

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Senam hamil merupakan suatu program latihan bagi ibu hamil sehat untuk mempersiapkan kondisi fisik ibu dengan menjaga kondisi otot-otot dan persendian yang berperan dalam proses persalinan. Senam hamil berperan untuk memperkuat kontraksi dan mempertahankan kelenturan otot –otot dinding perut, ligamen – ligamen, otot-otot dasar panggul dan lain – lain yang menahan tekanan tambahan dan berhubungan dengan persalinan. Senam hamil dapat menyebabkan vaskularisasi dari rahim ke plasenta menjadi lebih baik yang menjamin suplai oksigen dan nutrisi ke janin mencukupi. Tujuan utama senam hamil agar ibu hamil memperoleh kekuatan dan tonus otot yang baik, teknik pernapasan yang baik, Pada proses persalinan kala II hal yang terpenting adalah power pada persalinan (Susiloningtyas, 2016).

World Health Organization (WHO) menetapkan lebih dari 80% persalinan berjalan dengan normal. Persalinan alami dan lancar tersebut dapat tercapai jika otot dapat terus berkontraksi dengan baik, ritmis dan kuat. Senam hamil yang dilakukan secara teratur akan memperkuat otot dinding perut, otot dasar panggul dan otot sekitarnya sehingga menentukan jenis dan waktu persalinan. (WHO : 2010)

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi meliputi janin dan plasenta yang sudah cukup bulan atau dapat hidup di luar kandungan melalui jalur lahir atau jalan lain, dengan bantuan atau dengan kekuatan sendiri). Persalinan merupakan proses fisiologi, namun merupakan faktor risiko terjadinya mortalitas dan morbiditas ibu. Oleh karenanya perlu persiapan baik secara mental dan fisik sehingga kondisi-kondisi abnormal (patologis) dapat diminimalkan. (Machmudah, 2010).

Ibu hamil yang melakukan senam hamil secara teratur selama kehamilan dilaporkan dapat memberikan keuntungan pada saat persalinan. Yaitu kala II dalam proses persalinan menjadi lebih pendek, mencegah terjadinya letak sungsang dan mengurangi insiden *sectio secari*. Kelancaran proses persalinan dipengaruhi oleh 3 faktor penting yaitu kekuatan-kekuatan yang ada pada ibu seperti kekuatan his, kekuatan mengedan, kekuatan jalan lahir, dan janinnya sendiri. Dampak apabila ibu tidak melakukan senam hamil akan mengalami pegal-pegal dan cepat lelah selama kehamilan. Sedangkan dampak pada saat persalinan adalah terjadinya komplikasi dalam persalinan seperti Partus lama atau kala II memanjang yang dapat membahayakan ibu dan janin bahkan dapat menyebabkan kematian ibu. (Maria, 2018) Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 didapati bahwa AKI masih tinggi sekitar 305 per 100.000 terjadi diakibatkan adanya komplikasi kehamilan atau persalinan yaitu diakibatkan oleh pendarahan, infeksi yang diakibatkan persalinan yang lama atau sulit dan eklamsia. Adapun faktor-faktor yang menyebabkan persalinan lama adalah *power* yang lemah seperti his, kontraksi ligamentum rotundum, passage (jalan lahir yang sempit). (SDKI : 2017).

Berdasarkan data dari Laporan Kinerja Instansi Pemerintah Provinsi Riau Angka Kematian Ibu pada Tahun 2018 sebesar 109 Jiwa. Dan pada Tahun 2019 mengalami kenaikan menjadi 125 jiwa. Adapun penyebab terjadi AKI karena komplikasi pada kehamilan atau persalinan yaitu perdarahan dan infeksi yang salah satunya disebabkan oleh persalinan sulit atau lama dan eklamsia. (LKjIP Dinkes Prov.Riau : 2019) Sedangkan Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kepulauan Meranti tahun 2018 angka kematian Ibu sebanyak 5 kasus dan di tahun 2019 mengalami kenaikan menjadi 7 kasus kematian ibu. Dimana dari jumlah tersebut yang paling banyak penyebab kematian ibu adalah perdarahan yang salah

satunya disebabkan oleh persalinan sulit atau lama. (Dinkes Kab.Meranti : 2019).

Dalam penelitian ini saya mengambil data di wilayah kerja UPT Puskesmas Alai Kecamatan Tebing Tinggi Barat Kabupaten Kepulauan Meranti. Berdasarkan data didapati pada tahun 2019, jumlah ibu hamil K1 dan K4 sebanyak 646 ibu hamil. Dan dari jumlah tersebut ada sebanyak 303 ibu hamil yang ikut senam ibu hamil dan sisanya tidak pernah mengikuti senam hamil. Sedangkan jumlah persalinan di wilayah kerja UPT Puskesmas Alai dari Bulan Januari-Juli 2020 adalah sebanyak 169 persalinan. Dari 169 persalinan ditemukan 42 Kasus komplikasi persalinan dan ibu dirujuk. Adapun Identifikasi kejadian komplikasi persalinan berdasarkan kasus tersebut adalah sebanyak 30 % Dengan persalinan tidak maju (Kala II Memanjang). Dan berdasarkan wawancara peneliti terhadap ibu pasca bersalin dengan komplikasi kala II memanjang pada bulan Mei dan Juni adalah didapatkan bahwa lebih dari 60 % ibu yang mengalami komplikasi persalinan tidak pernah mengikuti senam hamil pada saat masa kehamilannya, dan ada juga yang pernah ikut tetapi tidak teratur/tidak rutin.

Berdasarkan data hasil studi pendahuluan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang **“Pengaruh Senam Ibu Hamil Terhadap Kelancaran Proses Persalinan di UPT Puskesmas Alai Kabupaten Kepulauan Meranti.**

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian ini yaitu Bagaimanakah Pengaruh Senam Ibu Hamil Terhadap Kelancaran Proses Persalinan di UPT Puskesmas Alai Kabupaten Kepulauan Meranti.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Senam Ibu Hamil Terhadap Kelancaran Proses Persalinan di UPT Puskesmas Alai Kabupaten Kepulauan Meranti.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi umur ibu, pendidikan, pekerjaan dan status gravid ibu di UPT Puskesmas Alai Kabupaten Kepulauan Meranti.
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi Rutinitas Senam Hamil di UPT Puskesmas Alai Kabupaten Kepulauan Meranti.
- c. Untuk mengetahui distribusi frekuensi Kelancaran Proses Persalinan di Puskesmas Alai Kabupaten Kepulauan Meranti.
- d. Untuk Mengidentifikasi Pengaruh Senam Hamil Terhadap Kelancaran Proses Persalinan di UPT Puskesmas Alai Kabupaten Kepulauan Meranti.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai Pengaruh Senam Ibu Hamil Terhadap Kelancaran Proses Persalinan di UPT Puskesmas Alai Kabupaten Kepulauan Meranti.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Ibu

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi ibu hamil mengenai pentingnya manfaat senam hamil sehingga dapat menyiapkan diri sejak dini dalam menghadapi proses persalinan normal tanpa komplikasi dengan cara melakukan senam hamil secara teratur.

b. Bagi Instansi Terkait

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dalam rangka meningkatkan kualitas pelayanan kebidanan khususnya senam hamil.

c. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi untuk melatih tenaga kesehatan tentang senam hamil agar nantinya dapat mengajarkan senam hamil pada ibu hamil sehingga memperlancar proses persalinan.

1.5 Penelitian Terkait

Tabel 1.1
Penelitian Terkait

No	Peneliti Tahun	Judul	Metode Penelitian	Sampel	Hasil
1.	Wulan, Tri (2017).	Hubungan Pelaksanaan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Dengan Kelancaran Proses Persalinan di Puskesmas Papar Kabupaten Kediri Tahun 2017	Metode penelitian ini menggunakan Desain Analiti Korelasi dengan pendekatan <i>cross sectiona</i>	Sampel diambil secara no random dengan Teknik <i>sampling</i> dalam penelitian ini adalah <i>purposive sampling</i> . Dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel sebagian ibu bersalin yang bersalin di Puskesmas Papar yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.	Terdapat Hubungan yang signifikan antara Pelaksanaan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Dengan Kelancaran Proses Persalinan di Puskesmas Papar Kabupaten Kediri Tahun 2017
2.	Larasati, Inka Puty(2012).	Pengaruh Keikutsertaan Senam Hamil Terhadap Kecemasan Primigravida Ketiga Dalam Menghadapi Persalinan.	Metode Studi sectional menggunakan pendekatan observasional	Jumlah sampel sebanyak 66 responden dengan teknik simple random sampling.	Terdapat korelasi yang kuat anantara senam hamil dengan kecemasan primigravida trimester ketiga dalam menghadapi persalinan.
3.	Sriani, Bagus Ide (2013).	Hubungan Senam dengan Proses Persalinan Normal	Metode Desain korelasi dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Sampel sebanyak 24 responden (Ibu Bersalin) dengan metode total	Adanya Hubungan signifikan antara senam hamil

		Di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Aji Kota Batam Tahun 2013		sampling	dengan kelancaran persalinan normal, dibuktikan dengan hasil nilai value lebih kecil dari taraf kesalahan yang ditetapkan.
4.	. Atika Nur Amalina 2015	2015 Hubungan Rutinitas Senam Hamil Dengan Waktu Persalinan Pervaginam Pada Primigravida Di Rumah Sakit Panti Wilasa Semarang 2015	Metode Desain korelasi dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Jumlah sampel sebanyak 46 orang dan menggunakan metode <i>consecutive sampling</i>	Responden sebagian besar melakukan persalinan secara normal dengan rata rata waktu persalinan normal selama 10 jam 24 menit dan terdapat hubungan antara rutinitas senam hamil dengan waktu persalinan pervaginam di Rumah Sakit Panti Wilasa
5.	Aini, Inayatul	Hubungan antara senam hamil dengan kelancaran proses persalinan pada Primigravida TM III di Puskesmas Kertosono Kab. Nganjuk	Desain penelitian ini adalah experimen dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Sampel 20 orang yang diambil dengan teknik <i>purposive sampling</i>	Responden yang melakukan senam hamil dengan teratur dan proses persalinannya lancar sebesar 45%, sedangkan yang melakukan senam hamil dengan tidak teratur, proses persalinannya yang lancar hanya 20%.