

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu proses yang alamiah yang dialami seorang wanita. Kehamilan juga merupakan suatu masa yang paling membahagiakan bagi perempuan, karena dengan kehamilan ini akan lahir seorang anak yang dapat menambah kebahagiaan dalam keluarga. Masa kehamilan terbagi menjadi tiga yaitu trimester I, trimester II dan trimester III. Pada trimester III biasa disebut dengan periode menunggu dan waspada karena pada saat itu ibu tidak sabar menunggu kehadiran bayinya (Hani, 2010). Untuk melakukan asuhan kehamilan yang baik, diperlukan pengetahuan dan kemampuan untuk mengenali perubahan fisiologis yang terkait dengan proses persalinan. Pengenalan dan pemahaman tentang perubahan fisiologis tersebut menjadi modal dasar dalam mengenali kondisi patologi yang dapat mengganggu status kesehatan ibu ataupun bayi yang dikandungnya (Prawirihardjo, 2010).

Trimester ketiga adalah saat persiapan aktif untuk kelahiran bayi dan menjadi orang tua. Keluarga mulai menduga-duga jenis kelamin bayinya (apakah laki-laki atau perempuan) dan akan mirip siapa. Bahkan orangtua mungkin sudah memilih sebuah nama untuk bayinya (Pusdiknakes, 2008). Di sisi lain, pada trimester II dan III, ibu semakin merasa tidak nyaman, karena kehamilan yang semakin besar. Ketidaknyamanan yang biasa terjadi pada ibu hamil trimester III antara lain pusing, sering BAB, diare, edema, hemoroid, keputihan, konstipasi, perut kembung, dan sakit punggung bagian atas atau bawah (Pusdiknakes, 2008).

Ketidaknyamanan yang lainnya seperti varises, sakit pinggang serta nyeri otot dan persendian, sakit punggung (Rahmawati, Titin dan Andrya, 2016). Beberapa ketidaknyamanan yang juga biasa dirasakan ibu hamil trimester II dan III antara lain sering buang air kecil 50%, keputihan 15%, konstipasi 40%, perut kembung 30%, bengkak pada kaki 20%, kram pada kaki 10%, sakit kepala 20%, striae gravidarum 50%, hemoroid 60%, sesak nafas 60% dan sakit punggung 70% (Astuti, 2009).

Ketidaknyamanan tersebut dapat diatasi salah satunya dengan mengikuti senam hamil. Ibu hamil yang melakukan kegiatan senam hamil cukup sering dan teratur selama masa tiga bulan terakhir, rasa sakit yang dirasakan pada masa persalinan akan berkurang bila dibandingkan dengan persalinan ibu yang tidak melakukan senam hamil. Hal ini disebabkan peningkatan kadar hormon endorfin dalam tubuh sewaktu senam, yang secara alami berfungsi sebagai panahan rasa sakit (Hanton, 2007). Angka kematian ibu (AKI) di Indonesia tergolong masih angka kematian ibu (yang berkaitan dengan kehamilan, persalinan dan nifas) sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup. Penyebab kematian ibu yang paling banyak ditemukan di DIY adalah perdarahan, penyulit dalam persalinan, pre eklamsi karena hipertensi dan keracunan. Selain itu sepsis (infeksi) dan jantung adalah penyebab lain dalam kematian yang sering dijumpai di DIY (Denkes DIY, 2013).

Suratinah, Hartati dan Yuniati (2013) menunjukkan bahwa kejadian partus lama pada wanita hamil yang melakukan senam hamil juga lebih kecil dibandingkan dengan wanita hamil yang tidak melakukan senam hamil dan pada wanita yang melakukan senam hamil persalinannya lebih cepat dibandingkan wanita hamil yang tidak melakukan senam hamil. Hal ini sesuai dengan penelitian Rahmawati, Sutaryono dan Sri (2016) yang menunjukkan bahwa pelaksanaan senam hamil berpengaruh terhadap proses persalinan, dimana ibu hamil yang melaksanakan senam hamil cenderung mengalami proses persalinan cepat sebanyak 27,3% sedangkan ibu hamil yang tidak melaksanakan senam hamil cenderung mengalami persalinan lama sebanyak 40,9%. Dengan demikian senam hamil, sangat penting bagi ibu hamil, sebab dapat mengurangi ketidaknyamanan selama kehamilan dan memperlancar dalam proses persalinan.

Manuaba (2010) menyebutkan bahwa senam hamil adalah senam yang dilakukan untuk mempersiapkan dan melatih otot-otot sehingga dapat dimanfaatkan untuk berfungsi secara optimal dalam persalinan normal. Senam hamil sangat penting bagi ibu hamil. Saminem (2009) menyebutkan bahwa senam hamil penting dilakukan oleh ibu hamil setelah kehamilan mencapai 22 minggu. Senam hamil bertujuan untuk relaksasi atau untuk mempersiapkan mental dan

fisik ibu hamil. Teknik relaksasi yang diajarkan dalam senam hamil dapat memberikan efek penenang yang dapat menghilangkan rasa takut dalam menghadapi proses persalinan. Namun, masih banyak ibu hamil trimester II dan III belum mengikuti senam hamil. Hal ini mungkin disebabkan ibu hamil belum mengetahui pentingnya mengikuti senam hamil selama kehamilan.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2010). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil merupakan hasil tahu seorang ibu hamil terhadap manfaat senam hamil. Apabila ibu hamil sudah mengetahui akan pentingnya manfaat senam hamil maka ibu hamil akan tertarik untuk mengikuti senam hamil. Oleh karena itu, diperlukan peran nyata dari bidan untuk memberikan informasi mengenai pentingnya senam hamil bagi ibu hamil, terutama yang kehamilannya memasuki trimester kedua.

Penelitian ini mengambil lokasi di BPM Kuswatiningsih Sleman Yogyakarta. Hal ini didasarkan pada hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, diperoleh data bahwa BPM Kuswatiningsih sudah menyelenggarakan kelas senam hamil bagi ibu-ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya. Namun dari seluruh ibu hamil yang berjumlah 47 orang, baru 5 orang (10,6%) yang mengikuti senam hamil, sedangkan sisanya sebanyak 42 orang (11,98%) belum mengikuti senam hamil yang diselenggarakan oleh BPM Kuswatiningsih. Dari hasil survey terhadap ibu hamil yang belum mengikuti senam hamil diperoleh data bahwa alasan ibu hamil tidak mengikuti senam hamil, sebagian besar karena belum mengetahui pentingnya mengikuti senam hamil selama perawatan kehamilan.

Berdasarkan uraian tersebut, penting untuk melakukan penelitian tentang pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil di BPM Kuswatiningsih Sleman Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil di BPM Kuswatiningsih Sleman Yogyakarta tahun 2017?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil di BPM Kuswatiningsih Sleman Yogyakarta tahun 2017.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya karakteristik ibu hamil tentang senam hamil di BPM Kuswatiningsih Sleman Yogyakarta.
- b. Diketuainya pengetahuan ibu hamil tentang pengertian senam hamil di BPM Kuswatiningsih Sleman Yogyakarta.
- c. Diketuainya pengetahuan ibu hamil tentang tujuan dan manfaat senam hamil di BPM Kuswatiningsih Sleman Yogyakarta.
- d. Diketuainya pengetahuan ibu hamil tentang kontra indikasi senam hamil di BPM Kuswatiningsih Sleman Yogyakarta.
- e. Diketuainya pengetahuan ibu hamil tentang syarat melakukan senam hamil di BPM Kuswatiningsih Sleman Yogyakarta.
- f. Diketuainya pengetahuan ibu hamil tentang waktu dan pelaksanaan senam hamil di BPM Kuswatiningsih Sleman Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dalam bidang ilmu kebidanan terkait pengetahuan tentang senam hamil.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Ibu Hamil

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan tentang manfaat senam hamil sehingga dapat mendorong ibu hamil untuk mengikuti senam hamil secara teratur.

b. Bagi Penulis

Menambah wawasan dan pengalaman nyata tentang tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai senam hamil.

c. Bagi bidan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi bidan dalam meningkatkan pelayanan terhadap ibu hamil terutama perawatan selama kehamilan dengan senam hamil.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi salah satu sumber referensi dan tambahan informasi untuk melanjutkan penelitian terkait tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil.

E. Keaslian Penelitian

Nama Peneliti dan Tahun	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Persamaan dan Perbedaan
Puspitasari (2012)	Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Senam Hamil di Puskesmas Jambu Kulon Kecamatan Ceper Kabupaten Klaten	Deskriptif Kuantitatif	Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil yang berpengetahuan baik ada 5 responden (8,9%), berpengetahuan cukup ada 42 responden (75%) dan yang berpengetahuan kurang ada 9 responden (16,1%)	Persamaan: Metode penelitian, teknik pengumpulan data, teknik pengambilan sampel, alat analisis Perbedaan: Subyek penelitian, Lokasi penelitian
Suratiah, Hartati dan Yuniati (2013)	Pengetahuan Ibu Hamil tentang Senam Hamil	Deskriptif	tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil dikelurahan Baler Bale Agung yaitu 13,33% berpengetahuan baik, 40,00% berpengetahuan cukup dan 46,67% memiliki pengetahuan tentang senam hamil pada tingkat kurang	Persamaan: Metode penelitian, teknik pengumpulan, teknik pengambilan sampel, alat analisis Perbedaan: subyek penelitian, lokasi penelitian
Intyaswati dan Albina (2014)	Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Senam Hamil di BKIA Rumah Sakit William Booth Surabaya	Deskriptif	ibu yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 89%, berpengetahuan sedang sebanyak 8% dan berpengetahuan kurang sebanyak 3%	Persamaan: Metode penelitian, teknik pengumpulan, alat analisis Perbedaan: subyek penelitian, lokasi penelitian, teknik pengambilan sampel,