata* extracts', *F1000Research*, 7.
- Hartinah, D. and Prabandari, D.W. (2021) 'Pengaruh pemberian jahe merah terhadap perubahan nyeri disminorhea', *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 12(1), pp. 171–178.
- Ikawati, N. (2021) 'Hubungan Ketuban Pecah Dini Dan Inersia Uteri Dengan Kejadian Partus Lama Di Rumah Sakit Umum Sawerigading Palopo Tahun 2019'. Masakar.
- Kepmenkes, R.I. (2007) 'Nomor 938/Menkes', *SK/2007 Tentang Standar Asuhan Kebidanan* [Preprint].
- Kuminah, K., Noorma, N. and Imamah, I.N. (2023) 'Pengaruh Pemberian Seduhan Jahe Merah Terhadap Intensitas Dismenore Pada Remaja Putri Di Madrasah Aliyah Negeri Tanjung Selor Bulungan', *Aspiration of Health Journal*, 1(2), pp. 314–325.
- Maryunani, A. (2010) 'Nyeri dalam

- persalinan “teknik dan cara penanganannya””, *Jakarta: Trans info media* [Preprint].
- Matteo, B. *et al.* (2012) ‘Determinants of ante-partum depression: a multicenter study’, *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 47, pp. 1959–1965.
- Murray, M.L., Huelsmann, G.M. and Ananda, W. (2013) ‘Persalinan & melahirkan: praktik berbasis bukti’, *Jakarta: EGC* [Preprint].
- Paimin, F.B. (2008) ‘Seri Agribisnis Budi Daya Pengolahan, Perdagangan Jahe’, *Cetakan XVII. Penebar Swadaya. Jakarta* [Preprint].
- Pratiwi, L.A. and Mutiara, H. (2017) ‘Pengaruh Jahe terhadap Nyeri saat Menstruasi’, *Majority*, 6(1), pp. 51–54.
- Rahmawati, I. (2016) ‘Pengaruh Pemberian Minum Jahe Hangat Dengan Intensitas Nyeri Pada Persalinan Kala I Di Rsia Kumalasiwi Kabupaten Jepara’, *Jurnal Kebidanan*, 5(2), pp. 138–142.
- Ramli, N. and Santy, P. (2017) ‘Efektifitas Pemberian Ramuan Jahe (*Zingiber officinale*) dan Teh Rosella (*Hibiscus sabdariffa*) terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Haid’, *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 2(1), pp. 61–66.
- Shakouri, P. *et al.* (2011) ‘Adaptive cruise control system: comparing gain-scheduling PI and LQ controllers’, *IFAC Proceedings Volumes*, 44(1), pp. 12964–12969.
- Siagian, H.S. and Ritonga, M. (2021) ‘Pengaruh Minuman Jahe Merah (*Zingiber Offcinale Roscoe Var. Rubrum*) terhadap Penurunan Skala Nyeri Dismenorea Primer pada Mahasiswi di Program Studi S1 Farmasi Universitas Imelda Medan’, *JIFI (Jurnal Ilmiah Farmasi Imelda)*, 5(1), pp. 11–15.
- Somoyani, N.I.K., LindayanI, I.K. and Suarniti, N.I.W. (2013) ‘Gambaran Kemajuan Persalinan Pada Ibu Bersalin yang Diberikan Susu Kedelai dengan Susu Formula’, *JURNAL ILMIAH KEBIDANAN (The Jurnal Of Midwifery)*, 1(1), pp. 39–52.
- Tournaire, M. and Theau-Yonneau, A. (2007) ‘Complementary and alternative approaches to pain relief during labor’, *Evidence-based complementary and alternative medicine*, 4, pp. 409–417.