PENGAMBILAN KEPUTUSAN GUNA MENCEGAH KEHAMILAN

NISFU

LATAR BELAKANG

Floyd L. Ruch dalam bukunya *Psychology and life* mengatakan bahwa berfikir adalah unsur-unsur lingkungan dengan menggunakan simbol-simbol sehingga tidak perlu langsung melakukan kegiatan yang tampak. Sedangkan menurut Surya (2011) berfikir kritis merupakan suatu proses aktif dan cara berfikir secara teratur dan sistematis dengan langkah yang tepat untuk memahami informasi secara mendalam, sehingga membentuk sebuah keyakinan dan kebenaran dari informasi yang didapat. Salah satu penerapan dari berfikir kritis ini adalah dengan penlakukan pengambilan keputusan yang dilakukan secara sistematis atau teratur .

Menurut James A.F Stoner pengambilan keputusan adalah proses yang digunakan untuk memilih suatu tindakan sebagai cara pemecahan masalah. Pengambilan keputusan merupakan cara atau proses pemecahan masalah yang menjadi pangkal atau permulaan dari aktivitas manusia yang terarah baik secara individu atau kelompok. Pengambilan keputusan juga diterapkan didalam memberikan asuhan keperawatan, terutama pengambilan keputusan untuk mencegah terjadinya kehamilan

Kehamilan merupakan suatu proses dari kehidupan seorang wanita yang terjadi dari pembuahan sampai kelahiran. Kehamilan dapat meningkatkan laju kelahiran yang dapat menyebabkan adanya kepadatan penduduk apabila tidak di control dengan baik. Selain itu kehamilan yang tidak terkontrol dengan baik dapat menyebabkan angka kematian ibu dan anak meningkat dikarenakan jarak kehamilan yang kurang diperhatikan. Jarak yang dekat antara kehamilan sekarang dan dahulu dapat berpengaruh karena keadaan yang belum normal sebagaimana mestinya harus sudah bereproduksi lagi untuk kehamilan selanjutnya yang dapat menyebabkan hiperemesis gravidarum dan komplikasi kehamilan lainnya (Proverawati, 2009). Hyperemesis gravidarium adalah mual dan muntah berat saat kehamilan, muntah yang berlebihan dapat menyebabkan tubuh kekurangan air sehingga terjadinya pengentalan darah (hemokonsentrasi) dan sirkulasi darah ke jaringan menjadi lambat, hal ini menyebabkan tubuh kekurangan oksigen yang berdampak buruk pada ibu dan janin, sehingga jaran kehamilan sangat perlu untuk dijaga.

Salah satu cara untuk mengatasi kepadatan penduduk akibat laju kelahiran adalah dengan mencegah terjadinya kehamilan, begitupula untuk menjaga jarak kehamilan.

TUJUAN

Tujuan dari pengkajian ini adalah untuk menginformasikan mengenai pencegahan kehamilan untuk mencegah kematian ibu hamil dan peningkatan laju kelahiran yang menyebabkan kepadatan penduduk dengan metode pengambilan keputusan berdasarkan reknik berpikir kritis.

METODE

Metode yang digunakan adalah metode pengambilan keputusan berdasarkan cara berfikir kritis dengan sumber landasan literature yang jelas dan bersifat deskriptif.

HASIL

Berdasarkan hasil analisis, berfikir kritis merupakan suatu hal yang penting di dalam keperawatan terutama dalam pengambilan keputusan dalam mencegah kehamilan. Proses pengambilan keputusan ini memiliki beberapa tahapan yaitu pengumpulan data, hipotesa, rencana kegiatan, alternative, pemecahan masalah dan tahap pengambilan keputusan.

Yang pertama adalah pengumpulan data. Pengumpulan data adalah cara yang dilakukan data-data dari sumber data. Pengumpulan biasanya menggunakan metode observasi, dokumentasi dan wawancara, selain itu juga menggunakan metode non-human seperti dokumen dan rekaman.

Setelah pengumpulan data maka diperlukan hipotesa. Hipotesa adalah jawaban sementara terhadap masalah yang menjadi objek dalam penelitian atau dalam masalah yang akan diputuskan.

Selanjutnya setelah menentukan hipotesa maka perlu adanya pembuatan rencana kegiatan. Rencana program dan kegiatan merupakan sebuah rancangan sebelum kegiatan dilaksanakan, agar pelaksanaan lebih terstruktur dan tertata dengan baik.

Selanjutnya adalah tahap pemecahan masalah. Pemecahan masalah menurut Robert W. Balley (1989: 116) merupakan suatu kegiatan yang kompleks dan tingkat tinggi dari proses mental seseorang. Pemecahan masalah didefinisikan sebagai gabungan dari gagasan yang cemerlang untuk membentuk kombinasi gagasan yang baru, ia mementingkan penalaran

sebagai dasar untuk menggabungkan gagasan dan mengarahkan kepada penyelesaian masalah. Dan yang terakhir adalah pengambilan keputusan yang dilakukan berdasarkan langkah-langkah yang telah ditetapkan. Pengambilan keputusan yang dilakukan dengan menggunakan pemikiran kritis maka akan menghasilkan suatu keputusan yang tepat.

Maka perawat harus mampu melakukan pengambilan keputusan dengan dasar berfikir kritis agar mampu memberikan asuhan keperawatan yang baik dan tepat kepada pasien.

PEMBAHASAN

Berpikir kritis dalam pengambilan keputusan untuk mencegah kehamilan

Kehamilan merupakan suatu hal yang lumrah dan dinantikan oleh setiap wanita, namun adalaknya kehamilan dapat berdampak kurang baik terhadap kondisi ibu dan janin. Kehamilan yang tidak direncanakan atau dikontrol dengan baik dapat berdampak negative pada ibu dan janin, sehingga diperlukan waktu jeda atau jarak kehamilan. Jarak kehamilan adalah suatu pertimbangan untuk menentukan kehamilan pertama dan kehamilan berikutnya. (Depkes RI 2000). Jarak ideal kehamilan sekurang-kurang adalah 2 tahun. Pada ibu ibu hamil yang kehamilan nya berjarak dekat lebih beresiko terjadi anemia pada kehamilan. Selain itu jarak yang dekat antara kehamilan sekarang dan dahulu dapat berpengaruh karena keadaan yang belum normal sebagaimana mestinya harus sudah bereproduksi lagi untuk kehamilan selanjutnya yang dapat menyebabkan hiperemesis gravidarum dan komplikasi kehamilan lainnya (Proverawati, 2009). Hyperemesis gravidarium adalah mual dan muntah berat saat kehamilan, muntah yang berlebihan dapat menyebabkan tubuh kekurangan air sehingga terjadinya pengentalan darah (hemokonsentrasi) dan sirkulasi darah ke jaringan menjadi lambat, hal ini menyebabkan tubuh kekurangan oksigen yang berdampak buruk pada ibu dan janin, sehingga jaran kehamilan sangat perlu untuk dijaga.

Jadi salah satu cara untuk menjaga jaran kehamilan adalah dengan melakukan pencegahan kehamilan

Selain untuk mencegah kematian ibu dan janin, mencegah kehamilan juga dapat mengontrol laju angka kelahiran yang berdampak pada kepadatan penduduk. Kepadatan penduduk dapat dicegah dengan mencegah terjadinya kehamilan.

Cara yang dapat dilakukan untuk mencegah kehamilan

Pencegahan kehamilan dapat dilakukan dengan mengikuti program keluarga berencana. Penerapan Program Keluarga Berencana di Indonesia telah sesuai dengan perhatian terhadap kesehatan reproduksi yang dicanangkan oleh WHO dalam Konferensi Kependudukan di Kairo tahun 1994, yang berupa:

1. Kesadaran akan kesehatan reproduksi dan hak-hak reproduksi
2. Program Keluarga Berencana
3. Pencegahan Penyakit Menular Seksual dan HIV
4. Hubungan gender dan seksualitas
5. Masalah remaja (Tim LPPM Universitas Airlangga, 2009:26)

Dari penjelasan di atas, mengikuti program keluarga berencana merupakan pengambilan keputusan yang rasional untuk mencegah terjadinya kehamilan guna menjaga jarak kehamilan dan mengendalikan laju kepadatan penduduk.

Selain melakukan program keluarga berencana, berhubungan intim di luar masa subur juga dapat mencegah kehamilan meskipun dengan presentase yang kecil.

Langkah pengambilan keputusan dalam berfikir kritis untuk mencegah kehamilan

Untuk mengambil sebuah keputusan, maka diperlukan langkah-langkah yang sistematis agar keputusan yang diambil merupakan keputusan yang paling baik. Didalam berpikir kritis terdapat elemen-elemen pengambilan keputusan seperti pengumpulan data, hipotesa, rencana kegiatan, alternative, pemecahan masalah dan tahap pengambilan keputusan. Untuk kasus mencegah kehamilan, juga memerlukan langkah-langkah tersebut untuk mendapatkan keputusan terbaik terkait tindakan mencegah kehamilan.

Perawat harus bisa mengumpulkan data terkait dampak dari kehamilan yang tidak dikontrol, selanjutnya perawat akan membandingkan dengan data dari kehamilan yang terkontrol sehingga memunculkan suatu hipotesa seperti benarkah dengan mencegah kehamilan dapat mencegah kematian ibu dan janin serta menurunkan laju kelahiran.

Dari hipotesa ini, selanjutnya perawat akan melakukan rencana kegiatan mengenai bagaimana cara mencegah kehamilan yang tidak berdampak negative terhadap pasien seperti menganjurkan pasien untuk melakukan program keluarga berencana.

Dari rencana kegiatan ini maka akan muncul alternatif baru seperti mencegah kehamilan yang dapat juga dilakukan dengan tidak melakukan hubungan intim disaat masa subur. Setelah melakukan berbagai rangkaian langkah-langkah pengambilan keputusan maka perawat dapat memecahkan suatu masalah dimana mencegah kehamilan berdampak baik untuk mencegah kematian ibu hamil dan laju angka kelahiran.

Dengan pengambilan keputusan yang dilakukan dengan proses berfikir kritis maka akan menghasilkan sebuah keputusan terbaik dikarenakan telah dilakukan berbagai pertimbangan untuk memutuskan masalah tersebut.

KESIMPULAN

Berfikir kritis merupakan suatu proses aktif dan cara berfikir secara teratur dan sistematis dengan langkah yang tepat untuk memahami informasi secara mendalam, sehingga membentuk sebuah keyakinan dan kebenaran dari informasi yang didapat. Setiap perawat harus mampu berfikir kritis agar mampu memutuskan yang terbaik kepada pasien untuk mencapai asuhan keperawatan yang maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul, G.(2018). Peningkatan Kemampuan Berfikir Kritis Mahasiswa Melalui Pendekatan 5E dan SETS Berbantu Aplikasi Media Sosial. *Jurnal Inovasi Pembelajaran*. Vol.4
- Azniar, M. (2013). Perilaku Seksual Pranikah Beresiko Terhadap Kehamilan Tidak Diinginkan. *Jurnal kesehatan masyarakat*.
- Fitri, M. (2014). Analisis Kebutuhan Sumber Informasi Dalam Upaya Pencegahan Kehamilan Pada Remaja. *Jurnal Studi Pemuda*. Vol 3.
- Herson, A. (2014). Proses Pengambilan Keputusan Untuk Mengembangkan Mutu Madrasah. *Jurnal pendidikan islam*. Vol 8.
- Kementrian Kesehatan Republic Indonesia. (2012). *Survey Demografi Kesehatan Indonesia*. Jakarta
- Lina, O. (2016). Kejadian Hiperemesis Gravidarium Ditinjau Dari Jarak Kehamilan Dan Paritas. *Jurnal Ilmu Kesehatan Aisyah*. Vol 1.
- Ridha, U. W., & Nyoto, H. (2019). Peningkatan Kemampuan Berpikir Kritis Dan Hasil Belajar Tematik Muatan Ipa Melalui Model Problem Based Learning Kelas 5 Sd. *Jurnal Basicedu*. Vol 3
- Risma, K. P., Edy, S., & Dwi, W. (2013). *Hubungan Paritas dan Status Nutrisi dengan Hiperemesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di RB Kuwaron Gubug Kab. Purwodadi*. Fikes UNIMUS
- Ratna, P., Hobri, & Arif, F. (2016). Analisis Kemampuan Berpikir Kritis Siswa Dalam Menyelesaikan Masalah Persamaan Kuadrat Pada Pemelajaran Model Creative Problem Solving. *Jurnal Unej*. Vol 7

Simamora, R. H. (2019). Menjadi perawat yang CILH'HUY. Surakarta: Kekata Publisher.

Simamora, R. H. (2005). *Hubungan Persepsi Perawat Pelaksana Terhadap Penerapan*

Fungsi Pengeorganisasian Yang Dilakukan Oleh Kepala Ruangan Dengan Kinerja Diruang Rawat Inap RSUD Koja Jakarta utara (Doctoral dissertation, tesis FIK UI, Tidak dipublikasikan).

Verayanti, A., Ova, E., & Mohammad, H. (2019). Peran Pengambilan Keputusan Dalam

Keterlambatan Rujukan Material. *Jurnal Kesehatan Primer*. Vol 4