

HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU DENGAN SIKAP IBU HAMIL TERHADAP SENAM HAMIL DI PUSKESMAS SRANDAKAN

THE ASSOCIATION BETWEEN KNOWLEDGE WITH THE ATTITUDE OF PREGNANT WOMAN TO PREGNANCY EXERCISE AT SRANDAKAN HEALTH CENTER

Afi Lutfiyati^{1*}, Dwi Yati²

*¹Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Jl. Brawijaya, Ring Road Barat, Ambarketawang, Gamping, Sleman, Yogyakarta 55294, email: afi.machsuni@gmail.com

²Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Jl. Brawijaya, Ring Road Barat, Ambarketawang, Gamping, Sleman, Yogyakarta 55294, email: dwie.ns215@gmail.com

ABSTRACT

Background: Pregnancy exercise movement contains a relaxing effect that could stabilize emotionally pregnant women. In women who do pregnancy exercise, delivery is faster than pregnant women who do not do pregnancy exercises. Pregnant exercise, is very important for pregnant women, because it could reduce discomfort during pregnancy and facilitate the delivery process. Attitudes and practices were important components that pregnant women must have in carrying out pregnancy exercises. there were several factors that influence the attitude of pregnant women to pregnancy exercise including knowledge of the woman.

Objectives: The aim of this study were to identify the association between knowledge with the attitude of pregnant women to pregnancy exercise.

Methods: The study were used quantitative research design with a cross-sectional study approach. Samples were taken by purposive sampling technique, namely 36 pregnant women who carried out antenatal care at the Srandakan Health Center. The research instrument was a questionnaire. The results of the study were analyzed using the chi-square analysis.

Results: Most mothers also had good knowledge as much as 69.4%. While the mother's attitude about pregnancy exercise mostly supports as much as 52.8%. The chi-square test results obtained p values=0,191 (> 0.05).

Conclusions: There were no association between knowledge with the attitude of pregnant women to pregnancy exercise at the Srandakan Health Center.

Keywords: Knowledge, attitude, pregnancy exercise.

PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) adalah jumlah kematian ibu setelah persalinan kehamilan, persalinan, dan nifas yang disebabkan oleh kehamilan, persalinan, dan nifas di setiap 100.000 kelahiran hidup. Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 menunjukkan peningkatan AKI yang signifikan yaitu menjadi 359 kematian ibu per 100.000 kelahiran. Berdasarkan hasil Survey Penduduk antar Sensus (SUPAS) tahun 2015, AKI kembali menunjukkan penurunan menjadi 305 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup.¹

Kematian ibu di Kabupaten Bantul pada tahun 2016 sebanyak 12 kasus kematian, terjadi peningkatan kematian dibandingkan tahun 2015 sebesar 11 kasus atau AKI sebesar per 100.000 kelahiran hidup.²

Salah satu sebab tingginya AKI adalah adanya penyulit dalam persalinan. Proses persalinan merupakan persiapan fisik maupun mental ibu untuk memperoleh persalinan yang aman dan lancar. Demi terlaksananya persalinan yang aman dan lancar, berbagai cara dilakukan, salah satunya persiapan sejak awal kehamilan. Persiapan dapat dilakukan sejak kehamilan diantaranya dengan

melakukan senam hamil.³

Senam hamil yang dilakukan secara teratur dan intensif, dapat menjaga kesehatan tubuh ibu dan janin yang dikandung.^{4,5} Gerakan senam hamil paling sederhana dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan ibu hamil. Gerakan senam hamil terkandung efek relaksasi yang dapat menstabilkan emosional ibu hamil. Penelitian Suratiah *et al.* (2013)⁶ menunjukkan bahwa kejadian partus lama pada wanita hamil yang melakukan senam hamil juga lebih kecil dibandingkan dengan wanita hamil yang tidak melakukan senam hamil. Pada wanita yang melakukan senam hamil persalinannya lebih cepat dibandingkan dengan wanita hamil yang tidak melakukan senam hamil. Penelitian Rahmawati *et al.* (2016)⁷ menyebutkan bahwa pelaksanaan senam hamil berpengaruh terhadap proses persalinan, dimana ibu hamil yang melaksanakan senam hamil cenderung mengalami proses persalinan cepat sebanyak 27,3%, sedangkan ibu hamil yang tidak melakukan senam hamil cenderung mengalami persalinan lama sebanyak 40,9%. Dengan demikian senam hamil, sangat penting bagi ibu hamil, sebab dapat mengurangi ketidaknyamanan selama kehamilan dan memperlancar dalam proses persalinan.

Masih banyak ibu hamil trimester II dan III yang belum mengikuti senam hamil. Hal ini mungkin disebabkan ibu hamil belum mengetahui pentingnya mengikuti senam hamil selama kehamilan. Sikap merupakan

suatu reaksi atau respon yang masih tertutup terhadap suatu stimulasi atau objek. Ada beberapa faktor yang memengaruhi sikap ibu hamil terhadap senam hamil diantaranya adalah pengetahuan, pengalaman, media massa, pengaruh kebudayaan, pengaruh orang lain, agama, dan media massa.⁹

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan yang adekuat jika tidak diimbangi oleh sikap yang berkesinambungan tidak akan mempunyai makna yang berarti bagi kehidupan.⁸

Pengetahuan ibu tentang senam hamil merupakan hasil tahu seorang ibu terhadap senam hamil manfaat senam hamil. Apabila ibu hamil sudah mengetahui akan pentingnya manfaat senam hamil maka ibu hamil akan tertarik untuk mengikut senam hamil. Oleh karena itu, diperlukan informasi mengenai pentingnya senam hamil bagi ibu hamil, terutama yang kehamilannya memasuki trimester kedua.

Penelitian Silalahi (2014)¹⁰, menyebutkan dari 60 responden yang diteliti sebagian besar berada pada kategori pengetahuan kurang sejumlah 27 orang (45%) dan sikap positif 54 orang (90%). Penelitian Elizawarda (2016)¹¹ menyebutkan dari 36 responden mayoritas memiliki sikap positif sebanyak 27 orang (75,0%) terhadap senam hamil dan bersikap negatif sebanyak sembilan orang (25,0%). Dapat disimpulkan bahwa responden mempunyai sikap positif.

Penelitian Sari (2015)¹² menyebutkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap ibu hamil tentang senam hamil dengan nilai $p=0,001$.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan didapatkan hasil bahwa jumlah klien ibu hamil pada tahun 2017 yaitu sebesar 685 orang. Dalam satu minggu terdapat dua kali latihan senam hamil yaitu pada hari senin dan hari rabu setiap pukul 09.00 WIB. Klien mendapatkan pendidikan tentang pengetahuan dan sikap terkait dengan senam hamil melalui program kelas senam hamil yang dilaksanakan tiga kali dalam satu tahun. Senam hamil yang dilakukan pada setiap minggunya dipimpin oleh staf puskesmas yaitu bagian poli fisioterapi yang didampingi dengan bagian KIA. Dari hasil observasi yang dilakukan oleh staf puskesmas bahwa jika klien tidak didampingi, maka klien melakukan senam hamil tidak sesuai dengan gerakan yang tepat. Klien yang berhalangan mengikuti program senam hamil mereka tidak melakukan senam yang sudah diajarkan oleh staf puskesmas di rumah.

BAHAN DAN CARA PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* dimana peneliti ingin mengetahui hubungan pengetahuan dengan sikap ibu hamil terhadap senam hamil. Pengambilan data dilaksanakan di Puskesmas Srandakan Bantul, di ruangan KIA dan ruangan senam hamil. Pengambilan data penelitian dilaksanakan pada bulan 27

Juni sampai dengan 25 Juli 2018. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil yang berkunjung di Puskesmas Srandakan Bantul. Jumlah ibu hamil yang melaksanakan senam hamil pada tahun 2017 adalah sebanyak 46 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang berkunjung di Puskesmas Srandakan Bantul. Kriteria inklusi yaitu bersedia menjadi responden, ibu hamil yang bisa membaca dan menulis, ibu hamil yang sedang mengikuti ANC di Puskesmas Srandakan Bantul, ibu hamil dengan usia kehamilan >22 minggu. Sedangkan kriteria eksklusi adalah ibu hamil yang mengalami komplikasi seperti penyakit jantung, DM, dan pre-eklampsia. Pengambilan sampel dengan *purposive sampling*. Jumlah sampel keseluruhan yang diambil sebanyak 36 responden.

Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner. Kuesioner pengetahuan ibu hamil dalam penelitian ini diadopsi dari penelitian Riyana (2005)¹³ yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan hasil angka *alpha* 0,7437. Kuesioner sikap ibu hamil diadopsi dari penelitian Gunawan (2009)¹⁴ yang telah diuji validitas dan reliabilitas sebelumnya dengan nilai *alpha* >0,6 sehingga instrumen dikatakan reliabel. Analisis data yang digunakan adalah uji *Chi-square* untuk melihat hubungan variabel pengetahuan dengan sikap ibu terhadap senam hamil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik ibu hamil di Puskesmas Srandakan (n=36)

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia ibu		
Usia berisiko (<20 atau >35 tahun)	2	5,6
Usia aman (20-35 tahun)	34	94,4
Pendidikan		
Pendidikan menengah (SMA)	28	77,8
Pendidikan tinggi (S1)	8	22,2
Pekerjaan		
Tidak bekerja	29	80,6
Bekerja	7	19,4
Gravida		
Primigravida	13	36,1
Multigravida	23	63,9
Usia kehamilan		
Trimester 2	12	33,3
Trimester 3	24	66,7
Pengetahuan		
Kurang	0	0,0
Cukup	11	30,6
Baik	25	69,4
Sikap		
Tidak mendukung	17	47,2
Mendukung	19	52,8

Sumber : Data primer, 2018

Tabel 1 menunjukkan sebagian besar ibu hamil berada pada usia yang aman 20-35 tahun (94,4%), Pendidikan ibu sebagian besar SMA (77,8%). Pekerjaan ibu sebagian besar tidak bekerja (80,6%) dan sebagian besar ibu mempunyai pengalaman kehamilan sebelumnya sebanyak 63,9% . Dilihat dari usia kehamilan ibu sebagian besar berada pada kehamilan trimester tiga sebanyak 66,7% dan sebagian besar ibu juga mempunyai pengetahuan yang baik sebanyak 69,4%. Sedangkan sikap ibu tentang senam

hamil sebagian besar mendukung sebanyak 52,8%.

Hasil uji *Chi-square* hubungan pengetahuan ibu dengan sikap ibu terhadap senam hamil di Puskesmas Srandakan disajikan pada Tabel 2 berikut:

Tabel 2. Hubungan pengetahuan ibu dengan sikap ibu terhadap senam hamil di Puskesmas Srandakan

Variabel	Sikap ibu terhadap senam hamil				p-value
	Tidak mendukung		Mendukung		
	n	%	n	%	
Pengetahuan					
Cukup	7	63,6	4	36,4	0,191
Baik	10	40,0	15	60,0	

Sumber: Data Primer Tahun 2018

Tabel 2. menunjukkan Ibu yang mempunyai pengetahuan baik sebagian besar memberikan sikap terhadap senam hamil mendukung (60,0%). Ibu dengan usia kehamilan trimester tiga sebagian besar memberikan sikap terhadap senam hamil tidak mendukung (58,3%). Hasil perhitungan statistik menggunakan uji *Chi-square* seperti disajikan pada Tabel 2., diperoleh nilai $p > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan tidak ada hubungan antara pengetahuan ibu dengan sikap ibu terhadap senam hamil di Puskesmas Srandakan.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan memungkinkan seseorang untuk dapat memecahkan masalah yang dihadapinya dimana pengetahuan tersebut diperoleh dari pengalaman langsung maupun melalui pengalaman orang lain.⁸ Penelitian ini tidak

menemukan adanya hubungan antara pengetahuan ibu dengan sikap ibu terhadap senam hamil $p\text{-value}=0,191$. Hal ini mungkin disebabkan karena pada ibu dengan pengetahuan cukup lebih sedikit jumlahnya sehingga tidak dapat dibandingkan dengan ibu berpengetahuan baik.

Menurut Notoatmojo (2010)⁸ pengetahuan merupakan hasil dari tahu setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan yang adekuat tidak akan bertahan lama pada kehidupan seseorang, sedangkan pengetahuan yang adekuat jika tidak diimbangi oleh sikap yang berkesinambungan tidak akan mempunyai makna yang berarti bagi kehidupan. Pengetahuan ibu tentang senam hamil merupakan hasil tahu seorang ibu terhadap senam hamil. Dari hasil penelitian didapatkan sebagian besar ibu mempunyai pengetahuan yang baik sebanyak 69,4%. Apabila ibu hamil sudah mengetahui pentingnya manfaat senam hamil, maka ibu hamil akan tertarik untuk mengikuti senam hamil. Oleh karena itu, diperlukan informasi mengenai pentingnya senam hamil bagi ibu hamil, terutama yang kehamilannya memasuki trimester kedua. Senam hamil juga memiliki manfaat sebagai persiapan untuk melancarkan pernapasan sehingga dapat teratur dan ketahanan tubuh menjadi semakin baik.¹⁵

Pengetahuan ibu tentang senam hamil dipengaruhi oleh faktor usia. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden

tergolong dalam kelompok usia 20-35 tahun (94,4%). Usia adalah lama waktu hidup sejak dilahirkan. Jika seseorang memiliki usia yang cukup, maka akan memiliki pola pikir dan pengalaman yang matang. Kemampuan kognitif dan kemampuan perilaku sangat dipengaruhi oleh tahap perkembangan usia seseorang (Potter & Perry, 2005).¹⁶

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar dari ibu hamil memiliki sikap yang mendukung tentang senam hamil 19 responden (58,2%). Hasil penelitian ini sesuai dengan Elizawarda (2016)¹¹ yang menunjukkan dari 36 responden mayoritas memiliki sikap positif (75%). Sikap merupakan suatu reaksi atau respon yang masih tertutup terhadap suatu stimulasi atau objek (Azwar, 2011)⁹. Sikap menunjukkan adanya kesesuaian antara reaksi dan stimulus tertentu dalam kehidupan sehari-hari yang merupakan reaksi bersifat emosional. Sikap merupakan komponen penting yang harus dimiliki ibu hamil dalam melaksanakan senam hamil

KESIMPULAN

Sebagian besar ibu hamil berada pada usia yang aman 20-35 tahun (94,4%), Pendidikan ibu sebagian besar SMA (77,8%). Pekerjaan ibu sebagian besar tidak bekerja (80,6%) dan sebagian besar ibu mempunyai pengalaman kehamilan sebelumnya sebanyak 63,9%. Dilihat dari usia kehamilan ibu sebagian besar berada pada kehamilan trimester tiga sebanyak 66,7% dan sebagian

besar ibu juga mempunyai pengetahuan yang baik sebanyak 69,4%. Sedangkan sikap ibu terhadap senam hamil sebagian besar mendukung sebanyak 52,8%. Tidak ada hubungan antara pengetahuan ibu dengan sikap ibu terhadap senam hamil di Puskesmas Srandakan.

TERIMA KASIH

1. Kuswanto Hadjo, dr., M. Kes, Dekan Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, email: info@fkes.unjaya.ac.id.
2. Deby Zulkarnain Rahadian Syah, Ns., MMR, Ketua PPPM Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, 0274 4342000, email: pppm@fkes.unjaya.ac.id.

KEPUSTAKAAN

1. Kementerian Kesehatan RI. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kemenkes; 2015.
2. Dinas Kesehatan Bantul. *Profil Kesehatan Kabupaten Bantul*. Bantul; 2015.
3. Witjaksono, A. *Persalinan Tanpa Nyeri dengan Anestesi Epidural Ditinjau dari Kedokteran dan Islam*; 2002. Tersedia di <http://www.tabloid-nakita.com>.
4. Manuaba, IBG. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB*, Jakarta: EGC; 2010.
5. Maryunani A. *Senam Hamil, Senam Nifas, dan Terapi Musik*, Trans Info Media, Jakarta; 2011, Hal. 48.
6. Suratiah, Hartati N., Yuniati N.W. *Pengetahuan Ibu Hamil tentang Senam Hamil*. Jurusan Keperawatan PoltekNIK Kesehatan Denpasar Bali; 2013. Tersedia di <http://poltekkes-denpasar.ac.id/files/JURNAL%20GEM%20KEPERAWATAN/JUNI%202014/Suratiah,%20dkk.pdf> diakses 31

- Agustus 2020.
7. Rahmawati, N.A., Sutaryono, Lestari, S. Hubungan Senam Hamil terhadap Lamanya Proses Persalinan pada Ibu Bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Bayat Klaten. *Jurnal Involusi Kebidanan*. Januari 2016. Volume 6, (11), Hal. 30-37.
8. Notoatmodjo, S. *Promosi Kesehatan Teori & Aplikasi*. edisi revi. Jakarta: PT. Rineka Cipta; 2010.
9. Azwar, S. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2011.
10. Silalahi, NS. *Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil tentang Senam Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Buhit Kecamatan Pangururan Kabupaten Samosir*. Skripsi. Universitas Sumatrea Utara; 2014.
11. Elizawarda. Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Ibu Hamil terhadap Senam Hamil di Desa Sei Litur Tasik Kecamatan Sawit Seberang Kabupaten Langkat, *PANNMED*. Mei-Agustus 2016, Volume 11, (1), Hal. 23–32.
12. Sari, E. Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Ibu Hamil terhadap Senam Hamil di Rumah Sakit Elisabet Medan Tahun 2014. *Jurnal Ilmiah Kebidanan IMELDA*. Februari 2015, Volume 1, (1), Hal. 44-54.
13. Riyana, S. *Faktor-faktor yang Memengaruhi Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Senam Hamil di Desa Wates*. Skripsi. Universitas Gadjah Mada Yogyakarta; 2005.
14. Gunawan, R. *Hubungan antara Pengetahuan Ibu Hamil dengan Sikap Ibu tentang Senam Hamil di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta; 2009.
15. Yulianti, N. *Panduan Lengkap Olah Raga bagi Wanita Hamil dan Menyusui*, Jakarta: Andi; 2010.
16. Potter, P.A., Perry, A.G. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktek*. Edisi 4. Vol 2. Alih Bahasa: Renata Komalasari, dkk. Jakarta: EGC; 2005.