

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hamil yang nyaman serta mudah dalam persalinan merupakan dambaan setiap ibu hamil. Kondisi yang demikian itu dapat diupayakan melalui beberapa hal. Salah satunya adalah dengan melakukan senam hamil.

Dalam perkembangannya, senam hamil banyak menimbulkan kontroversi. Hal ini disebabkan dalam kalangan masyarakat dahulu (mungkin masih ada sampai sekarang) yang terjebak mitos bahwa seorang ibu hamil tidak boleh bekerja, tidak boleh banyak bepergian, tidak boleh makan ikan, dan masih banyak “tidak boleh” yang lain. Akan tetapi, saat ini sudah banyak disadari senam hamil merupakan bagian penting dari perawatan kehamilan. Kita sudah banyak melihat terutama di kota besar, ibu hamil tetap bekerja sampai batas kemampuannya. Data empiris menunjukkan bahwa semua pekerjaan yang tidak melelahkan dapat dilakukan oleh ibu hamil dengan menghindari gerakan yang tiba-tiba berbalik atau berputar (Kushartanti, 2004).

Ibu adalah sumber kehidupan, maka perhatian akan kesehatan ibu merupakan salah satu upaya untuk melestarikan sumber kehidupan itu. Perhatian terhadap ibu yang sedang hamil akan mempunyai arti yang sangat penting sehingga dapat memberikan dukungan terhadap persiapan baik fisik maupun mental untuk menghadapi proses kelahiran (Manuaba, 1998).

Tingginya angka kematian ibu (AKI) di Indonesia pada urutan teratas di ASEAN. Pada tahun 2001 angka kematian ibu di Indonesia 396 per 100.000 kelahiran hidup. Jumlah itu meningkat dibandingkan dengan hasil survei 1995, yaitu 373 per 100.000 kelahiran hidup. Beberapa faktor yang menyebabkan tingginya AKI diantaranya adalah perdarahan pervaginam, eklampsia dan infeksi. Faktor lain yang menyebabkan tingginya AKI adalah faktor kesehatan dan non kesehatan, misalnya disebabkan oleh penyakit dan masalah gizi, disamping itu perawatan yang memadai selama kehamilan masih rendah (SKRT *cit* Bernadeta, 2003).

Untuk mengurangi resiko terjadinya kematian karena persalinan harus dilakukan pemantauan sejak dini agar dapat mengambil tindakan yang cepat dan tepat sebelum berlanjut pada keadaan kebidanan darurat. Salah satu upaya intervensi dapat berupa pelayanan antenatal dan post natal adalah pelayanan fisioterapi dari bidan pada ibu hamil yaitu pemberian senam hamil saat antenatal dan senam nifas untuk post partum (Haultain & Fahny, 1995).

Wanita harus dipersiapkan secara mental dan fisik untuk melahirkan bayi. Bila persiapan ini dikombinasi dengan tindakan relaksasi, maka dapat memberikan banyak manfaat. Persalinan menjadi pengalaman yang berharga serta merupakan suatu harapan, suatu perubahan besar dari ketakutan dan kecemasan yang dirasakan orang dimasa lampau. Persalinan dapat berjalan secara wajar dan lancar, apabila ada ketenangan dan relaksasi yang sempurna sehingga otot-otot rahim berkontraksi dengan baik, ritmis dan kuat. Untuk mengatasi rasa takut dan

cemas ini, diperlukan kepercayaan pada diri sendiri dan penolong (Cristina *cit* Bernadeta, 2003). Kepercayaan ini dapat dipupuk melalui penerangan-penerangan dan diskusi yang diberikan selama mengikuti senam hamil disertai sikap penolong selama menolong yang penuh kesabaran sehingga timbullah hubungan mental yang baik antara penolong dan wanita tersebut.

Persiapan mental dan fisik dapat diperoleh melalui senam hamil. Latihan senam hamil tidak bisa dikatakan dengan sempurna bila penyajiannya tidak disusun secara teratur yaitu minimal satu kali dalam seminggu, dimulai dari umur kehamilan 20 minggu. Dengan mengikuti latihan senam hamil secara teratur dan intensif, wanita tersebut akan menjaga kesehatan tubuhnya dan janin yang dikandungnya secara optimal (Manuaba, 1998).

Informasi yang didapat dari Puskesmas Kasihan I Yogyakarta pada tanggal 27 Januari 2006, pada tahun 2005 terdapat persalinan sebanyak 448 orang secara normal sedangkan ibu yang mengalami proses persalinan tidak normal yaitu dengan operasi caesaria dikirim ke rumah sakit. Dari hasil wawancara dengan petugas kesehatan di Puskesmas Kasihan I, Bantul, Yogyakarta didapatkan ibu hamil yang tidak melakukan senam hamil dikarenakan beberapa hal diantaranya karena rendahnya pengetahuan ibu tentang senam hamil. Di Puskesmas Kasihan I, Bantul, Yogyakarta penyuluhan tentang senam hamil belum pernah dilaksanakan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas, maka rumusan masalah penelitian adalah : “Apakah ada pengaruh penyuluhan senam hamil terhadap pengetahuan dan sikap ibu tentang senam hamil di wilayah kerja Puskesmas Kasihan I, Bantul, Yogyakarta”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh penyuluhan senam hamil terhadap pengetahuan dan sikap ibu tentang senam hamil di wilayah kerja Puskesmas Kasihan I, Bantul, Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengetahuan ibu sebelum dilakukan penyuluhan tentang senam hamil.
- b. Mengetahui sikap ibu sebelum dilakukan penyuluhan tentang senam hamil.
- c. Mengetahui pengetahuan ibu setelah dilakukan penyuluhan tentang senam hamil.
- d. Mengetahui sikap ibu setelah dilakukan penyuluhan tentang senam hamil.
- e. Mengetahui pengaruh sesudah diberikan penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu tentang senam hamil.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Instansi

Bagi keperawatan Puskesmas Kasihan I, Bantul, Yogyakarta sebagai bahan masukan untuk meningkatkan penyuluhan tentang pentingnya melakukan senam hamil terutama pada ibu yang usia kehamilannya lebih dari 20 minggu.

2. Bagi Praktek Keperawatan

Memberikan masukan kepada praktek keperawatan khususnya yang menyangkut tentang kenyamanan melahirkan, agar lebih memperhatikan pentingnya melakukan senam hamil, karena dengan melakukan senam hamil akan didapatkan manfaat yang besar bagi ibu dan bayi.

3. Bagi Responden

Memberi pemahaman tentang manfaat yang diperoleh dengan melakukan senam hamil bagi ibu, serta meningkatkan peran serta masyarakat terhadap kesehatan terutama tentang senam hamil.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai masukan dan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian yang lebih baik.

E. Ruang Lingkup

1. Variabel

Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah pengaruh penyuluhan, pengetahuan dan sikap ibu.

2. Responden

Ibu hamil dan tinggal di wilayah kerja Puskesmas Kasihan I, Bantul, Yogyakarta.

3. Waktu

Penelitian ini dilakukan pada bulan April-Juni 2006.

4. Tempat

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kasihan I Bantul Yogyakarta.

F. Penelitian Pendukung

Berdasarkan penelusuran pustaka, peneliti menemukan beberapa penelitian tentang senam hamil akan tetapi belum menjumpai penelitian dengan judul : "Pengaruh penyuluhan senam hamil terhadap pengetahuan dan sikap ibu tentang senam hamil". Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Bernadeta Verawati, *et al.*, 2003 dengan judul "Hubungan Senam Hamil Teratur Dengan Proses Persalinan Di Klinik Bidan Praktek Swasta Hj. Endang Purwati Am.Keb. Di Yogyakarta". Metode penelitian ini dengan jenis *observasional* dengan rancangan *case control*. Subjek penelitian ini berjumlah 50 responden dengan

penentuan sampel secara *probability sample random sampling* dengan teknik *matching*. Uji analisis statistik yang digunakan adalah dengan rumus *chi square*. Setelah diuji hasilnya, nilai $\chi^2 = 10.272$; sedangkan $p = 0.001$. Dari hasil penelitian ada hubungan antara senam hamil teratur dengan proses persalinan.

Penelitian lain yang ditemukan penulis adalah penelitian yang dilakukan oleh Stang (2001) dengan judul "Hubungan Pemberian Senam Hamil Dengan Hasil Akhir Pada Kehamilan Pertama Di Rumah Sakit Bersalin Sitti Khadijah I Makasar". Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu yang melahirkan pertama di RSB Siti Khadijah I Makasar pada tahun 2001 dan sebagai sampel adalah semua ibu yang melahirkan pertama dengan perbandingan 1 : 2, kelompok yang melakukan senam diambil secara keseluruhan (30 orang) dan kelompok yang tidak melakukan senam (60 orang). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara frekuensi senam hamil dengan nilai $p=0,016$, keteraturan senam hamil nilai $p=0,029$, dengan hasil akhir kehamilan pertama, sedangkan lamanya senam hamil tidak ada hubungannya dengan hasil akhir kehamilan pertama dengan nilai $p=0,075$.

Kedua penelitian tersebut diatas berbeda dengan penelitian yang penulis lakukan. Jenis penelitian ini adalah eksperimen kuasi (*Experiment Quasy*) yang melibatkan kelompok eksperimen disamping kelompok kontrol, dan untuk menganalisa data menggunakan rumus *t-test* dengan tingkat kepercayaan 95%, $\alpha = 0,05$. Sampel dalam penelitian ini adalah 36 orang ibu yang sedang hamil, terbagi menjadi dua bagian yaitu 19 orang kelompok eksperimen, dan 17 orang

kelompok kontrol. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner sebanyak 40 item untuk mengetahui pengetahuan dan sikap ibu tentang senam hamil. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh antara penyuluhan senam hamil terhadap pengetahuan dan sikap ibu tentang senam hamil di wilayah kerja Puskesmas Kasihan I, Bantul, Yogyakarta.