

**PERBANDINGAN ANTARA IBU HAMIL YANG MELAKUKAN
SENAM HAMIL DI RUMAH SAKIT PKU MUHAMMADIYAH DENGAN
YANG TIDAK MELAKUKAN SENAM HAMIL DI PUSKESMAS
MERGANGSAN TERHADAP LAMA PROSES PERSALINAN KALA II**

Karya Tulis Ilmiah

**Untuk Memenuhi syarat memperoleh derajat Sarjana
Keperawatan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



**EVI ULVA
NIM: 20090320176**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA
2013**

LEMBAR PENGESAHAN

Proposal Karya Tulis Ilmiah

**PERBANDINGAN ANTARA IBU YANG MELAKUKAN SENAM HAMIL
DI RS PKU MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA DENGAN YANG
TIDAK MELAKUKAN SENAM HAMIL DI PUSKESMAS
MERGANGSAN TERHADAP LAMA PROSES PERSALINAN KALA II**

Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal:

2 September 2013



dr. Supriyatiningih, SpOG., M. Kes

(.....)

Erfin Firmawati, S. Kep., Ns

(.....)

Mengetahui :

**Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Sri Sumaryani".

(Sri Sumaryani, S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.Mat)

MOTTO

**“Pelajarilah ilmu, Barang siapa mempelajarinya karena Allah, itu taqwa. Menuntutnya, itu ibadah. Mengulang-ngulangnya, Itu tasbih, membahasnya, itu jihad. Mengajarkan kepada orang yang tidak tahu, itu sedekah. Memberikannya kepada ahlinya, itu mendekatkan diri kepada Tuhan. “
(Abusy Syaikh Ibnu Hibban dan Ibu Abdil Barr)**

(Ily al-Ghozali)

“Sesungguhnya setelah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai dari suatu urusan, kerjakanlah dengan sungguh-sungguh urusan yang lain. Dan hanya kepada Allah hendaknya kamu berharap.”

(QS. Asy-Syarah : 5-8)

“Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka sesungguhnya aku dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdo’a kepada-Ku, maka hendaklah mereka itu memenuhi-Ku, dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu dalam kebenaran.”

(QS. Al Baqarah : 186)

“Barang siapa yang menempuh jalan untuk menuntut ilmu, maka Allah memudahkan bagi orang itu karena ilmu tersebut jalan menuju surga.”

(HR Muslim)

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr Wb

Alhamdulillahirabbil'alamin, segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT dan salawat atas junjungan Nabi Besar Muhammad SAW beserta keluarganya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Perbandingan antara ibu yang melakukan senam hamil di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta dengan yang tidak melakukan senam hamil di Puskesmas Mergangsan terhadap lama proses persalinan kala II ”.

Dalam penulisan proposal Karya Tulis Ilmiah ini tidak sedikit halangan, rintangan dan hambatan yang dialami oleh peneliti. Tentu saja ini dikarenakan oleh keterbatasan kemampuan dan pengalaman peneliti. Namun berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak terutama dosen pembimbing, akhirnya kesulitan bisa dihadapi.

Dengan selesainya proposal Karya Tulis Ilmiah ini, peneliti ingin menyampaikan rasa terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. dr. H. Ardi Pramono, Sp.An.,M.Kes, selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengadakan dan menyusun proposal Karya Tulis Ilmiah.
2. Sri Sumaryani, S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.Mat selaku Kepala Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengadakan dan menyusun proposal Karya Tulis Ilmiah.

3. dr. Supriyatiningih, SpOg.,M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis dalam penyusunan proposal Karya Tulis Ilmiah.
4. Ayahanda, ibunda dan keluarga yang selalu memberikan dukungan, doa dan materi kepada penulis sehingga proposal Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan.
5. Teman-teman PSIK 2009 yang selalu memberikan saran, kritik dan dukungan dalam penyusunan proposal Karya Tulis Ilmiah.

Penulis menyadari bahwa proposal Karya Tulis Ilmiah ini masih banyak terdapat kesalahan dan kekurangan, sehingga kritik dan saran sangat diharapkan untuk kesempurnaan proposal Karya Tulis Ilmiah ini. Akhirnya penulis berharap karya tulis ini dapat bermanfaat dan menambah khasanah ilmu pengetahuan khususnya ilmu keperawatan.

Wassalaamu'alaikum Wr.Wb

Yogyakarta, September 2013

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN MOTTO	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFRAT LAMPIRAN	x
INTISARI	xi
ABSTRACT	xii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Penelitian Terkait	7
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Tinjauan Pustaka	9
1. Persalinan	9
a. Definisi Persalinan	9
b. Jenis Persalinan	10
c. Proses Persalinan Normal	12
1) Tahap Persalinan	12
2) Mekanisme Persalinan	13
3) Lama Persalinan	18
2. Senam Hamil.....	18
a. Pengertian Senam Hamil.....	18
b. Tujuan dan Manfaat Senam Hamil	20
c. Syarat Melakukan Senam Hamil.....	23
d. Frekuensi dan Lama Senam Hamil	24
e. Waktu Pelaksanaan Senam Hamil	25
f. Kontra Indikasi Senam Hamil.....	26
g. Gerakan Senam hamil	27
B. Kerangka Konsep.....	29
C. Hipotesis.....	30
BAB III. METODE PENELITIAN	31
A. Jenis Penelitian.....	31
B. Populasi dan Sampel Penelitian	31
C. Lokasi dan Waktu Penelitian	34
D. Variabel dan Definisi Operasional	34
E. Instrumen Penelitian.....	35

F. Cara Pengumpulan Data.....	35
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	35
H. Analisis Data	37
I. Etika Penelitian	39
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	41
A. Deskriptif Wilayah Penelitian	41
B. Hasil Penelitian	42
C. Pembahasan.....	45
D. Keterbatasan Penelitian.....	50
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	52
A. Kesimpulan	52
B. Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Penelitian Terkait.....	8
Tabel 2.1	Lama Persalinan.....	18
Tabel 4.1	Gambaran karekteristik responden.....	43
Tabel 4.2	Perbandingan lama persalinana kala II.....	44
Tabel 4.3	Hasil analisa <i>Mann-Whitney</i>	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Proses Persalinan Normal.....	14
Gambar 2	Gerakan Senam Hamil.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3 Kuesioner Pelaksanaan Senam Hamil