

SKRIPSI

**HUBUNGAN KETERATURAN SENAM HAMIL DENGAN
JENIS PERSALINAN PADA IBU BERSALIN DI RUMAH
SAKIT UMUM KARTINI MOJOSARI MOJOKERTO**



**OLEH:
YURIKA IKMAL
NIM. 202208032**

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO
2024**

SKRIPSI

**HUBUNGAN KETERATURAN SENAM HAMIL DENGAN
JENIS PERSALINAN PADA IBU BERSALIN DI RUMAH
SAKIT UMUM KARTINI MOJOSARI MOJOKERTO**

Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Pada Universitas Bina Sehat PPNI
Kabupaten Mojokerto



**OLEH:
YURIKA IKMAL
NIM. 202208032**

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO
2024**

SURAT PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur *Plagiarisme* saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.



LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk diajukan dalam ujian akhir Program

Judul : Hubungan Keteraturan Senam Hamil Dengan Jenis Persalinan
Pada Ibu Bersalin Di RS Kartini Mojosari Mojokerto

Nama : YURIKA IKMAL

NIM : 202208032

Pada tanggal : Februari 2024

Pembimbing I

Oleh:



Heni Purwati, SST., M.Keb
NIK. 162 601

Pembimbing II

Lida Khalimatus S., SST. Bd., M.Kes
NIK. 162 601

LEMBAR PENGESAHAN

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Ujian Program Studi S1 Ilmu Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto

Judul : Hubungan Keteraturan Senam Hamil Dengan Jenis Persalinan Pada Ibu Bersalin Di RS Kartini Mojosari Mojokerto

Nama : YURIKA IKMAL

NIM : 202208032

Pada tanggal :

Mengesahkan

Tim penguji

Tanda Tangan

Ketua : Tria Wahyuningrum, SST., M.Kes (.....)

Anggota : Heni Purwati, SST., M.Keb (.....)

Anggota : Lida Khalimatus S., SST.,Bd., M.Kes (.....)

Mengetahui
Ka.Prodi Sarjana Kebidanan
Universitas Bina Sehat PPNI
Kabupaten Mojokerto

Indra Yulianti, SST., Bd., M. Kes
NIK .162 601 106

MOTTO

Jangan Pernah Merasa Rendah Dari Orang Lain

Berusaha, Tawakkal, Ikhlas

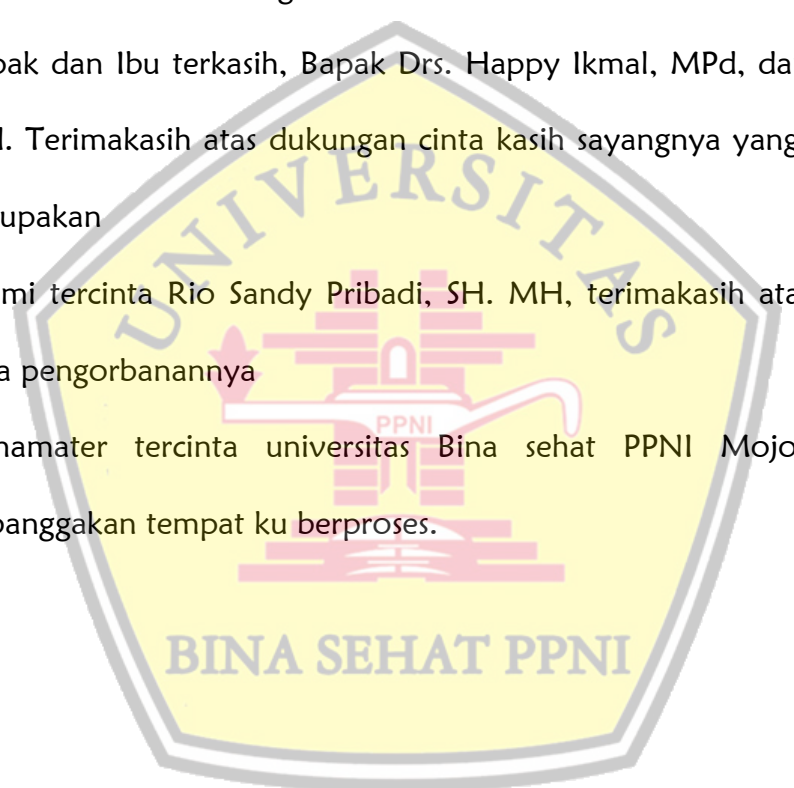
-Yurika Ikmal-



PERSEMBAHAN

Dengan rasa Syukur yang mendalam , skripsi ini saya persembahkan kepada:

- ❖ Allah SWT terimakasih atas segala Rahmat dan hidayah-nya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik
- ❖ Bapak dan Ibu terkasih, Bapak Drs. Happy Ikmal, MPd, dan Ibu Supini Spd. Terimakasih atas dukungan cinta kasih sayangnnya yang tak pernah terlupakan
- ❖ Suami tercinta Rio Sandy Pribadi, SH. MH, terimakasih atas dukungan juga pengorbanannya
- ❖ Almamater tercinta universitas Bina sehat PPNI Mojokerto yang kubanggakan tempat ku berproses.



KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan Keteraturan Senam Hamil Dengan Jenis Persalinan Pada Ibu Bersalin Di RS Kartini Mojosari Mojokerto”**. Selesainya penelitian ini tak lepas dari bantuan dan dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak, maka peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati tulus kepada:

- 1) Dr. Windu Santoso, M.Kep selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyusun dan melakukan penelitian
- 2) Dr. Tri Ratnaningsih, S.Kep. Ns., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyusun dan melakukan penelitian
- 3) Indra Yulianti, SST., Bd., M.Kes Selaku Ka. Prodi S1 Kebidanan yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyusun dan melakukan penelitian
- 4) Heni Purwati, SST., M.Keb selaku pembimbing I Skripsi yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan kepada peneliti
- 5) Lida Khalimatus S., S.ST. Bd., M.Kes selaku pembimbing II Skripsi yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan kepada peneliti
- 6) Tria Wahyuningrum, SST., M.Kes selaku penguji utamayang telah bersedia meluangkan waktu untuk menguji dan memberi masukan pada peneliti

- 7) Staff Dosen Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan kepada peneliti untuk menyusun .
- 8) Responden yang telah bekerja sama dalam memberika data yang dibutuhkan oleh peneliti

Akhirnya peneliti menyadari bahwa ini jauh dari sempurna sehingga memerlukan kritik dan saran untuk menyempurnakan penyusunan ini.

Mojokerto, Februari 2024

Peneliti



DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL DALAM	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat penelitian	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Keteraturan Senam Hamil	6
2.1.1 Pengertian Senam Hamil.....	6
2.1.2 Tujuan Senam Hamil	7
2.1.3 Manfaat Senam Hamil	7

2.1.4	Indikasi dan Kontra Indikasi Senam Hamil	9
2.1.5	Faktor-faktor Senam Hamil	9
2.1.6	Syarat senam hamil	10
2.1.7	Latihan senam yang tidak diperbolehkan selama kehamilan	10
2.1.8	Gerakan Senam Hamil	11
2.1.9	Pengukuran Keteraturan Senam Hamil.....	15
2.2	Konsep Persalinan.....	15
2.2.1	Pengertian Persalinan.....	15
2.2.2	Patofisiologi Persalinan.....	16
2.2.3	Jenis Persalinan.....	17
2.2.4	Faktor Yang Mempengaruhi Jenis Persalinan	17
2.2.5	Perubahan Fisiologis pada Persalinan.....	20
2.2.6	Kebutuhan Dasar Ibu Bersalin	23
2.2.7	Asuhan Persalinan.....	26
2.3	Hubungan Keteraturan Senam Hamil dengan Jenis Persalinan.....	36
2.4	Kerangka Teori	37
2.5	Kerangka Konseptual.....	38
2.6	Hipotesis Penelitian	39
BAB 3 METODE PENELITIAN.....		40
3.1	Desain Penelitian	40
3.2	Populasi, <i>Sampling</i> , dan Sampel.....	41
3.2.1	Populasi.....	41
3.2.2	<i>Sampling</i>	41
3.2.2	Sampel.....	41
3.3	Identifikasi Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	42
3.2.2	Variabel Penelitian.....	42
3.2.3	Definisi Operasional	43
3.4	Pengumpulan Data.....	43
3.5.1	Instrumen	44
3.5.2	Lokasi dan Waktu Penelitian	45

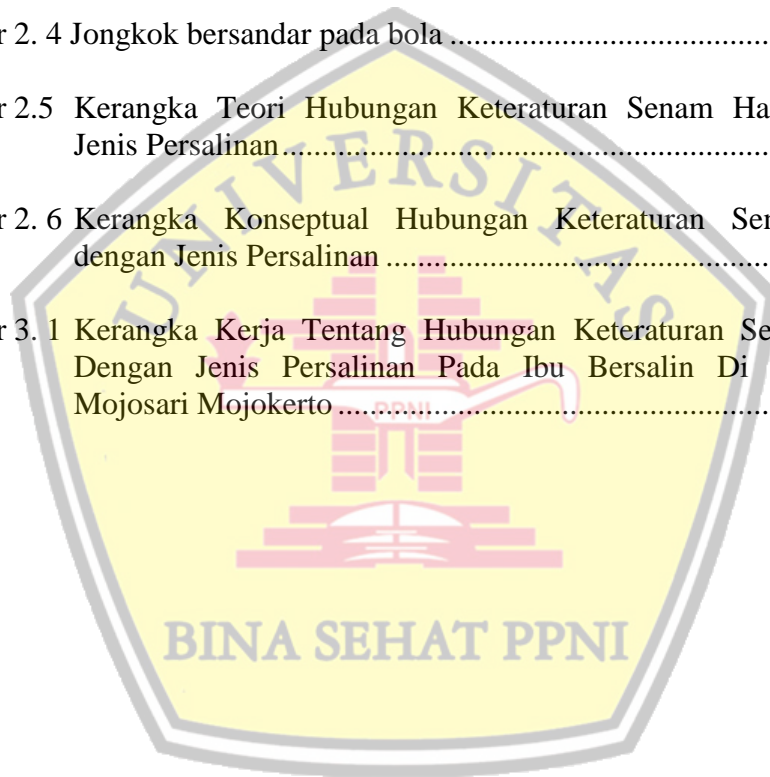
3.5	Kerangka Kerja	45
3.6	Analisis Data.....	46
3.5.2	Langkah-langkah Analisa Data.....	46
3.5.3	Teknik Analisis Data.....	49
3.6	Etika penelitian	50
3.6.2	<i>Informed concent</i> (Lembar Persetujuan).....	50
3.6.3	<i>Anonimity</i> (tanpa nama)	51
3.6.4	<i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan)	51
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		52
5.1	Hasil Penelitian	52
5.1.1	Gambaran Lokasi Penelitian	52
5.1.2	Data Umum	53
5.1.3	Data Khusus	55
5.2	Pembahasan	56
5.2.1	Keteraturan Senam Hamil pada Ibu Bersalin Di RS Kartini Mojosari Mojokerto	56
5.2.2	Jenis Persalinan Di RS Kartini Mojosari Mojokerto	58
5.2.3	Hubungan Keteraturan Senam Hamil dengan Jenis Persalinan pada Ibu Bersalin Di RS Kartini Mojosari Mojokerto.....	61
BAB 5 PENUTUP		64
5.1	Kesimpulan	64
5.2	Saran	64
5.2.1	Bagi Bidan.....	64
5.2.2	Bagi Rumah Sakit	64
5.2.3	Bagi Peneliti Selanjutnya	66
DAFTAR PUSTAKA		67

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3. 1 Definisi Operasional Hubungan Keteraturan Senam Hamil Dengan Jenis Persalinan Pada Ibu Bersalin Di RS Kartini Mojosari Mojokerto	43
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia di RS Kartini Mojosari Mojokerto pada Tanggal 2-22 Januari 2024	53
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan di RS Kartini Mojosari Mojokerto pada Tanggal 2-22 Januari 2024.....	53
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan di RS Kartini Mojosari Mojokerto pada Tanggal 2-22 Januari 2024.....	53
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Riwayat Persalinan Sebelumnya di RS Kartini Mojosari Mojokerto pada Tanggal 2-22 Januari 2024	54
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Kehamilan Saat Bersalin di RS Kartini Mojosari Mojokerto pada Tanggal 2-22 Januari 2024	54
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Keteraturan Senam Hamil di RS Kartini Mojosari Mojokerto pada Tanggal 2-22 Januari 2024	55
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Persalinan di RS Kartini Mojosari Mojokerto pada Tanggal 2-22 Januari 2024.....	55
Tabel 4. 8 Tabulasi Silang Hubungan Keteraturan Senam Hamil dengan Jenis Persalinan pada Ibu Bersalin Di RS Kartini Mojosari Mojokerto	55

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Duduk di atas Bola	12
Gambar 2. 2 Berdiri Bersandar pada Bola	13
Gambar 2. 3 Berlutut dan bersandar di atas bola	14
Gambar 2. 4 Jongkok bersandar pada bola	14
Gambar 2.5 Kerangka Teori Hubungan Keteraturan Senam Hamil dengan Jenis Persalinan.....	37
Gambar 2. 6 Kerangka Konseptual Hubungan Keteraturan Senam Hamil dengan Jenis Persalinan	38
Gambar 3. 1 Kerangka Kerja Tentang Hubungan Keteraturan Senam Hamil Dengan Jenis Persalinan Pada Ibu Bersalin Di RS Kartini Mojosari Mojokerto	46



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Permohonan Menjadi Responden.....	71
Lampiran 2 <i>Informed Consent</i>	72
Lampiran 3 Instrumen Penelitian	73
Lampiran 4 Tabulasi Data Hasil Penelitian	75
Lampiran 5 Lembar Konsul Skripsi.....	85



DAFTAR PUSTAKA

- Amran, V. yuli afni. (2021). Keberhasilan Pelaksanaan Senam Hamil terhadap Proses Persalinan. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwivery, Environment, Dentist)*, 16(1), 191–194. <https://doi.org/10.36911/pannmed.v16i1.1036>
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta.
- Dariyani, S., Octasila, R., & Andriani, D. (2020). Manfaat Senam Hamil Terhadap Lama Kala Ii Persalinan Di Puskesmas Caringin Kabupaten Tangerang Tahun 2018 Berdasarkan data Kementerian Kesehatan penelitian ini adalah mengetahui hubungan frekuensi senam hamil dan paritas dengan lama kala II di Puskesmas C. *Jurnal Kesehatan STIKes Banten RI*, 8(1), 1–4. <http://journal.stikesbanten.ac.id/index.php/Kesehatan/article/view/76>
- Fitriahadi, E., & Utami, I. (2019). *Buku Ajar Asuhan Persalinan & Manajemen Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Universitas Islam Yogyakarta.
- Hidayat, A. A. (2021). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data* (1st ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat, A. A. A. (2015). *Metode Penelitian Paradigma Kuantitatif*. Surabaya: Health Books.
- Hidayat, A. A. A. (2021). *Metode Penelitian Untuk Mahasiswa Keperawatan dan Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Jahriani, N. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Persalinan Normal Di Klinik Harapan Bunda Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021. *Jurnal GENTLE BIRTH*, 5(1), 1–7.
- Kamaruddin, I., Florensia, W., Palilingan, R. A., Salomon, G. A., Putri, D. J., Hedo, K., Nopianto, Mardhatillah, & Adri, K. (2023). *Metodologi Penelitian Kualitatif Dan Kuantitatif*. Padang: Global Eksekutif Teknologi.
- Kemenkes RI. (2019). *Hasil Utama Riskesdas 2018*.
- Khotimah, H., & Subagio, S. U. (2021). Analisis Hubungan antara Usia Kehamilan, Berat Lahir Bayi, Jenis Persalinan dan Pemberian Asi dengan Kejadian Hiperbilirubinemia. *Faletahan Health Journal*, 8(02), 115–121. <https://doi.org/10.33746/fhj.v8i02.146>

- Kurniarum, A. (2016). *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. http://www.ghbook.ir/index.php?name=مجموعه مقالات دومی ن شی هم دومی ن مقالات مجموعه و ت لوی زی ون و سراسری رسانه سد کولاریه سم &option=com_dbook&task=readonline&book_id=13629&page=108&chckhashk=03C706812F&Itemid=218&lang=fa&tmpl=component
- Maharani, S. (2021). Manfaat Senam Hamil Selama Kehamilan Trimester III di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 3(2), 126. <https://doi.org/10.36565/jak.v3i2.171>
- Manuaba, I. (2018). *lmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB Untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC.
- Mochtar, R. (2015). *Sinopsis Obstetri*. Jakarta: EGC.
- Mukhtazar. (2020). *Prosedur Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Absolute Media.
- Notoatmodjo, S. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugraeny, L., Sumiatik, & Aritonang, J. (2020). Hubungan Keteraturan Senam Hamil dengan Durasi Persalinan Kala II pada Ibu Bersalin di Klinik Nurhayati Tahun 2019 Relationship Between Pregnancy Exercise Regularity and Duration of Second Stage of Labor in Maternity Women at Nurhayati Clinic 2019. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(1), 76–84. <http://www.jurnal.uui.ac.id/index.php/JHTM/article/view/668>
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Oktya, T., & Setiawati, P. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi keikutsertaan ibu hamil dalam melakukan senam hamil di Klinik Nuraida Bogor Tahun 2023. *JIDAN: Jurnal Ilmiah Bidan*, 7(2), 0–3.
- Priadana, S., & Sunarsi, D. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Tangerang: Pascal Book.
- Prihartini, A. R., & Iryadi, R. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Persalinan dengan Tindakan Sectio Caesaria (SC) pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kesehatan Pertiwi*, 1(1), 13–20.
- Pusat Bahasa Kemdikbud. (2019). *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Budaya.
- Putri, B. A. M., & Rosyidah, R. (2023). Faktor Risiko Persalinan Seksio Sesarea.

Journal of Telenursing (JOTING), 5(2), 3992–4002.
<https://doi.org/https://doi.org/10.31539/joting.v5i2.6931>

- Rahmawati, D., & Agustin, L. (2019). Faktor penyulit persalinan pada persalinan dengan seksio sesarea di Kediri. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 10(1).
- Rosyati, H. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan*. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Sari, A. P. (2021). Pengaruh Senam Hamil dalam Mengatasi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii. *Jurnal Politeknik Kemenkes Riau*.
- Sari, E. P., & Sari, R. G. (2021). Senam Hamil Terhadap Proses Persalinan. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 6(1), 126–135. <http://jurnal.stikes-aisyiah-palembang.ac.id/index.php/JAM/article.view.530/375>
- Sari, R. D. P., Sutarto, S., Utama, W. T., & Pratiwi, D. (2023). Rutinitas Senam Hamil dengan Melahirkan Spontan. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 2(2), 85–93. <https://doi.org/10.35912/jimi.v2i2.1376>
- Septiana, M. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Keikutsertaan Ibu Hamil Dalam Melakukan Senam Hamil Pada Kelas Ibu Hamil. *Cendekia Medika*, 5 Nomor 1(April).
- Setiadi. (2016). *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Graha Ilmu.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suhaemi, F., & Sajalia. (2021). Faktor – faktor yang mempengaruhi pelaksanaan senam hamil pada ibu hamil trimester iii di desa suwangi 1,2,3. 2(4), 217–224.
- Sukma, D. R., & Sari, R. D. P. (2020). Pengaruh Faktor Usia Ibu Hamil Terhadap Jenis Persalinan di Rsud Dr . H Abdul Moeloek Provinsi Lampung. *Majority*, 9(2), 1–5.
- Sulaiman, L., Sani, S. K., Irawati, E., & Susilawati, E. (2022). Peningkatan Kemandirian Ibu dalam Pencegahan Stunting melalui Program Dapur Posyandu di Desa Sukarara , Jonggat , Lombok Tengah. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 5, 2160–2172.
- Tridiyawati, F., & Hukuba, S. N. (2020). Pengaruh Aroma Terapi Lavender

Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Persalinan Primigravida Kala I Fase Aktif. *Wellness and Healthy Magazine*, 2(February), 187–192. <https://doi.org/10.30604/well.231422022>

Utami, J. N., Astuti, T., & Andriani, G. (2020). Analisis Faktor Predisposisi Keikutsertaan Senam Hamil Bagi Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Depok 2, Kabupaten Sleman. *Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu*, 2(1), 574–582. <https://prosiding.respati.ac.id/index.php/PSN/article/view/328>

Wahyuningtyas, A. P., & Zulaikha, L. I. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian rupture perineum pada persalinan kala II di BPS Yuni Sri Rahayu Desa Pagendingan Kecamatan Galis Kabupaten Pamekasan. *Jurnal Satuan Bakti Bidan Untuk Negeri (Sakti Bidadari)*, 3, 22–28.

WHO. (2021). *Caesarean section rates* (Vol. 342, Issue 8885). <https://www.who.int/news/item/16-06-2021-caesarean-section-rates-continue-to-rise-amid-growing-inequalities-in-access>

Yulizawati, Insani, A. A., Sinta, L. El, & Andriani, F. (2019). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin*. Jakarta: Indomesia Pustaka.

