

**HUBUNGAN PELAKSANAAN SENAM HAMIL PADA IBU HAMIL 36 MINGGU
DENGAN LAMA PROSES PERSALINAN KALA I DAN KALA II
DI BPS "B" BUKITTINGGI TAHUN 2014**

Syelvi *

ABSTRACT

Maternal Mortality occurred due to complications of pregnancy and childbirth, caused by prolonged labor. Efforts to reduce the incidence of prolonged labor, namely the implementation of pregnancy exercise in pregnancy may help reduce the incidence of length delivery, lowering maternal anxiety in the face of strengthening the role of labor contractions, maintain flexibility of the muscles of the abdominal wall, the pelvic floor muscles and hold additional pressure related with childbirth. The arms of this study is to determine the "Implementation of the relationship with the Old Labor Gymnastics Pregnant Term I and Term II in the Mother Maternity in Midwife House Practicy" B " Bukit Ambacang Bukittinggi Year 2014."

The research method used Analytical Survey observational approach Cross Sectional Study, sampling is conducted by Accidental Sampling. Data retrieved through direct observation and interviews at the time of the study respondents encountered, then the data is processed with computerized using chi-square formula and alpha value of 0.05 (95%).

The result showed that 58.8% do gymnastics pregnant and 61.8% of respondents are of normal birth with the first stage, as well as 67.6% of respondents normal delivery with the second stage. From the results, 61.8% of respondents who labor with the first stage of normal and 58.8% of respondents of which do pregnancy exercise during the pregnancy. And 67.6% of respondents to the second stage of normal childbirth and 58.8% of the respondents including doing gymnastics pregnant.

Conclusions The results of this study are more disciplined pregnant woman doing pregnancy exercise, the more smoothly the process of birth mothers. Then there is a significant correlation between the implementation of the long pregnancy exercise first stage of labor and in the second stage of the Midwife House Practicy "B" Bukit Ambacang Bukittinggi Year 2015. Women who carry pregnancy exercise routine during the pregnancy can reduce the occurrence of Term I and Term II. Research expect in the future pregnancy exercise program is more on the increase again so that expectant mothers willing to carry out the pregnancy exercise so as to reduce complications and complications in the first stage of labor, especially labor and second stage.

Keywords : Old Labor Term I and Term II, Implementation Gymnastics Pregnant

Bibliography : 10 (2006 - 2013)

* Program Studi D III Kebidanan STIKes YARSI SUMBAR

PENDAHULUAN

Komplikasi selama persalinan yang sering terjadi yaitu salah satu nya partus lama. Menurut WHO melalui laporan kesehatan dunia tahun 2005, ibu yang mengalami partus lama sebanyak 37%, sedangkan di Indonesia diperoleh proporsi 12.176 (4,3%) dari 281.050 persalinan (Depkes RI), sedangkan di Sumatera Barat ditemukan kasus partus lama pada tahun 2008 sebanyak 19 kasus dari 642 persalinan yaitu sebanyak 2,9% (Profil Kesehatan Sumatera Barat).

Persalinan lama adalah persalinan yang berjalan lebih dari 24 jam untuk primigravida dan atau 18 jam untuk multigravida (Mochtar, 1998), masalah yang terjadi pada persalinan lama adalah fase laten lebih dari 8 jam. Persalinan telah berlangsung 12 jam atau lebih bayi belum lahir. Dilatasi serviks dikanan garis waspada pada persalinan fase aktif (Saifuddin, 2002).

Faktor-faktor penyebab terjadinya partus lama antara lain karena letak janin, kelainan panggul, kelainan his, pimpinan partus yang salah, janin besar, kelainan kongenital, grandemultipara, dan ketuban pecah dini (Mochtar, 1998). Power: kekuatan his dan mengejan (Inersia uteri, his yang tidak terkoordinasi, kelelahan ibu mengejan, salah pimpinan kala II), Passage: jalan lahir (kelainan bentuk panggul, kesempitan panggul, ketidak seimbangan sefalopelvik, kelainan jalan lahir lunak), untuk mempertahankan kekuatan otot dasar panggul, relaksasi dan kontraksi otot dinding perut, otot sekat rongga badan sehingga tercapai hasil optimal menuju jalan lahir, maka salah satunya dilakukan senam hamil, keuntungan senam hamil adalah meningkatkan kepercayaan pengetahuan tentang kekuatan persalinan sehingga waktu persalinan dapat dipersingkat. Dan Passanger: (kelainan bentuk dan besar janin, kelainan pada letak kepala, kelainan letak janin) (Manuaba, 1998).

Komplikasi yang sering terjadi dari partus lama yaitu hipoksia, asfiksia, dan kematian pada bayi, sedangkan pada ibu terjadi infeksi, trauma persalinan, atonia uteri, perdarahan, dan kematian ibu. Menurut Depkes tahun 2004, ibu Partus lama rata-rata di dunia menyebabkan kematian ibu sebesar 8 % dan di Indonesia sebesar 9 %. Diketahui bahwa partus lama merupakan komplikasi penyebab kematian ibu yang terbanyak nomor 5 di Indonesia . SDKI 2012 Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia masih tergolong tinggi yaitu dengan jumlah 359 per 100.000 kelahiran hidup, sedangkan Angka Kematian Ibu (AKI) di Sumatera Barat terbilang tinggi meskipun berada dibawah rata-rata nasional. Dari 100.000 ibu melahirkan di Sumatera Barat, 209 ibu meninggal dunia pada tahun 2010. Jumlah kematian ibu ini sudah mengalami penurunan menjadi 129 orang pada tahun 2011 dan 99 orang pada tahun 2012 (Profil Dinas Kesehatan Sumbar, 2012).

Upaya untuk mengurangi kejadian lamanya proses persalinan dilakukan pengawasan kehamilan dengan

melakukan kunjungan Antenatal Care (ANC) yang bertujuan untuk memantau kemajuan persalinan, memastikan kesejahteraan ibu dan tumbuh kembang janin, mengurangi dan menegakkan secara dini komplikasi kehamilan, meningkatkan kesehatan mental dan fisik ibu hamil untuk menghadapi persalinan. Pelaksanaan pengawasan kehamilan dilakukan dengan cara anamnesa, pemeriksaan fisik dan anjuran untuk ibu hamil. Salah satu anjuran yang diberikan yaitu pelaksanaan kegiatan senam hamil pada ibu-ibu hamil. Senam hamil merupakan salah satu kegiatan dalam pelayanan selama kehamilan yang sangat bermanfaat untuk ibu hamil, bukan hanya untuk menurunkan insidensi lamanya proses persalinan namun juga untuk kenyamanan ibu selama kehamilan dan menurunkan kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan. Manfaat gerak badan selama hamil adalah sirkulasi darah menjadi baik, mempertahankan kekuatan otot dinding perut, otot dasar panggul, kemampuan mengatur pernapasan, dan meningkatkan kesegaran jasmani dan rohani ibu hamil (Siti Bandiyah 2009).

Salah satu penelitian yang dilakukan di Yogyakarta oleh Sofowean (1998) dikalangan wanita hamil yang melakukan senam hamil serta lama persalinan kala I dan kala II nya juga bermakna lebih singkat dari pada yang tidak melakukan senam hamil.

Penelitian Azizah, 2011 tentang Hubungan keteraturan senam hamil dengan lamanya proses persalinan di BPS Nurul Ainiyah Surabaya menunjukkan bahwa ibu yang teratur senam hamil terdapat 92% mengalami lama proses persalinan normal dan 8% tidak normal. Sedangkan ibu yang tidak teratur mengikuti senam hamil terdapat 43% mengalami proses persalinan normal dan 57% tidak normal.

Data yang di dapat dari survey awal di BPS "B" Bukit Ambacang pada bulan Januari 2013 sampai dengan Desember 2013 tercatat sebanyak 470 ibu bersalin,

yang terjadi kasus partus lama pada kala I dan kala II terhitung sebanyak 90 orang. Dengan mengetahui masalah yang terjadi peneliti ingin mengetahui lebih jauh mengenai "Hubungan Pelaksanaan Senam Hamil Pada Ibu Hamil 36 Minggu Dengan Lama Persalinan Kala I dan Kala II di BPS "B" di Bukit Ambacang Bukittinggi 2014."

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian *Survey Analitik* yait (Notoatmojo, 2010). Rancangan pada penelitian ini menggunakan *Cross Sectional* (M. E. Ideputri, 2011: 131-163).

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober – Desember 2014 di BPS B Bukit Ambacang Bukittinggi .

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Pelaksanaan Senam Hamil Tahun 2014

SenamHamil	F	%
Ya	20	58,8
Tidak	14	41,2
Total	34	100

Tabel 5.1 diatas menggambarkan bahwa dari 34 responden yang diteliti, terdapat separoh ibu bersalin yang melaksanakan senam hamil selama hamil yaitu 58,8% dengan 20 orang responden.

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Lama Persalinan Kala I Tahun 2014

Lama Kala I	F	%
Normal	21	61,8
Lama	13	38,2
Total	34	100

Tabel 5.2 diatas menggambarkan bahwa dari 34 responden yang diteliti, terdapat separoh ibu bersalin dengan proses persalinan kala I normal yaitu 61,8% dengan 21 orang responden.

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Lama Persalinan Kala II Tahun 2015

Lama Kala II	F	%
Normal	23	67,6
Lama	11	32,4
Total	34	100

Tabel 5.3 diatas menggambarkan bahwa dari 34 responden yang diteliti, terdapat sebagian besar ibu bersalin dengan proses persalinan kala II normal yaitu 67,6% dengan 23 orang responden.

Analisa Bivariat

Tabel 5.4 Hubungan Pelaksanaan Senam Hamil dengan Lama Persalinan Kala I pada Ibu Bersalin di BPS “B” Bukittinggi Tahun 2015

Senam Hamil	Lama Persalinan		Total	
	Normal	Tidak Normal	F	%
Ya	17	3	20	58,8
Tidak	4	10	14	41,2
Total	21	13	34	100

Tabel 5.4 diatas menggambarkan bahwa dari 34 orang responden, dari 20 orang responden yang melakukan senam hamil terdapat 17 orang responden yang lama persalinan kala I normal, sedangkan dari 14 orang responden yang tidak melakukan senam hamil terdapat 10 orang responden yang lama persalinan kala I tidak normal.

Tabel 5.5 Hubungan Pelaksanaan Senam Hamil dengan Lama Persalinan Kala II pada Ibu Bersalin Tahun 2014

Senam Hamil	Lama Persalinan		Total	
	Normal	Tidak Normal	F	%
Ya	18	2	20	58,8
Tidak	5	9	14	41,2
Total	23	11	34	100

Tabel 5.5 diatas menggambarkan bahwa dari 34 orang responden, dari 20 orang responden yang melakukan senam hamil terdapat 18 orang responden yang lama persalinan kala II normal, sedangkan dari 14 orang responden yang tidak melakukan senam hamil terdapat 9 orang responden yang lama persalinan kala II tidak normal.

Setelah dilakukan uji statistik (chi-square test) dengan sistem komputerisasi terhadap Hubungan Pelaksanaan Senam Hamil dengan Lama Persalinan Kala I di BPS “B” Bukit Ambacang Bukittinggi Tahun 2015 di dapat hasil yaitu P value 0,003, dan Persalinan Kala II di BPS “B” Bukit Ambacang Bukittinggi Tahun 2015 di dapat hasil yaitu P value 0,002. Dari hasil tersebut diketahui bahwa nilai $P < 0,05$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pelaksanaan senam hamil dengan lama persalinan Kala I dan kala II di BPS “B” Bukit Ambacang Bukittinggi.

PEMBAHASAN

Tabel 5.4 dapat diketahui bahwa dari 34 orang responden terdapat 20 orang responden (58,8%) yang melakukan senam hamil selama hamilnya dan 14 orang responden (41,2%) yang tidak melakukan senam hamil selama hamilnya. Dan dari 34 orang responden terdapat 21 orang responden (61,8%) yang bersalin dengan kala I normal dan 13 orang responden (38,2%) yang bersalin dengan kala I tidak normal / kala I memanjang. Dari hasil penelitian diatas terdapat 21 orang responden yang bersalin dengan kala I normal dimana 20 orang responden diantaranya melakukan senam hamil selama hamilnya. Dan dari 34 orang responden terdapat 23 orang responden (67,6%) yang

bersalin dengan kala II normal dan 11 orang responden (32,4%) yang bersalin dengan kala II tidak normal / kala II memanjang. Dari hasil penelitian diatas terdapat 23 orang responden yang bersalin dengan kala II normal dimana 20 orang responden diantaranya melakukan senam hamil selama hamilnya.

Uji statistik (chi-square test) dengan sistem komputerisasi didapatkan hasil yaitu $p = 0,003$ dan $p = 0,002$. Dari nilai tersebut diketahui bahwa nilai $p < 0,05$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pelaksanaan senam hamil dengan lama persalinan kala I dan kala II di BPS "B" Bukit Ambacang Bukittinggi Tahun 2015.

Hasil penelitian ini hampir sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hendarmin tahun 2010 tentang Hubungan antara senam hamil dengan proses persalinan di Klinik YK Madira Palembang diperoleh bahwa Ibu yang melakukan senam hamil dengan persalinan normal sebesar 56,06% sedangkan yang tidak normal sebesar 34,85%. Dalam penelitian Hendarmin tahun 2010 di Klinik YK Madira Palembang tentang pengaruh senam hamil terhadap proses persalinan menunjukkan bahwa ada pengaruh yang bermakna antara senam hamil terhadap proses persalinan dengan uji statistik ($p \text{ value} = 0,014$).

Senam hamil merupakan salah satu kegiatan dalam pelayanan selama kehamilan atau prenatal care yang bertujuan untuk mempersiapkan dan melatih otot-otot sehingga dapat dimanfaatkan secara optimal dalam persalinan normal (Anggraeni, 2010).

Persalinan adalah serangkaian kejadian yang berakhir dengan pengeluaran bayi cukup bulan atau hampir cukup bulan, di susul dengan pengeluaran placenta dan selaput janin dari tubuh ibu. Persalinan terdiri atas 4 tahap yaitu kala I, II, III, dan kala IV. Persalinan kala I adalah periode persalinan yang dimulai dari pembukaan I sampai pembukaan lengkap, sedangkan persalinan Kala II atau Kala Pengeluaran adalah periode persalinan yang dimulai dari pembukaan lengkap sampai lahirnya bayi. Dimana pada primigravida normalnya 13 jam dan pada multigravida 6,5 jam, dan kala II pada ibu

primigravida normalnya 2 jam dan pada ibu multigravida normalnya 1 jam (Yanti, 2010).

Menurut asumsi peneliti, pelaksanaan senam hamil sangat bermanfaat untuk kelancaran proses persalinan khususnya persalinan Kala I dan kala II dimana dengan mengikuti senam hamil secara rutin dan teratur selama hamil dapat memberikan kenyamanan ibu selama kehamilan dan menurunkan kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan serta berperan untuk memperkuat kontraksi dan mempertahankan kelenturan otot-otot dinding perut, ligamen-ligamen, otot-otot dasar panggul dan yang menahan tekanan tambahan serta berhubungan dengan persalinan.

Setelah peneliti melakukan penelitian tentang hubungan pelaksanaan senam hamil dengan lama persalinan kala I dan kala II pada ibu bersalin, peneliti menemukan kesamaan pada teori dengan lapangan tentang pelaksanaan senam hamil dengan lama persalinan kala I dan kala II, dimana ibu yang melaksanakan senam hamil secara rutin dan teratur benar-benar dapat memberikan si ibu kenyamanan saat hamil dan menurunkan kecemasan si ibu dalam menghadapi persalinan serta persalinan pun berjalan dengan cepat dan lancar. Berbeda dengan si ibu yang tidak melaksanakan senam hamil, dimana pada persalinannya terdapat kendala dan tingkat kecemasannya masih tinggi padahal mereka sudah pernah melahirkan sebelumnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Terdapat hubungan yang bermakna antara pelaksanaan senam hamil dengan lama persalinan kala I dan kala II di BPS "B" Bukit Ambacang Bukittinggi Tahun 2014 dimana nilai $p < 0,05$ ($p = 0,003$ dan $p = 0,002$).