

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa kehamilan diawali dari perolehan konsepsi sampai melahirkan janin. Proses kehamilan terjadi selama 9 bulan atau 40 minggu (Prawirohardjo, 2016). Efek kehamilan dapat membawa perubahan fisik maupun psikologis yang dapat menyebabkan ketidaknyamanan bagi ibu hamil seperti mual, muntah, kram otot betis, varises, edema, dan kelelahan, perasaan tidak nyaman, kecemasan, serta perubahan lain yang dapat terjadi (Suryani & Handayani, 2018).

Di Eropa, Amerika, Australia, Cina, dan beberapa negara lainnya melaporkan angka prevalensi ketidaknyamanan selama kehamilan diantaranya pada trimester 1 sebesar 16%, trimester 2 sebesar 67%, dan trimester 3 sebesar 93%. Angka prevalensi ketidaknyamanan selama kehamilan sekitar 3-17%, di negara maju berkisar 10%, di negara berkembang berkisar 25%, dan di Indonesia berkisar 28,7% (Riansih, 2022).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia memaparkan bahwa pada tahun 2021 besaran penduduk di Yogyakarta 3.668.719 orang dengan penduduk terbanyak di Kabupaten Sleman yang berjumlah 1.125.804 orang. Lalu, untuk besaran ibu hamil di Sleman yaitu 41.070 orang. Dalam penelitian (Wulandari & Wantini, 2021) yang dilakukan di Sleman bahwa besaran ibu hamil yang mengalami ketidaknyamanan fisik 68% seperti sering BAK 73%. Selanjutnya, besaran ibu hamil yang mengalami ketidaknyamanan psikologis 32% seperti cemas 41,30%.

Dampak ketidaknyamanan yang dirasakan oleh ibu hamil akan menimbulkan bahaya jika tidak diperhatikan. Bahkan, dampak yang lebih

mengerikan bisa membuat komplikasi dan mengarah pada gejala tanda bahaya suatu kehamilan. Banyak ibu hamil trimester II ataupun III yang mengalami sakit punggung. Hal ini disebabkan karena perubahan yang terjadi pada tubuh ibu hamil yang mempengaruhi bentuk tulang belakang dan beban yang semakin berat. Jika keluhan ini tidak mampu teratasi dengan baik, maka ibu hamil akan mengalami lordosis. Untuk itu, ketidaknyamanan yang dirasakan oleh ibu hamil tidak boleh disepelekan dan harus diatasi sesuai dengan kondisi yang dialami (Tyastuti & Wahyuningsih, 2016).

Untuk menghadapi keluhan ketidaknyamanan yang muncul saat hamil dan menjalani aktivitas sehari-hari dengan tubuh yang sehat, ibu hamil dianjurkan untuk melakukan olahraga yang tepat selama kehamilan, seperti senam hamil (Cahyani, Lestari, & Diaty, 2022). Senam hamil merupakan aktivitas fisik yang dilakukan secara tepat untuk meningkatkan kesehatan pada saat hamil. Latihan ini berupa pernapasan, penguatan dan peregangan, serta relaksasi. Latihan pernapasan pada ibu hamil akan membuat menjadi lebih teratur, ringan, dan santai. Latihan peregangan dan penguatan otot dapat membantu wanita hamil merasa kuat. Yang ketiga, terdapat latihan relaksasi yang membuat tubuh lebih rileks dan tenang (Cahyani et al., 2022).

Perwakilan Nasional Amerika Serikat mengungkapkan bahwa wanita ideal untuk melakukan senam hamil adalah wanita usia subur. Di Amerika, besaran wanita hamil yang mengikuti senam hamil yaitu 85%. Didapatkan besaran yang signifikan tersebut karena banyak wanita hamil sudah mengetahui mengenai pentingnya senam hamil. Peserta survei nasional di University of Maryland Nursing School sepakat bahwa senam hamil dapat meningkatkan kesehatan pada kehamilan seperti kualitas tidur (68,5%) dan kebahagiaan (86,5%) (Peter & Penzel, 2020).

Pengetahuan adalah capaian seseorang dari memahami sesuatu ketika melakukan pengamatan mengenai objek tertentu. Pengetahuan merupakan faktor krusial dalam menentukan arah tindakan seseorang (Notoatmojo, 2018). Jadi, pengetahuan wanita hamil mengenai senam hamil adalah capaian wanita yang sedang dalam masa kehamilan dari memahami mengenai pentingnya senam hamil.

Minat adalah keinginan seseorang untuk melakukan sesuatu ketika seseorang telah mengetahui manfaat suatu kegiatan ingin dilakukan. Minat merupakan faktor pendorong untuk seseorang melakukan sesuatu. Minat ibu untuk melakukan senam hamil adalah keinginan ibu hamil untuk melakukan senam hamil ketika ibu hamil sudah mengetahui manfaat senam hamil. Alhasil, pengetahuan mengenai senam hamil mempengaruhi minat ibu hamil untuk mengikuti senam hamil. Hal tersebut selaras dengan penelitian Dinastiti, Wulandari, & Wardhani (2020) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan keinginan wanita hamil untuk melakukan senam hamil di PMB Lilik Muhibah.

Saat ini sudah banyak fasilitas pelayanan kesehatan yang menjalankan program senam hamil seperti di Klinik Pratama Amanda Gamping. Di Klinik Pratama Amanda menawarkan senam hamil dua kali dalam sebulan yang didampingi oleh bidan atau tenaga kesehatan yang telah mendapatkan pelatihan senam hamil. Dengan adanya layanan senam hamil, diharapkan semakin banyak ibu hamil memahami dan menginginkan untuk mengikuti senam hamil.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, diperoleh data di Klinik Pratama Amanda pada tanggal 3 Desember 2022–08 Februari 2023, besaran ibu hamil yang melakukan ANC pada usia kehamilan >22 minggu yaitu 132 pasien. Sementara itu, besaran ibu hamil yang mengikuti senam hamil hanya 8 orang (5%). Dari data yang sudah diperoleh tersebut dapat kita ketahui

bahwa besaran ibu hamil yang melakukan kunjungan kehamilan tidak sebanding dengan besaran ibu hamil yang melakukan senam hamil. Dari hasil survey terhadap ibu hamil yang tidak mengikuti senam hamil, sebagian besar karena kurang mengetahui manfaat mengikuti senam hamil sehingga menurunkan minat ibu hamil untuk melakukan senam hamil. Sehubungan dengan hal itu, peneliti ingin meneliti mengenai “Hubungan Pengetahuan dengan Minat Ibu Hamil Terhadap Penerapan Senam Hamil di Klinik Amanda Pratama”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apakah ada Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Hamil Terhadap Penerapan Senam Hamil Di Klinik Pratama Amanda?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara pengetahuan wanita hamil mengenai senam hamil dengan ketertarikan wanita hamil untuk melakukan senam hamil Di Klinik Pratama Amanda.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengetahuan wanita hamil mengenai senam hamil Di Klinik Pratama Amanda.
- b. Mengetahui minat wanita hamil untuk mengikuti senam hamil Di Klinik Pratama Amanda.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Temuan penelitian ini diharapkan mampu memperdalam pemahaman khususnya bidang ilmu kebidanan terkait hubungan antara pengetahuan

mengenai senam hamil dengan keinginan ibu hamil untuk melakukan senam hamil.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Temuan penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman mengenai senam hamil dan memicu semangat untuk melakukan senam hamil.

b. Bagi Bidan/Tenaga Kesehatan

Temuan penelitian ini diharapkan dapat membantu bidan dalam memberikan perawatan kehamilan yang lebih baik dengan mempromosikan senam hamil agar berminat untuk melakukan senam hamil.

c. Bagi Universitas

Temuan penelitian ini diharapkan dapat memperbanyak literatur di perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dan menjadi referensi bagi mahasiswa lainnya.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Temuan penelitian ini diharapkan sebagai panduan untuk melaksanakan penyelidikan selanjutnya serta mengevaluasi variabel tambahan yang mungkin mempengaruhi hubungan antara pengetahuan dengan keinginan ibu hamil untuk melakukan senam hamil.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

NO.	Peneliti	Tahun	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Vide Bahtera Dinastiti, Ratna Feti Wulandari, Ratih	2020	Analisis Korelasi Pengetahuan Tentang Senam Hamil Dengan Minat Ibu Hamil Dalam	Desain penelitian analitik korelasi dengan pendekatan	Pada penelitian ini dihasilkan bahwa nilai $p = 0,01$ dan $r = 0,461$, yang berarti bahwa nilai $p < 0,05$ sehingga terdapat hubungan antara

NO.	Peneliti	Tahun	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
	Kusuma Wardhani		Melakukan Senam Hamil	<i>cross sectional.</i>	pengetahuan dengan minat ibu hamil dalam melakukan senam hamil.
2.	Nur Habibatus S	2022	Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Minat Ibu Mengikuti Senam Hamil Di Desa Keplak Sari Peterongan-Jombang	Desain penelitian analitik korelasi dengan pendekatan <i>cross sectional.</i>	Dalam penelitian ini menggunakan uji statistik <i>spearman rho</i> dengan hasil $r = 0,822$ dan nilai $p = 0,000$ sehingga terdapat hubungan pengetahuan ibu tentang senam hamil dengan minat ibu mengikuti senam hamil.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YOHANES
YOGYAKARTA