



**ANALISIS DETERMINAN KEIKUTSERTAAN SENAM HAMIL DENGAN JENIS PERSALINAN PADA IBU BERSALIN**

**Desy Darmayanti\*, Rosita Anggraeni, Frida Kasumawati, Junaida Rahmi, Holidah**  
 STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Jalan Pajajaran No.1 Pamulang Barat Kota  
 Tangerang Selatan, 15415

ARTICLE INFORMATION	A B S T R A C T
<p>*Corresponding Author                      Desy Darmayanti</p> <p>E-mail:                      desydarmayanti8@gmail.com</p>	<p>Labor defined as an exit process fetus from womb when age pregnancy already enough, labor own two method, namely normal (in direct vaginally) or through procedure operation sectio caesarean. Number sectio caesarean experience increase in countries develop. One of the effective health interventions to overcome the maternal mortality rate is providing prenatal services, one of which is pregnancy exercise. Objective Research: For know connection participation exercise pregnant with type labor on mother giving birth at the clinic Pregnancy Healthy Serpong. Method Study: Study this use method quantitative.</p>
<p><b>Keywords:</b>                      Gymnastics Pregnant,                      Type Labor</p>	<p>Population all over mother giving birth period April to June 2023, total sample as many as 70 respondents, with use total sampling technique. Results: Based on results study prove that of 70 respondents, 60 respondents follow exercise pregnant (85.7%), based on type labor tend more in labor in a way spontaneous a total of 61 respondents of (87.1%), compared with respondents who did not follow exercise pregnant. Implementation exercise pregnant there is relationship with type delivery at the clinic Pregnancy Healthy Serpong showed with p value 0,000 and OR = 236,000. Conclusion: Based on results test chi square, obtained p value = 0,000 which is significant there is connection between participation exercise pregnant with type labor on mother giving birth at the clinic Pregnancy Healthy Serpong. Suggestion: It is hoped that there will be more midwives increase again counseling and guidance to mother pregnant about importance do exercise pregnant for face labor.</p>
<p><b>Kata Kunci:</b>                      Senam Hamil, Jenis Persalinan</p>	<p>Persalinan didefinisikan sebagai proses keluarnya janin dari rahim ketika usia kehamilan sudah cukup, persalinan memiliki dua metode, yaitu normal (secara langsung melalui vagina) atau melalui prosedur operasi <i>sectio caesarea</i>. Angka <i>sectio caesarea</i> mengalami peningkatan di negara-negara berkembang. Salah satu intervensi kesehatan yang efektif untuk mengatasi angka kematian ibu adalah melakukan pelayanan prenatal, salah satunya dengan senam hamil. Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui hubungan keikutsertaan senam hamil dengan jenis persalinan pada ibu bersalin di Klinik Kehamilan Sehat Serpong. Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Populasi seluruh ibu bersalin periode April sampai Juni 2023, Jumlah sampel sebanyak 70 responden, dengan menggunakan teknik total sampling. Hasil: Berdasarkan hasil penelitian membuktikan bahwa dari 70 responden, 60 responden mengikuti senam hamil (85,7%), berdasarkan jenis persalinan cenderung lebih banyak yang bersalin secara spontan sebanyak 61 responden (87,1%), dibandingkan dengan responden yang tidak mengikuti senam hamil. Pelaksanaan senam hamil ada hubungannya dengan jenis persalinan di Klinik Kehamilan Sehat Serpong ditunjukkan dengan nilai p value 0,000 dan OR =236,000. Kesimpulan: Berdasarkan hasil uji <i>chi square</i>, didapatkan nilai p= 0,000 yang berarti terdapat hubungan antara keikutsertaan senam hamil dengan jenis persalinan pada ibu bersalin di Klinik Kehamilan Sehat Serpong. Saran: Diharapkan bidan lebih meningkatkan lagi penyuluhan dan bimbingan kepada ibu hamil tentang pentingnya melakukan senam hamil untuk menghadapi persalinan.</p>
	<p>This is an open access article under the <a href="https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/">CC-BY-NC-SA</a> license.</p>

## PENDAHULUAN

Persalinan didefinisikan sebagai proses keluarnya janin dari rahim ketika usia kehamilan sudah cukup. Persalinan terjadi secara spontan dengan kepala sebagai presentasi dan diikuti oleh keluarnya plasenta serta selaput lainnya. Proses ini biasanya berlangsung selama 18 jam jika tanpa masalah atau komplikasi. Persalinan memiliki dua metode, yaitu normal (secara langsung melalui vagina) atau melalui prosedur operasi *sectio caesarea*.

Persalinan metode *sectio caesarea* (SC) adalah tindakan bedah yang membantu kelahiran janin melalui sayatan pada dinding perut dan rahim, hanya dilakukan pada kondisi medis darurat seperti plasenta previa, presentasi atau letak abnormal pada janin, dan indikasi lain yang mencelakakan nyawa ibu atau janin.

Berdasarkan WHO, angka *sectio Caesar* mengalami peningkatan di negara-negara berkembang. WHO menjelaskan tingkat operasi *Caesar* di dunia berkisar antara 5%-15% per 1000 kelahiran. Jika dilakukan operasi *caesarea section* tanpa indikasi yang jelas, sehingga terjadi risiko rasa sakit serta kematian pada ibu dan bayi.

Berdasarkan data dari SKDI tahun 2017, ditemukan bahwa 17% dari total kelahiran di fasilitas kesehatan dilakukan secara *sectio caesarea* (SC). Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan persentase persalinan secara SC.

Dalam hal ini salah satu intervensi kesehatan yang efektif untuk mengatasi angka kematian ibu adalah melakukan pelayanan prenatal. Fungsi utama pelayanan prenatal antara lain promosi kesehatan selama kehamilan melalui sarana pendidikan kesehatan, yang diberikan secara individu maupun kelompok. Materi pendidikan kesehatan untuk ibu hamil cukup banyak, salah satunya dengan senam hamil.

Penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Keikutsertaan Senam Hamil dengan Jenis Persalinan pada Ibu Bersalin DI Klinik Kehamilan Sehat Serpong”. Penulis tertarik memilih data rekam medis dan registrasi senam hamil yaitu ringkasan dari seluruh masa perawatan dan keikutsertaan senam hamil pasien sebagaimana yang telah diupayakan oleh para tenaga kesehatan dan pihak terkait. Karena populasinya pada periode April-Juni 2023, maka penulis menggunakan analisis kuantitatif.

**METODE**

Penelitian ini menggunakan metode analitik kuantitatif. Populasi seluruh ibu bersalin periode April sampai Juni 2023, dengan jumlah sampel sebanyak 70 responden, menggunakan teknik total sampling. Instrument penelitian yang digunakan adalah data sekunder. Teknik Analisa data yaitu analisa univariat dengan distribusi frekuensi dan analisa bivariat

dengan uji chi-square( $x^2$ ).

**HASIL**

Karakteristik responden (usia, pendidikan, pekerjaan, dan paritas). Dan variabel penelitian (keikutsertaan senam hamil dan jenis persalinan). Karakteristik responden. Distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik Responden di Klinik Kehamilan Sehan Serpong (n=70)**

Karakteristik Responden	n	%
<b>Usia</b>		
<20 tahun	6	8,6
20-35 tahun	57	81,4
>35 tahun	7	10
<b>Pendidikan</b>		
SMP	2	2,9
SMA	61	87,1
PT	7	10
<b>Pekerjaan</b>		
Tidak bekerja/IRT	63	90
Bekerja	7	10
<b>Paritas</b>		
Primipara	12	17,1
Multipara	58	82,9

Sumber: Data Sekunder, April-Juni 2023

**Tabel 2 Distribusi Responden berdasarkan Keikutsertaan Senam Hamil pada Ibu Bersalin di Klinik Kehamilan Sehat Serpong (n = 70)**

Keikutsertaan Senam Hamil	n	%
Mengikuti	60	85,7
Tidak mengikuti	10	14,3

Sumber: Data Sekunder, April-Juni 2023

**Tabel 3 Distribusi responden berdasarkan Jenis Persalinan pada Ibu Bersalin di Klinik Kehamilan Sehat Serpong (n = 70)**

Jenis Persalinan	n	%
Spontan	61	87,1
Buatan	9	12,9

Sumber: Data Sekunder, April-Juni 2023

**Tabel 4 Hubungan Keikutsertaan Senam Hamil dengan Jenis Persalinan pada Ibu Bersalin di Klinik Kehamilan Sehat Serpong.**

Keikutsertaan Senam Hamil	Persalinan Spontan		Persalinan buatan		Total		OR 95%	Nilai p
	N	%	N	%	N	%		
Mengikuti Senam Hamil	59	84,3	1	1,4	60	85,7	236,000 (19,151- 2908,235)	0,000
Tidak Mengikuti Senam Hamil	2	2,9	8	11,4	10	14,3		
<b>Total</b>	<b>61</b>	<b>87,2</b>	<b>9</b>	<b>12,8</b>	<b>70</b>	<b>100</b>		

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 20-35 tahun sebesar (81,4%), pendidikan responden sebagian besar SMA sebesar (87,1%), sebagian besar responden tidak bekerja/IRT sebesar (90%), dan jumlah paritas responden sebagian besar multipara sebesar (82,9%).

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 70 responden, terdapat 60 responden yang mengikuti senam hamil dengan jumlah minimal 6 kali dalam 3 minggu sebesar (85,7%), dan 10 responden (14,3%) tidak mengikuti senam hamil (<6x/3 minggu). Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 70 responden, terdapat 61 responden yang bersalin secara spontan (87,1%), dan 9

responden (12,9%) yang bersalin secara *caesar*.

## PEMBAHASAN

Senam hamil merupakan terapi latihan gerak dan salah satu kegiatan dalam pelayanan selama kehamilan atau prenatal care yang bertujuan untuk mempersiapkan ibu hamil secara fisik dan mental saat menghadapi persalinan agar persalinan normal dapat berlangsung dengan cepat, aman, dan spontan.

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa sebagian besar responden yang mengikuti senam hamil berusia antara 20-35 tahun sebanyak 57 responden (81,4%). Penelitian Indri dan Justina (2020), menyatakan bahwa usia ideal perempuan untuk hamil dan melahirkan adalah usia 20-35 tahun dimana pada usia tersebut seorang wanita berada pada masa kesuburan yang tinggi dan secara fisik maupun psikologis sudah siap untuk hamil. Ibu hamil cenderung lebih banyak yang berusia 20-35 tahun, dikarenakan ibu hamil yang berusia >35 tahun merupakan usia yang beresiko untuk hamil dan melahirkan.

Sebagian besar responden yang mengikuti senam hamil berpendidikan

SMA yaitu sebanyak 61 responden (87,1%). Penelitian Era Nurisa W, dkk (2018), menyatakan bahwa responden yang memiliki pendidikan tinggi akan cenderung memiliki pemikiran yang baik dalam menerima berbagai informasi yang didapatkan terkait kesehatan khususnya masa kehamilan. Ibu hamil cenderung lebih banyak berpendidikan SMA hal ini terjadi karena tempat penelitian sendiri dilakukan di daerah kota yang mana pendidikan di daerah tersebut lebih maju dibandingkan daerah perdesaan.

Sebagian besar responden yang mengikuti senam hamil tidak bekerja yaitu sebanyak 63 responden (90%). Penelitian Nurlaelah S (2020), menyatakan bahwa responden yang tidak bekerja akan cenderung dapat mengikuti senam hamil sesuai jadwal dibandingkan responden yang bekerja dikarenakan bertepatan dengan jadwal kerja. Ibu hamil dianjurkan untuk tidak melakukan aktivitas terlalu berat, itu sebabnya dalam penelitian ini sebagian besar responden tidak bekerja dikarenakan tidak semua ibu hamil memiliki fisik yang kuat dalam melakukan pekerjaan berlebih.

Berdasarkan hasil penelitian dapat sebagian besar responden yang mengikuti senam hamil dengan paritas

multipara yaitu sebanyak 58 responden (82,9%). Penelitian Era Nurisa W, dkk (2018), menyatakan bahwa responden dengan paritas multipara cenderung lebih banyak mengikuti senam hamil dikarenakan bukan merupakan hal yang baru bagi ibu dan pasangan, berbekal dari pengalaman sebelumnya mereka termotivasi untuk meningkatkan derajat kesehatan dalam masa kehamilan. Dalam penelitian ini sebagian besar responden dengan paritas multipara dibandingkan primipara, hal ini bisa terjadi karena responden memiliki perencanaan kehamilan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu di Klinik Kehamilan Sehat Serpong melakukan senam hamil sesuai dengan jadwal yang ditentukan, hal ini karena senam hamil merupakan program rutin yang dilaksanakan dan ibu-ibu yang melakukan pemeriksaan kehamilan di Klinik Kehamilan Sehat akan diberi penyuluhan kesehatan mengenai pentingnya mengikuti senam hamil sehingga rata-rata ibu yang melakukan ANC di Klinik Kehamilan Sehat mengikuti senam hamil.

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden bersalin secara spontan sebanyak 61 responden

(87,21%). Menurut Nuraeni S dan Aryani N.F (2021), senam hamil memiliki manfaat antara lainnya membantu membantu proses persalinan spontan, memperoleh relaksasi yang sempurna, mengatasi stress, mengatasi nyeri his, dan membentuk sikap tubuh dalam menghadapi persalinan.

Menurut peneliti banyaknya ibu-ibu dengan persalinan normal karena kebanyakan ibu-ibu melakukan ANC di Klinik Kehamilan Sehat sehingga kesehatan ibu dan bayi selalu terpantau termasuk persiapan persalinan. Penelitian membuktikan bahwa responden yang melakukan Senam Hamil sebanyak 60 responden (85,7%), cenderung lebih banyak bersalin secara spontan sebanyak 61 responden (87,1%), dibandingkan dengan responden yang tidak mengikuti senam hamil dan bersalin secara *caesar*.

Pada penelitian ini, ditemukan adanya hubungan yang bermakna antara keikutsertaan senam hamil dengan jenis persalinan dengan nilai  $p=0,000$ .

Menurut Nuraeni S dan Aryani N.F (2021), ibu bersalin yang melakukan senam hamil cenderung mengalami persalinan normal

dibandingkan ibu bersalin yang tidak melakukan senam hamil karena ibu bersalin yang sudah melaksanakan senam hamil mengetahui teknik-teknik pernafasan, mengetahui kapan waktunya mengedan, asupan oksigen ke janin juga lancar sehingga tidak terjadi gawat janin. Selama kehamilan juga mendapat latihan gerakan penguatan otot-otot yang berhubungan dengan persalinan sehingga ibu dapat mengatasi kelelahan dan memudahkan persalinan

## KESIMPULAN

Keikutsertaan ibu bersalin terhadap senam hamil di Klinik Kehamilan Sehat Serpong, menunjukkan sebagian besar mengikuti kegiatan senam hamil sebanyak 60 responden dengan presentase sebesar (85,7%). Jenis persalinan pada ibu bersalin di Klinik Kehamilan Sehat Serpong, menunjukkan sebagian besar bersalin secara spontan sebanyak 61 responden dengan presentase sebesar (87,1%). Terdapat hubungan antara keikutsertaan senam hamil dengan jenis persalinan pada ibu bersalin di Klinik Kehamilan Sehat Serpong.

## DAFTAR PUSTAKA

- Damayanti, I. P. (2017). *Hubungan Senam Hamil dengan Kemajuan Persalinan*. Menara Ilmu, 11(75).
- Kemenkes, RI. (2022). *Persalinan normal menjadi mudah dan lancer, senam hamil yuk*. Jakarta: Kemenkes RI
- Kurniarum, A. (2016) *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta: Penerbit Pusdik SDM Kesehatan
- Kusumawardani, Y. M. (2019). *Klasifikasi Persalinan Normal atau Caesar menggunakan Algoritma C4.5* (Doctoral dissertation UIN Sunan Ampel Surabaya), 7.
- Mardha, M. S., & Panjaitan, I. S. M. (2020). *Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Keikutsertaan Dalam Kelas Senam Hamil Di Rumah Sakit Colombia Asia*. Window of Health: Jurnal Kesehatan, 168-175.
- Maryunani, A., & Sukaryati, Y. (2018). *Senam Hamil Senam Nifas dan Terapi Musik*. Jakarta: Trans Info Media.
- Matondang, D. A., & Lubis, D. H. (2020). *Hubungan Senam Hamil Dengan Proses Persalinan Normal Pada Ibu Primipara Di Rumah Sakit Umum Sundari Medan*. Jurnal Keperawatan Flora, 13(1), 31-39.
- Meliana, Dewa Ayu Putu Mas Vira (2021) *Gambaran Saturasi Oksigen pada Pasien Covid-19 di Ruang Jepun RSUD Bali Mandara Tahun 2021*. Diploma thesis, Jurusan Keperawatan.
- Nurlaelah, N., Jasmawati, J., & Setiadi, R. (2020). Efektifitas

pelaksanaan senam hamil terhadap kelancaran proses persalinan pada ibu bersalin di klinik masitah muara jawa.

- Wahyu Putri Agustini, A. A. (2018). *Hubungan Senam Hamil Dengan Kesiapan Fisik Ibu Hamil Trisemester III Menghadapi Persalinan* (Doctoral dissertation, Jurusan Kebidanan 2018).
- Wahyuni, I., & Purwarini, J. (2020). *Senam Ibu Hamil dan Karakteristik Ibu Membantu Meningkatkan Persalinan*. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 10(01), 32–38. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v10i01.424>
- WHO. (2019). *Maternal mortality key fact*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>.