

HUBUNGAN SENAM HAMIL DENGAN LAMA PERSALINAN KALA II DI RSUD KABUPATEN INDRAMAYU TAHUN 2023

Rahmah Aulia Agyanti¹; Sugiharti Ghea²
auliaagyanti@gmail.com¹ghea.md@gmail.com²
Program Studi Diploma III Kebidanan, Akademi Kebidanan
Graha Husada Cirebon

Abstrak

Latar Belakang: Menurut World health organization rata-rata partus lama di dunia menyebabkan kematian ibu sebesar (8%) dan rata-rata partus lama di Indonesia menyebabkan kematian ibu sebesar (9%). Jumlah kejadian partus lama ibu melahirkan di Kabupaten Indramayu sebesar (11%). Kematian maternal banyak terjadi pada saat persalinan, salah satu penyebabnya adalah kala II lama (37%) dan kematian perinatal sendiri salah satu penyebabnya adalah asfiksia pada bayi (28%). (Dinkes Indramayu, 2022).

Tujuan: Untuk Mengetahui Hubungan Senam Hamil dengan Lamanya Persalinan Kala II di RSUD Indramayu.

Metode penelitian: Survey analitik menggunakan Retrospektif Kohort, **Teknik Populasi dan Sampel:** Menggunakan semua ibu yang melahirkan pada bulan april. teknik pengumpulan sampel menggunakan Total Sampling sebanyak 30 responden. Instrumen penelitian menggunakan lembar ceklis dan lembar kuesioner, teknik pengolahan data, editing, coding, data entry, tabulasi data, analisis data dengan uji chi square menggunakan SPSS.

Hasil penelitian: ibu melahirkan yang mengikuti senam hamil sebanyak 25 responden (100,0) yang mengalami lama persalinan kala II < 1 Jam sebanyak 19 responden (76,0) dan yang lama persalinan kala II > 1 Jam sebanyak 6 responden (24,0), sedangkan ibu melahirkan yang tidak mengikuti senam hamil sebanyak 5 responden (100,0%) yang mengalami persalinan kala II < 1 Jam hanya 1 responden (20,0%) dan yang mengalami persalinan kala II > 1 Jam sebanyak 4 responden (80,0). Dari 30 responden ibu melahirkan yang mengalami persalinan kala II < 1 Jam memenuhi syarat dianalisis secara statistic dengan uji chi square didapatkan nilai p-value 0,0031 (p<0,005).

Kesimpulan: Hasil penelitian ini adalah responden mayoritas mengikuti senam hamil secara rutin dan memiliki lama persalinan kala II < 1 Jam dalam klasifikasi kala II normal atau cepat dalam proses persalinan artinya ada hubungan senam hamil dengan lama persalinan kala II pada ibu melahirkan di RSUD Indramayu.

Kata Kunci: Lama persalinan kala II, Senam Hamil.

PENDAHULUAN

Angka kematian maternal dan perinatal merupakan indikator keberhasilan pelayanan kesehatan. Menurut data Sustainable Development Goals (SDGs) angka kematian neonatal di Indonesia sebesar 19 kematian/1000 kelahiran hidup, angka kematian bayi sebesar 34 kematian/1000, sedangkan angka kematian ibu di Indonesia sebesar 228 kematian/100.000 kelahiran hidup. Penyebab langsung kematian ibu terkait kehamilan dan persalinan terutama adalah perdarahan (42 %), eklamsia (13 %), infeksi (10 %), partus lama (9 %) dan abortus (11 %), dan penyebab lain (15%). (Depkes,2008).

Partus lama salah satu penyumbang kematian ibu di dunia, berdasarkan WHO tahun 2014 terjadi kasus partus lama pada wanita di dunia yaitu 289 per 100.000 kelahiran hidup. Sementara di Indonesia terjadi kejadian partus lama menduduki urutan tertinggi di Indonesia yaitu 359 per 100.000 kelahiran hidup ibu meninggal akibat partus lama (WHO,2014).

Berdasarkan Riskesdas tahun 2018 di Jawa Tengah yang mengalami partus lama yaitu sebesar 4,1%, dengan provinsi tertinggi yang mengalami partus lama yaitu Jawa Barat sebesar 7,9% sementara yang mengalami partus lama sedikit di provinsi Jawa Timur sebesar 2,7% dengan total kelahiran 78.736 kelahiran di seluruh provinsi. (Riskesdas,2018)

Senam Hamil adalah terapi latihan gerak dan salah satu kegiatan dalam pelayanan selama kehamilan atau prenatal care yang bertujuan untuk mempersiapkan ibu hamil secara fisik dan mental saat

menghadapi persalinan agar persalinan normal dapat berlangsung dengan cepat, aman dan spontan. (Yankes,2022)

Sustainable Development Goals (SDGs). Di tahun 2015 target diharapkan turun mencapai 125 per 100.000 kelahiran hidup (www.litbang.depkes.go.id, 2008). Disamping itu upaya dalam menurunkan angka kematian ibu, pemerintah melalui Departemen Kesehatan menerapkan Strategi Making Pregnancy Safer (MPS), diantaranya adalah adanya kebijakan Making Pregnancy Safer (MPS) dengan 3 pesan kunci dan 4 strategi. Tiga pesan kunci tersebut adalah setiap persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan terlatih, setiap komplikasi obstetri dan neonatal ditangani secara adekuat, dan setiap usia subur mempunyai akses terhadap pencegahan kehamilan yang tidak diinginkan, dan penanggulangan komplikasi keguguran. Sedangkan 4 strateginya adalah peningkatan akses dan kualitas pelayanan kesehatan ibu dan bayi baru lahir di tingkat dasar dan rujukan, membangun kemitraan yang efektif mendorong pemberdayaan perempuan, keluarga dan masyarakat serta meningkatkan system surveilans monitoring dan informasi KIA (Manuaba,2008).

Dalam penelitian senam hamil terhadap ibu hamil terbukti memiliki dampak positif dalam menyeimbangkan kondisi psikologis ibu hamil. Tiga komponen inti yaitu mengatur pernafasan, melatih penguatan dan peregangan otot, serta latihan relaksasi dapat mengandung efek relaksasi yang dapat mempengaruhi psikologi ibu saat menjalani persalinan (Mudhalifah, 2006).

METODE

Desain penelitian ini menggunakan Kohort Retrospektif adalah suatu penelitian kohort yang berusaha melihat ke belakang (backward looking) artinya pengumpulan data dimulai dari efek atau akibat yang telah terjadi, baru kemudian efek tersebut ditelusuri penyebab yang mempengaruhi efek atau akibat tersebut.

Populasi dalam penelitian kali ini yaitu seluruh ibu melahirkan di RSUD Kabupaten Indramayu terhitung pada bulan april tahun 2023 berjumlah 30 ibu melahirkan. Pada penelitian ini, menggunakan total sampling yaitu 30 sampel ibu melahirkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Gambaran karakteristik responden

1.1 Tabel karakteristik umur ibu melahirkan di RSUD Indramayu

Umur	F	Presentase %
< 20 Tahun	6	20%
20-35 Tahun	17	56,7%
> 35 Tahun	7	23,3%
Total	30	100%

Tahun 2023

Umur < 20 tahun dengan frekuensi 6 (20%), umur 20-35 tahun dengan frekuensi 17 (56,7%), umur > 35 tahun dengan frekuensi 7 (23,3%). Hasil terbanyak di umur 20-35 tahun dengan frekuensi 17 (56,7%).

1.2 Tabel karakteristik pendidikan ibu melahirkan di RSUD Indramayu Tahun 2023

Pendidikan	F	Presentase %
SMP	3	10%
SMA/SMK	21	70%
Perguruan Tinggi	6	20%
Total	30	100%

Pendidikan SMP dengan frekuensi 3 (10%), SMA/SMK dengan frekuensi 21 (70%), Perguruan Tinggi dengan frekuensi 6 (20%). Hasil terbanyak pada pendidikan SMA/SMK dengan frekuensi 21 (70%).

1.3 Tabel karakteristik pekerjaan ibu melahirkan di RSUD Indramayu Tahun 2023

Pekerjaan	F	Presentase %
IRT	24	80%
Tetap	4	13,3%
Lainnya	2	6,7%
Total	30	100%

Ibu Rumah Tangga (IRT) dengan frekuensi 24 (80%), Tetap dengan frekuensi 4 (13,3%), Lainnya dengan frekuensi 2 (6,7%). Hasil terbanyak pada pekerjaan IRT dengan frekuensi 24 (80%).

ANALISA UNIVARIAT

Tabel 1.4 Distribusi Frekuensi ibu melahirkan di RSUD Indramayu 2023

	F	Presentase %
Senam hamil	25	83,3%
Tidak senam hamil	5	16,7%
Total	30	100%

Sejumlah 25 responden (83,3%), ibu melahirkan yang tidak melakukan senam hamil yaitu sejumlah 5 responden (16,7%).

Tabel 1.5 Distribusi Frekuensi berdasarkan lama persalinan kala II di RSUD Indramayu tahun 2023

Lama Persalinan kala II		
	F	Presentase (%)
< 1 Jam	20	66,7 %
> 1 Jam	10	33,3 %
Total	30	100 %

Yang mengalami persalinan kala II < 1 Jam yaitu sejumlah 20 responden (66,7%), dan yang mengalami persalinan kala II > 1 Jam yaitu sejumlah 10 responden (33,3%).

ANALISA BIVARIAT

Tabel 1.6 Distribusi frekuensi berdasarkan lama persalinan kala II di RSUD Indramayu tahun 2023.

Ibu Melahirk an	Lama Persalinan Kala II			
	< 1 Jam	> 1 Jam	Tot al	p- valu e
Senam hamil	19 76,0 %	6 24,0 %	25 100 ,0%	0,03 1
Tidak senam hamil	1 20,0 %	4 80,0 %	5 100 ,0%	
Total	20 66,7 %	10 33,3 %	30 100 ,0%	

diketahui ibu melahirkan yang mengikuti senam hamil sebanyak 25 responden (100,0%) yang mengalami persalinan kala II < 1 Jam sebanyak 19 responden (76,0%) dan yang persalinan kala II > 1 Jam sebanyak 6 responden (24,0%), sedangkan ibu melahirkan yang tidak mengikuti senam hamil sebanyak 5 responden (100,0%) yang mengalami persalinan kala II < 1 Jam hanya 1 responden (20,0%) dan yang mengalami persalinan kala II > 1 Jam yaitu sebanyak 4 responden (80,0%).

Dari 30 responden ibu melahirkan yang mengalami persalinan kala II < 1 Jam memenuhi syarat dianalisis secara statistic dengan uji Chi-square didapatkan nilai p-value 0,0031 ($p < 0,005$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara senam hamil dengan lama persalinan kala II di RSUD Indramayu tahun 2023.

PEMBAHASAN

ANALISA UNIVARIAT

Distribusi Frekuensi Ibu Melahirkan Di RSUD Indramayu Tahun 2023.

Dari hasil penelitian ibu melahirkan yang melakukan senam hamil sebanyak 25 responden (83,3%), ibu melahirkan yang tidak melakukan senam hamil sebanyak 5 responden (16,7%), menurut Mufdilillah (2018) Senam Hamil adalah program kebugaran yang diperuntukkan ibu hamil. Lamanya senam 30-60 menit. Senam hamil bertujuan untuk dapat melakukan persalinan dengan kekuatan dan kepercayaan diri sendiri dibawah bimbingan penolongannya menuju persalinan normal (fisiologis).

Melalui senam hamil diperoleh keadaan prima dengan melatih dan mempertahankan kekuatan otot dinding perut, otot dasar panggul dan jaringan penyangganya untuk berfungsi saat bersalin langsung. Senam hamil dapat mempengaruhi proses persalinan apabila dilaksanakan secara teratur yaitu minimal 1x dalam seminggu dimulai saat umur kehamilan 20 minggu, dengan mengikuti latihan senam hamil secara teratur dan intensive, ibu hamil tersebut akan menjaga kesehatannya. Senam hamil juga melonggarkan persediaan yang berhubungan dengan persalinan dapat memperbaiki kedudukan janin, meningkatkan ketegangan dan kepercayaan diri menghadapi persalinan, memperoleh pengetahuan dan kemampuan mengatur pernafasan, relaksasi dan kontraksi otot dinding perut, otot sekat rongga badan dan otot dasar panggul persalinan, dengan senam hamil juga meningkatkan kemampuan mengkoordinasikan kekuatan

kontraksi otot rahim sehingga tercapai hasil optimal menuju jalan lahir, dan meningkatkan kesegaran rohani dan jasmani ibu hamil (Manuaba,2017).

Distribusi frekuensi berdasarkan lama persalinan kala II di RSUD Indramayu tahun 2023.

Berdasarkan hasil penelitian ibu melahirkan yang mengalami persalinan kala II > 1 Jam yaitu 4 responden (80,0%) dan yang mengalami persalinan kala II < 1 Jam yaitu 1 responden (20,0%). Menurut Prawirohardjo (2016) Persalinan adalah proses membuka dan menipisnya servik dan janin turun ke dalam jalan lahir. Ada 3 faktor penting yang memegang peranan dalam persalinan yaitu kekuatan-kekuatan yang ada pada ibu seperti kekuatan his dan kekuatan mengejan, keadaan jalan lahir dan janinnya sendiri.

Persalinan kala II yaitu dimulai dari dilatasi serviks lengkap (10cm) hingga lahirnya bayi. Durasi rata-rata lama kala II sekitar kurang lebih 1 Jam yaitu 50 menit untuk primipara dan 20 menit untuk multipara. Menurut teori persalinan kenyataan dilapangan banyak ibu melahirkan dengan lama persalinan kala II > 1 Jam karena faktor psikologis ibu saat bersalin, keadaan jalan lahir dan janinnya sendiri.

ANALISA BIVARIAT

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Hubungan Senam Hamil Dengan Lama Persalinan Kala II Di RSUD Indramayu Tahun 2023.

Hasil analisa data dengan menggunakan program statistical product dan service solution (SPSS) diketahui syarat atau asumsi pengujian koefisien kontingensi

telah terpenuhi apabila data terbukti berdistribusi normal karena semua nilai sig data pada uji chi square ($p < 0,05$) diketahui nilai $0,031 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 tidak dapat ditolak (diterima), artinya terdapat hubungan senam hamil dengan lama persalinan kala II di RSUD Indramayu.

Berdasarkan hasil penelitian ibu melahirkan yang mengikuti senam hamil sebanyak 25 responden (100,0%) yang mengalami persalinan kala II < 1 Jam sebanyak 19 responden (76,0%) dan yang persalinan kala II > 1 Jam sebanyak 6 responden (24,0%), sedangkan ibu melahirkan yang tidak mengikuti senam hamil sebanyak 5 responden (100,0%) yang mengalami persalinan kala II < 1 Jam hanya 1 responden (20,0%) dan yang mengalami persalinan kala II > 1 Jam yaitu sebanyak 4 responden (80,0%).

Persalinan lama kala II adalah persalinan yang berjalan lebih dari 1 jam atau 60 menit, masalah yang terjadi pada persalinan adalah his, kekuatan ibu mendorong janin keluar, mal presentasi, janin besar, panggul sempit, kelainan serviks dan vagina (Manuaba, 2010). Faktor penyebabnya yaitu paritas, usia, respon stress, pembatasan mobilisasi (saefudin, 2016). Persalinan lama menimbulkan efek berbahaya baik terhadap ibu maupun anak terdapat laserasi, pendarahan, infeksi, kelelahan dan syok. (Depkes, 2010)

Ibu yang menjadi responden mayoritas mengikuti senam hamil secara rutin dan memiliki lama persalinan kala II < 1 Jam dan klasifikasi kala II normal dan cepat dalam proses persalinan, hal ini disebabkan karena ibu melakukan senam hamil teratur, persalinan normal kala II < 1 Jam, sehingga dapat diartikan bahwa ibu

melahirkan yang teratur mengikuti senam hamil maka lama persalinan kala II akan normal karena untuk melatih otot pada vagina (Mufdilillah, 2010).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa data, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

Hasil analisa data dengan menggunakan program statistical product dan service solution (SPSS) diketahui syarat atau asumsi pengujian koefisien kontingensi telah terpenuhi apabila data terbukti berdistribusi normal karena semua nilai sig data pada uji chi square ($p < 0,05$) diketahui nilai $0,031 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 tidak dapat ditolak (diterima), artinya terdapat hubungan senam hamil dengan lama persalinan kala II di RSUD Indramayu.

SARAN

1. Bagi Ibu
agar dapat mengikuti senam hamil secara teratur agar proses persalinan dapat berjalan dengan lancar.
2. Bagi Tenaga Kesehatan
lebih dapat memotivasi ibu untuk melakukan senam hamil dengan mengaktifkan secara berkala dan teratur, tingkatkan konseling dan komunikasi.
3. Bagi Institusi Pendidikan
dapat dijadikan referensi dan dapat bermanfaat untuk menambah wawasan dan pengetahuan para mahasiswa kebidanan agar mampu berkontribusi penuh menurunkan angka kematian ibu bersalin dan bisa dijadikan sebagai bahan penelitian baru untuk

menganalisis data ibu yang tidak melakukan senam hamil.

DAFTAR PUSTAKA

Bandiyah Siti. 2009. Kehamilan, persalinan, dan gangguan kehamilan. Yogyakarta: Nuha medika.

Hidayat asri, Sujiyanti. 2010. Asuhan kebidanan persalinan. Yogyakarta: Nuha medika

Mufdilillah. 2010. Panduan asuhan kebidanan kehamilan. Yogyakarta: Nuha medika

Nanny, Tri. 2011. Asuhan kehamilan kebidanan. Jakarta: Salemba medika
Notoatmojo. 2010. Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka cipta

Manuaba. 2014. Pengantar kuliah obstetric. Jakarta: Penerbit buku kedokteran

Ida, dkk.2012. asuhan kebidanan ibu hamil. Jakarta: Salemba medika

Kepmenkes,2012. Pp pemerintah kemenkes RI. Satelit di <https://www.depkes.go.id> (diakses 16 mei 2023)

Dinkes Jabar,2016. Kemenkes. Satelit di <https://www.depkes.go.id> (diakses 16 mei 2023)

Ictoh Indonesia. 2017. Indicator kesehatan di Indonesia. Satelit di <https://www.ictoh-tcsindonesia.com> (diakses 25 mei 2023)

Maritalia dkk,2012. Asuhan kehamilan. Jakarta: Salemba medika