

Hubungan Umur, Senam Hamil dengan Rerata Waktu Proses Persalinan di Rumah Sakit Hermina  
Pandanaran Semarang

Lili Wulaningsih -- E2A308023  
(2010 - Skripsi)

Senam hamil adalah suatu gerakan senam yang dirancang khusus oleh para ahli medis dan kebugaran untuk menguatkan otot-otot kewanitaan guna mempermudah proses persalinan. Faktor-faktor yang mempengaruhi proses persalinan antara lain umur dan senam hamil. Umur reproduksi yang sehat adalah 20-35 tahun, pada wanita multipara membutuhkan kerja uterus yang lebih ringan dibanding dengan primipara akan tetapi hal tersebut dapat diatasi dengan melakukan senam hamil. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya hubungan umur dan senam hamil dengan rerata waktu proses persalinan di RS Hermina Pandanaran Semarang. Jenis penelitian ini adalah non eksperimental dengan metode penelitian survei dengan desain cross sectional. Populasi penelitian adalah semua ibu yang melahirkan secara pervaginam di Rs Hermina dari bulan Februari sampai dengan Mei 2010, sampel yang diambil 100 responden 50 yang mengikuti senam hamil dan 50 yang tidak mengikuti senam hamil. Dat primer diperoleh dengan kuisisioner dan analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat melalui uji chi square. Rerata waktu proses persalinan dengan nilai P-value 0,002 dan 0,001 yang berarti hasil P-value lebih kecil daripada 0,005. disarankan untuk ibu hamil agar mengikuti senam hamil secara rutin sesuai anjuran bidan atau dokter dengan instruktur yang profesional agar pada saat proses persalinan dapat berjalan lancar dengan waktu persalinan yang relatif singkat.