

Faktor Yang Berhubungan dengan Keikutsertaan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester II dan III di Klinik Bidan Helen Tarigan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2021

Pratiwi Lumbantobing^{1*}, Lopianna Lestari Nababan²

¹⁻²Program Studi Sarjana Kebidanan

¹⁻²Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Senior Medan
pratiwitobingjojocatrjn22@gmail.com

ABSTRACT

Pregnancy exercise is one of the sports activities that mothers can do during the second and third trimesters of pregnancy to simplify and prepare for a natural and comfortable delivery. Pregnant women are less active in participating in pregnancy exercise, where out of 489 people, only 108 pregnant women participate, including 34 routinely every week at Midwife Helen Tarigan Clinic, Gang Mawar Simpang Selayang, Medan Tuntungan District, 2020. The research objective was to determine the relationship between occupational factors and knowledge, attitudes and support of husbands with participation in pregnancy exercise in pregnant women in the second and third trimesters at the Helen Tarigan Clinic Midwife, Gang Mawar Simpang Selayang, Medan District in 2021. This research was an analytical survey with a cross sectional approach. The population was 95 pregnant women and a sample of 49 people was determined by purposive sampling. Primary data collection by distributing questionnaires. Data analysis used the chi square test at the 95% significance level. The results showed that more pregnant women did not have a job (61.2%), had less knowledge (53.1%), had a negative attitude (59.2%), did not receive support from their husbands (51.7%), and did not routinely follow weekly pregnancy exercise (57.1%). Statistically, it shows that there is a relationship between work, knowledge, attitudes of pregnant women and husband's support with participation in pregnancy exercise, respectively, the value of $p = 0.035, 0.031, 0.04, \text{ and } 0.04$ is smaller than 0.05 . It can be concluded that the factors of work, knowledge, attitudes and support of husbands have a correlation with attending pregnancy exercise every week. It is hoped that clinic midwives can provide counseling to pregnant women and husbands when visiting the clinic to explain the benefits and uses of participating in pregnancy exercise.

Keywords: Occupation, Knowledge, Attitude, Husband's Support, Pregnant Gymnastics Participation

ABSTRAK

Senam hamil adalah salah satu kegiatan olahraga yang dapat dilakukan ibu selama kehamilan trimester II dan III untuk mempermudah dan mempersiapkan persalinan yang alami dan nyaman. Ibu hamil kurang aktif mengikuti senam hamil, di mana dari 489 orang, hanya 108 ibu hamil yang mengikutinya diantaranya 34 orang rutin setiap minggu di Klinik Bidan Helen Tarigan Gang Mawar Simpang Selayang Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2020. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan faktor pekerjaan, pengetahuan, sikap dan dukungan suami dengan keikutsertaan senam hamil pada ibu hamil trimester II dan III di Klinik Bidan Helen Tarigan Gang Mawar Simpang Selayang Kecamatan Medan tahun 2021. Jenis penelitian adalah survei analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi adalah ibu hamil berjumlah 95 orang dan sampel 49 orang ditentukan secara purposive sampling. Pengumpulan melalui data primer dengan penyebaran kuesioner. Analisis data menggunakan uji chi square pada taraf kemaknaan 95%. Hasil penelitian menunjukkan ibu hamil lebih banyak tidak mempunyai pekerjaan (61,2%), berpengetahuan kurang (53,1%), bersikap negatif (59,2%), tidak mendapat dukungan suami (51,7%), dan tidak rutin mengikuti senam hamil setiap minggu (57,1%). Secara statistik menunjukkan ada hubungan pekerjaan, pengetahuan, sikap ibu hamil dan dukungan suami dengan keikutsertaan senam hamil, berturut-turut nilai $p = 0,035, 0,031, 0,04, \text{ dan } 0,04$ lebih kecil dari $0,05$. Disimpulkan faktor pekerjaan, pengetahuan, sikap dan dukungan suami memiliki korelasi dengan mengikuti senam hamil setiap minggu. Diharapkan bidan klinik dapat memberikan penyuluhan kepada ibu hamil dan suami saat berkunjung ke Klinik untuk menjelaskan manfaat dan kegunaan mengikuti senam hamil.

Kata Kunci : Pekerjaan, Pengetahuan, Sikap, Dukungan Suami, Keikutsertaan Senam Hamil

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses yang diawali bertemunya sel sperma dan sel telur yang kemudian mengalami pertumbuhan serta perkembangan dan berakhir sampai permulaan persalinan. Proses ini merupakan suatu kebahagiaan yang dapat dirasakan oleh ibu hamil yang merencanakan dan menantikan kehamilan (Manuaba, 2012).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 28 Februari 2021 di BPS Helen Tarigan. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa jumlah ibu hamil trimester II dan III di Klinik Bidan Helen Tarigan dari Periode September sampai Nopember 2021 Sebanyak 489 orang, tetapi yang melakukan senam hamil sebanyak 108 ibu hamil terhitung dari bulan September sampai Nopember 2021. Dalam melaksanakan senam hamil, yang paling utama harus dibarengi dengan pengetahuan dan sikap, karena tanpa pengetahuan dan sikap yang dimiliki ibu hamil, tidak dapat melakukan teknik senam dengan baik dan manfaat yang dirasakan. Ada ibu hamil berpendidikan tinggi tetapi mereka tidak mengikuti senam hamil. Alasan mereka tidak mengikuti senam hamil karena pekerjaan dalam rumah tangga cukup melelahkan, tanggapan ibu hamil merasa letih setelah bekerja sehingga tidak berminat mengikutinya, suami merasa cemas apabila istrinya mengikuti senam hamil yang dapat mengganggu janin di dalam kandungan dan merasa tidak tega melihat kondisi istrinya yang sudah lelah sehingga lebih mengutamakan agar banyak beristirahat

di rumah. Hal ini mungkin disebabkan pemahaman suami yang rendah tentang manfaat senam hamil tersebut. Kegiatan senam hamil sangat penting setelah kehamilan mencapai 22 minggu karena dapat mengurangi terjadinya berat badan bayi lahir rendah, mengurangi terjadinya persalinan premature. Dari uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Faktor yang Berhubungan dengan Keikutsertaan Senam Hamil pada Ibu Hamil Trimester II dan III di Klinik Bidan Helen Tarigan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2021

METODOLOGI

Jenis penelitian ini adalah survei analitik dengan pendekatan cross sectional merupakan jenis penelitian mencari hubungan antara variabel bebas (faktor risiko) dengan variabel tergantung (efek) dengan melakukan pengukuran sesaat (Sugiyono, 2017). Pendekatan ini dapat menggambarkan faktor yang berhubungan dengan keikutsertaan senam ibu hamil di Klinik Bidan Helen Tarigan.

Penelitian ini akan dilaksanakan di Klinik Bidan Helen Tarigan Gang Mawar Simpang Selayang Kecamatan Medan Tuntungan Kabupaten Deli Serdang. Penelitian ini dilakukan lebih dari dua bulan dimulai pada September sampai dengan Nopember 2021 dengan jumlah populasi sebanyak 95 orang, sedangkan jumlah sampel sebanyak 49 orang dengan tehnik pengambilan sampel secara *purposive sampling*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari suatu jawaban responden terhadap

variaebel berdasarkan masalah penelitian yang dituangkan dalam bentuk frekuensi. Maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Pengetahuan	n	Persentase
Kurang	26	53,1
Baik	23	46,9
Sikap	n	Persentase
Negatif	29	59,2
Positif	20	40,8
Dukungan Suami	n	Persentase
Mendukung	29	48,3
Tidak mendukung	31	51,7
Keikutsertaan Senam Hamil	n	Persentase
Tidak rutin	28	57,1
Rutin	21	42,9
Total	49	100,0

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan responden tentang senam hamil setiap minggu paling banyak berpengetahuan kurang baik sebanyak 26 orang (53,1%) dan paling sedikit berpengetahuan baik sebanyak 23 orang (46,9%), sikap responden terhadap keikutsertaan senam hamil setiap minggu supaya dalam menjalani persalinan lebih mudah dan lancar lebih paling banyak bersikap negatif sebanyak 29 orang (59,2%) dan paling sedikit bersikap positif sebanyak 20 orang (40,8%),

dukungan suami terhadap responden mengikuti senam hamil setiap minggu lebih paling banyak tidak mendukung sebanyak 31 orang (51,7%) dan paling sedikit mendukung sebanyak 29 orang (48,3%), paling banyak responden tidak rutin mengikuti senam hamil setiap minggu sebanyak 28 orang (57,1%) dan paling sedikit melakukan secara rutin sebanyak 21 orang (42,9%).

Analisis Bivariat

Tabel 2. Tabulasi Pekerjaan dengan Keikutsertaan Senam Hamil di Klinik Bidan Helen Tarigan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2021

Pekerjaan	Keikutsertaan Senam Hamil				Total		p
	Tidak Rutin		Rutin		n	%	
	n	%	n	%			
Tidak Bekerja	13	43,3	17	56,7	30	100	0,031
Bekerja	15	78,9	4	21,1	19	100	

Berdasarkan Tabel 2. diketahui sebanyak 19 responden memiliki

pekerjaan untuk memperoleh penghasilan, 78,9% responden tidak

Faktor Yang Berhubungan dengan Keikutsertaan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester II dan III di Klinik Bidan Helen Tarigan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2021

mengikuti senam hamil dan 21,1% mengikuti senam hamil secara rutin. Hasil uji *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,031 < 0,005$. Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara

pekerjaan responden dengan keikutsertaan senam hamil di Klinik Bidan Helen Tarigan Gang Mawar Simpang Selayang Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2021.

Tabel 3. Tabulasi Pengetahuan dengan Keikutsertaan Senam Hamil di Klinik Bidan Helen Tarigan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2021

Pengetahuan	Keikutsertaan Senam Hamil				Total		p
	Tidak Rutin		Rutin		n	%	
	n	%	n	%			
Kurang	19	73,1	7	26,9	26	100	0,035
Baik	9	39,1	14	60,9	23	100	

Berdasarkan Tabel 3. diketahui sebanyak 23 responden berpengetahuan baik tentang senam hamil, 60,9% responden mengikuti senam hamil secara rutin setiap minggu dan 39,1% tidak mengikuti secara rutin. Hasil uji *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,035 < 0,005$.

Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan responden dengan keikutsertaan senam hamil di Klinik Bidan Helen Tarigan Gang Mawar Simpang Selayang Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2021.

Tabel 4. Tabulasi Sikap Responden dengan Keikutsertaan Senam Hamil di Klinik Bidan Helen Tarigan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2021

Sikap	Keikutsertaan Senam Hamil				Total		p
	Tidak		Ya		n	%	
	n	%	n	%			
Negatif	22	75,9	7	24,1	29	100	0,004
Positif	6	30,0	14	70,0	20	100	

Berdasarkan Tabel 4. diketahui sebanyak 20 responden memiliki sikap positif tentang senam hamil, 70% responden mengikuti senam hamil secara rutin setiap bulan dan 30,0% tidak mengikuti senam hamil secara rutin. Hasil uji *chi-square* diperoleh

nilai $p = 0,004 < 0,005$. Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara sikap responden dengan keikutsertaan senam hamil di Klinik Bidan Helen Tarigan Gang Mawar Simpang Selayang Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2021.

Tabel 5. Tabulasi Dukungan Suami dengan Keikutsertaan Senam Hamil di Klinik Bidan Helen Tarigan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2021

Dukungan Suami	Keikutsertaan senam hamil				Total		p
	Tidak		Ya		n	%	
	n	%	n	%			
Tidak Mendukung	23	74,2	8	25,8	31	100	0,004
Mendukung	5	27,8	13	72,2	18	100	

Berdasarkan Tabel 5. diketahui sebanyak 18 responden mendapatkan

dukungan dari suami mengikuti senam hamil, 72,2% responden

mengikuti senam hamil secara rutin setiap bulan dan 27,8% tidak mengikuti senam hamil secara rutin. Hasil uji chi-square diperoleh nilai $p = 0,004 < 0,005$. Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan keikutsertaan senam hamil di Klinik Bidan Helen Tarigan Gang Mawar Simpang Selayang Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2021.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ada hubungan pekerjaan dengan keikutsertaan senam hamil ($p = 0,019 < 0,05$). Penelitian ini sesuai dengan penelitian Septiani (2019) menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara pekerjaan ibu dengan perilaku senam hamil dengan nilai $p = 0,004$. Pada analisis dengan nilai $OR = 0,440$. Dapat disimpulkan bahwa ibu hamil yang tidak bekerja mempunyai faktor pencegah 0,440 lebih kecil tidak berminat untuk melakukan senam hamil dibanding ibu yang bekerja di Rumah Bidan Rhaudatunnadya Cikarang.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ada hubungan pengetahuan dengan keikutsertaan senam hamil ($p = 0,035 < 0,05$). Hasil penelitian ini relevan dengan penelitian Yuniastari (2014), berdasarkan analisis hubungan menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan pelaksanaan senam hamil di ($p < 0,05$) di Wilayah Puskesmas Purwokerto Barat.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ada hubungan sikap dengan keikutsertaan senam hamil ($p = 0,004 < 0,05$). Hasil penelitian ini relevan dengan penelitian Susilawati

(2017) menyimpulkan bahwa ada hubungan sikap dengan pelaksanaan senam hamil di Kelurahan Kubu Marapalam Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Padang. Rendahnya keikutsertaan kelas ibu hamil tergambar dalam setiap pelaksanaan kelas ibu hamil. Hal ini menandakan pemanfaatan kelas ibu hamil yang belum maksimal. Padahal kehadiran dalam kelas ibu hamil sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap dan perilaku ibu agar memahami tentang kehamilan, persalinan, nifas, KB pasca persalinan termasuk perawatan bayi baru lahir.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ada hubungan dukungan suami dengan keikutsertaan senam hamil ($p = 0,004 < 0,05$). Hasil penelitian ini relevan dengan penelitian Juliani (2018) juga menjelaskan bahwa ada hubungan dukungan suami dengan keikutsertaan ibu mengikuti senam hamil di Klinik Rimasdalifah Arumy Kota Binjai dengan nilai $p = 0,013$ dan $0,031 < 0,05$.

KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah:

1. Ada hubungan pekerjaan ibu dengan keikutsertaan senam hamil dengan nilai $p = 0,031 < 0,05$.
2. Ada hubungan pengetahuan ibu dengan keikutsertaan senam hamil dengan nilai $p = 0,035 < 0,05$.
3. Ada hubungan sikap ibu dengan keikutsertaan senam hamil dengan nilai $p = 0,004 < 0,05$.
4. Ada hubungan dukungan suami dengan keikutsertaan senam hamil dengan nilai $p = 0,004 < 0,05$.

DAFTAR PUSTAKA

- Asih, Kampono dan Prihartono. 2009. Hubungan pajanan infeksi helicobacter pylori dengan kejadian hiperemesis gravidarum. *Majalah Obstetri Ginekologi Indonesia*. Vol 33, No 3.
- Asrinah. 2017. *Asuhan Kebidanan Masa Kehamilan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Azwar, S. 2011. *Sikap dan Perilaku Dalam: Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fang, X., Livingston, J., May, L. E., and Moyer, C. 2015. Influence Of Exercise Mode On Pregnancy Outcomes: ENHANCED by Mom Project. *International Journal of Pregnancy & Childbirth*, Vol. 15, No. 133, 1-4.
- Friedman, M. 2010. *Buku Ajar Keperawatan Keluarga : Riset, Teori, dan Praktek*. Edisi ke-5. Jakarta: EGC.
- Glanz, Karen, Barbara K. Rimer, and K. Viswanath. 2011. *Health Behaviour and Health Education*. America: Jossey Bass.
- Indiarti, MT. 2014. *Senam Hamil dan Balita*. Yogyakarta : Cemerlang Publishing.
- Juliani, S. 2018. Hubungan Dukungan Suami Dan Motivasi Bidan Dengan Keikutsertaan Ibu Mengikuti Senam Hamil di Klinik Rimasdalifah Arummy Kota Binjai Tahun 2018. *jurnal Midwifery Update (MU)*. <http://jurnalmu.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/jurnalmu>. e-ISSN : 2684-8511 (online)
- Maharani. 2019. *Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Hamil Trimester III dalam Melakukan Senam Hamil di Klinik Siti Kholijah Hasibuan Medan Marelan Tahun 2019*. Skripsi. Institut Kesehatan Helvetia Medan.
- Manuaba. 2012. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB Untuk Pendidikan Bidan*. Edisi 2. Jakarta: EGC.
- Mardha, M.S., Panjaitan, I.S.M. 2020. Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Keikutsertaan dalam Kelas Senam Hamil di Rumah Sakit Colombia Asia. *Window of Health. Jurnal Kesehatan*, Vol. 3 No. 2: 168-175.
- Maryunani, A. dan Sukaryati, Y. 2011. *Senam Hamil, Senam Nifas, dan Terapi Musik*. Jakarta: Trans Info Media.
- Mediarti, D., Sulaiman, Rosnani, Jawiah. 2014. Pengaruh Yoga Antenatal Terhadap Pengurangan Keluhan Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehata*. Vol 1, No. 1: 47-53.
- Mediarti, Sulaiman, Rosnani dan Jawiah. 2014, Pengaruh Yoga Terhadap Pengurangan Keluhan Ibu Hamil Trimester III, *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*. 1 (1). 47-53.
- Mubarak, W.I. 2012. *Promosi Kesehatan Untuk Kebidanan*. Jakarta: salemba. Medika.
- Muhimah, N. A dan Safe'i. 2010. *Panduan Lengkap Senam sehat Khusus Ibu Hamil*. Yogyakarta: Power Book
- Nascimento, S. L., Surita, F. G., and Godoy, A. C. 2015. Physical Activity Patterns and Factors Related to Exercise during Pregnancy: A Cross Sectional

Faktor Yang Berhubungan dengan Keikutsertaan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester II dan III di Klinik Bidan Helen Tarigan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2021

- Study. *Plos One*, 1–15. journal.pone
- Notoatmodjo, S. 2016. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Riduwan, 2013. *Metode dan Teknik Penyusunan Tesis*. Bandung: Alfabet.
- Septiani, Dewi, Bulan. 2019. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Minat Ibu Hamil dalam Mengikuti Senam Hamil di Rumah Bidan Rhaudatunnadya Tahun 2019*. Institut Medika Drg. Suherman. Bekasi.
- Sugiyono. 2017 *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Susilawati, D. 2017. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Tentang Senam Hamil dengan Pelaksanaan Senam Hamil di Kelurahan Kubu Marapalam Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Padang Tahun 2017. *Menara Ilmu*. 11 (77).
- Sutejo, dan Fauziah. 2012. *Keperawatan Maternitas Kehamilan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Walyani, E.S, dan Purwoastuti, T.E. 2015. *Asuhan Kebidanan Persalinan & Bayi Baru Lahir*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Walyani, E.S. 2015. *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Yogyakarta : Pustakapress.
- Widyawati, Syahrul. 2013. Pengaruh Senam Hamil Terhadap Proses Persalinan Dan Status Kesehatan Neonatus. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, Vol.1(2): 316-324.
- Wirda dan Ernawati. 2019. Efektifitas Senam Hamil pada Ibu Hamil Trimester III terhadap Penurunan Nyeri Punggung di Desa Pa'rapunganta Kecamatan Polongbangkeng Utara Kabupaten Takalar. *Journal of Islamic Nursing*, Vol. 5(1): 68-74.
- Yuniastari, A. D., Fatimah, S., dan Rahayuning, P. 2014. Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pelaksanaan Senam Hamil Di Wilayah Puskesmas Purwokerto Barat Tahun 2013. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(5)