

**HUBUNGAN SENAM HAMIL DENGAN PERSALINAN FISIOLOGIS PADA
IBU PRIMIGRAVIDA DI BPS NY.G.RETNO SARI DESA TULUNG AGUNG
KECAMATAN BAURENO KABUPATEN BOJONEGORO**

KARYA TULIS ILMIAH



OLEH :

NIKE MARISKA
NIM 12.02.02.1476

**PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2015**

**HUBUNGAN SENAM HAMILDENGAN PERSALINAN FISIOLOGIS PADA
IBU PRIMIGRAVIDA DI BPS NY.G.RETNO SARI DESA TULUNG AGUNG
KECAMATAN BAURENO KABUPATEN BOJONEGORO**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan Kepada Prodi DIII Kebidanan STIKES Muhammadiyah
Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Ahli Madya Kebidanan**

**NIKE MARISKA
NIM 12.02.02.1476**

**PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2015**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawah ini:

NAMA : NIKE MARISKA
NIM : 12.02.02.1476
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : JAMBI, 16 MEI 1994
INSTITUSI : SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
(STIKES) MUHAMMADIYAH
LAMONGAN

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah (KTI) yang berjudul: "Hubungan Senam Hamil Dengan Persalinan Fisiologis Pada Ibu Primigravida di BPS Ny. G.Retno Sari Desa Tulung Agung Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro" adalah bukan Karya Tulis Ilmiah (KTI) orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Lamongan, 9 Juni 2015

Yang menyatakan

NIKE MARISKA
NIM 12.02.02.1476

LEMBAR PERSETUJUAN

Oleh : NIKE MARISKA
NIM : 12.02.02.1476
Judul KTI : HUBUNGAN SENAM HAMIL DENGAN PERSALINAN
FISIOLOGIS PADA IBU PRIMIGRAVIDA DI BPS
NY.G.RETNO SARI DESA TULUNG AGUNG
KECAMATAN BAURENO KABUPATEN BOJONEGORO

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Karya Tulis
Ilmiah (KTI) tanggal : 09 Juni 2015

Oleh :

Mengetahui :

Pembimbing I



Hj. WS Tarmi, S.ST, S.Psi, M.kes.
NIK.194510162005005

Pembimbing II

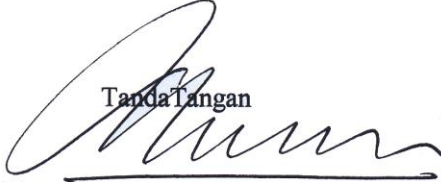


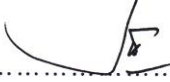
Heny Ekawati, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIK.198202152008039


LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang Karya Tulis
Ilmiah di Prodi D-III Kebidanan STIKES Muhammadiyah Lamongan
Tanggal: 09 Juni 2015

PANITIA PENGUJI



Ketua : Drs. H. Budi Utomo, Amd. Kep..M.Kes  Tanda Tangan

Anggota : 1. Hj. Ws. Tarmi, S.ST, S.Psi, M.kes 

2. Heny Ekawati, S.Kep., Ns., M.Kes 

Mengetahui,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)
Muhammadiyah Lamongan

Drs. H. Budi Utomo, Amd.Kep.,M.Kes
NBM. 936.665

CURICULUM VITAE

Nama : NIKE MARISKA

Tempat Tgl Lahir : Jambi, 16 Mei 1994

Alamat : Ds Tulung Agung Kecamatan Baureno Kabupaten
Bojonegoro

Pekerjaan : Mahasiswi

Riwayat Pendidikan :

1. TK Pertiwi Sungai Bengkal Jambi : Lulus tahun 2000
2. SD 15 Sungai Bengkal Jambi : Lulus tahun 2006
3. SMP N 5 Sungai Bengkal Jambi : Lulus tahun 2009
4. SMA N 4 Sungai Bengkal Jambi : Lulus tahun 2012
5. Progam studi D III Kebidanan STIKES Muhammadiyah Lamongan tahun
2012 hingga sekarang

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

"Tidaklah sama yang buruk dengan yang baik, meskipun banyaknya keburukan itu menarik hatimu, maka bertakwalah kepada Allah wahai orang-orang yang mempunyai akal sehat, agar kamu beruntung" (Q.S Al-Ma'idah 100)

Setiap kesuksesan berawal dari suatu usaha, sedangkan usaha berawal dari cita-cita dan suatu cita-cita berawal dari do'a

Karya tulis ini kupersembahkan untuk mereka yang selalu memberikan dukungannya teruntuk :

AYAHKU M. MAKIN DAN IBUKU SUPAR YANI tercinta, motivator terbesar dalam hidupku yang tak pernah lelah meneteskan keringatnya, yang tak pernah berhenti mendoakanku, memberikanku kasih sayang dan semangat, serta atas semua pengorbanan dan kesabaran yang telah diberikan kepadaku. Kakak dan adikku yang selalu memberikan semangat belajar serta keceriaan di setiap hari - hariku dan paklexku yang selalu ada untukku dalam keadaan aku sedih maupun senang serta teman-teman yang memeberikan motivasi, semangat dan tak pernah lelah dalam berjuang.

ABSTRAK

Persalinan merupakan rangkaian proses yang berakhir dengan pengeluaran hasil konsepsi oleh ibu. Senam hamil merupakan olahraga yang dianjurkan oleh pemerintah bagi ibu hamil agar persalinan berjalan dengan lancar. Survey awal yang dilakukan di BPS Ny. G.Retno Sari didapatkan lebih dari sebagian ibu yang tidak melakukan senam hamil sehingga mengalami perpanjangan waktu dalam persalinan. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan senam hamil dengan persalinan fisiologis pada ibu primigravida.

Desain yang digunakan dalam penelitian yaitu rancangan Analitik Korelasional. Populasi dalam penelitian adalah seluruh ibu bersalin di BPSNy. G.Retno Sari pada bulan Maret sampai Mei 2015 sebanyak 13 responden dengan teknik *simple random sampling*. Sampel dalam penelitian sebanyak 11 responden. Variabel independen yaitu senam hamil sedangkan variable dependen yaitu lama proses persalinan. Data diambil dari buku KIA dan patograf data yang dikumpulkan data sekunder dari buku KIA dan patograf kemudian data dikumpulkan diubah menjadi angka (*editing* dan *coding*) tabulasi data dianalisis dengan uji *koefisien contingensi*.

Hasil penelitian ini didapatkan hampir seluruhnya responden yang melakukan senam saat hamil secara teratur persalinan berjalan fisiologis dan sebagian kecil responden yang melakukan senam saat hamil tidak teratur mengalami perpanjangan persalinan. Hasil uji koefisien phi dengan $p < 0,05$ menunjukkan taraf signifikan $\alpha = 0,011$ berarti $\alpha < 0,05$ sehingga H_1 diterima yaitu terdapat hubungan antara senam hamil dengan persalinan fisiologis pada ibu primigravida. Berdasarkan hasil penelitian, petugas kesehatan dapat memberikan HE pada ibu hamil sehingga dapat meningkatkan minat ibu untuk mengikuti senam hamil agar persalinan berjalan secara fisiologis.

Kata kunci : *Senam hamil, Lama Proses Persalinan.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat Rahmat dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul *Hubungan Senam Hamil Dengan Persalinan Fisiologis Pada Ibu Primigravida di BPS Ny. G.Retno Sari Desa Tulung Agung Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro*” sesuai waktu yang ditentukan.

Karya Tulis Ilmiah ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak / Ibu:

1. Drs. H. Budi Utomo, Amd. Kep., M. Kes, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan dan selaku penguji utama yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dan dorongan moril selama penyusunan karya tulis ilmiah (KTI) ini.
2. Bidan Ny. G.Retno Sari Amd.Keb, Desa Tulung Agung Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro yang telah memberikan ijin dan fasilitas untuk melakukan penelitian.
3. Hj. WS Tarmi, SST, S. Psi, MM. Kes selaku Ketua Prodi DIII Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan dan selaku pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan, dan saran dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

4. Heny Ekawati, S.kep., Ns., M.Kes, selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan, moril selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. M. Makin dan Supar Yani, selaku orang tua yang selalu memberikan dukungan moril dan materil demi terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini (KTI).
6. Seluruh responden yang telah bersedia untuk turut serta dalam pelaksanaan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini (KTI).
7. Semua pihak yang telah memberikan dukungan moril dan materil demi terselesaikannya karya tulis ilmiah ini.

Semoga Allah SWT, memberi balasan pahala atas semua awal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari Karya Tulis Ilmiah ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun semangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, 09 Juni 2015

Peneliti

DAFTAR ISI

| | |
|--|------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| SURAT PERNYATAAN | ii |
| LEMBAR PERSETUJUAN | iii |
| LEMBAR PENGESAHAN | iv |
| KURIKULUM VITAE | v |
| MOTTO DAN PERSEMBAHAN | vi |
| ABSTRAK | vii |
| KATA PENGANTAR | viii |
| DAFTAR ISI | x |
| DAFTAR TABEL | xi |
| DAFTAR GAMBAR | xii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xiii |
| DAFTAR SINGKATAN DAN LAMBANG | xiv |
| BAB 1 : PENDAHULUAN | |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah..... | 4 |
| 1.3 Tujuan Penelitian | 4 |
| 1.4 Manfaat Penelitian | 5 |
| BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA | |
| 2.1 Konsep Dasar Peran Bidan.. | 7 |
| 2.2 Konsep Dasar Peran Keluarga..... | 12 |
| 2.3 Konsep Konsep Dasar Senam Hamil..... | 14 |
| 2.4 Konsep Dasar Persalinan Fisiologis..... | 22 |
| 2.5 Kerangka Konsep..... | 28 |
| 2.6 Hipotesis | 30 |
| BAB 3 : METODE PENELITIAN | |
| 3.1 Desain Penelitian | 31 |
| 3.2 Waktu dan Tempat Penulisan | 31 |
| 3.3 Kerangka Kerja Penelitian | 32 |
| 3.4 Identifikasi Variabel..... | 33 |
| 3.5 Definisi Operasional | 33 |
| 3.6 Populasi, Sampel dan Sampling..... | 34 |
| 3.7 Pengumpulan Data dan Pengolahan Data | 36 |
| 3.8 Etika Penelitian | 39 |
| BAB 4 : HASIL PENELITIAN | |
| 4.1 Hasil Penelitian | 41 |
| 4.2 Pembahasan..... | 45 |
| BAB 5 : PENUTUP | |
| 5.1 Kesimpulan | 49 |
| 5.2 Saran | 49 |
| DAFTAR PUSTAKA | |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN | |

DAFTAR TABEL

| | Halaman |
|--|---------|
| Tabel 3.1 Definisi Operasional kerja Hubungan Senam hamil dengan persalinan fisiologis pada ibu primigravida di BPS Ny. G.Retno Sari Desa Tulung Agung Kec. Baureno Kab. Bojonegoro tahun 2014 | 34 |
| Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur di BPS Ny. G.Retno Sari Desa Tulung Agung Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro Bulan Maret -Mei 2015..... | 42 |
| Tabel 4.2 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan di BPS Ny. G.Retno Sari Desa Tulung Agung Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro Bulan Maret-Mei 2015 | 42 |
| Tabel 4.3 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan di BPS Ny. G.Retno Sari Desa Tulung Agung Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro Bulan Maret-Mei 2015..... | 43 |
| Tabel 4.4 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Senam Hamil di BPS Ny. G.Retno Sari Desa Tulung Agung Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro Bulan Maret-Mei 2015 | 43 |
| Tabel 4.5 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Persalinan pada primigravida di BPS Ny. G.Retno Sari Desa Tulung Agung Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro Bulan Maret –Mei..... | 44 |
| Tabel 4.6 Tabel Silang Hubungan Senam Hamil Dengan Persalinan Fisiologis pada primigravida BPS Ny. G.Retno Sari Desa Tulung Agung Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro Bulan Maret-Mei | 44 |

DAFTAR GAMBAR

| | Halaman |
|--|---------|
| Gambar 2.1 Kerangka Konsep hubungan Senam Hamil dengan Proses Persalinan Fisiologis Pada Ibu Primigravida Di BPS G.Retno Sari Amd.Keb tahun 2014..... | 29 |
| Gambar 3.1 Kerangka Kerja Penelitian Hubungan Senam Hamil dengan Persalinan Fisiologis di BPM Ny. G. Retno Sari Desa Tulung Agung Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro tahun 2014..... | 32 |

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penyusunan KTI
- Lampiran 2 Surat Izin Penelitian dari STIKES Muhammadiyah Lamongan
- Lampiran 3 Surat Izin Survey Awal Penelitian dari STIKES Muhammadiyah Lamongan
- Lampiran 4 Surat Balasan Penelitian Dari Bidan G. Retno Sari Desa Tulung Agung Kecamatan Baureno Kabuten Bojonegoro
- Lampiran 5 Surat Balasan Survey Awal Penelitian Dari Bidan G. Retno Sari Desa Tulung Agung Kecamatan Baureno Kabuten Bojonegoro
- Lampiran 6 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Buku KIA
- Lampiran 9 Lembar Tabulasi Senam Hamil
- Lampiran 10 Lembar Partograf
- Lampiran 11 Lembar Tabulasi Data Hasil Senam Hamil
- Lampiran 12 Lembar Hasil Uji SPSS Versi 16.0 Hubungan Senam Hamil Dengan Persalinan Fisiologis Di BPS Ny. G. Retno Sari Desa Tulung Agung Kcamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro
- Lampiran 13 Lembar Konsultasi

DAFTAR SINGKATAN DAN LAMBANG

Daftar Singkatan:

| | |
|--------|---|
| Drs | : Dokter andes |
| H_1 | : Terdapat hubungan yang signifikan |
| H_0 | : Tidak terdapat hubungan yang signifikan |
| M.Mkes | : Magister manajemen kesehatan |
| NIM | : Nomor induk mahasiswa |
| NIK | : Nomor induk kepegawaian |
| Ns | : Ners |
| S. Kep | : Sarjana keperawatan |
| S.SiT | : Sarjana saince terapan |
| MA | : Madrasah Aliyah |
| SPSS | : <i>Statistical Product and Service Solution</i> |
| STIKES | : Sekolah tinggi ilmu kesehatan |

Daftar Lambang:

| | |
|----------|----------------------------|
| % | : Persen |
| < | : Kurang Dari |
| > | : Lebih dari |
| \leq | : Kurang dari sama dengan. |
| \geq | : Lebih dari sama dengan |
| = | : Sama Dengan |
| Σ | : Jumlah Seluruhnya |