



Mitos, Stres Serta Dukungan Keluarga pada Perempuan *Primigravida* Jawa

Desi ¹, Inggrit Mareta Walanda ², Kristiani D Tauho ³

¹ Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan, Prodi Keperawatan, Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga, Jawa Tengah, Indonesia

² Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan, Prodi Keperawatan, Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga, Jawa Tengah, Indonesia

³ Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan, Prodi Keperawatan, Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga, Jawa Tengah, Indonesia

INFORMASI

Korespondensi:
desi.desi@uksw.edu



Keywords:
Myth, Stress, Family Support, Pregnant Women

ABSTRACT

Background: Pregnancy is one of the most awaited phases of life for most women and couples, but for some, pregnancy can cause anxiety over the changes that occur physically and psychologically. Myths surrounding pregnancy and childbirth are one of the greatest environmental influences on the health of pregnant women from a cultural point of view. Myths related to pregnancy generally regulate prohibitions, recommendations or obligations or obligations that must be carried out by a woman during pregnancy.

The purpose of this study was to find out about the myths related to pregnancy from the perspective of Javanese culture, how these myths affect the stress level of pregnant women and how to support family during pregnancy.

Method This study involved 5 participants using interviews.

The results of the study found that there are myths that are still carried out from generation to generation in the family, especially those related to pregnancy. The existing myths are basically understood and implemented by avoiding taboos. Avoiding taboos such as, pregnant women are prohibited from going out at night, pregnant women are prohibited from bathing at night, pregnant women are prohibited from killing animals, are required to bring sharp objects such as scissors or safety pins, have the belief to bring goodness/safety to pregnant women and the baby in the womb. Families of pregnant women also play a role in providing support to pregnant women so that taboos can be carried out properly because this has become a belief from their ancestors.

Conclusion: Primigravida mothers do not object to the myths that develop in the family because they have become ancestral traditions and beliefs. The family is also considered to provide full support during pregnancy by adhering to taboos.

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan salah satu fase kehidupan yang sangat dinantikan bagi sebagian besar perempuan dan pasangan, namun pada sebagian orang, kehamilan dapat menimbulkan kecemasan atas perubahan yang terjadi secara fisik maupun psikologis (Caro & Fast, 2020). Kondisi fisik maupun psikis yang dialami pada ibu hamil sedikit banyak dipengaruhi juga oleh lingkungan sekitarnya, termasuk budaya di tempat tinggalnya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Murniasih et al., (2016), mitos seputar kehamilan dan persalinan merupakan salah satu pengaruh lingkungan terbesar terhadap kesehatan ibu hamil dari sudut pandang budaya. Bahkan, Menurut Wibowo dkk, (2018), mitos terkait kehamilan memiliki hubungan dengan kematian ibu di Indonesia.

Mitos adalah kepercayaan yang diwariskan dan ditiru dari generasi ke generasi dengan asal-usul yang tidak diketahui secara etiologi, belum teruji dan tanpa bukti empiris mengapa hal tersebut terjadi (Wibowo dkk, 2018). Mitos sendiri diwariskan melalui ritual-ritual, adat istiadat dan melalui ikatan kekeluargaan sehingga sangat dipengaruhi oleh peran orang-orang terdekat. Walaupun mitos belum teruji kebenarannya secara ilmiah, banyaknya ritual yang harus dilakukan selama kehamilan menandakan bahwa masyarakat di budaya manapun menganggap kehamilan sebagai peristiwa yang luar biasa, bukan hanya dalam kehidupan wanita hamil sendiri tetapi juga suami dan keluarga (Kasnodihardjo & Kristiana, 2012). Oleh karena itu, mitos yang diturunkan lewat ritual-ritual tertentu pada dasarnya menunjukkan adanya dukungan terhadap kehamilan seorang perempuan.

Mitos terkait dengan kehamilan pada umumnya mengatur tentang larangan, anjuran maupun kewajiban atau keharusan yang harus dilakukan oleh seorang perempuan selama masa kehamilan. Beberapa penelitian terkini membuktikan bahwa hingga sekarang, masih banyak mitos yang diyakini oleh masyarakat dari berbagai suku maupun etnis. Ahmad dan Fazlinda (2019) dalam tinjauan pustaka yang dilakukan menemukan bahwa keyakinan budaya termasuk mitos semasa kehamilan setidaknya mencakup 5 hal, yaitu terkait kebiasaan makan, aktivitas fisik, proses persalinan, penolong persalinan dan keyakinan terkait plasenta dan tali pusar. Terkait makanan, terdapat larangan untuk mengonsumsi jenis makanan tertentu seperti buah pepaya dan nangka di Malaysia, madu dan susu di Ethiopia, serta larangan untuk makan sayuran berwarna hijau di Kenya. Selain itu terdapat anjuran untuk mengonsumsi saffron di India agar warna kulit bayi menjadi lebih cerah

walaupun dosis yang berlebihan dapat menyebabkan risiko keguguran. Aktivitas fisik selama hamil memiliki mitos tersendiri, yang mana ada budaya yang mempercayai aktifitas yang berlebihan sebagai persiapan menghadapi persalinan seperti di Tanzania namun ada juga yang meyakini bahwa aktivitas fisik dapat menyebabkan risiko keguguran sehingga harus diminimalkan selama hamil. Mitos terkait proses persalinan dan penolong persalinan mempengaruhi pemilihan tempat dan penolong persalinan, sehingga dampaknya sampai saat ini masih persalinan yang dilakukan di rumah yang mempengaruhi angka kematian bayi dan ibu.

Salah satu suku di Indonesia yang masih berpegang pada mitos-mitos terkait kehamilan adalah suku Jawa (Rofi'I, 2013). Mitos tersebut antara lain keharusan melakukan ritual kehamilan seperti *ngupati* (ritual saat kehamilan berusia 4 bulan) dan *mitoni* (ritual saat kehamilan mencapai usia 7 bulan), pantangan makanan tertentu seperti udang dan daun melinjo dan mitos lain terkait aktivitas fisik seperti larangan untuk tidur siang dan keharusan untuk memakai *sambetan* (rempah-rempah) yang dibungkus kain kemudian disematkan di baju (Murniasih, 2016). Penelitian juga menunjukkan bahwa ibu hamil yang tinggal bersama orang terdekat lebih memiliki keinginan untuk mempercayai dan melakukan mitos yang ada, dibandingkan dengan ibu hamil yang tinggal sendirian. Hal ini membuktikan bahwa keluarga serta orang terdekat memiliki peranan bagi ibu hamil dalam menyikapi mitos terkait kehamilan.

Menurut Fox, (2018), mitos selama kehamilan dapat menyebabkan kebingungan pada ibu hamil. Kebingungan biasanya lebih banyak terjadi pada ibu yang baru pertama kali mengalami kehamilan (*primigravida*), dibandingkan dengan ibu *multigravida*. Ibu *primigravida* lebih cenderung untuk dan merawat kehamilan dan mempersiapkan persalinan, melalui kelas ibu hamil, bahan bacaan maupun sumber informasi yang lain. Pada saat yang bersamaan, ibu *primigravida* mendapatkan banyak sekali informasi mengenai apa yang boleh dilakukan dan tidak boleh dilakukan selama hamil baik melalui tenaga kesehatan, media social, pencaharian di internet maupun dari saudara atau kenalan yang mana mungkin saja informasi tersebut tidak sama antara satu dengan yang lain. Kebingungan yang terjadi dapat menjadi suatu stressor yang kemudian mempengaruhi sikap dan perilaku ibu hamil dalam merawat kehamilannya.

Berdasarkan latar belakang di atas, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tentang mitos-mitos

terkait kehamilan dari perspektif budaya Jawa, bagaimana mitos tersebut mempengaruhi tingkat stres ibu hamil serta bagaimana dukungan keluarga selama kehamilan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif di Kota Salatiga, Provinsi Jawa Tengah pada bulan Oktober sampai bulan Desember 2020. Partisipan penelitian ini berjumlah 5 orang ibu hamil yang baru pertama kali hamil (primigravida) dan menganut Budaya Jawa. Pengambilan data penelitian dilakukan dengan wawancara (direkam menggunakan alat perekam suara) terdapat partisipan dengan mengikuti paduan wawancara (meliputi 17 pertanyaan) sebagai instrument penelitian.

Data dianalisis menggunakan cara hasil validasi data yang dilakukan menggunakan triangulasi, sumber. Data yang terkumpul kemudian dianalisis dengan teknik analisis isi (*content analysis*) dan disajikan dalam bentuk narasi dan tabel. Data hasil penelitian diinterpretasikan untuk memperoleh makna yang luas dan mendalam. Hasil penelitian dibahas dengan cara membandingkan hasil penelitian dengan teori relevan.

HASIL

Hasil penelitian disajikan dalam tiga tema yaitu, mitos semasa kehamilan dari perspektif ibu hamil, stress pada ibu hamil terhadap mitos dan dukungan keluarga terhadap ibu hamil. Sebelum membahas ketiga tema tersebut, terlebih dahulu dibahas mengenai karakteristik partisipan dalam penelitian ini. Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah 5 orang ibu primigravida yang berasal dari Suku Jawa. Empat partisipan memiliki latar belakang pekerjaan sebagai karyawan, sedangkan 1 orang partisipan berkerja sebagai guru. Usia ibu hamil dalam penelitian ini berkisar 26-27 tahun.

Mitos pada ibu hamil primigravida Suku Jawa

Hasil wawancara menunjukkan bahwa sampai sekarang dalam budaya Jawa masih ada mitos-mitos terkait kehamilan berupa pantangan-pantangan tertentu dalam bersikap ketika mengalami kehamilan. Pantangan tersebut terbagi menjadi 2 kategori, yaitu dalam hal makanan dan dalam hal beraktivitas fisik. Terkait makanan, ibu hamil dilarang untuk makan nanas, nangka, tape, dan daun pepaya muda dan gorengan semasa hamil. Sementara itu terkait aktivitas fisik, ibu hamil dilarang untuk keluar malam (setelah magrib), sebisa mungkin dilarang membunuh hewan, dilarang menjahit dan membakar sampah. Ibu hamil

juga disarankan untuk tidak mandi pada malam hari.

...”oh iya, kalau makanan itu seperti; nanas, nangka, tapi katanya kalau makan itu panas di perut, jadi ne kasihan nanti bayinya nanti, terus pantangan yang lain mungkin tidak boleh keluar pada saat Maghrib, nda boleh jahit, nda boleh bakar-bakar sampah,,,” (R1 25-30)

...”pantangan selama kehamilan itu, jarang makan gorengan, trus kalau mandi nda boleh lebih dari jam 04.00 sore, trus tidak boleh makan kaya daun pepaya muda dan nanas,,” (R2 122-125)

...” ehhhh, untuk menjaga kehamilan ini orang tua melarang untuk nggak membunuh hewan,,(R3239-249)

...”sejauh ini mungkin saya di larang untuk mandi malam-malam,,” (R4 317-318)

....” kalau dari orang tua sih mungkin cuma nggak boleh keluar malam,itu dilarang atau nggak boleh nggak baik,,” (R5 379-381).

Partisipan memiliki pemahaman dan pandangan terkait mitos semasa kehamilan berdasarkan hasil wawancara. Hasil wawancara menunjukkan bahwa semua partisipan mengetahui tentang mitos terkait ibu hamil, namun tidak semuanya mempercayai kebenaran mitos yang ada. Terdapat partisipan yang ragu-ragu atas mitos terkait kehamilan sesuai budaya Jawa, karena mitos belum tentu benar tetapi pada suatu kesempatan partisipan tersebut mengalami mitos yang menjadi kenyataan. Hal ini menyebabkan partisipan menjadi ragu-ragu sehingga tidak bisa menentukan sikap terhadap mitos tersebut, apakah layak untuk dipercayai atau tidak atau boleh dijalankan semasa kehamilan atau tidak boleh. Hal ini nampak pada kutipan wawancara berikut.

.....”sampai sekarang masih dilakukan, namun bisa saja mitos tersebut dipercayai dan dilakukan dan bisa saja mitos tersebut tidak dipercayai karna belum tentu kebenarannya....”(R1 3-4, R2 99-101, R3 194-198, R4 296-298, R5 263-265).

“...disisi lain saya tidak mempercayai hal-hal mitos, tapi disisi lain saya pernah menemukan, bahwa teman saya sendiri yang dia itu melanggar mitos, kemudian yang dilanggar itu terjadi kepada dia,,” (R3 200-204).

Menurut partisipan yang masih dilakukan mitos terkait kehamilan, sikap tersebut dilakukan karena mengikuti anjuran dari orang tua. Oleh karena dilakukan secara turun-temurun, maka partisipan mitos tersebut sebagai suatu kebenaran yang harus dijalani. Semua partisipan setuju bahwa banyak mitos

yang berkembang di masyarakat, namun partisipan hanya akan melakukan apa yang diyakini baik dan dianjurkan oleh orang tua. Hal ini menunjukkan bahwa orang tua dan keluarga memiliki peran yang besar dalam mempengaruhi sikap ibu terhadap mitos-mitos terkait kehamilan.

....”*eemm anjuran, yang berkaitan dengan mitos-mitos yang ada selama hamil mungkin saya tidak melakukan semuanya, yang menurut saya baik untuk kehamilan saya saja itu yang saya jalani,,*” (R2 134-137).

Stress pada ibu terkait mitos semasa kehamilan

Keberadaan mitos semasa kehamilan sesuai dengan hasil wawancara dalam penelitian memberi efek tersendiri bagi ibu dalam menjalani kehamilannya. Partisipan ke-3 yang melaporkan bahwa adanya mitos membuat perasaannya terganggu, karena partisipan ke-3 mengatakan sebelumnya adanya kejadian mitos semasa kehamilan terbukti terjadi ketika dilanggar. Walaupun demikian, partisipan lain mengatakan bahwa mitos terkait kehamilan tidak membuat mereka tertekan dalam menjalani masa kehamilannya. Stress yang dirasakan oleh responden justru dipercayai merupakan bawaan semasa hamil. Hal ini kemudian membuat partisipan tetap memilih untuk menjalankan mitos semasa kehamilan. Partisipan juga berpendapat bahwa mitos terkait kehamilan harus dilakukan namun tidak perlu dijadikan beban sehingga memengaruhi kondisi kesehatan ibu.

“... *mungkin disisi lain saya tidak mempercayai hal-hal mitos, tapi disisi lain saya pernah menemukan, bahwa teman saya sendiri yang dia itu melanggar mitos, kemudian yang dilanggar itu terjadi kepada dia,,*” (R3 200-204).

....” *Mungkin selama kehamilan saya merasa lebih berbeda karena sekarang badan saya yang agak berat dan juga dengan mitos yang ada saya sih tetap jalani, supaya saya merasa baik-baik aja dan nggak terlalu dipikirkan,,*” (R2 154-158).

,,” *yang saya rasakan dalam masa kehamilan untuk saat ini saya merasa stress, tapi untuk kedepannya saya kurang tau,,*” (R3 260-267)

“,,, *yang saya rasakan sih biasa saja, mungkin bawaan sekarang, saya mungkin agak nggak mood atau malas ngapa-ngapain gitu aja,,*” (R5 413-415).

Dukungan keluarga pada ibu primigravida terkait mitos semasa kehamilan

Dukungan keluarga sangatlah penting untuk ibu semasa kehamilan. Hasil wawancara didapatkan

bahwa keluarga mendukung ibu hamil untuk melakukan mitos-mitos dan kepercayaan yang sudah turun temurun dalam budaya Jawa. Dukungan keluarga pada kelima responden terkait mitos selama kehamilan diberikan dalam bentuk mengingatkan ibu hamil untuk melakukan setiap anjuran maupun pantangan semasa kehamilan dari sudut pandang budaya Jawa. Selain itu, keluarga juga memberikan semangat, mengingatkan agar berdoa dan selalu menjaga kesehatan. Hal ini dilakukan karena keluarga mengaku takut terjadi hal-hal yang tidak diinginkan jika tidak menjalani apa yang sudah diturunkan dari nenek moyang.

,,” *keluarga masih mempercayai mitos yang ada,,,,*” (R1 79-85, R2 172-178).

,,” *keluarga tidak terlalu mempercayai mitos namun sudah ada mitos tersebut jadi tetap dijalani mitos yang ada,,,,*” (R3 277-287, R4 354-356, R5 421-424).

,,” *tetap selalu mengingatkan dan nasehati keluarga juga selalu berusaha untuk menanggapi positif, memberi semangat dan selalu mengingati untuk jaga kesehatan dan kandungan, dan juga selalu mengingatkan untuk berdoa selalu,,,,*” (R1 88-91, R2 181-183, R3 285-289, R4 353-355).

PEMBAHASAN

Mitos pada ibu hamil *primigravida* Jawa

Pengetahuan kesehatan mengenai kehamilan terutama pada ibu yang baru pertama kali melahirkan dipengaruhi oleh beberapa faktor yang salah satunya yaitu mitos seputar kehamilan. Hampir semua adat dan budaya memiliki kepercayaan atau mitos yang berkaitan dengan kehamilan, termasuk budaya Suku Jawa. Fauziatussa'adiyah (2018) mengatakan bahwa mitos merupakan suatu cerita yang hampir selalu ada di setiap budaya dimanapun. Mitos semasa kehamilan merupakan suatu kewajiban yang harus dilakukan dan dijalankan selama kehamilan, meskipun secara ilmiah tidak ada kaitannya namun tetap dilakukan karena jika dilanggar akan menimbulkan efek negatif (Fauziatussa'adiyah, 2018). Penelitian yang telah dilakukan ini menunjukkan bahwa mitos semasa kehamilan merupakan hal yang memang harus dilakukan karena merupakan suatu tradisi yang dilakukan secara turun-temurun.

Beberapa temuan mitos semasa kehamilan di pada ibu *primigravida* Suku Jawa berdasarkan penelitian ini antara lain larangan untuk melakukan aktifitas fisik tertentu seperti mandi pada malam hari, bepergian pada malam hari, serta tidak membunuh binatang. Hasil penelitian serupa dilaporkan oleh Rofi'I (2013),

bahwa ketika mandi lewat dari 16.00 air ketuban akan meningkat, menimbulkan kecacatan pada bayi, memperlambat kelahiran bayi. Sementara itu, larangan untuk tidak bepergian ketika malam hari dikaitkan dengan kepercayaan mengenai makhluk-makhluk gaib yang dapat mencelakai calon bayi yang ada dalam rahim (Irmawati, 2018). Membunuh binatang sendiri dipercayai akan mendatangkan celaka pada bayi yang akan dilahirkan (Fauziatussa'adiyah, 2018). Oleh karena memiliki dampak yang negatif terhadap bayi, mitos terkait larangan melakukan aktifitas fisik tertentu hingga kini masih dilakukan oleh ibu hamil. Mitos selanjutnya terkait dengan larangan untuk makan jenis makanan tertentu. Beberapa makanan memang tidak dianjurkan untuk dikonsumsi semasa kehamilan awal, seperti tape, nanas dan durian karena memiliki kandungan alkohol yang menyebabkan tubuh menjadi panas sehingga mengancam kondisi janin dan bisa menyebabkan keguguran (Muthoharoh, 2015). Dalam masa kehamilan sangat diperhatikan pada kebutuhannya seperti makanan yang dikonsumsi ibu hamil, karena itu sangat berpengaruh bagi kesehatan ibu hamil dan juga kesehatan kandungan selama masa kehamilan.

Pantangan yang sering dialami pada masa kehamilan ibu hamil dalam Budaya Jawa seperti pantangan makanan yang merupakan suatu kondisi dalam janin ibu hamil sangat perlu diperhatikan karena makan yang merupakan larangan yang harus menjadi suatu hal yang utama yang harus diperhatikan dan dijalani. Pantangan makanan seperti memakan buah nanas itu menjadi suatu larangan karena memakan buah nanas dapat mengganggu kehamilan yaitu abortus keguguran pada masa kehamilan (Dewi, 2017). Silaban & Rahmanisa, (2016), buah nanas mengandung zat gizi antara lain, vitamin A kalsium, fosfor, magnesium, natrium, dekstrosa, besi, kalium, sukrosa (gula tebu). serta enzim bromelin yang merupakan 95% campuran protease sistein, yang dapat menghidrolisis protein dan tahan terhadap panas. Dalam hal ini buah nanas dianggap dapat mencegah kehamilan sehingga sering digunakan untuk mengatasi seperti haid yang terlambat dan berpotensi sebagai abortivum (Silaban & Rahmanisa, 2016).

Mitos dalam masa kehamilan dari sudut pandang budaya yang dipercayai dari budaya di Suku Jawa yang telah diteliti tentang makan nanas menjadi suatu pantangan, yang harus dijalani karena dapat membuat janin menjadi keguguran. Hal ini dari penelitian tentang ibu hamil atau ibu primigravida di Suku Jawa dengan pantangan buah nanas bahwa buah nanas dapat menyebabkan kandungan menjadi

panas dan bisa menyebabkan kondisi janin berbahaya dan menjadi keguguran. Kondisi ini sangatlah penting untuk bisa menjaga kesehatan ibu dan bayi dalam masa kehamilan agar pada masa kehamilan tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan.

Stres pada ibu hamil *Primigravida Jawa*

Stres adalah suatu kondisi dinamis, dengan rasa tegang dan cemas pada individu atau kumpulan individu dikarenakan adanya ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan respon yang dihadapkan dengan kesempatan dan pembatasan yang diinginkan dengan ditandai oleh ketegangan emosional atau pemikiran yang berpengaruh terhadap kondisi mental dan fisik (Kasenda et al., 2017). Kesehatan pada ibu hamil harus dijaga karena suatu hal penting bagi kondisi yang sedang ibu hamil jalani semasa kehamilan. Ibu hamil bukan hanya menjaga kondisi tubuhnya namun juga menjaga kandungannya. Dalam hal ini ibu hamil dalam kesehariannya harus tetap menjaga pola hidup dan menghindari kondisi-kondisi yang membuat ibu menjadi stres atau terganggu yang bisa mengakibatkan keseharian ibu menjadi terbebani (Fita Romalasari & Astuti, 2020).

Penelitian yang telah dilakukan mengenai stres ibu hamil dengan mitos-mitos yang ada dan sedang dijalani beberapa mitos yang diteliti hampir sama dengan budaya lain, namun pemikiran tentang mitos yang ada berbeda atau maksud dari larangan atau pantangan terhadap mitos berbeda beda (Husain et al., 2017). Hasil penelitian tentang stress pada ibu hamil mereka tidak terlalu memikirkan mitos yang ada karena mereka menganggap mitos tersebut tetap harus dijalankan karena merupakan sebuah tradisi ndari turun temurun yang harus dijalani tentang mitos semasa kehamilan.

Dukungan keluarga terhadap kehamilan ibu hamil *Primigravida Jawa*

Dukungan keluarga pada masa kehamilan ibu sangatlah penting dan dibutuhkan selama masa kehamilan ibu, keluarga selalu menjadi prioritas utama semasa kehamilan. Dukungan keluarga semasa kehamilan juga sangat diperlukan semasa kehamilan agar bayi yang dikandung responden yang merupakan kehamilan pertama yang sangat dinantikan oleh keluarga bisa berjalan dengan baik sampai kelahiran (Lailatul et al., 2014). Dalam kondisi ini peran penting yang selalu ada buat ibu hamil yaitu suami juga berperan penting dalam dukungan karena suami selalu disamping dan selalu memperhatikan perkembangan semasa kehamilan dengan mitos yang

ada. Dengan mitos yang ada dan sedang dijalani oleh responden atau ibu hamil, dukungan keluarga sangatlah penting agar ibu terus semangat dalam menjalani semasa kehamilannya.

Menurut Arifin, (2015), dukungan keluarga pada masa kehamilan ibu hamil adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarga yang baru, dukungan keluarga suatu yang paling diharapkan oleh ibu hamil pada masa kehamilan dan kehamilan ini yaitu kehamilan pertama yang sedang dijalani. Hasil penelitian terhadap ibu hamil dengan mitos yang sedang di jalani, respon terhadap dukungan keluarga dan juga suami paling utama, dengan mitos yang ada atau yang di percayai dari turun-temurun yang di jalankan oleh ibu hamil. Dukungan keluarga semasa kehamilan (khususnya suami) tetap selalu mengingatkan ibu agar selalu berpikiran positif dengan mitos yang ada, dengan kondisi semasa kehamilan yang dijalani ibu karena ibu hamil bukan hanya menjaga kondisinya tetapi ibu juga menjalankan apa yang sudah ada dari turun-temurun. Mitos yang ada pada masa kehamilan, walaupun tidak sepenuhnya dipercayai namun keluarga atau suami tetap mengingatkan ibu agar tetap mengikuti pantangan-pantangan yang ada, keluarga pun juga bukan hanya mengingatkan sang ibu tetapi suami agar selalu mengingatkan ibu agar tetap mengikuti pantangan yang ada, agar dalam proses kehamilan yang sedang dijalani ibu tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan.

KESIMPULAN

Mitos yang ada pada ibu hamil *primigravida* atau ibu yang pertama kali hamil, pada suku Jawa sudah ada dari turun temurun dan dijalani sedari generasi-generasi sebelumnya. Perempuan suku Jawa yang hamil pertama kali diharuskan menjalani atau menuruti mitos yang ada. Ada beberapa mitos yang jika dilakukan dapat membawa kebaikan, dan ada pula mitos yang jika diabaikan dapat membawa petaka. Oleh karenanya, keluarga selalu menjadi prioritas dalam memberikan dukungan sepenuhnya kepada Ibu hamil agar dapat mematuhi apa yang sudah diyakini secara turun-temurun terhadap mitos ibu hamil agar kesehatan Ibu dan anak tetap terjaga. Dengan pemahaman inilah yang membuat ibu hamil *primigravida* tidak menjadikan banyaknya aturan dalam mitos menjadi sebuah tekanan tersendiri yang dapat menimbulkan stres.

SARAN

Penelitian ini tidak sampai menganalisis makna dari mitos yang memang mungkin itu sejalan dengan ilmu kesehatan sehingga benar aman untuk kesehatan ibu dan bayi. Sehingga hal ini bisa menjadi saran untuk pengembangan penelitian ini agar bisa mengeksplorasi lebih jauh terkait keperawatan transkultural pada ibu hamil yang percaya terhadap mitos.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, N., Nor, S. F. S., & Daud, F. (2019). Understanding myths in pregnancy and childbirth and the potential adverse consequences: A systematic review. *Malaysian Journal of Medical Sciences*, 26(4), 17–27. <https://doi.org/10.21315/mjms2019.26.4.3>
- Arifin, A. (2015). Ibu Hamil Menghadapi Proses Persalinan Di Puskesmas Budilatama Kecamatan Gandung Kabupaten Buol Provinsi Sulawesi Tengah. *EJournal Keperawatan*, 3(Volume 3 Nomor 2), 2, 3.
- Caro, R., & Fast, J. (2020). Pregnancy Myths and Practical Tips. *American Family Physician*, 102(7), 420-426.
- Dewi, R. (2017). Efek Pemberian Ekstra Buah Nanas Mudadan Tua (Ananas.C.L. Merr) Terhadap Kejadian Abortus pada Mencit (*Mus musculus*). *Jurnal Bahana Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 1–7.
- Fauziatussa'adiyah, F. (2018). Mitos Kehamilan Dalam Budaya Masyarakat Nagari Guak Panjang Koto Baru Kabupaten Solok. *Kafa'ah: Journal of Gender Studies*, 8(1), 85. <https://doi.org/10.15548/jk.v1i1.200>
- Fita Romalasari, N., & Astuti, K. (2020). Hubungan Antara Dukungan Suami Dan Partisipasi Mengikuti Kelas Ibu Hamil Dengan Kecemasan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester Tiga Di Puskesmas Nglipar Ii. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 304–318. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v4i2.817>
- Fox, N. S. (2018). Dos and don'ts in pregnancy: Truths and myths. *Obstetrics and Gynecology*, 131(4), 713–721. <https://doi.org/10.1097/AOG.0000000000002517>
- Husain. F. Arsi, A. A., & Artikel, I. (2017). Perilaku Kesehatan Ibu Hamil Dalam Pemilihan Makanan Di Kecamatan Puncakwangi Kabupaten Pati. *Journal Unnes.Ac.Id/Sju/Index.Php/Solidarity*, 6(2), 1-13.
- Irnowati, W. (2018). Reinterpretasi Filosofis Mitos Seputar Kehamilan Dalam Masyarakat Jawa

- di Surakarta: Dari Imajinatif Kreatif Menuju Filosofis yang Dinamis. *BUANA GENDER : Jurnal Studi Gender Dan Anak*, 2(2). <https://doi.org/10.22515/bg.v2i2.1097>
- Kasenda, P., Wungouw, H., & Lolong, J. (2017). Hubungan Stres Dengan Kejadian Insomnia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Bahu Kota Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 5(1), 109841.
- Kasnodihardjo, & Kristiana, L. (2012). Praktek Budaya Perawatan Kehamilan di Desa Gadingsari Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 3(3), 113–123.
- Lailatul, U. M., Herawati, Y. T., & Witcahyo, E. (2014). Faktor yang Berhubungan dengan Pemanfaatan Pelayanan Antenatal oleh Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Tempurejo Kabupaten Jember Tahun 2013 (Correlated Factors of Antenatal Services Utilization by Pregnant Women at Community Health Center of Tempurejo. *E-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 2(1), 58–65.
- Murniasih, N. P., Masfiah, S., & Hariyadi, B. (2016). Perilaku Perawatan Kehamilan dalam Perspektif Budaya Jawa di Desa Kaliori Kecamatan Kalibagor. *Jurnal Kesmas Indonesia*, 8(1), 56–66.
- Muthoharoh, H. (2015). No Title Preparation of Ativated Cral Residues by Phosphoric Aid Ativation. *Biomass Chem Eng*, 49(23–6), 1–15
- Silaban, I., & Rahmanisa, S. (2016). Pengaruh Enzim Bromelin Buah Nanas (*Ananas comosus*L.) terhadap Awal Kehamilan. *Majority*, 5(4), 80–85.
- Wibowo, A., Machdum, S. V, Cholid, S., & Imelda, J. D. (2018). Pregnancy-related Myths and Maternal Mortality Reduction. *KnE Social Sciences*, 3(10), 84. <https://doi.org/10.18502/kss.v3i10.2906>