

HUBUNGAN SENAM HAMIL DENGAN POWER IBU PADA PROSES PERSALINAN  
KALA II DI RS PANTI WILASA CITARUM SEMARANG PERIODE TRIWULAN I  
TAHUN 2009

YERNIAH ISWANTI USMAN -- E2A307097  
(2009 - Skripsi)

Senam hamil adalah bagian dari perawatan antenatal yang berguna untuk mempersiapkan persalinan dengan cara memperkuat otot-otot dinding perut, otot dasar panggul, ligament dan jaringan fasia yang berperan dalam mekanisme persalinan. Sehingga diharapkan proses persalinan dapat berlangsung normal dan relatif cepat. Salah satu faktor yang mempengaruhi proses persalinan adalah tenaga ibu. Di RS Panti Wilasa Citarum Semarang pada bulan Januari sampai dengan Maret 2009 terdapat 326 persalinan, dimana 186 persalinan secara Abnormal dan hanya 140 persalinan normal. Tujuan penelitian adalah menganalisis hubungan senam hamil dengan power ibu pada proses persalinan kala II. Jenis penelitian adalah Explanatory survey dengan menggunakan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah semua ibu bersalin di RS Panti Wilasa Citarum Semarang pada bulan Januari – Maret 2009, jumlah populasi adalah 326 ibu bersalin. Unit sampel adalah semua ibu yang bersalin di RS Panti Wilasa Citarum Semarang pada bulan Januari – Maret 2009 dengan jumlah sampel yang diperoleh adalah 94 responden dengan metode Sampel Probabilitas. Hasil penelitian umur pada kelompok 20-30 tahun 45,7%, pendidikan tamat SLTA 31,9%, ibu yang bekerja 58,5%, gravida I-II 56,4%, usia kehamilan aterm 55,3%, presentasi janin kepala 92%, pekerjaan suami pegawai swasta 44,7%, tingkat pendidikan suami SLTA 38,3%, jumlah kunjungan ANC > 4 kali kunjungan 50%, jenis persalinan normal 79,8%, ibu yang melakukan senam hamil 73,4% dan power ibu pada proses persalinan kala II  $\leq$  2 jam 71,3%, ibu yang melakukan senam hamil dengan power ibu pada proses persalinan kala II  $\leq$  2 jam 89,9%, dengan uji chi-square menunjukkan ada hubungan senam hamil dengan power ibu pada proses persalinan kala II ( $p=0,001$  CI=89.179 - 112.735). Berdasarkan hasil tersebut disarankan kepada pengambil kebijakan di RS Panti Wilasa Citarum Semarang untuk mempromosikan senam hamil kepada masyarakat luas, memberikan tambahan frekuensi latihan, pelatihan bagi para instruktur senam. Bagi ikatan bidan Indonesia (IBI) Jawa Tengah untuk memasukkan program senam hamil sebagai salah satu standar pelayanan minimal bagi para bidan.

**Kata Kunci:** Senam hamil, persalinan, kala II