

## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORI**

#### **2.1. Konsep Efektivitas**

##### **2.1.1 Pengertian Efektivitas**

Seperti halnya yang kita ketahui bahwa kegiatan belajar mengajar harus senantiasa ditingkatkan efektivitas dan efisiensinya, demi meningkatkan mutu pendidikan itu sendiri. Oleh karena itu untuk meningkatkan efektivitas belajar tanpa harus menyita banyak waktu, maka seorang guru harus pandai dalam memilih suatu metode apa yang harus digunakan agar dapat cepat ditangkap siswa apa yang disampaikannya.

Sebagaimana pendapat para ahli pendidikan yang menyatakan pendapatnya tentang efektivitas, diantaranya adalah:

- a. Departemen pendidikan dan kebudayaan menyatakan bahwa efektivitas adalah keadaan berpengaruh, dapat membawa, berhasil guna (usaha, tindakan). (Depdikbud, Kamus Besar, 219.)
- b. Ali Muhidin juga menjelaskan bahwa: Efektivitas juga berhubungan dengan masalah bagaimana pencapaian tujuan atau hasil yang diperoleh, kegunaan atau manfaat dari hasil yang diperoleh, tingkat daya fungsi unsur atau komponen, serta masalah tingka kepuasan pengguna/*client*. (Ali Muhidin, 2009)

Berdasarkan definisi-definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa efektivitas merupakan ketepatan suatu program untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

### **2.1.2 Ciri-ciri Efektivitas Pembelajaran**

Menurut Harry Firman “keefektifan program pembelajaran di tandai dengan ciri-ciri sebagai berikut:”

- a. Berhasil menghantarkan siswa mencapai tujuan-tujuan instruksional yang telah di tetapkan
- b. Memberikan pengalaman belajar yang atraktif, melibatkan siswa secara aktif sehingga menunjang pencapaian tujuan instruksional
- c. Memiliki sarana-sarana yang menunjang proses belajar mengajar

### **2.1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Efektivitas**

- a. Strategi dan metode pembelajaran
- b. Materi pembelajaran
- c. Media pembelajaran
- d. Evaluasi pembelajaran
- e. Gaya mengajar (Desi Eri Kusumaningrum, 2015)

## **2.2. Konsep Kehamilan**

### **2.2.1 Definisi Kehamilan**

Menurut Federasi Obstetri Ginekologi Internasional, kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Bila dihitung dari fase fertilitas hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan menurut kalender internasional. Kehamilan berlangsung dalam tiga trimester, trimester satu berlangsung dalam 13 minggu, trimester kedua 14

minggu (minggu ke-14 hingga ke-27), dan trimester ketiga 13 minggu (minggu ke-28 hingga ke-40) (Evayanti, Yulistiana., 2015).

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

Kehamilan adalah kondisi dimana seorang wanita memiliki janin yang sedang tumbuh di dalam tubuhnya (yang pada umumnya di dalam rahim). Kehamilan pada manusia berkisar 40 minggu atau 9 bulan, dihitung dari awal periode menstruasi terakhir sampai melahirkan (Maternity & Putri, 2017).

Berdasarkan pengertian diatas tersebut maka yang dimaksud dengan kehamilan adalah terjadinya pembuahan sel telur oleh sel sperma dengan kehamilan normal yang berlangsung dalam waktu  $\pm$  9 bulan dan terbagi menjadi 3 trimester.

### **2.2.2 Proses Kehamilan**

#### **a. Fertilitas**

Fertilitas atau pembuahan merupakan proses penggabungan sel telur dan spermatozoa yang terjadi di ampulla tuba. Fertilitas terjadi ketika sperma menembus sel ovum, menyatukan sperma dan mengakhiri pelepasan dengan apa yang dirasakan dari penetrasi membran, dengan pembelahan zigot ataupun

kandungan lain dengan ukuran yang memiliki kesamaan dan stadiumnya (Aprilia, 2010).

b. Implantasi atau nidasi

Kemudian, tokista (blastocyst), trofoblas merupakan bentuk bagian luar yang akan berkembang menjadi plasenta sedangkan *inner cell* merupakan bagian dalam yang akan berkembang menjadi janin (Aprilia, 2010).

c. Plasentasi

Plasentasi merupakan suatu fase membentuk struktur serta keberagamannya, plasentasi ini biasanya berlangsung selama 12-18 minggu setelah pembuahan atau fertilisasi. Tiga minggu setelah mulanya membentuk dan menjad tumbuh disebut dengan plasenta. (Saifuddin, 2014)

### **2.2.3 Pembagian Trimester Kehamilan**

Kehamilan terbagi menjadi tiga trimester yakni:

a. Trimester Pertama (1 – 12 minggu)

Trimester pertama adalah dari minggu pertama sampai 12 dan termasuk pembuahan. Pembuahan adalah ketika sperma membuahi sel telur kemudian berjalan ke tuba falopi dan menempel ke bagian dalam rahim, di mana ia mulai membentuk janin dan plasenta. Trimester pertama dapat dibagi lagi menjadi periode embrionik dan janin. Periode embrio dimulai pada saat pembuahan (usia perkembangan) atau pada usia kehamilan 2 sampai 10 minggu. Periode embrionik adalah tahap di mana organogenesis terjadi dan periode waktu di mana embrio paling sensitif terhadap teratogen. Akhir periode embrionik dan awal periode janin terjadi 8 minggu setelah pembuahan (usia perkembangan)

atau 10 minggu setelah dimulainya periode menstruasi terakhir (DeCherney *et al.*, 2019). Pada minggu ke 12 denyut janin dapat terlihat jelas dengan ultrasound, gerakan pertama dimulai, jenis kelamin dapat diketahui, ginjal memproduksi urine (Fatimah & Nuryaningsih, 2017). Ketidaknyamanan kehamilan trimester 1 pada ibu hamil menurut (Prawirohardjo, 2017), antara lain ngidam, keputihan, rasa mual muntah, pusing/sakit kepala, kelelahan, insomnia.

b. Trimester Kedua (13 – 28 minggu)

Trimester kedua adalah dari minggu ke-13 hingga ke-28. Sekitar pertengahan trimester kedua, pergerakan janin bisa terasa. Pada minggu ke-28, lebih dari 90% bayi dapat bertahan hidup di luar rahim jika diberikan perawatan medis berkualitas tinggi (Stephanie *et al.*, 2016). Pada akhir trimester dua janin dapat bernapas, menelan, dan mengatur suhu, surfactant terbentuk didalam paru-paru, mata mulai membuka dan menutup, dan ukuran janin 2/3 pada saat lahir (Fatimah & Nuryaningsih, 2017).

c. Trimester Ketiga (29 – 40 minggu)

Trimester ketiga adalah dari 29 minggu sampai kira-kira 40 minggu dan diakhiri dengan bayi lahir (Stephanie *et al.*, 2016). Pada trimester tiga seluruh uterus terisi oleh bayi sehingga tidak bebas bergerak/berputar banyak. Simpanan lemak coklat berkembang dibawah kulit untuk persiapan pemisahan bayi setelah lahir, antibody ibu ditransfer ke janin, janin mulai menyimpan zat besi, kalsium, dan fosfor. Sementara ibu merasakan ketidaknyamanan seperti sering buang air kecil, kaki bengkak, sakit punggung dan susah tidur. *Braxton hick* meningkat karena serviks dan segmen bawah rahim disiapkan untuk persalinan

(Fatimah & Nuryaningsih, 2017). Ketidaknyamanan yang biasa terjadi pada ibu hamil trimester III yaitu konstipasi atau sembelit, oedema atau pembengkakan, susah tidur, nyeri punggung bawah (nyeri pinggang) kegerahan, sering BAK, *hemoroid*, *heart burn* (panas dalam perut), perut kembung, sakit kepala, susah bernafas dan *varices* (Lina, 2018).

### **2.3. Konsep *Birth Ball***

#### **2.3.1 Definisi *Birth Ball***

*Birth Ball* merupakan salah satu terapi non farmakologi dan merupakan terapi fisik sederhana yang menggunakan bola. *Birth Ball* dapat diartikan sebagai olahraga bagi ibu hamil, ibu nifas, dan ibu pasca melahirkan dengan menggunakan bola. Terapi *Birth Ball* ini dapat mengurangi sepertiga nyeri punggung wanita hamil trimester 3 yang disebabkan oleh peningkatan berat badan yang signifikan dan perut yang membesar dengan bertambahnya usia kehamilan. Selain itu terapi *Birth Ball* ini sangat bagus untuk mengurangi tekanan pada tulang belakang, membantu janin berada pada posisi yang terbaik agar persalinan menjadi lebih mudah dalam keadaan normal

#### **2.3.2 Tujuan Menggunakan *Birth Ball***

Tujuan dilakukan terapi *Birth Ball* adalah mengontrol, mempercepat dan memperlancar penurunan kepala, mengurangi dan menghilangkan rasa nyeri pada kehamilan dan persalinan terutama kala I (Kustari, dkk., 2012).

#### **2.3.3 Indikasi Dan Kontraindikasi**

Beberapa indikasi dan kontraindikasi menurut Kustari, dkk (2012) adalah sebagai berikut:

a. Indikasi

- 1) Ibu hamil nyeri dengan punggung bawah
- 2) Ibu inpartu yang meraskan nyeri
- 3) Penurunan kepala bayi yang lama
- 4) Pembukaan yang lebih dari 2 jam dari pembukaan sat uke pembukaan selanjutnya

b. Kontraindikasi

- 1) Ibu hamil dengan hipertensi
- 2) Ibu hamil dengan pendarahan antepartum
- 3) Janin malpresentasi
- 4) Preeklamsia

### **2.3.4 Persiapan**

a. Alat dan bahan

- 1) Bola

Ukuran bola yang di pakai untuk terapi *Birth Ball* ini disesuaikan dengan tinggi badan ibu hamil. Wanita hamil yang tingginya kurang dari 170 cm dianjurkan menggunakan bola dengan diameter 55-56 cm. Sedangkan ibu hamil dengan tinggi badan 170 cm lebih dengan diamaternya 75 cm.

- 2) Matras
- 3) Kursi
- 4) Bantal atau pengalas yang empuk

b. Lingkungan

Ciptakan lingkungan dengan kenyamana dan merasakan terang, agar dapat

membantu dan diupayakan menjaga privasi ketika sedang dilakkan terapi *Birth Ball* agar ibu lebih focus mengikuti latihan *Birth Ball*. Jika lingkungan yang kita ciptakan sudah memenuhi dan membuat ibu nyaman, maka ibu hamil yang melakukan terapi atau latihan *Birth Ball* dapat merasakan nyeri punggung yang berkurang sehingga dapat beraktivitas.

c. Peserta Latihan

Peserta Latihan yaitu ibu hamil trimester 3 yang menalami nyeri punggung bawah. Pada saat latihan diharapkan ibu datang dengan kondisi tidak kecapekan dan tidak dalam keadaan yang cemas. Jika ibu dalam keadaan capek maka setelah latihan atau pada saat latihan ibu akan merasa lebih capek dan dapat menguras banyak tenaga. Begitupun jika ibu datang dengan keadaan gelisah akan membuat ibu tidak focus dan menghambat konsentrasi ibu dalam meredakan nyerinya (Gau et al., 2011)

### **2.3.5 Teknik Dan Cara Menggunakan *Birth Ball***

Menurut jenis Gerakan yang dapat diguankan saat terapi *Birth Ball* yaitu:

a. Duduk di atas bola

- 1) Duduk diatas bola seakan-akan sedang duduk diatas kursi, buka kaki sedikit untuk menjaga keseimbangan badan.
- 2) Letakan tangan di lutut atau pinggang, kemudian pergerakannya dengan lakukan secara berulang minimal 2x8 hitungan.
- 3) Gerakan pinggul ke arah depan dan belakang, lakukan berulang minimal 2x8 hitungan.
- 4) Gerakkan pinggul searah jarum jam kemudian putar sebaliknya seperti

membuat lingkaran.

- 5) Selanjutnya lakukan gerakan pinggul seperti membentuk spiral maju kedepan dan belakang



Gambar 2.1 Duduk diatas bola

*Sumber: <https://www.babycentre.co.uk/a1048463/using-a-birthing-ball>*

b. Berdiri bersandar diatas bola

- 1) Simpan bola di atas kursi
- 2) Berdiri dengan membuka kaki, bersandaran pada bola dan memeluk bola.
- 3) Gerakan ini dilakukang selama 5 menit.



Gambar 2.2 Berdiri bersandar diatas bola

*Sumber: <https://www.babycentre.co.uk/a1048463/using-a-birthing-ball>*

c. Berlutut bersandar diatas bola

- 1) Simpan bola di lantai
- 2) Gunakan alas bantal ataupun yang menjadi alasnya dan atau setengah berdiri menggunakan lutut
- 3) Selanjutnya melakukan sandaran ke depan, kemudian memeluk bola.

- 4) Saat merangkul bola, minta pendamping untuk memijat secara perlahan bagian punggung bawah. Praktekan hingga 5 menit.



Gambar 2.3 Berlutut bersandar diatas bola

*Sumber: <https://www.babycentre.co.uk/a1048463/using-a-birthing-ball>*

- d. Duduk bersandar pada bola
  - 1) Tempelkan bola pada tembok
  - 2) Intruksikan ibu untuk duduk jongkok di lantai membelakangi bola atau menyandar pada bola
  - 3) Lakukan relaksasi Tarik nafas saat posisi ini
  - 4) Lakukan selama 5-10 menit



Gambar 2.4 Duduk bersandar pada bola

*Sumber: <https://id.theasianparent.com/birth-ball>*

## **2.4 Konsep Edukasi**

### **2.4.1 Pengertian Edukasi**

Edukasi atau disebut juga dengan pendidikan merupakan segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok, atau masyarakat sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan. Edukasi merupakan proses belajar dari tidak tahu tentang nilai kesehatan menjadi tahu. Pendidikan merupakan kebutuhan yang sangat penting bagi kehidupan manusia, sudah semestinya usaha dalam menumbuhkembangkan pendidikan secara sistematis dan berkualitas perlu terus di upayakan, sehingga tujuan dari proses pendidikan dapat dicapai secara optimal. Pendidikan memiliki arti penting bagi individu, pendidikan lebih jauh memberikan pengaruh yang besar terhadap kemajuan suatu bangsa (Notoatmodjo,2010).

Dalam konteks relasi sosial, khususnya dalam relasi antara masyarakat yang membutuhkan pendidikan pada tingkat dan jenjang tertentu melalui pendidikan formal dan pemerintah sebagai penyedia kebutuhan itu terdapat semacam muatan yang menjadi pengikat dalam relasi itu. Hubungan antara masyarakat dan pemerintah dengan salah satu muatannya adalah kebutuhan atas pendidikan dipahami dalam konteks organisasi, keberadaannya dapat dilihat dari sudut pandang muatan dalam jaringan sosial dalam suatu organisasi sosial (Prakoso, 2019)

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan terkait pentingnya edukasi atau pendidikan itu sendiri dalam penelitian ini dalam merencanakan, memantau, mengaplikasikan metode, mendeskripsikan, dan mengevaluasi hasil

terhadap pengetahuan akan teknik dan metode apa saja yang diketahui oleh para responden penelitian yakni khususnya para pengunjung lembaga penyedia layanan kesehatan.

Pendidikan kesehatan dapat diartikan sebagai pemberian informasi, instruksi, atau peningkatan pemahaman terkait kesehatan. Pendidikan kesehatan dapat meliputi jenis pendidikan terkait potensial kesehatan dan bagaimana potensial kesehatan dapat tercapai atau terkait bagaimana menghindari masalah penyakit tertentu (Care, 2014)

#### **2.4.2 Tujuan Edukasi**

Tujuan dari pendidikan kesehatan menurut Undang-Undang Kesehatan No. 23 tahun 1992 maupun WHO yakni: “meningkatkan kemampuan masyarakat untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan baik fisik, mental, dan sosialnya sehingga produktif secara ekonomi maupun secara sosial, pendidikan kesehatan disemua program kesehatan baik pemberantasan penyakit menular, sanitasi lingkungan, gizi masyarakat pelayanan kesehatan maupun program kesehatan lainnya. Pendidikan kesehatan sangat berpengaruh untuk meningkatkan derajat kesehatan seseorang dengan cara meningkatkan kemampuan masyarakat untuk melakukan upaya kesehatan itu sendiri

#### **2.4.3 Sasaran Edukasi**

Mubarak, 2010 mengemukakan bahwa sasaran pendidikan kesehatan dibagi dalam tiga kelompok sasaran yaitu:

- a. Sasaran *primer (Primary Target)*, sasaran langsung pada masyarakat segala upaya pendidikan atau promosi kesehatan.

- b. Sasaran *sekunder (Secondary Target)*, sasaran para tokoh masyarakat adat, diharapkan kelompok ini pada umumnya akan memberikan pendidikan kesehatan pada masyarakat disekitarnya.
- c. Sasaran *Tersier (Tersiery Target)*, sasaran pada pembuat keputusan atau penentu kebijakan baik ditingkat pusat maupun ditingkat daerah, diharapkan dengan keputusan dari kelompok ini akan berdampak kepada perilaku kelompok sasaran sekunder yang kemudian pada kelompok primer.

## **2.5. Konsep Ceramah**

### **2.5.1 Pengertian Ceramah**

Setiap metode mengajar ada kekurangan dan kelebihan, tetapi yang terpenting sebagai seorang guru adalah metode mengajar manapun yang akan digunakan harus jelas dahulu tujuan yang akan dicapai bahan yang akan diajarkan, serta jenis kegiatan belajar siswa yang diinginkan. Metode ceramah adalah suatu bentuk penyajian bahan pengajaran melalui penerangan dan penuturan lisan oleh guru kepada siswa tentang suatu topik materi. Dalam ceramahnya guru dapat menggunakan alat bantu/alat peraga seperti gambar, peta, benda, barang tiruan dan lain-lain. Peran siswa dalam metode ceramah adalah mendengarkan dengan seksama dan mencatat pokok-pokok penting yang dikemukakan oleh guru (Mu'awanah, 2011)

Menurut Abuddin Nata, “bahwa metode ceramah adalah cara penyajian pelajaran yang dilakukan oleh guru dengan penuturan atau penjelasan secara langsung dihadapan peserta didik.” (Abuddin Nata, 2011) Sedangkan menurut Sholeh Hamid dalam bukunya Edutainment mengatakan bahwa “metode ceramah

adalah metode yang memang sudah ada sejak adanya pendidikan.” (Sholeh Hamid, 2011)

Metode ceramah ini termasuk metode yang paling banyak digunakan digunakan karena biaya murah dan mudah dilakukan, memungkinkan banyak materi yang disampaikan, adanya kesempatan bagi guru untuk menekankan bagian yang penting, dan pengaturan kelas dapat dilakukan secara sederhana.

Mengajar dengan metode ceramah berarti memberikan suatu informasi melalui pendengaran siswa, siswa dapat memahami apa yang disampaikan oleh guru dengan cara mendengarkan apa yang telah guru ucapkan.

### **2.5.2 Tujuan Metode Ceramah**

Tujuan metode ceramah adalah menyampaikan bahan yang bersifat informasi (konsep, pengertian, prinsip- prinsip) yang banyak serta luas. Menurut Abdul Majid secara spesifik metode ceramah bertujuan untuk:

- a. Menciptakan landasan pemikiran peserta didik melalui produk ceramah yaitu bahan tulisan peserta didik sehingga pesertadidik dapat belajar melalui bahan tertulis hasil ceramah.
- b. Menyajikan garis-garis besar isi pelajaran dan permasalahan yang terdapat dalam isi pelajaran
- c. Merangsang peserta didik untuk belajar mandiri dan menumbuhkan rasa ingin tahu melalui pemerikayaan belajar
- d. Memperkenalkan hal-hal baru dan memberikan penjelasan secara gamblang.
- e. Sebagai langkah awal untuk metode yang lain dalam upaya menjelaskan prosedur-prosedur yang harus ditempuh peserta didik. Alasan guru

menggunakan metode ceramah harus benar-benar dapat dipertanggung jawabkan. (Abdul Majid, 2009)

### **2.5.3 Kelebihan Metode Ceramah**

Metode ceramah ini digunakan karena pertimbangan:

- a. Anak benar-benar memerlukan penjelasan, misalnya karena baru atau guna menghindari kesalah pahaman.
- b. Benar-benar tidak ada sumber bahan pelajaran bagi para peserta didik.
- c. Menghadapi peserta didik yang banyak jumlahnya dan bila menggunakan metode lain sukar untuk diterapkan.

Adapun Kelebihan-kelebihan dari metode ceramah:

- a. Praktis dari sisi persiapan
- b. Efisien dari sisi waktu dan biaya.
- c. Dapat menyampaikan materi yang banyak
- d. Mendorong guru untuk menguasai materi
- e. Lebih mudah mengontrol kelas
- f. Peserta didik tidak perlu persiapan
- g. Peserta didik langsung menerima ilmu pengetahuan.

Dalam hal ini Roestiyah NK menjelaskan teknik berceramah mempunyai keunggulan pula seperti yang kita lihat bahwa guru akan lebih mudah mengawasi ketertiban siswa dalam mendengarkan pelajaran, disebabkan mereka melakukan kegiatan yang sama. Bagi guru juga ringan, karena perhatiannya tidak terbagi-bagi atau terpecah-pecah. ( Roestiyah, NK, 2008). Teknik pengajaran melalui model ceramah dari dahulu sampai sekarang masih berjalan dan paling banyak digunakan,

namun usaha-usaha peningkatan teknik pengajaran tersebut tetap berjalan terus, namun ada beberapa hal yang perlu diketahui dalam menggunakan model ceramah yakni ada kelemahan yang perlu dipaparkan

#### **2.5.4 Kelemahan Metode Ceramah**

- a. Guru lebih aktif sedangkan murid pasif karena perhatian hanya terpusat pada guru
- b. Siswa seakan diharuskan mengikuti segala apa yang disampaikan oleh guru, meskipun murid ada yang bersifat kritis karena guru dianggap selalu benar
- c. Siswa akan lebih bosan dan merasa mengantuk, karena dalam metode ini, hanya guru yang aktif dalam proses belajar mengajar, sedangkan para peserta didik hanya duduk diam mendengarkan penjelasan yang diberikan oleh guru.

### **2.6. Penerapan Metode Demonstrasi**

#### **2.6.1 Pengertian Penerapan Metode Demonstrasi**

Penerapan metode demonstrasi merupakan cara mengajar dengan melakukan praktik, mencontohkan, serta menunjukkan secara langsung mengenai pembelajaran. Banyak manfaat dan tujuan menggunakan metode demonstrasi. Selain itu juga, menggunakan metode demonstrasi bermaksud untuk mempermudah dalam menyampaikan pembelajaran dengan cara memperagakan secara langsung agar siswa mudah memahami.

Dengan melakukan penerapan metode demonstrasi ini diharapkan siswa untuk mampu menguasai materi pelajaran yang sudah diberikan. Selain itu juga dengan menggunakan metode demonstrasi ini sangat membantu siswa dalam memahami materi dan dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam mengamati

serta memperagakan materi yang dijelaskan. Metode demonstrasi adalah metode yang sangat tepat dan sangat efektif untuk kegiatan pembelajaran. Selain itu juga pentingnya memahami materi yang sudah dijelaskan agar mendapatkan hasil yang sangat baik dalam kegiatan pembelajaran, maka dari itu menggunakan metode demonstrasi sangat berpengaruh dalam keberhasilan kegiatan dan proses pembelajaran. Berdasarkan uraian diatas dapat dipahami bahwa metode demonstrasi adalah suatu cara penyajian pelajaran dengan menggunakan peragaan atau memperlihatkan suatu proses, dimana seorang pendidik mempraktikkan materi pelajaran dengan menggunakan objek baik dengan berupa benda atau barang tiruan lainnya. Disini peserta didik mengamati serta mencatat hal-hal yang dianggap penting (Abdul Majid. *Strategi Pembelajaran*. Cet. Ke-1. Bandung 2013. Dalam amilia sari 2023)

### **2.6.2 Tujuan Penerapan Metode Demonstrasi**

Dalam penerapan metode demonstrasi tentunya memiliki banyak sekali tujuannya, ada beberapa tujuan dari metode demonstrasi sendiridiantaranya yaitu sebagai berikut:

- a. Membantu peserta didik menguasai materi pembelajaran.
- b. Memudahkan guru untuk lebih mudah dalam menjelaskan materi dengan cara mencontohkan secara langsung.
- c. Untuk dapat memberikan suatu keterampilan pada kegiatan pembelajaran
- d. Untuk meningkatkan kualitas dalam suatu kegiatan pembelajaran

### **2.6.3 Fungsi Penerapan Metode Demonstrasi**

Setelah mengetahui pengertian dan tujuan dari metode demonstrasi, selain

itu juga metode demonstrasi memiliki berbagai fungsi dalam penerapannya, diantaranya sebagai berikut menunjukkan dengan jelas gambaran materi yang dijelaskan, dapat menggambarkan secara jelas langkah-langkah, cara-cara, serta mencontohkan suatu kegiatan di sekolah, melatih siswa untuk dapat menerapkan sekaligus mengamati suatu kegiatan terutama dalam kegiatan pembelajaran di sekolah, metode demonstrasi yang lebih efisien dibanding dengan metode yang lain karena lebih memperjelas suatu materi yang dijelaskan, dapat mengetahui suatu proses kegiatan dengan jelas pada setiap pembelajaran dan siswa dapat berkesempatan untuk menyampaikan pendapatnya secara langsung serta dapat mengamati setiap langkah dan proses ketika pembelajaran (Hakim Rahman Arif, *Demonstrasi Cara/Hasil*, Jakarta, 2011. Dalam amilia sari 2023)

#### **2.6.4 Syarat-Syarat Penerapan Metode Demonstrasi**

Saat hendak melaksanakan penerapan metode demonstrasi, sebaiknya menguasai keahlian dalam penggunaan dan memperagakan suatu pembelajaran. Ada beberapa syarat untuk melaksanakan penerapan metode demonstrasi ini yaitu melaksanakan kegiatan dengan metode demonstrasi yang sesuai prosedur yang sudah direncanakan, pembelajaran dengan menggunakan metode demonstrasi harus bersifat formal seperti kegiatan belajar mengajar di sekolah atau ditempat formal lainnya, menyampaikan materi pembelajaran dengan mencontohkan atau mempraktikkan secara langsung menggunakan bahasa dan cara menyampaikan yang sederhana dan mudah dipahami, jika ada yang kurang paham pada saat pembelajaran maka dapat diperagakan secara langsung materi yang kurang dimengerti, dapat memperjelas serta menumbuhkan minat dan motivasi belajar

pada setiap siswa, dapat menunjukkan keterampilan saat berjalannya proses belajar mengajar, saat melaksanakan penerapan metode demonstrasi hendaknya dapat mengurangi terjadinya sebuah kesalahan dalam proses pembelajaran (Roestiyah. *Didaktik Metodik*. Bumi Aksara Jakarta, 1986. Dalam amilia sari 2023)

### **2.6.5 Teknik-Teknik Penerapan Metode Demonstrasi**

Setelah mengetahui beberapa tujuan, fungsi serta syarat dalam penerapan metode demonstrasi, kini ada beberapa macam teknik-teknik dari penerapan metode demonstrasi yaitu diantaranya yaitu teknik demonstrasi proses teknik demonstrasi hasil. Teknik demonstrasi proses merupakan teknik yang dimana suatu proses pembelajaran guna untuk menjelaskan, menunjukkan, serta memperagakan suatu materi pembelajaran. Dalam hal ini mengandung suatu cara dan langkah-langkah yang ditunjukkan dalam kegiatan belajar mengajar, contohnya seperti memperagakan tata cara praktik wudhu dan menjelaskan secara sederhana mengenai materi tersebut. Sedangkan teknik demonstrasi hasil merupakan teknik yang digunakan untuk mengetahui hasil dari pembelajaran yang telah disampaikan dan dicontohkan secara langsung. Selain itu juga dapat melihat dan mengevaluasi hasil dari proses yang sudah diterapkan dan dari suatu kegiatan pembelajaran agar dapat diketahui hasilnya. (Djamarah Bahri Syaiful & Zain Aswan, *Strategi belajar mengajar*, Cet I. Jakarta: RinekaCipta, 2010. Dalam amilia sari 2023).

### **2.6.6 Langkah-Langkah Penerapan Metode Demonstrasi**

Banyak Langkah-langkah dalam melaksanakan penerapan metode demonstrasi. Dalam Langkah-langkah penerapan metode demonstrasi yaitu ada tahap persiapan, tahap sebelum melaksanakan penerapan demonstrasi, tahap

pelaksanaan demonstrasi dan tahap setelah pelaksanaan demonstrasi.

a. Tahap Persiapan

Pada tahap ini, guru harus mempersiapkan segala hal untuk melaksanakan penerapan metode demonstrasi yaitu seperti, guru dapat mengarahkan siswa sebelum melaksanakan kegiatan pembelajaran, guru memberikan pelatihan terlebih dahulu kepada siswa, dan mengatur dan mengukur waktu untuk selama kegiatan dan pelaksanaan penerapan metode demonstrasi agar berjalan sesuai waktu yang telah ditetapkan selama proses pembelajaran.

b. Tahap Sebelum Penerapan Metode Demonstrasi

Pada tahap ini yang harus dilakukan yaitu guru harus menyiapkan beberapa hal yang perlu disediakan dalam penerapan metode demonstrasi, yaitu seperti guru harus menyiapkan segala hal yang diperlukan seperti alat dan bahan, guru harus menyiapkan materi pembelajaran sekaligus menjelaskan maksud dan tujuan kegiatan pembelajaran, guru mengajak berdiskusi untuk menjelaskan pentingnya menggunakan metode demonstrasi, guru menjelaskan prosedur dan langkah-langkah sebelum pembelajaran dalam menggunakan metode demonstrasi ini.

c. Tahapan Pelaksanaan Metode Demonstrasi

Pada tahapan ini yang dimana guru melakukan beberapa hal agar pada saat pelaksanaan demonstrasi dapat berjalan dengan lancar dan sesuai yang direncanakan. Adapun pelaksanaan demonstrasi yaitu, memperagakan setiap langkah yang telah diatur sebelumnya agar siswa mengetahui kegiatan yang diikuti, menguraikan materi yang diberikan secara sederhana agar lebih mudah

dipahami dengan cara memberikan demonstrasi, guru harus memantau selama berjalannya kegiatan proses pembelajaran serta memberi tahu setiap langkahnya.

d. Tahapan Setelah Pelaksanaan Demonstrasi

Pada tahapan ini, guru juga harus melakukan tindakan setelah pelaksanaan metode demonstrasi, adapun beberapa tindakannya yaitu apabila siswa kurang paham dengan materi maka harus melakukan pengulangan demonstrasi pada setiap langkah-langkahnya, setelah melakukan demonstrasi siswa diminta untuk mengamati kegiatan pembelajaran sesuai dengan kemampuannya serta mengevaluasi selama jalannya pembelajaran agar menemukan hasil setelah menggunakan metode demonstrasi

### **2.6.7 Kelebihan Dan Kekurangan Penerapan Metode Demonstrasi**

Metode demonstrasi tentunya memiliki kelebihan dan kekurangan dalam penggunaan serta penerapannya yang harus diketahui. Dengan demikian dalam penerapan metode demonstrasi hendaknya bisa bijaksana menerima kelebihan dan kekurangannya. Banyak hal yang bisa berpengaruh positif dengan menggunakan metode demonstrasi, tetapi disisi lain ada beberapa kekurangan yang dapat terjadi selama penerapan metode demonstrasi. Adapun kelebihan serta kekurangannya yaitu sebagai berikut:

a. Kelebihan Metode Demonstrasi

Saat menggunakan dan penerapan metode demonstrasi ada beberapa kelebihannya, adapun kelebihannya yaitu seperti metode demonstrasi sangat menarik untuk pembelajaran dan mengundang perhatian terhadap siswa, metode demonstrasi juga sangat mudah dipahami oleh siswa, metode demonstrasi dapat

menyajikan hal-hal untuk diuji dan diterapkan, metode demonstrasi dapat menunjukkan contohnya secara langsung dan melakukan pelaksanaannya secara efektif dengan berbagai ilmu pengetahuan yang sudah dijelaskan, metode demonstrasi juga bersifat nyata karena dapat diterapkan secara langsung dan sangat objektif, siswa berperan aktif mengamati serta mencoba melakukannya sendiri, serta mempercepat pemahaman yang telah dijelaskan langsung oleh sumbernya.

#### b. Kekurangan Metode Demonstrasi

Setelah mengetahui berbagai macam kelebihan metode demonstrasi, maka perlu juga mengetahui kekurangannya. Dalam penerapan metode demonstrasi tentunya ada kekurangannya, adapun kekurangannya yaitu, metode demonstrasi sangat terbatas dan hanya digunakan dalam pembelajaran atau pengajaran tertentu saja, tidak mudah dilaksanakan dan perlu banyak persiapan yang memadai agar berjalan dengan baik, metode demonstrasi menggunakan banyak waktu yang panjang dan menguras banyak waktu, membutuhkan persiapan yang matang diawal perencanaan, dapat mengurangi kepercayaan siswa dalam pembelajaran jika dalam pelaksanaannya gagal atau tidak berhasil, membutuhkan ketrampilan dan memerlukan biaya dalam pelaksanaannya dan memerlukan kesiapan yang matang. (Syaiful Bahri Djamarah & Aswan Zain. *Strategi Belajar Mengajar*. Cet. Ke-4. Jakarta:2010. Dalam amilia sari 2023)

## **2.7. Konsep Pemahaman**

### **2.7.1 Pengertian Pemahaman**

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, pemahaman berasal dari kata paham

yang berarti pendapat, pikiran, aliran, pandangan akan suatu hal. (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008). Sedangkan dalam bahasa Arab, paham berasal dari kata *fahima-yafhamu-fahman* yang berarti mengerti (Surabaya: Pustaka Progresif, 1997). Dedy Hamdani, Eva Kurniati, dan Indra Sakti mengatakan bahwa pemahaman adalah kemampuan dalam mengungkapkan sesuatu ke dalam bentuk yang lebih mudah dipahami dan mampu mengaplikasikannya. Pemahaman dapat digunakan untuk menyelesaikan permasalahan yang ada kaitannya dengan sesuatu yang dimiliki (Dedy Hamdani, dkk.). Dalam pemahaman, tidak hanya dalam hal mengenal, tetapi dapat menghubungkan satu konsep dengan konsep yang lainnya.

Pemahaman menggambarkan bagaimana seseorang mampu mempertahankan, menerangkan, memperluas, membuat kesimpulan, memberi contoh, menuliskan kembali, dan memperkirakan. Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa pemahaman adalah kemampuan seseorang dalam hal memahami atau mengerti sesuatu yang telah dipelajari sehingga hal tersebut dapat diketahui dan diingat untuk dapat diterapkan.

### **2.7.2 Tingkat Pemahaman**

Tingkat pemahaman menurut Benjamin S. Bloom (2015) terbagi menjadi tiga bagian:

#### **a. Paham**

Paham dapat diartikan sebagai tingkat pengetahuan yang sudah dapat digunakan untuk menjelaskan apa yang diketahui dengan benar. Meskipun begitu, dalam tingkatan pengetahuan ini, orang yang paham biasanya belum bisa mengaplikasikan apa yang dipahaminya dipermasalahan yang

sesungguhnya (di dunia nyata).

b. Tidak Cukup Paham

Tidak cukup paham adalah kemampuan seseorang menyatakan pendapat hanya sekedar mengetahui yang sumbernya belum bisa dipertanggung jawabkan atau bahkan bisa dibilang masih jadi simpan siur.

c. Tidak Paham

Tingkat tidak paham adalah kemampuan seseorang dalam menanggapi pertanyaan yang diberikan menyatakan pendapatnya tidak memahami sama sekali apa yang disampaikan.

### 2.7.3 Bentuk Pemahaman

Pemahaman dibagi menjadi dua:

- a. Pemahaman (*instructional understanding*) Pada tingkatan ini dapat dikatakan bahwa masyarakat baru berada ditahap tahu atau hafal tetapi masyarakat tidak tahu mengapa hal itu bisa terjadi. Lebih lanjut, masyarakat dapat tahapan ini juga belum tahu atau tidak bisa menerapkan hal tersebut pada keadaan baru yang berkaitan.
- b. Pemahaman relasional (*relation understading*) Pada tingkatan ini, masyarakat tidak hanya sekedar tahu dan hafal tentang suatu hal, tetapi juga tahu bagaimana dan mengapa hal itu dapat terjadi. Lebih lanjutnya, dapat menggunakannya untuk menyelesaikan masalah-masalah yang terkait pada situasi lain. Mira Susanti (2019).

#### 2.7.4 Indikator Pemahaman

Adapun indikator dari pemahaman menurut Raifi Ernando (2022) sebagai berikut:

a. Tanggapan

Tanggapan atau respon yaitu gambaran tentang sesuatu yang ditinggal dalam ingatan setelah melakukan pengamatan atau setelah fantasi. Tanggapan disebut pula bekas atau kenangan. Tanggapan kebanyakan berada dalam ruang bawah sadar atau prasadar, dan tanggapan itu disadari kembali setelah dalam ruang kesadaran karena suatu sebab.

b. Pendapat

Dalam bahasa harian disebut: Dugaan, perkiraan, sangkaan, anggapan, pendapat subjektif “perasaan”. Adapun proses pembentukan pendapat sebagai berikut:

- 1) Menyadari adanya tanggapan atau pengertian karena tidak mungkin kita membentuk pendapat tanpa menggunakan pengertian atau tanggapan. Menguraikan tanggapan atau pengertian, misalnya: kepada seorang anak diberikan sepotong karton berbentuk persegi empat. Dari tanggapan yang majemuk itu (sepotong, karton, kuning, persegi empat) di analisa. Kalau anak tersebut ditanya apakah yang engkau terima? Mungkin jawabannya hanya “karton kuning: karton kuning adalah sebuah pendapat.
- 2) Menentukan hubungan logis antara bagian bagian setelah sifat-sifat dianalisa, berbagai sifat dipisahkan tinggal dua pengertian saja, kemudian satu sama lain dihubungkan, misalnya menjadi “karton kuning”. Beberapa pengertian yang dibentuk menjadi suatu pendapat yang dihubungkan dengan

sembarangan tidak akan menghasilkan suatu hubungan logis dan tidak dapat dinyatakan dalam suatu kalimat yang benar. Suatu kalimat dinyatakan benar dengan ciri sebagai berikut:

- a) adanya pokok atau subjek,
- b) adanya sebutan (predikat).

c. Penilaian

Bila pemahaman sesuatu maka kita memilih pandangan tertentu tentang hal yang dipemahamkan. Pemahaman seseorang mengacu pada proses yang membuatnya menjadi tahu dan berfikir, menilai sifat-sifat kualitas dan keadaan internal seseorang. Sebagaimana telah diungkapkan di awal, jika seorang individu tidak hanya dikenai satu stimulus saja, melainkan banyak stimulus yang muncul di lingkungan sekitar. Namun tidak semua stimulus mendapatkan perhatian dari individu untuk kemudian dinilai atau dipahamkan. Wahyu Aditama Septiyan (2016)

Pemahaman memiliki indikator-indikator sebagai berikut:

- 1) Penyerapan terhadap rangsang atau objek dari luar individu. Rangsang atau objek tersebut diserap dan diterima oleh panca indera, baik penglihatan, pendengaran, peraba, pencium, dan pengecap secara sendiri-sendiri maupun bersama-sama. Dari hasil penyerapan atau penerimaan oleh alat-alat indera tersebut akan memberikan gambaran, tanggapan, atau kesan didalam otak.
- 2) Pengertian atau pemahaman terhadap objek. Setelah terjadi gambargambaran atau kesan didalam otak, maka gambaran tersebut diorganisir, digolongkan (diklasifikasikan), dibandingkan dan

diinterpretasikan sehingga terbentuk pengertian atau pemahaman terhadap suatu objek.

- 3) Penilaian atau evaluasi individu terhadap objek. Setelah terbentuk pengertian atau pemahaman, terjadilah penilaian dari individu. Individu membandingkan pengertian atau pemahaman yang baru diperoleh dengan kriteria atau norma yang dimiliki individu secara subjektif. Penilaian individu berbeda beda meskipun objeknya sama.

### **2.7.5 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemahaman**

Faktor-faktor yang mempengaruhi pemahaman belajar banyak jenisnya, akan tetapi dapat digolongkan menjadi dua saja, yaitu faktor intern dan faktor ekstern. Faktor intern adalah faktor yang ada di dalam diri individu yang sedang belajar, sedangkan faktor ekstern adalah faktor yang ada di luar individu.

#### **a. Faktor-faktor intern**

Faktor-faktor yang dibahas dalam faktor intern ini ada tiga faktor, yaitu:

- 1) Faktor Jasmaniah Sehat berarti dalam keadaan baik dan bebas dari penyakit. Kesehatan seseorang berpengaruh terhadap belajarnya. Proses belajar seseorang akan terganggu jika kesehatan seseorang terganggu, selain itu mejadi kurang bersemangat dan adanya gangguan-gangguan lainnya.
- 2) Faktor Psikologis

#### **a) Inteligensi**

Inteligensi besar pengaruhnya terhadap kemajuan belajar seseorang. Dalam situasi yang sama, siswa yang mempunyai tingkat inteligensi tinggi akan lebih berhasil daripada yang mempunyai tingkat inteligensi

yang rendah. Namun demikian, walaupun siswa mempunyai tingkat inteligensi yang tinggi belum tentu berhasil dalam belajarnya. Hal ini disebabkan karena belajar adalah suatu proses yang kompleks dengan banyak faktor yang mempengaruhinya, sedangkan inteligensi ini merupakan salah satu faktor diantara faktor yang lainnya.

b) Perhatian

Untuk dapat menjamin hasil belajar yang baik, maka siswa harus mempunyai perhatian terhadap bahan yang dipelajarinya. Dan agar siswa dapat belajar dengan baik, maka usahakanlah bahanpelajaran tersebut selalu menarik perhatian.

c) Minat

Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan beberapa kegiatan. Minat sangat besar pengaruhnya terhadap belajar, karena jika bahan yang pelajari tidak sesuai dengan minat siswa, maka proses belajar mengajar tersebut tidak akan dapat berjalan dengan baik dan pemahaman siswa terhadap pelajaran tersebut tidak akan dapat tercapai. Karena bahanpelajaran yang menarik minat siswa akan lebih mudah untuk di pelajari dan siswa pun akan menjadi paham.

d) Bakat

Bakat adalah kemampuan untuk belajar. Kemampuan itu baru akan terealisasi menjadi kecakapan yang nyata sesudah belajar. Dan jelaslah bahwa bakat tersebut mempengaruhi belajar seseorang.

e) Motif

Dalam proses belajar mengajar, haruslah diperhatikan apa yang dapat mendorong siswa agar dapat belajar dengan baik atau mempunyai motif untuk berfikir dan memusatkan perhatian, merencanakan dan melaksanakan kegiatan yang menunjang belajar.

f) Kematangan

Kematangan adalah suatu tingkat atau fase dalam pertumbuhan seseorang, dimana alat-alat tubuhnya sudah siap untuk melaksanakan kecakapan baru. Dengan kata lain, anak yang sudah siap (matang) belum dapat melaksanakan kecakapannya sebelum belajar dan belajarnya akan lebih berhasil jika anak telah siap (matang).

g) Kesiapan

Kesiapan adalah kesiediaan untuk memberi response atau bereaksi. Kesiapan ini juga perlu diperhatikan dalam proses belajar, karena jika siswa belajar dan padanya ada kesiapan, maka hasil belajarnya akan lebih baik.

3) Faktor Kelelahan

Kelelahan pada diri seseorang itu dapat dibedakan menjadi dua, yaitu kelelahan jasmani dan kelelahan rohani. Kelelahan jasmani terlihat dari lemah lunglainya tubuh dan timbul kecendrungan untuk membandingkan tubuh. Sedangkan kelelahan rohani dapat dilihat dengan adanya kelesuan dan kebosanan, sehingga minat dan dorongan untuk melakukan sesuatu itu akan menjadi hilang.

b. Faktor – faktor Ekstern

Faktor ekstern yang berpengaruh terhadap belajar dapat dikelompokkan menjadi tiga faktor, yaitu :

1) Faktor Keluarga

Siswa yang belajar akan menerima pengaruh dari keluarga berupa:

- a) Cara orang tua mendidik
- b) Relasi antara anggota keluarga
- c) Suasana rumah tangga
- d) Keadaan ekonomi keluarga
- e) Pengertian orang tua
- f) Latar belakang kebudayaan

2) Faktor Sekolah

Faktor sekolah yang mempengaruhi belajar diantaranya mencakup:

- a) Metode mengajar / media pembelajaran.

Metode adalah suatu cara yang dipergunakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dalam kegiatan belajar mengajar, metode diperlukan oleh guru dan penggunaannya bervariasi sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai setelah pembelajaran berakhir.

Media pembelajaran adalah segala sesuatu baik berupa fisik maupun teknis dalam proses pembelajaran yang dapat membantu guru untuk mempermudah dalam menyampaikan materi pelajaran kepada siswa sehingga memudahkan pencapaian tujuan pembelajaran yang telah dirumuskan. Media memiliki berbagai peran dalam aktivitas

pembelajaran. Pembelajaran yang tidak tergantung pada guru, *instructorindependent instruction*, atau disebut juga sebagai “*self-instruction*,” bahkan kerap kali diarahkan oleh siapa yang merancang media tersebut. Dalam situasi pembelajaran yang berbasis pada guru, *instructor-based instruction*. Penggunaan media pembelajaran secara umum adalah untuk memberikan dukungan suplementer secara langsung kepada guru. Media pembelajaran yang dirancang secara memadai dapat meningkatkan dan memajukan belajar dan memberikan dukungan pada pembelajaran yang berbasis guru dan tingkat keefektifan media pembelajaran tergantung pada guru itu sendiri.

- b) Kurikulum
  - c) Relasi antara guru dengan siswa
  - d) Relasi siswa dengan siswa
  - e) Disiplin sekolah
  - f) Waktu sekolah
  - g) Standar pelajaran
  - h) Keadaan pelajaran
  - i) Metode belajar
  - j) Pekerjaan rumah (PR)
- 3) Faktor Masyarakat

Masyarakat juga merupakan faktor ekstern yang berpengaruh terhadap belajar siswa. Pengaruh itu terjadi karena keberadaan siswa dalam masyarakat. Adapun pengaruh lingkungan masyarakat tersebut adalah :

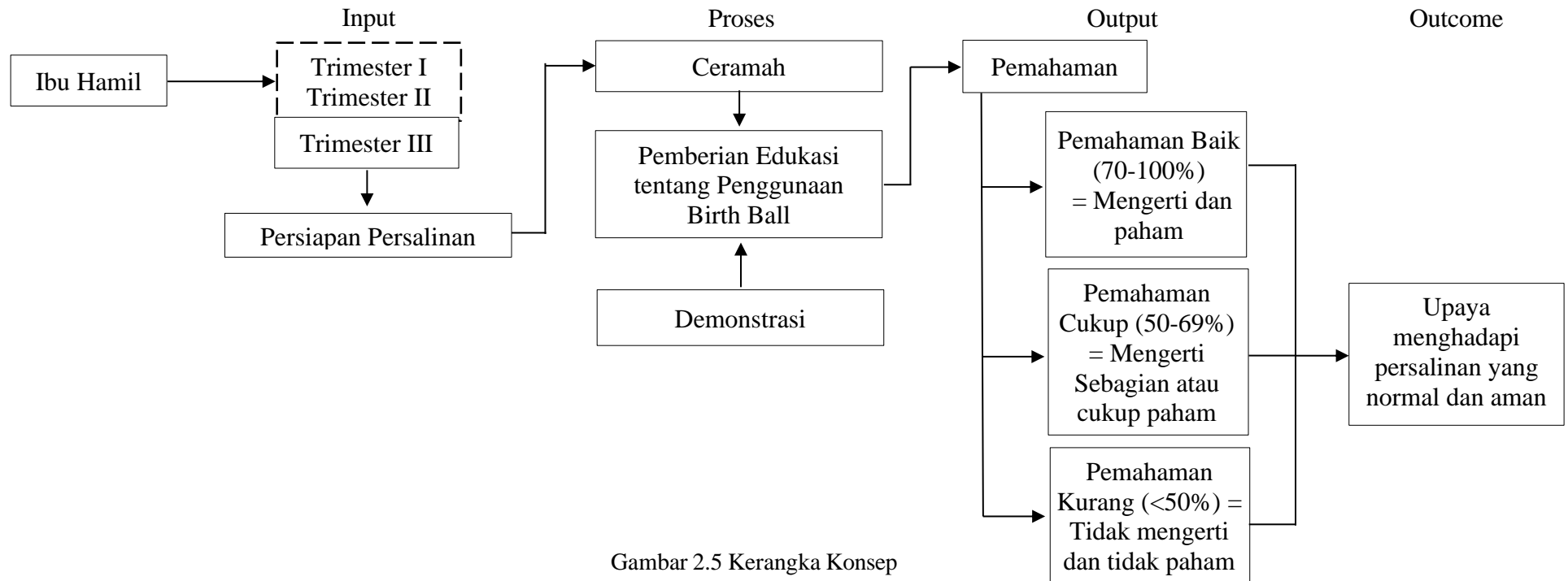
- a) Kegiatan siswa dalam masyarakat
- b) Media massa
- c) Teman bergaul
- d) Bentuk kehidupan masyarakat (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2010)

#### **2.7.6 Cara Untuk Meningkatkan Pemahaman**

- a. Memperbaiki proses pengajaran
- b. Adanya kegiatan bimbingan belajar
- c. Menumbuhkan waktu belajar
- d. Pengadaan umpan balik (*feedback*) dalam belajar
- e. Motivasi belajar
- f. Pengajaran perbaikan
- g. Keterampilan mengadakan variasi (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012)

## 2.8 Kerangka Konsep

Kerangka konsep dalam penelitian ini menggunakan system yang terdiri dari *Input, Proses, Output, dan outcome*



Gambar 2.5 Kerangka Konsep

Keterangan

- Tidak di teliti
- Di teliti

## 2.9 Hipotesis

H<sub>0</sub> : Tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam pemahaman penggunaan *birth ball* pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan metode ceramah dan demonstrasi.

H<sub>a</sub> : Terdapat perbedaan yang signifikan dalam pemahaman penggunaan *birth ball* pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan metode ceramah dan demonstrasi