

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pengetahuan

2.1.1 Pengertian Pengetahuan

Berdasarkan Notoadmojo (Notoatmodjo, 2020), pengetahuan adalah hasil dari "tahu", yang terjadi setelah seseorang mengamati suatu objek menggunakan panca indra manusia, yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan sentuhan. Pengetahuan berasal dari hasil pengamatan dan persepsi terhadap suatu objek. Pengetahuan merupakan hasil pengelolaan informasi yang diterima oleh indra dan diproses dalam pikiran manusia pada seberapa besar perhatian dan cara mempersepsikan objek tersebut (Silitonga et al., 2023). Pengetahuan juga dampak yang tertanam di dalam pikiran manusia, hasil dari penggunaan indranya, pengetahuan berbeda dengan keyakinan, mitos, dan informasi yang salah. Pengetahuan bisa diartikan sebagai segala sesuatu yang diketahui. Pengetahuan juga merupakan faktor yang dapat memengaruhi perilaku kesehatan seseorang (Allen et al., 2021).

2.1.2 Tingkat Pengetahuan

Ada 6 tingkatan pengetahuan menurut (Notoatmodjo, 2020) yaitu :

1. Tahu (Know)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk kedalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (recall) sesuatu yang spesifik dan seluruh bahan yang dipelajari

atau rangsangan yang telah diterima. Oleh karena itu tahu merupakan tingkatan yang paling rendah.

2. Memahami (Comprehension)

Pengetahuan yang dimiliki pada tahap ini dapat diartikan sebagai suatu kemampuan menjelaskan tentang objek atau sesuatu dengan benar. Seseorang yang telah faham tentang pelajaran atau materi yang telah dilakukan dapat menjelaskan, menyimpulkan, dan menginterpretasikan objek atau sesuatu yang telah dipelajarinya tersebut.

3. Aplikasi (Application)

Suatu kaidah, prinsip, rumus, teknik dalam konteks yang lain. Kemampuan dalam menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi dan kondisi sebenarnya disebut dengan aplikasi.

4. Analisis (Analysis)

Analisis merupakan suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam suatu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

5. Sintesis (Syntesis)

Kemampuan analisis yang dimiliki seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), memisahkan dan mengelompokkan, membedakan atau membandingkan.

6. Evaluasi (Evaluation)

Pengetahuan yang dimiliki pada tahap ini berupa kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Evaluasi dapat digambarkan sebagai proses merencanakan,

memperoleh, dan menyediakan informasi yang diperlukan untuk membuat alternative keputusan. Tahapan pengetahuan tersebut menggambarkan tingkatan pengetahuan yang dimiliki seseorang setelah melalui berbagai proses seperti mencari, bertanya, mempelajari, atau berdasarkan pengealaman.

2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Berdasarkan Notoadmojo 2007 dalam (Zeffira et al., 2023) pengetahuan ibu hamil dipengaruhi oleh:

A. Faktor Internal (Faktor dari dalam)

1. Usia/Umur :

Usia/umur sangat mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin membaik dan pemahamannya akan lebih matang.

2. Pendidikan:

Merupakan upaya untuk memberikan pengetahuan sehingga terjadi perubahan perilaku positif bagi ibu, ibu yang berpendidikan tinggi cenderung memahami informasi kesehatan yang lebih baik.

3. Pekerjaan :

Pekerjaan yang dikembangkan dapat memberikan pengetahuan dan keterampilan profesional, Ibu yang bekerja memiliki akses informasi lebih luas.

4. Motivasi :

Motivasi adalah dorongan, keinginan, dan tenaga yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu, yang berasal dari dalam dengan rasa ingin tahu dan semangat tinggi. Dalam mencapai tujuan memerlukan rangsangan dari dalam individu maupun dari luar individu motivasi murni merupakan motivasi yang betul-betul didasari akan pentingnya suatu perilaku akan dirasakan suatu kebutuhan.

5. Persepsi :

Persepsi adalah suatu sistem untuk mengenal dan memilih objek sehubungan dengan tindakan yang akan diambil oleh seseorang untuk melakukan tindakan.

6. Gravida (Jumlah Kehamilan)/Pengalaman :

Gravida adalah jumlah kehamilan yang pernah dialami oleh seorang perempuan, termasuk kehamilan yang sedang berlangsung, tanpa memperhatikan hasil akhir kehamilan tersebut. Ibu yang baru pertama kali hamil disebut primigravida, sedangkan ibu yang telah mengalami kehamilan lebih dari satu kali disebut multigravida, lebih dari sama dengan 5 disebut grandemultigravida. Pengalaman kehamilan yang berulang membuat ibu multigravida cenderung telah terpapar lebih banyak informasi kesehatan melalui kunjungan Antenatal Care (ANC) maupun pengalaman kehamilan sebelumnya, sehingga dapat mempengaruhi tingkat pengetahuannya dibandingkan ibu primigravida yang baru pertama kali menjalani kehamilan dan (Ariyanti, 2025).

7. Usia Kehamilan :

Berdasarkan (Febrianti et al., 2023), banyak studi menemukan bahwa ibu pada trimester lebih lanjut cenderung punya pengetahuan lebih tinggi karena telah menjalani lebih banyak kunjungan ANC, mengikuti kelas ibu hamil, atau mendapat lebih banyak paparan informasi dari tenaga kesehatan selama kehamilan. Artinya semakin lanjut kehamilan, semakin banyak interaksi edukatif hingga pengetahuan meningkat.

B. Faktor Eksternal (faktor luar)

1. Sumber informasi :

Merupakan transfer pengetahuan dimana semakin banyak informasi maka semakin banyak pula pengetahuan yang didapat. Kemudahan memperoleh informasi dapat membantu mempercepat ibu untuk memperoleh pengetahuan yang baru. Sumber informasi bisa dari mana saja contoh, bidan, buku KIA, media sosial, media cetak dll.

2. Lingkungan :

Lingkungan sangat memengaruhi cara seseorang menyerap pengetahuan tersebut. Lingkungan memberikan pengaruh pertama bagi seorang orang, di mana seseorang bisa belajar hal-hal yang baik dan juga hal-hal yang buruk, tergantung pada sifat kelompoknya. Dalam lingkungan seseorang akan mendapat pengalaman yang memengaruhi cara berpikir seseorang.

3. Sosial Budaya

Sosial budaya mempunyai pengaruh pada pengetahuan seseorang. Seseorang memperoleh suatu kebudayaan dalam hubungannya dengan orang lain, karena hubungan ini seseorang mengalami suatu proses belajar dan memperoleh suatu pengetahuan.

2.1.4 Cara Memperoleh Pengetahuan

Berdasarkan (Wawan & Dewi, 2019), cara mendapatkan pengetahuan yang ada 2 cara yaitu :

1. Cara tradisional untuk mendapatkan pengetahuan :
 - a.) Cara mencoba salah (Trial dan Error), cara ini dilakukan dengan mencoba beberapa kemungkinan untuk menyelesaikan masalah.
 - b.) Cara otoriter, pengetahuan didapatkan karena adanya kekuasaan atau wibawa seseorang, seperti pemimpin, tokoh agama, pemerintah, atau ahli ilmu.
 - c.) Berdasarkan pengalaman pribadi, pengetahuan bisa didapatkan dengan mengingat kembali pengalaman yang pernah dialami sebelumnya, terutama dalam memecahkan masalah.
2. Cara modern dalam mendapatkan pengetahuan :

Cara ini disebut metode penelitian ilmiah atau metodologi penelitian, awalnya dikembangkan oleh Francis Bacon, kemudian dikembangkan lebih lanjut oleh Deobold Van Daven.

2.1.5 Cara Mengukur Pengetahuan

Berdasarkan Arikunto dalam (Irawan et al., 2022), cara mengukur pengetahuan bisa dilakukan dengan wawancara atau angket. Kedua cara ini

bertujuan untuk mengetahui sejauh mana seseorang memahami materi yang akan diukur. Pertanyaan dalam wawancara atau angket disesuaikan dengan tingkat pengetahuan yang ingin diukur. Jenis pertanyaan yang digunakan dalam pengukuran pengetahuan terdiri dari dua macam:

1. Pertanyaan subjektif

Pertanyaan ini biasanya berbentuk esai. Hasil penilaiannya bisa berbeda karena bergantung pada pendapat atau penilaian subjektif dari orang yang menilai, maka nilai yang diberikan mungkin berbeda dari satu penilai ke penilai lainnya.

2. Pertanyaan objektif

Jenis pertanyaan ini seperti pilihan ganda, benar-salah, dan soal menghubungkan Hasil penilaiannya bisa dilakukan secara pasti karena jawaban yang benar dan salah sudah jelas. Pada pertanyaan objektif dengan pertanyaan favourable/positif dan Unfavorable/negative.

Cara menghitung pengetahuan dapat dikategorikan sebagai berikut:

$$\text{Presentase} = (\text{Skor Diperoleh} : \text{Skor Maksimal}) \times 100\%$$

Menurut (Arikunto, 2019), pengukuran tingkat pengetahuan bisa dibagi menjadi tiga kategori:

1. Pengetahuan baik, jika responden dapat menjawab 76-100% dari seluruh soal dengan benar.
2. Pengetahuan cukup, jika responden dapat menjawab 56-75% dari seluruh soal dengan benar.
3. Pengetahuan kurang, jika responden dapat menjawab di bawah 56% dari seluruh soal dengan benar.

2.2 Kehamilan

2.2.1 Pengertian Kehamilan

Kehamilan merupakan proses alami yang membuat perubahan pada ibu dan lingkungannya. Saat hamil, tubuh wanita mengalami perubahan besar untuk mendukung tumbuh kembang bayi di dalam rahim selama masa kehamilan. (Wati et al., 2023). Kehamilan adalah proses sel sperma bertemu dengan sel telur di dalam indung telur (ovarium), yang disebut konsepsi. Zigot terbentuk menempel di dinding rahim, dan terbentuklah plasenta. Proses ini terus berlangsung sampai janin tumbuh dan berkembang. Proses kehamilan normal biasanya 280 hari, yaitu 40 minggu atau 9 bulan 7 hari, dihitung mulai dari hari pertama haid terakhir. Kehamilan bisa menimbulkan masalah atau komplikasi kapan saja. Saat ini, diterima bahwa kehamilan memiliki risiko bagi ibu dan janin pada setiap tahapannya. Kehamilan dibagi menjadi tiga tahap, yaitu trimester pertama, kedua, dan ketiga. Pada trimester pertama, yaitu selama 0-14 minggu/0-3 bulan, ibu hamil mengalami perubahan suasana hati, sembelit, sering buang air besar, dan ada keinginan makan makanan tertentu dan perubahan nafsu makan ibu berkurang, dan sering merasa mual serta ingin muntah dapat membuat berat badan tidak sesuai pada masa ini, ibu tetap harus makan agar bayi bisa tumbuh sehat. Trimester kedua berlangsung pada minggu ke-14-ke-28/4-6 bulan, di mana ibu hamil bisa merasakan nyeri di bagian bawah perut dan nafsu makan mulai membaik. Trimester ketiga terjadi pada minggu ke-28-ke-40/7-9 bulan, terdapat gejala seperti rasa lelah, ketidaknyamanan, sering buang air besar, depresi ringan, dan rawan terjadi

kenaikan berat badan ibu yang tidak sesuai usia kehamilan. (Efendi et al., 2022).

2.3 Berat Badan dan Kenaikan Berat Badan

2.3.1 Pengertian Berat Badan

Berat badan adalah parameter antropometri yang mudah berubah. Berat badan dianggap normal jika seseorang dalam kondisi kesehatan yang baik dan terdapat keseimbangan antara asupan makanan dan kebutuhan nutrisi yang dibutuhkan. Berat badan dianggap tidak normal, maka ada dua kemungkinan yaitu pertumbuhan berat badan bisa terjadi lebih cepat atau lebih lambat dibandingkan kondisi normal. Berat badan perlu diawasi terus-menerus agar bisa memberikan informasi yang membantu mengambil tindakan pencegahan nutrisi sejak dini, sehingga dapat mengatasi kemungkinan penurunan atau peningkatan berat badan yang tidak diinginkan. Antropometri merupakan cara pengukuran tubuh sederhana yang dapat membantu menilai status gizi seseorang. Antropometri meliputi pengukuran berat badan, tinggi badan, dan lingkar perut (Fasitasar et al., 2024). Berat badan adalah salah satu hal penting yang digunakan untuk mengetahui kondisi tubuh seseorang, mengetahui berat badan seseorang, kita bisa mendapatkan berbagai informasi untuk menganalisis kondisi tubuhnya (Auliah et al., 2020). Berat badan ibu hamil menggambarkan keseimbangan makanan yang dikonsumsi dengan kebutuhan tubuh ibu dan janin dalam kandungan. Pemantauan berat badan ibu hamil dilakukan setiap kali melakukan pemeriksaan antenatal care (ANC) disetiap

trimester agar bisa mengetahui bagaimana keadaan kesehatan ibu dan pertumbuhan janin dalam kandungan.

2.3.2 Pengertian Kenaikan Berat Badan

Kenaikan berat badan adalah situasi di mana total massa tubuh bertambah karena akumulasi jaringan (sering kali berupa lemak) melebihi atau kurang dari berat badan awal. Kenaikan berat badan ibu selama hamil merupakan proses alami yang meliputi pertumbuhan janin, plasenta, cairan ketuban, peningkatan volume darah, dan peningkatan jaringan tubuh ibu. Oleh karena itu, mengukur berat badan secara rutin adalah cara sederhana untuk memantau kesehatan ibu dan pertumbuhan bayi dalam kandungan (Nurkumalasari et al., 2024). Di Indonesia, standar kenaikan berat badan yang sehat adalah 9 sampai 12 kilogram. Kenaikan berat badan ibu selama kehamilan dihitung mulai dari trimester pertama sampai trimester ketiga (Mooduto et al., 2023). Komponen kenaikan berat badan (Prawirohardjo, 2014) bagan yang membuat berat badan ibu meningkat.

Tabel 2.1 Bagian Komponen Kenaikan Berat Badan Ibu Hamil

Jaringan dan Cairan	10 Minggu	20 Minggu	30 Minggu	40 Minggu
Janin	5 g	300 g	1500 g	3400 g
Plasenta	20 g	170 g	430 g	650 g
Cairan Amnion	30 g	350 g	750 g	800 g
Uterus	140 g	320 g	600 g	970 g
Mammae	45 g	180 g	360 g	405 g
Darah	100 g	600 g	1300 g	1450 g
Cairan ekstraseluler	0	30 g	80 g	1480 g
Lemak	350 g	2050 g	3480 g	3345 g
Total	650 g	4000 g	8500 g	12500 g

(Sumber : (Prawirohardjo, 2014))

Kenaikan berat badan ibu selama masa kehamilan sangat penting dan mempengaruhi kesehatan ibu serta bayi. Berat badan ibu sebelum hamil

sangat penting. Jika kenaikan berat badan sesuai usia kehamilannya, maka dapat membantu pertumbuhan bayi secara baik dan mengurangi terjadinya komplikasi selama kehamilan (Fitri, 2025).

2.3.3 Standart Kenaikan Berat Badan

Standar kenaikan berat badan untuk ibu hamil di Indonesia ditentukan berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) sebelum hamil (Srimulyawati et al., 2021), yang sesuai dengan panduan yang ada dalam Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). Pedoman ini merujuk pada saran dari *Institute of Medicine* (IOM) yang juga diadopsi oleh *American College of Obstetricians and Gynecologists* (ACOG), tetapi telah disesuaikan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) ibu yang memiliki berat badan normal sebelum hamil disarankan menambah berat badan 11,5-16 kg (Fitri, 2025). Kategori dan saran untuk meningkatkan berat badan menurut Buku KIA, *World Health Organization* (WHO) dan Kemenkes RI (Kemenkes & Komunitas, 2025), adalah sebagai berikut:

1. Underweight/kurus ($<18,5 \text{ kg/m}^2$), total pertambahan berat badan 12,5-18 kg, pertambahan berat badan pada trimester I 1-3 kg, pertambahan berat badan per minggu pada trimester II dan trimester III 0,5 kg.
2. Normal ($18,5\text{--}24,9 \text{ kg/m}^2$), total pertambahan berat badan 11,5-16 kg, pertambahan berat badan pada trimester I 1-3 kg, pertambahan berat badan per minggu pada trimester II dan trimester III 0,4 kg.
3. Overweight/Gemuk ($25,0\text{--}29,9 \text{ kg/m}^2$), total pertambahan berat badan 7-11,5 kg, pertambahan berat badan pada trimester I 1-3 kg,

pertambahan berat badan per minggu pada trimester II dan trimester III 0,3 kg.

4. Obese ($>30,0 \text{ kg/m}^2$), total pertambahan BB 5-9 kg, pertambahan berat badan pada trimester I 0,2-2 kg, pertambahan berat badan per minggu pada trimester II dan trimester III 0,2 kg.

Berikut Rumus untuk menghitung IMT :

Rumus IMT : $\text{Berat Badan Pra Hamil} : (\text{Tinggi Badan})^2$
--

2.3.4 Faktor Kenaikan Berat Badan

Berdasarkan (Nursihhah, 2022), beberapa hal yang menyebabkan kenaikan berat badan yaitu :

1. Nutrisi, asupan nutrisi ibu yang bergizi, pemenuhan gizi seimbang merupakan kombinasi makanan sehari-hari yang memiliki kandungan nutrisi dalam variasi dan jumlah yang cocok dengan kebutuhan tubuh, serta mengurangi konsumsi garam.
2. Aktivitas, perubahan gaya hidup yang baik sangat diperlukan selama masa kehamilan, melakukan aktivitas fisik dan berolahraga secara rutin adalah hal yang penting dan bermanfaat bagi ibu dan bayi.
3. Pengetahuan, pengetahuan ibu tentang gizi, pola makan yang baik, dan berat badan yang normal maka berdampak baik bagi ibu dan janinnya, namun kurangnya pengetahuan dan edukasi yang dimiliki ibu juga berdampak.
4. Ekonomi, kurangnya kondisi finansial ibu yang menyebabkan kebutuhan nutrisi terhambat.

5. Usia/umur, salah satu penyebab kenaikan berat badan ibu selama kehamilan adalah usia ibu. Seiring bertambahnya usia, proses metabolisme tubuh bisa menurun. Jadi, ibu yang hamil di atas usia 40 tahun memiliki kemungkinan yang lebih besar untuk mengalami peningkatan berat badan selama masa kehamilan.

2.3.5 Dampak Kenaikan Berat Badan

Berdasarkan (Prawirohardjo, 2014) dan (J. R. Natalia et al., 2020), ada dampak yang disebabkan oleh kenaikan berat badan yang tidak sesuai yaitu :

1. Dampak berat badan berlebih pada ibu hamil:
 - a. Diabetes gestasional : Berat badan yang berlebih bisa menyebabkan tubuh menjadi resisten terhadap insulin, yang meningkatkan kemungkinan terkena diabetes saat hamil dan dapat berlanjut menjadi diabetes tipe 2 di masa depan.
 - b. Hipertensi & Preeklampsia: Kenaikan berat badan yang tidak terkontrol dapat membuat tekanan darah naik drastis (hipertensi gestasional) yang bisa mengakibatkan preeklampsia, sebuah kondisi berbahaya bagi ibu hamil.
 - c. Kesulitan Persalinan: Ibu hamil dengan berat badan berlebih berisiko tinggi mengalami masalah saat melahirkan, seperti bahu bayi yang tersangkut (distosia bahu) dan gagal induksi.
 - d. Persalinan Caesar: Kemungkinan untuk menjalani operasi caesar jauh lebih tinggi bagi ibu yang memiliki berat badan berlebih dibandingkan dengan ibu yang berat badannya normal.

- e. Masalah Fisik dan Mental: Berat badan yang berlebihan dapat menyebabkan nyeri punggung yang parah, sesak napas, dan setelah melahirkan, ada risiko mengalami perdarahan postpartum serta gangguan suasana hati akibat pengalaman melahirkan yang traumatis.
2. Dampak berat badan berlebih pada janin dan jangka panjang setelah lahir:
- a. Makrosomia (Bayi Lahir Besar): Tingginya kadar glukosa dalam darah ibu akan masuk ke dalam janin, yang membuat pankreas bayi memproduksi terlalu banyak insulin. Hormon insulin berperan sebagai "hormon pertumbuhan," sehingga janin bisa tumbuh terlalu besar (biasanya lebih dari 4 kg), yang dapat menyebabkan cedera saat lahir, seperti dislokasi bahu, dan meningkatkan kemungkinan persalinan caesar.
 - b. Hipoglikemia Neonatal (Gula Darah Rendah pada Bayi): Selama di dalam kandungan, janin terbiasa menerima banyak glukosa dan memproduksi insulin dalam jumlah yang lebih banyak. Saat bayi lahir dan tali pusarnya dipotong, pasokan gula dari ibu berhenti, tetapi kadar insulin di dalam tubuh bayi masih sangat tinggi. Ini dapat menyebabkan gula darah bayi turun dengan cepat setelah lahir.
 - c. Gangguan pernapasan dan kelahiran prematur: Kombinasi diabetes dan tekanan darah tinggi bisa mengganggu perkembangan paru-paru janin, sehingga bisa menyebabkan bayi lahir lebih awal.
 - d. Risiko obesitas: Bayi yang lahir dari ibu yang mengalami obesitas dan diabetes akan mengalami apa yang disebut pemrograman di dalam

kandungan. Paparan nutrisi yang berlebihan di dalam rahim dapat mengubah metabolisme dan nafsu makan anak secara permanen, yang membuat mereka lebih rentan mengalami obesitas dari masa kanak-kanak hingga remaja.

- e. Diabetes Tipe 2 dan Resistensi Insulin: Lonjakan insulin dalam kandungan membuat tubuh anak menjadi kurang sensitif terhadap insulin di kemudian hari (Lackovi et al., 2024).

2.3.6 Pengetahuan Ibu Tentang Kenaikan Berat Badan

Pengetahuan seorang ibu hamil tentang kenaikan berat badan yang sesuai dengan usia kehamilan adalah hal penting yang mempengaruhi cara ibu memantau dan mengatur berat badannya selama masa kehamilan. Pengetahuan yang baik akan membantu ibu untuk mengerti berapa banyak berat badan yang seharusnya naik sesuai dengan kategori IMT sebelum hamil, bagaimana pola kenaikan berat badan setiap trimester, serta risiko yang bisa muncul jika berat badan naik terlalu banyak.

Menurut (Prawirohardjo, 2014) dan (Yuyun Triwisnanti, 2025) ibu hamil yang memiliki pemahaman yang baik tentang peningkatan berat badan biasanya lebih sukses dalam mengatur pola makan dan aktivitas fisik mereka, sehingga kenaikan berat badan mereka sesuai dengan saran yang ada dalam Buku KIA. Pengetahuan ibu hamil meliputi:

- a. Pengetahuan mengenai definisi kenaikan berat badan selama masa kehamilan.
- b. Pengetahuan standar kenaikan berat badan sesuai dengan Buku KIA.
- c. Pengetahuan pemantauan kenaikan berat badan (Buku KIA).

d. Pengetahuan tentang dampak kenaikan berat badan berlebih.

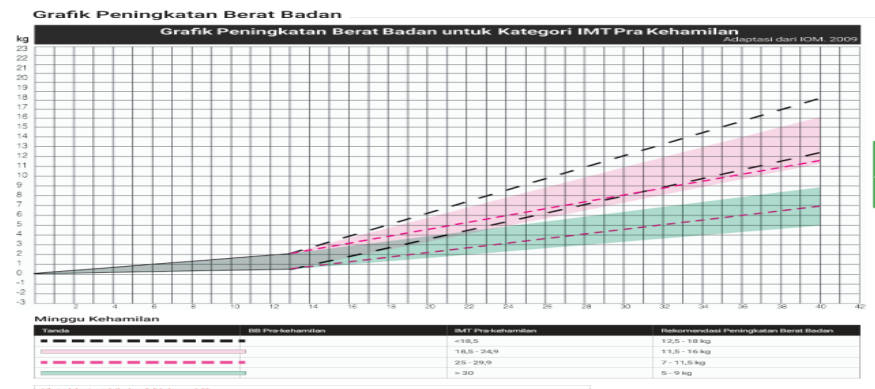
Beberapa studi menunjukkan bahwa masih ada banyak ibu hamil yang kurang pengetahuan tentang hal ini. Kurangnya pengetahuan membuat ibu sulit untuk mengetahui apakah kenaikan berat badannya normal atau terlalu banyak, sehingga meningkatkan kemungkinan terjadinya komplikasi selama kehamilan (Syahid et al., 2023). Pengetahuan ibu hamil tentang kenaikan berat badan tidak hanya meliputi teori, tetapi juga bagaimana cara menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, seperti cara membaca grafik buku KIA, mengatur pola makan yang seimbang, dan menjaga aktivitas fisik yang tepat selama masa kehamilan.

2.3.7 Pengetahuan Konsep Pemantauan Berat Badan Berdasarkan KIA

Buku KIA adalah singkatan dari Buku Kesehatan Ibu dan Anak. Buku ini berisi informasi dan catatan penting tentang kesehatan ibu dan anak, mulai dari masa kehamilan sampai anak berusia 6 tahun. Buku KIA digunakan sebagai sarana berkomunikasi antara tenaga kesehatan, keluarga, dan ibu, serta sebagai alat untuk mencatat pelayanan kesehatan ibu dan anak secara terus-menerus (Ma'rifah et al., 2024). Buku KIA terdapat grafik untuk melihat berat badan berdasarkan usia kehamilan ibu, tetapi banyak ibu hamil tidak tahu cara membaca grafik tersebut. Selain itu, pencatatan berat badan oleh petugas kadang tidak sama, sehingga ibu tidak bisa mengetahui apakah berat badannya dalam batas normal atau tidak. Pemerintah pusat mendukung penggunaan buku KIA sebagai bagian dari program peningkatan kesehatan ibu dan anak. Buku ini membimbing petugas kesehatan memberikan pelayanan sesuai standar, mencatat data dengan benar, dan menjadi bukti

resmi yang dimiliki ibu untuk melihat kondisi kesehatan selama kehamilan, melahirkan, masa nifas, imunisasi, serta tumbuh kembang anak. Dengan adanya buku KIA, ibu dan keluarganya serta petugas kesehatan bisa dengan mudah mengetahui riwayat kesehatan ibu dan anak (Dewi, 2025). Konsep cara pemantauan grafik berat badan di buku KIA (Kemenkes, 2020) yaitu : Langkah-langkah untuk memantau grafik berat badan dalam Buku KIA adalah:

1. Menimbang berat badan ibu hamil pada setiap kunjungan Antenatal Care (ANC).
2. Menghitung kenaikan berat badan dari berat badan awal kehamilan.
3. Memplot hasil penimbangan tersebut pada grafik kenaikan berat badan yang ada di Buku KIA.
4. Menghubungkan titik-titik plot untuk membentuk garis tren kenaikan berat badan.
5. Menentukan kategori IMT pra-hamil atau awal kehamilan untuk melihat apakah garis tren tersebut sesuai dengan rekomendasi standar.
6. Membandingkan hasil plot dengan garis standar kenaikan berat badan sesuai kategori IMT. Jika berada di luar rentang, maka perlu dilakukan.



(Sumber :Buku KIA (Kemenkes, 2024)

Ibu dapat melihat atau memantau dari plot pada grafik yang telah dihubungkan setiap melakukan kunjungan ANC.

Grafik peningkatan berat badan dalam Buku KIA 2024 memiliki beberapa warna yang menunjukkan kategori berat badan ibu pra kehamilan berdasarkan IMT yaitu :

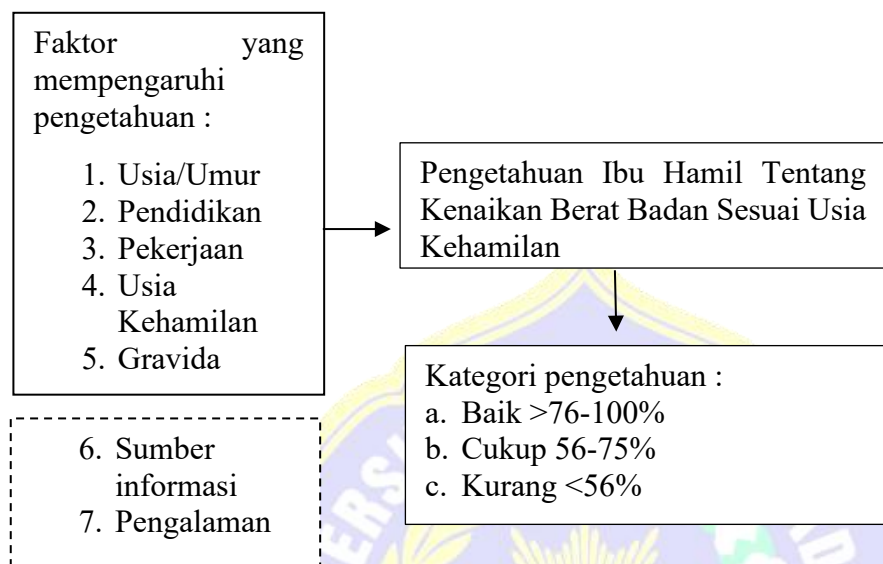
1. Garis hitam putus-putus menunjukkan standar kenaikan berat badan untuk ibu yang memiliki berat badan kurang sebelum hamil dengan anjuran kenaikan berat badan sebesar 12,5-18 kg selama kehamilan.
2. Bagian berwarna merah muda menunjukkan standar kenaikan berat badan untuk ibu dengan berat badan cukup sebelum hamil dengan anjuran kenaikan berat badan sebesar 11,5-16 kg selama kehamilan.
3. Bagian berwarna merah muda putus-putus menunjukkan standar kenaikan berat badan untuk ibu dengan berat badan berlebih sebelum hamil dengan anjuran kenaikan berat badan sebesar 7-11,5 kg selama kehamilan.
4. Bagian berwarna hijau menunjukkan standar kenaikan berat badan untuk ibu dengan berat badan sangat berlebih (obesitas) sebelum hamil dengan anjuran kenaikan berat badan sebesar 5-9 kg selama kehamilan (Kemenkes, 2024).

Tujuan pemantauan berat badan ibu dalam buku KIA memiliki beberapa tujuan, yaitu:

1. Menilai status gizi dan grafik berat badan ibu selama kehamilan.
2. Memantau pertumbuhan dan perkembangan janin
3. Mendeteksi secara dini risiko komplikasi kehamilan.

4. Menjadi dasar edukasi/informasi tentang kenaikan berat badan serta gizi bagi ibu hamil.
5. Meningkatkan kualitas pelayanan antenatal care (ANC).

2.4 Kerangka Konsep



Gambar 2. 1 Kerangka Konsep

 : Diteliti : Tidak Diteliti

(Sumber: Notoatmodjo, 2020; M. S. Natalia & Faraswati, 2023, Arikunto, 2019)

Berdasarkan gambar 2.1 kerangka konsep diatas, terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu hamil tentang kenaikan berat badan sesuai usia kehamilan meliputi usia/umur, pendidikan, pekerjaan, usia kehamilan, dan gravida. Sedangkan sumber informasi dan pengalaman juga merupakan faktor yang mempengaruhi pengetahuan namun tidak diteliti dalam penelitian ini. Faktor-faktor tersebut mempengaruhi pengetahuan ibu hamil tentang kenaikan berat badan sesuai usia kehamilan. Pengukuran dilakukan menggunakan kuesioner yang disesuaikan dengan pengetahuan ibu hamil. Hasil pengukuran kemudian dikategorikan menjadi tiga tingkat, yaitu pengetahuan baik apabila responden mampu menjawab benar

sebesar 76-100%, pengetahuan cukup apabila responden mampu menjawab benar sebesar 56-75%, dan pengetahuan kurang apabila responden hanya mampu menjawab benar kurang dari 56% (Arikunto, 2019)."

