

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (DKI) 2007 Angka kematian ibu (AKI) di Indonesia menempati urutan tertinggi di ASEAN yaitu 228/100.000 kelahiran hidup. Ini menunjukkan penurunan yang signifikan dari tahun ke tahun. Sementara target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) adalah sebesar 226/100.000 kelahiran hidup. Penyebab langsung kematian ibu di Indonesia antara lain disebabkan oleh perdarahan (28%), eklamsia (24%), infeksi (11%), abortus (5%), dan komplikasi masa puerperium (5%) (Depkes RI, 2007).

Tingginya AKI bisa disebabkan karena ada penyulit dalam persalinan. Dalam proses persalinan memerlukan persiapan fisik maupun mental dari ibu supaya memperoleh persalinan yang aman dan lancar. Berbagai cara dilakukan demi terlaksananya persalinan yang aman dan lancar diantaranya persiapan sejak kehamilan. Untuk memperlancar proses persalinan persiapan yang dilakukan sejak kehamilan diantaranya melakukan senam hamil (Hulliana, 2007).

Senam hamil merupakan cara yang mendukung kemudahan dalam persalinan. Senam hamil bertujuan mempersiapkan dan melatih otot-otot sehingga dapat berfungsi secara optimal dalam persalinan normal. Senam hamil yang dilakukan secara teratur dan intensif dapat menjaga kesehatan tubuh dan janin yang dikandung secara optimal (Manuaba, 2010).

Varney (1997) dalam Hamilton (2007) menjelaskan bahwa senam hamil memberikan suatu produk kehamilan atau *outcome* persalinan yang lebih baik, dibandingkan pada ibu-ibu hamil yang tidak melakukan senam hamil. Kusmiyati (2010) juga menjelaskan bahwa ibu yang melakukan senam hamil selama kehamilan dilaporkan dapat mengurangi stres dalam menjelang kelahiran, mengurangi nyeri saat proses persalinan, bayi yang dilahirkan memiliki berat badan yang normal, dan dapat mengurangi resiko

terjadinyapreeklamsi, dibandingkan ibu hamil yang tidak melakukan senam hamilselama kehamilan (Kusmiyati, 2010).

Senam hamil merupakan terapi latihan gerak yang diberikan pada ibu-ibu hamil untuk mempersiapkan dirinya, baik persiapan fisik maupun mentaluntuk menghadapi dan mempersiapkan persalinan yang cepat, aman, danspontan (Hulliana, 2007). Senam hamil ditujukan bagi ibu hamil tanpa kelainan atau tidak terdapat penyakit yang menyertai kehamilan, yaitu penyakit jantung, ginjal, dan penyulit dalam kehamilan (hamil dengan perdarahan, kelainan letak, dan kehamilan yang disertai dengan anemia).

Pengetahuan adalah kesan di dalam pikiran manusia sebagai hasil penggunaan panca indera yang berbeda sama sekali dengan kepercayaan, takhayul dan penerangan-penerangan yang keliru. Pengetahuan akan mempengaruhi sikap dan prilaku seseorang. Ibu yang tidak memiliki pengetahuan tentang senam hamil maka akan mengakibatkan efek negatif tentang senam hamil dan ibu tidak akan pernah mau melakukan senam hamil. Pengetahuan sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang dan prilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada prilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.

Senam hamil yang diterapkan, bukan senam yang berorientasi sebatas pada kebugaran tubuh semata. Melainkan untuk memperkuat otot, melenturkan persendian, dan utamanya melatih konsentrasi agar bisa mengalihkan pikiran sehingga bisa melupakan rasa sakit saat melahirkan, serta menguatkan nafas. Metode ini terbukti cukup berhasil untuk membantu meringankan proses persalinan. Di samping itu, rasa nyeri saat proses persalinan berlangsung juga dapat diminimalisasi, dengan jalan mengatur pernafasan, berkonsentrasi, dan mengalihkan pikiran, sehingga dengan sendirinya stres saat melahirkan bisa dikurangi. Maka proses persalinan dapat berjalan lebih mulus dan singkat (Mulyata, 2007).

Hasil dari penelitian terkait yang dilakukan oleh Sulistyawati (2010) dengan judul Efektivitas Senam Hamil sebagai Pelayanan Prenatal dalam Menurunkan Kecemasan Menghadapi Persalinan Pertama. Berdasarkan data tersebut, dapat

disimpulkan bahwa senam hamil sebagai pelayanan prenatal efektif dalam menurunkan kecemasan menghadapi persalinan pertama.

Dari studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 2 November 2013 yaitu dilakukan wawancara pada 10 ibu hamil yang ada di BPS Wati Subagya didapatkan 5 orang ibu hamil sudah mengerti tentang senam hamil dari menonton tv dan sudah mengikuti program senam hamil yang sudah diadakan di BPS Wati Subagya, 2 orang ibu hamil kurang mengetahui tentang senam hamil dan 3 orang ibu hamil belum mengetahui sama sekali tentang senam hamil karena belum sempat mengikuti program senam hamil dan belum tahu manfaat, tujuan, pelaksanaan, syarat serta sasaran senam hamil.

Berdasarkan hal tersebut maka peneliti tertarik melakukan penelitian di BPS Wati Subagya untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka dirumuskan masalah penelitian adalah sebagai berikut “Bagaimana Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil di BPS Wati Subagya?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil di BPS Wati Subagya.

2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang pengertian senam hamil
- b. Untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang tujuan dan manfaat senam hamil
- c. Untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang sasaran senam hamil
- d. Untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang syarat senam hamil
- e. Untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang pelaksanaan senam hamil

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberi manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Untuk pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam asuhan ibu hamil dalam pelaksanaan senam hamil.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Ibu hamil

Penelitian ini dapat memberikan dukungan pada ibu hamil terhadap senam hamil.

b. Bagi bidan di BPS Wati Subagya

Meningkatkan peran bidan dalam melaksanakan prakteknya khususnya untuk memberikan penyuluhan tentang senam hamil dan manfaat senam hamil.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Untuk menambah pengetahuan dan pengalaman baru setelah melakukan penelitian tentang pelaksanaan senam hamil.

d. Bagi Institusi pendidikan STIKES A.Yani

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dioperasionalkan sebagai bahan informasi untuk penelitian selanjutnya dan untuk menambah referensi perpustakaan STIKES A. Yani.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1
Keaslian penelitian

Nama & judul	Desain penelitian	Teknik sampel	Persamaan dan perbedaan	Hasil
yuliansi (2009): Pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil di klinik bidan praktik swasta Hj. Endang purwanti Am. Keb di Yogyakarta.	Deskriptif	Accidental sampling	Persamaannya yaitu menggunakan metode deskriptif sedangkan perbedaannya yaitu peneliian, tempat, tahun, dan hasil.	Hasil penelitian tersebut didapatkan hasil penelitian disajikan dengan tabel frekuensi dan persentase. Hasil penelitian ini dikaterogikan baik dengan persentase 79,87%
Sulistiyawati (2010) : Efektivitas senam hamil sebagai pelayanan prenatal dalam menurunkan kecemasan menghadapi persalinan pertama di puskesmas peringin	Metode <i>cross sectional</i>	Total sampling	Perbedaannya yaitu penelitian, judul, tempat, tahun dan variabel sedangkan persamaannya yaitu menggunakan teknik sampling yaitu total sampling.	Hasil yang didapatkan dari penelitian tersebut adalah bahwa senam hamil sebagai pelayanan perenatal efektif dalam menurunkan kecemasan menghadapi persalinan pertama.
Yuliasari (2011): Hubungan pengetahuan dan sikap ibu dengan pelaksanaan senam hamil di puskesmas ciputat	Metode <i>cross sectional</i>	<i>Purposive sampling</i>	Perbedaannya yaitu penlitian, judul, tempat, tahun dan variabel sedangkan persamaannya menggunakan metode deskriptif kuantitatif.	Hasil yang didapatkan dari penelitian tersebut didapatkan bahwa ada hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil dengan pelaksanaan senam hamil di puskesmas ciputat.