

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kehamilan yaitu fertilisasi atau penyatuan spermatozoa dan ovum, dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi (Yulistiana, 2015). Kehamilan merupakan kondisi dimana terjadinya perubahan baik secara fisiologis maupun psikologis. Kehamilan dibagi dalam 3 trimester, yaitu trimester pertama dimulai dari (0-3 bulan), trimester kedua (4-6 bulan), trimester ketiga (7-9 bulan).

Kehamilan mengakibatkan banyak perubahan dan adaptasi pada ibu hamil. Trimester pertama sering dianggap sebagai periode penyesuaian seorang ibu hamil terhadap kenyataan bahwa mereka sedang hamil. Fase ini, sebagian ibu hamil merasa sedih dan ambivalen. Ibu hamil mengalami kekecewaan, penolakan, kecemasan, dan depresi. Hal itu sering kali terjadi pada ibu hamil dengan kehamilan yang tidak direncanakan. Trimester kedua sering dikenal dengan periode kesehatan yang baik, yakni ketika ibu hamil merasa nyaman dan bebas dari segala ketidaknyamanan. Kehamilan pada trimester ketiga sering disebut sebagai fase penantian. Ibu hamil merasakan kembali ketidaknyamanan fisik karena merasa canggung, merasa dirinya tidak menarik lagi, timbul kecemasan terhadap persalinan yang akan dihadapi (Ramadani&Sudarmiati, 2013 (dalam Rustikayanti, dkk. 2016).

Angka Kematian Ibu (AKI) di seluruh dunia menunjukkan bahwa 313.000 wanita meninggal karena komplikasi dari kehamilan dan persalinan. Dua belas negara menyumbangkan 65% dari kematian maternal di seluruh dunia salah satunya yaitu negara Indonesia sebesar 22.000 (WHO, 2015). Angka Kematian Ibu di Indonesia masih tinggi sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup (KH) pada

tahun 2015. Apabila dibandingkan dengan Negara tetangga yaitu: Vietnam 49 per 100.000 kelahiran hidup, Thailand 226 per 100.000 kelahiran hidup, Brunei 27 per 100.000 kelahiran hidup, dan Malaysia 29 per 100.000 kelahiran hidup (WHO, 2015). Angka kematian ibu (AKI) di Jawa Barat hingga saat ini masih tinggi, di tahun 2015 disampaikan bahwa jumlah kasus kematian Ibu melahirkan karena kehamilan, persalinan, dan nifas meningkat cukup tajam dari 748 kasus di tahun 2014 menjadi 823 kasus di tahun 2015 (Kemenkes, 2018).

Senam hamil akan memberikan suatu hasil atau *outcome* persalinan yang lebih baik, karena mampu mengendalikan faktor penyebab persalinan yang memanjang atau lama, yakni dengan meningkatkan tenaga atau *power* ibu saat persalinan. Secara keseluruhan senam hamil akan meningkatkan kesehatan ibu hamil. Senam hamil dapat menurunkan angka kematian ibu (AKI) pada saat proses persalinan melalui upaya preventif dan promotif yang berhubungan dengan persiapan selama proses kehamilan dan proses persalinan (Rukiyah, 2014).

Manfaat senam hamil dapat menurunkan resiko yang terjadi pada ibu hamil dan janin seperti menurunnya elastisitas otot dan ligamen yang ada di panggul, teknik pernafasan kurang baik, menurunkan kemampuan otot rahim untuk berkontraksi sehingga dapat mengakibatkan perdarahan berlebihan. Perdarahan tersebut bisa disebabkan karena kontraksi uterus yang tidak adekuat (*atonia uteri*), sisa plasenta dan robekan jalan lahir (Irianti, dkk. 2014).

Tujuan senam hamil selain untuk persiapan fisik adalah untuk mempersiapkan mental ibu hamil. Latihan-latihan yang di lakukan pada senam hamil bertujuan agar ibu hamil memperoleh kekuatan dan tonus otot yang baik, teknik pernafasan yang baik pada saat proses persalinan (Maryunani, 2011). Berlatih senam hamil secara teratur akan mengurangi kelelahan (Ganggu, 2018).

Fenomena yang terjadi pada ibu hamil trimester II yaitu perut ibu semakin membesar, ibu bisa merasakan pergerakan janin. Selain itu, biasanya ibu hamil

**Yuli Maelani, 2019**

*PERSEPSI TENTANG SENAM HAMIL PADA IBU HAMIL TRIMESTER II DI KABUPATEN SUMEDANG*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

sering mengalami nyeri punggung dan kaki kram. Hal ini bisa terjadi karena penambahan berat badan selama kehamilan. Pada trimester II ini ibu merasa nyaman dan terhindar dari mual muntah. Maka trimester ini adalah periode yang baik untuk kesehatan, ibu hamil dapat melakukan senam hamil agar keluhan nyeri punggung dan kaki kram berkurang.

Penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari (2013) tentang hubungan senam hamil dengan nyeri punggung pada ibu hamil di Rumah Sakit Kendangsari Surabaya bahwa melakukan senam hamil secara teratur dapat meminimalkan nyeri punggung. Sejalan dengan penelitian Lichayati dan Kartikasari (2013) menyebutkan bahwa lebih dari sebagian (75%) ibu hamil yang tidak pernah melakukan senam hamil mengalami nyeri punggung dan seluruh (100%) ibu hamil yang sering melakukan senam hamil tidak mengalami nyeri punggung.

Hasil Penelitian yang dimuat dalam *American Journal of Obstetrics and Gynecology* mengenai senam hamil menunjukkan bahwa ibu hamil yang melakukan senam secara teratur selama tiga bulan terakhir mengalami persalinan yang tidak begitu sakit dibandingkan dengan ibu yang tidak melakukan senam (Hanton dalam Megasari, 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Mulyati, dkk (2016), bahwa dari 35 responden yang melakukan senam hamil, hampir seluruh responden terjadi efektifitas persalinan kala I sebanyak 29 responden (82,9%).

Senam hamil merupakan pelayanan prenatal yang berdampak positif terhadap ibu hamil, 96,7% lama persalinan lebih singkat, 97% ibu melahirkan mengalami robekan perineum derajat 1-2 dan 97% bayi baru lahir tidak mengalami asfiksia (Yanuarita, 2016). Penelitian lainnya juga menyebutkan manfaat lain dari senam hamil yaitu senam hamil menurunkan insiden partus lama, malpresentasi janin, inersia uteri (stimulasi persalinan), dan partus tindakan (Kadarti dalam Widyawati, 2013).

**Yuli Maelani, 2019**

*PERSEPSI TENTANG SENAM HAMIL PADA IBU HAMIL TRIMESTER II DI KABUPATEN SUMEDANG*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Penelitian Rusmiati, dkk (2017) menyebutkan bahwa ibu yang melakukan senam hamil sebagian besar mengalami persalinan normal dibandingkan ibu yang tidak melakukan senam hamil dan kebanyakan mengalami kala II lama. Didukung oleh penelitian Yusnia yang berjudul Hubungan senam hamil dengan proses persalinan kala II pada Ibu primigravida di RS KIA Sadewa Yogyakarta tahun 2015, dengan hasil ibu yang melakukan senam hamil selama kehamilannya akan mengalami lama persalinan kala II normal dan ibu yang tidak melakukan senam hamil akan mengalami persalinan kala II dalam waktu yang lama.

Penelitian Hidayah, dkk (2014) menyebutkan bahwa pengetahuan ibu hamil yang tidak mengikuti senam hamil lebih baik daripada ibu hamil yang mengikuti senam hamil. Dalam praktik sehari-hari, bisa saja ibu hamil telah berperilaku negatif terhadap senam hamil, meskipun pengetahuannya sudah baik. Maka dari penelitian-penelitian terkait, ibu hamil akan mempunyai persepsi tersendiri mengenai senam hamil.

Persepsi merupakan kemampuan otak dalam menerjemahkan stimulus yang masuk pada alat indera manusia. Seseorang mempersepsikan sesuatu itu baik atau persepsi positif, ada pula persepsi negatif yang akan mempengaruhi tindakan manusia. Setiap orang mempunyai cara yang berbeda dalam melihat sesuatu. Perbedaan tersebut bisa dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya adalah pengetahuan, pengalaman dan sudut pandangnya (Sugihartono, dkk 2010).

Perbedaan persepsi mengenai senam hamilpun bisa saja terjadi. Sebagian ibu hamil akan mempunyai persepsi positif dan persepsi negatif. Hasil penelitian Sari (2008) yang berjudul “persepsi ibu hamil dalam mengikuti kelas ibu hamil di Kelurahan Kadipaten Wilayah Kerja Puskesmas Babadan Kabupaten Ponorogo” terhadap 32 responden, menyebutkan bahwa 14 responden atau (43.7%) mempunyai persepsi positif dan 18 responden atau (56.3%) mempunyai persepsi negatif mengenai senam hamil. Hal ini sejalan dengan penelitian Susilawati, D Yuli Maelani, 2019

*PERSEPSI TENTANG SENAM HAMIL PADA IBU HAMIL TRIMESTER II DI KABUPATEN SUMEDANG*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

(2017) bahwa dari 37 orang responden 19 orang responden (51%) memiliki persepsi negatif, sedangkan 18 orang responden (49%) yang memiliki persepsi positif. Hasil penelitian ini tidak sebanding dengan penelitian Sari dkk, (2014) tentang hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil terhadap senam hamil. Didapatkan bahwa 11 responden (20,3%) memiliki sikap negatif, sedangkan 43 responden (79,7%) memiliki sikap positif.

Penelitian Montejo, dkk (2011) menyebutkan bahwa program senam yang dilakukan selama pertama, kedua, dan ketiga trimester kehamilan meningkatkan status kesehatan dan ibu berpersepsi positif terhadap senam hamil. Penelitian Liu, dkk (2015) juga menyebutkan bahwa persepsi ibu terhadap aktifitas fisik seperti senam meningkat. Adapun penelitian Lewis (2008) menyebutkan bahwa persepsi wanita hamil terhadap senam negatif karena mereka berpikir bahwa berolahraga selama kehamilan dianggap beresiko. Didukung oleh penelitian Penny&Harriet (2014) bahwa dari 18 wanita 16 (88%) mempunyai persepsi negatif tentang senam hamil dan berusaha menghindari. Sedangkan sebelas wanita mempunyai persepsi positif karena percaya bahwa partisipasi dalam latihan fisik akan menyebabkan peningkatan kelenturan otot.

Jumlah ibu hamil di Indonesia yaitu 5.324.562 sedangkan di Jawa Barat yaitu 971.458 ibu hamil (Kemenkes, 2018). Adapun menurut data Dinas Kesehatan Sumedang tahun 2016 terdapat 20.786 ibu hamil di Kabupaten Sumedang yang tersebar di beberapa kecamatan di wilayah Sumedang.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di UPT Puskesmas Situ Sumedang yang dilakukan pada tanggal 16 Maret 2019, terdapat 629 ibu hamil yang terdiri dari 249 ibu hamil trimester I, 248 ibu hamil trimester II, dan 132 ibu hamil trimester III. Resiko tinggi ibu hamil di Puskesmas Situ Sumedang cukup tinggi dikarenakan beberapa ibu hamil belum cukup umur sehingga fisik dan psikologis

**Yuli Maelani, 2019**

*PERSEPSI TENTANG SENAM HAMIL PADA IBU HAMIL TRIMESTER II DI KABUPATEN SUMEDANG*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

untuk menghadapi persalinan belum sepenuhnya siap. Menurut BKKBN usia yang ideal untuk hamil adalah 20-35 tahun.

Puskesmas Situ Sumedang mengadakan program kelas ibu hamil yang didalamnya terdapat senam hamil. Jadwal tiap desa berbeda, diadakan setiap 1 bulan sekali. Kelurahan Situ kurang aktif dalam melaksanakan kelas ibu hamil. Desa Jatimulya mengadakan kelas ibu hamil bersama dengan kegiatan posyandu karena sulit untuk mengumpulkan ibu hamilnya. Desa Mekarjaya mengadakan senam hamil sesuai jadwal poned. Adapun Desa Margamukti, Kebonjati dan Jatihurip melaksanakan senam hamil sesuai jadwal bulanan.

Hasil wawancara pada 10 orang ibu hamil, 6 responden mengatakan bahwa kurang mengetahui program dan manfaat senam hamil sedangkan 4 lainnya menyebutkan tahu jadwal senam hamil dan manfaatnya untuk proses persalinan tetapi jarang mengikuti senam karena beberapa faktor. Kurangnya kesadaran ibu hamil karena jumlah yang mengikuti senam hamil setiap kegiatan hanya 8-10 orang.

Berdasarkan data, teori dan fenomena yang ada maka penulis memandang penting untuk dilakukan penelitian tentang senam hamil pada ibu hamil. Oleh karena itu penulis tertarik untuk mengambil penelitian dengan judul “Persepsi Tentang Senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester II di Kabupaten Sumedang”.

## **1.2 Rumusan Masalah Penelitian**

“Bagaimanakah persepsi tentang senam hamil pada ibu hamil trimester II di Kabupaten Sumedang?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Mengetahui persepsi tentang senam hamil pada ibu hamil trimester II di Kabupaten Sumedang.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi peneliti**

**Yuli Maelani, 2019**

*PERSEPSI TENTANG SENAM HAMIL PADA IBU HAMIL TRIMESTER II DI KABUPATEN SUMEDANG*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- a. Memperoleh gambaran mengenai persepsi ibu hamil mengenai senam hamil.
- b. Memperoleh data ibu hamil yang menerapkan senam hamil.
- c. Sebagai referensi untuk penelitian sejenis.

#### 1.4.2 Bagi institusi pendidikan

- a. Sebagai literature review.
- b. Menambah referensi dalam mata kuliah keperawatan maternitas.

#### 1.4.3 Bagi profesi keperawatan

- a. Meningkatkan kerja perawat untuk mensosialisasikan senam hamil.
- b. Memberikan program kepada masyarakat tentang senam hamil.

#### 1.4.4 Bagi Puskesmas

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pengambilan kebijakan dalam meningkatkan program Ante-Natal Care.

**Yuli Maelani, 2019**

*PERSEPSI TENTANG SENAM HAMIL PADA IBU HAMIL TRIMESTER II DI KABUPATEN SUMEDANG*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu