

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kehamilan

1. Pengertian Kehamilan

Kehamilan merupakan masa transisi dalam siklus kehidupan, dimana akan terjadi perubahan baik secara fisiologis maupun psikologis. Perubahan tersebut dikombinasi dengan nilai sosial budaya, mitos, moral, dan interpretasi ajaran agama yang dapat mempengaruhi seksualitas perempuan selama kehamilan (Budiarti *et al.*, 2012).

Kehamilan merupakan suatu kebahagiaan bagi wanita hamil dan suaminya. Tetapi kehamilan akan menjadi suatu kekhawatiran, kekhawatiran yang dirasakan oleh wanita hamil pada trimester pertama, kedua, dan ketiga memiliki ciri tersendiri. Kekhawatiran ini akan mempengaruhi dirinya dan juga janin dalam kandungannya (Mubasyiro, 2013).

2. Perubahan Fisik Dan Psikologis Selama Kehamilan

a. Perubahan Fisik

Perubahan fisik yang terjadi meliputi perubahan sistem reproduksi, sistem kardiovaskuler, pencernaan, perubahan pada ginjal (Sehmawati dan inaya, 2018). Perubahan fisik yang terlihat yaitu perut menjadi tambah besar karena mengalami perubahan peningkatan berat badan (Nurmitasari *et al.* 2019).

b. Perubahan Psikologis

Selama hamil sangat normal apabila ibu mengalami *Mood Swing*. *Mood Swing* adalah perubahan emosi dan suasana hati yang naik turun kemudian mengalami peningkatan sensitivitas dan timbul kekhawatiran. Sebagian ibu hamil mengalaminya hanya saja ada yang ringan dan berat (Sehmawati dan inaya, 2018).

B. Seksualitas Selama Kehamilan

1. Pengertian Seksualitas

Seksualitas merupakan hasil proses dari interaksi fisiologis, psikologis dan psikososial yang meliputi kesadaran seksualitas akan jenis kelaminya, peran seksual yang sesuai dengan respon sosial. Pada wanita respon seksual timbul karena rangsangan psikis. Respon seksual ini diatur oleh susunan saraf yang rumit dan dipengaruhi oleh hormon seks dalam tubuhnya (Nuriana dan Khidri, 2017).

Sehmawati dan Inaya (2018) mengemukakan bahwa seksualitas merupakan kebutuhan rumah tangga. Bagi manusia, seksualitas adalah cara untuk mengekspresikan kesenangan, cinta dan kepuasan bagi pasangannya atau bahkan untuk mendapatkan anak.

2. Aktivitas Seksual ibu hamil

Menurut Studzinska *et al.*, (2015) mengemukakan bahwa selama kehamilan aktivitas seksual dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu :

1. *Anal Intercourse*
2. *Vaginal Intercourse*
3. *Oral Intercourse*
4. *Caressing and Foreplay*
5. *Mutual Masturbation*
6. *Manstrubation*
7. *Kissing*

Sebagian besar aktivitas seksual yang paling umum dilakukan selama kehamilan yaitu : *kissing, caressing and foreplay, vaginal intercourse*, sedangkan yang tidak umum dilakukan yaitu *mutual masturbation, oral sex, masturbation and anal intercourse*.

Menurut Nurmitasari *et al.*, (2019) mengemukakan bahwa seksualitas tidak hanya terfokus pada *coital activity* yang mencakup

desire, excitement, orgasm, dan resolution, tetapi juga terkait dengan *noncoital activity* yang bisa di ekspresikan dengan bentuk berpegangan tangan, ciuman, berbicara mesra, dan perhatian.

3. Faktor Yang Mempengaruhi Aktivitas Seksual Selama Kehamilan

1. Faktor Fisik

Penelitian Nurmitasari *et al.* (2019) menyebutkan bahwa sebagian besar informan mengeluhkan perubahan fisik yang dia alami diantaranya mudah lelah, sakit dibagian perut bawah, merasa terganggu dengan keadaan fisik dimana perut semakin membesar, peningkatan berat badan, payudara nyeri saat disentuh yang membuat enggan untuk berhubungan seksual, mual muntah pada saat trimester 1, hal tersebut dapat menurunkan hasrat seksual ibu hamil.

2. Faktor Psikologis

Penelitian Nurmitasari *et al.*, (2019) menyebutkan bahwa ibu hamil merasakan kekhawatiran akan janinya dan mengalami kecemasan apabila melakukan hubungan seksual.

Penelitian Sehmawati dan Inaya (2018) menyebutkan bahwa dilihat dari segi usia kehamilan kecemasan ibu hamil tiap trimesternya berbeda – beda yaitu :

a. Trimester 1

Pada trimester 1 gairah seks menurun akibat perubahan hormon yang tidak stabil setelah konsepsi terjadi. Kondisi ibu hamil pada trimester 1 seperti mual muntah, nafsu makan menurun, letih, dan mengantuk akan membuat lemah dan keinginan seks menurun.

b. Trimester 2

Pada trimester 2 ibu mulai merasa nyaman dengan kehamilannya, pada umumnya libido timbul kembali dan justru meningkat, hal ini disebabkan tubuh telah dapat menerima dan terbiasa dengan kondisi kehamilan, sehingga ibu hamil dapat menikmati aktivitas seksual dengan lebih leluasa.

c. Trimester 3

Pada trimester 3 tubuh ibu hamil mulai tampak membesar dan merasa sangat lelah, libido dapat turun kembali karena adanya faktor fisiologis serta adanya peningkatan cairan tubuh, akibatnya cairan vagina juga bertambah, sehingga kontak seksual kurang memuaskan.

Menurut penelitian Ratnasari (2016) faktor yang mempengaruhi aktivitas seksual selama kehamilan yaitu :

1. Usia Ibu

Bertambahnya usia perempuan dapat dilihat dari perubahan fisiknya salah satunya yaitu perubahan organ intim yang menjadikan ibu mengalami ketidaknyamanan ketika tidak berpakaian atau sedang berhubungan seksual.

2. Usia Gravida

Usia kehamilan dapat mengakibatkan penurunan gairah seksual. Pada trimester pertama ibu hamil belum beradaptasi terhadap kehamilannya dan terdapat perubahan hormonal yang mengakibatkan ibu hamil mengalami mual muntah, nyeri payudara. Pada trimester kedua gairah seksual ibu hamil meningkat lebih baik dibandingkan dengan trimester pertama karena sudah mampu beradaptasi terhadap perubahan hormonal sehingga lebih nyaman melakukan hubungan seksual. Pada trimester ketiga ibu hamil kembali mengalami penurunan gairah seksual karena perubahan fisik yang dialaminya yaitu perut semakin membesar yang menyebabkan sesak nafas dan tidak nyaman pada posisi telentang.

3. Usia Suami

Usia laki-laki dapat mempengaruhi kepuasan seksual, pada usia 35 tahun ke atas sudah dianggap dewasa sehingga merasa

sudah cukup puas dengan frekuensi hubungan seksualnya apabila dibandingkan dengan usia yang lebih muda.

4. Inisiasi Hubungan Seksual

Permulaan dalam hubungan seksual selama kehamilan dimulai dari keinginan suami yang menggebu-gebu dikarenakan terjadi perubahan pada ibu hamil yaitu perubahan payudara yang semakin membesar sehingga suami mudah terangsang.

5. Mitos

Terdapat kepercayaan terhadap hubungan seksual yang beredar misalnya dapat menyebabkan janin terluka atau menyebabkan persalinan premature yang membuat ibu hamil mengurangi gairah seksualnya yang mengakibatkan penurunan frekuensi dan hasrat seksual, hal ini dapat menimbulkan disfungsi seksual dan berdampak pada harga diri dan hubungan interpersonalnya.

Mitos tentang seksualitas selama kehamilan merupakan faktor yang paling mempengaruhi respon seksual karena banyak informasi yang tersebar dimasyarakat yang menimbulkan berkurangnya keinginan dalam melakukan aktivitas seksual.

C. Persepsi

1. Pengertian Persepsi

Menurut Candra *et al* (2017 : 67) menyatakan bahwa persepsi individu dapat menyadari dan dapat mengerti keadaan lingkungan yang ada disekitarnya maupun keadaan diri individu yang bersangkutan (*self perception*). Alat penghubung individu dengan dunia luar adalah alat indra.

2. Persepsi Ibu Hamil Tentang Aktivitas Seksual

Penelitian Hety (2016) menyatakan bahwa dari 40 responden mayoritas memiliki persepsi positif tentang hubungan seksual selama kehamilan trimester III yaitu 25 orang (63%). Dan responden yang

mempunyai persepsi positif menjawab kehamilan mengganggu gairah seksual saya dan suami merupakan hal yang biasa dalam kehamilan. Sedangkan dari 40 responden sebagian kecil memiliki persepsi negatif tentang hubungan seksual yaitu 15 orang (37%). Hal ini dapat dilihat dari jawaban responden yaitu hubungan seksual selama kehamilan trimester 3 dapat menyebabkan nyeri sehingga harus dihindari sampai melahirkan.

Penelitian Pebrina (2017) menyatakan bahwa dari 55 responden ternyata (18.2%) responden percaya mitos yang dianut ibu hamil, dan (81.8%) responden tidak percaya mitos yang dianut ibu hamil. Terdapat perbedaan proporsi antara mitos yang dianut ibu hamil dengan hubungan seks. Keajaiban dan penghormatan terhadap kehamilan kadangkala menimbulkan pandangan yang bervariasi tentang aktifitas seksual dalam kehamilan, kultur dan religi telah mempengaruhi perilaku hidup manusia. Begitu juga dengan mitos hubungan seksual selama hamil yang berkembang dimasyarakat. Karena dianggap benar, maka perilaku seksual juga dipengaruhi dan mengikuti informasi yang salah sesuai dengan mitos itu.

Mitos yang beredar di kalangan masyarakat tentang hubungan seksual selama kehamilan dapat mempengaruhi janin yang tidak dapat mendapatkan oksigen yang cukup selama orgasme dan perilaku ora seks dapat menyebabkan emboli udara (Sehmawati dan Inaya, 2018).

Penelitian Ratnasari (2016) mengemukakan bahwa dalam melakukan hubungan seksual dapat menyebabkan janin terluka dan menyebabkan lahir premature. Berhubungan seksual selama kehamilan dapat membahayakan janin dan dapat mengalami keguguran (Ramadani dan Sudarmiati, 2013).

Faktanya selama kehamilan ibu boleh melakukan hubungan seksual selama tetap berhati-hati (Indrayani, 2016). Aktivitas seksual selama hamil boleh dilakukan karena dapat mempelancar proses persalinan ibu karena dengan berhubungan seksual dapat memproduksi hormon endorfin dimana kadar hormon ini dapat mengurangi tingkat

rasa sakit selama proses persalinan sehingga membantu proses persalinan ibu menjadi lancar. Akan tetapi apabila ibu hamil mengalami kehamilan patologis tidak boleh melakukan hubungan seksual (Nurmitasari *et al.*, 2019).

3. Solusi Bagi Ibu Hamil Dalam Aktivitas Seksual

Pendidikan seksual bagi ibu hamil dan pasangan itu penting yang dapat diperoleh dari petugas kesehatan yang berada di area *antenatal care* untuk memperoleh informasi aktivitas seksual. Hubungan seksual bisa dilakukan dengan melakukan perubahan posisi, misalkan posisi berdiri, lateral atau belakang untuk meminimalisir ketidaknyamanan karena janin yang semakin membesar. Seringnya berhubungan seksual dengan pasangan 2-3 kali dalam seminggu dapat meningkatkan kepuasan dan keharmonisan dalam pernikahan (Ratnasari, 2016).

Bagi setiap pasangan sebelum melakukan hubungan seksual adalah adanya komunikasi antar pasangan, komunikasi berfungsi untuk menyampaikan perasaan atau emosi yang bisa dikomunikasikan secara nonverbal. Seorang suami menunjukkan keinginan berhubungan seksual dengan cara memberikan *kissing*, *necking* dan *petting* terlebih dahulu sehingga perasaan cemas ibu dapat berkurang (Indrayani, 2016).

Hubungan seksual sebaiknya dilakukan dengan berhati-hati terutama pada usia kehamilan 32-36 minggu karena untuk menghindari kejadian persalinan *preterm* atau persalinan yang berlangsung pada umur kehamilan 20-37 minggu (Nurmitasari *et al.*, 2019).

D. Booklet

1. Pengertian Booklet

Booklet merupakan media pembelajaran yang termasuk dalam kelompok media cetak yang memiliki paling sedikit lima halaman dan paling banyak empat puluh delapan halaman tetapi tidak termasuk

dalam hitungan sampul, yang dijilid di bagian tengah sekaligus dengan sampulnya dan desain yang menarik (Rehusisma, 2016)

Booklet adalah buku berukuran kecil dan tipis yang berisi informasi serta dilengkapi dengan gambar (Yuliana *et al.*, 2019).

2. Manfaat *Booklet*

Menurut Ridha dan Hernawan (2016) mengemukakan bahwa media *booklet* sangat membantu sasaran pendidikan karena dapat menyimpan pesan dalam dua bentuk, yaitu pesan bentuk tulis (verbal tulis) dan atau gambar (non-verbal). Gambar dapat membantu sasaran dalam mempersepsikan objek pesan yang diterima. Bahasa tulis juga disusun dengan mempertimbangkan bahasa lokal daerah agar betul-betul relevan dengan subjek. Media *booklet* yang diberikan untuk membantu subjek mengingat kembali materi edukasi dan belajar secara mandiri

Menurut Pralisaputri *et al.*, (2016) mengemukakan bahwa bentuknya yang kecil menjadikan *booklet* mudah dibawa kemana mana. Selain itu *booklet* yang berisikan tentang informasi-informasi penting disertai gambar ilustrasi memudahkan dalam proses pembelajaran. *Booklet* bersifat informatif, desainnya yang menarik dapat menimbulkan rasa ingin tahu, sehingga bisa memahami dengan mudah apa yang disampaikan dalam proses pembelajaran. *Booklet* sebagai media pembelajaran yang efektif dan efisien yang berisikan informasi-informasi penting, yang dirancang secara unik, jelas, dan mudah dimengerti.

3. Ketepatan Solusi Dengan Media *Booklet*

Ketepatan solusi yang ditawarkan yaitu menggunakan media *booklet* dikarenakan *booklet* berisikan informasi penting yang isinya jelas, mudah dimengerti dan menarik karena terdapat banyak gambar dan warna sehingga dapat meningkatkan minat baca bagi masyarakat khususnya ibu hamil. Aktivitas seksual saat ini tabu untuk dibicarakan, ibu hamil cenderung malu untuk bertanya kepada tenaga kesehatan tentang aktivitas seksual sehingga dengan adanya media *booklet* ini menjadi salah satu media yang tepat karena dilihat dari kepraktisan dan ketahanan

media yang bisa digunakan dimanapun dan kapanpun serta mudah dibawa dan penggunaan media *booklet* bisa digunakan dalam jangka waktu yang lama sehingga ibu hamil apabila malu untuk menanyakan kepada tenaga kesehatan dapat membaca informasi tentang aktivitas seksual melalui media *booklet*. Dengan media pembelajaran melalui media *booklet* ini akan membawa perubahan baik pengetahuan, pemahaman ibu hamil dari tidak tahu menjadi tahu dan dari tidak mengerti menjadi mengerti