



**Description of Pregnant Women's Knowledge of the Importance of
Implementing Pregnant Plan**

Asdinar¹ , Aldina Lestari ²

¹*Department of Midwifery, Stikes Panrita Husada Bulukumba, Indonesia*

²*Department of Midwifery, Stikes Panrita Husada Bulukumba, Indonesia*

Corresponding author: Ely Kurniati

Email: asdinarstikes@gmail.com

ABSTRACT

Based on the preliminary data collection at the Bontobangun Public Health Center, the number of pregnant women in 2014 was 462 people doing pregnancy exercises as many as 9.24 (9.24%), in 2015 there were 724 pregnant women doing pregnancy exercises. as many as 46 people (6.35%). The General Purpose of this Research is to know the Description of Pregnant Women Knowledge About the Importance of the Implementation of Pregnancy Gymnastics. Bulukumba in June 2016 The sampling technique used in this study was the accidental sampling technique. As for the population in this study were Pregnant women as many as 90 people and the sample in this study were pregnant women amounted to 47 people. As for the research instruments used in this study were questionnaires, and data collection techniques in this study were based on primary data and processed manually. From the research that has been done, the results show that from 47 respondents the knowledge of pregnant women about the importance of the implementation of pregnancy exercises are 3 people (6.4%) in the good category, 15 people (31.9%) in the sufficient category, and 29 people (61, 7%) in the less category. By looking at the results obtained, it can be put forward some suggestions as an effort to increase the knowledge of pregnant women about the importance of implementing pregnancy exercises, among others, for researchers it is expected that with this research, researchers can increase knowledge about the importance of implementing pregnancy exercises and can provide counseling and information in the future as the next generation. For institutions, it is expected to be able to add book references on pregnancy exercise, and for public health, it is expected that midwives can provide or improve counseling and information to pregnant women about the importance of implementing pregnancy exercises.

Keywords: Knowledge, Importance, Implementation, Pregnancy Exercise

I. PENDAHULUAN

World health Organization (WHO) memperkirakan 800 perempuan meninggal setiap harinya akibat komplikasi kehamilan dan proses persalinan dan setelah persalinan. Sekitar 99% dari seluruh kematian ibu yang terjadi di Negara berkembang . Sekitar 80% kematian maternal merupakan akibat meningkatnya komplikasi selama kehamilan, persalinan, dan setelah persalinan. (WHO, 2014). Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia tahun 2013 jumlah ibu hamil 5.056.545 orang (Profil kesehatan Indonesia). Menurut Propinsi Sulawesi Selatan tahun 2013 jumlah ibu hamil sebanyak 167,582 orang. Angka kematian di Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2014 meningkat menjadi 116 orang atau 78,88 per 100.000 Kelahira hidup terdiri dari kematian ibu hamil sebanyak 34 orang (29.31%), yang terdiri dari perdarahan sebanyak 10 orang (29,41%), preeklamsia/eklamsia 18 orang (52,94%) dan lain-lain sebanyak 6 orang (17,65%). Tahun 2015 jumlah kematian ibu yang dilaporkan menjadi 160 orang atau 110,26 per 100.000 kelahiran hidup, terdiri dari kematian ibu hamil 45 orang (28,1%), yang penyebabnya antara lain: perdarahan sebanyak 16 orang (35,65%), preeklamsia/eklamsia sebanyak 23 orang (51,11%) dan lain-lain sebanyak 6 orang (13,33%). (Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2013-2015).

Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bulukumba pada tahun 2014 jumlah ibu hamil 7.671 .Sedangkan pada tahun 2015 jumlah ibu hamil 7.571 dan jumlah ibu hamil yang mengikuti kelas ibu hamil pada tahun 2014-2015 adalah sebanyak 4474 (59,09%) (Dinkes Kabupaten Bulukumba Tahun 2014-2015). Data yang diperoleh dari Puskesmas Bontobangun Kecamatan Rilau Ale Kabupaten Bulukumba Tahun 2014 jumlah ibu Hamil sebanyak 462 dan yang melakukan senam hamil sebanyak 50 orang (9,24%) serta pada tahun 2015 jumlah ibu hamil sebanyak 724 orang dan yang melakukan senam hamil sebanyak 46 orang (6,35%) (Puskesmas BontoBangun Kecamatan Rilau Ale Kabupaten Bulukumba, 2014-2015).

Salah satu sebab tingginya kematian maternal dan perinatal di Indonesia dan Negara-negara berkembang lainnya adalah akibat partus lama, ada tiga faktor sebab persalinan memanjang atau partus lama yaitu tenaga, jalan lahir, dan janin Upaya yang bisa dilakukan ibu hamil agar persalinan berjalan lancar dapat dikendalikan dengan melakukan senam hamil (yuliasari,2010). Senam hamil merupakan terapi latihan gerak yang diberikan pada ibu-ibu hamil untuk mempersiapkan dirinya, baik persiapan fisik maupun mental untuk menghadapi dan mempersiapkan persalinan yang cepat, aman dan spontan (Ade Benih Nirwana, 2011). Kegiatan senam hamil masih kurang dilakukan karena berbagai faktor seperti, pelatih

senamnya tidak ada, dan ibu hamil tidak tertarik mengikuti senam hamil dikarenakan di rumah itu sudah cukup dikatakan sebagai olahraga tanpa harus mengikuti senam hamil. Seharusnya para petugas kesehatan khususnya Bidan dapat memberikan konseling tentang pentingnya dilaksanakan senam hamil serta memberikan bimbingan untuk melakukan senam hamil tersebut. (Anita Lockhart et. al Dr. Lyndon Saputra).

Dengan melakukan senam hamil akan banyak memberikan manfaat dalam membantu kelancaran proses persalinan antara lain dapat melatih pernapasan dan relaksasi, menguatkan otot-otot panggul dan perut. (Nurul Jannah, 2012). Jumlah ibu hamil di puskesmas Bontobangun yang mengikuti Program Senam hamil masih sangat kurang, di karenakan pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya pelaksanaan senam hamil juga masih kurang. Fenomena yang diuraikan di atas adalah hal yang melatar belakangi penulis untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pentingnya Pelaksanaan Senam Hamil Di Puskesmas Bontobangun Kecamatan Rilau Ale Kabupaten Bulukumba”.

II. METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini adalah survey deskriptif yang didefinisikan suatu penelitian yang dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang terjadi didalam masyarakat (Notoadmodjo, 2012). Penelitian ini adalah survey deskriptif yang merupakan Dalam penelitian ini menggambarkan pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya pelaksanaan senam hamil Di Puskesmas Bonto Bangun Kecamatan Rilau Ale Kabupaten Bulukumba

Populasi dan sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil yang datang memeriksakan kehamilannya di Puskesmas Bontobangun Kecamatan Rilau Ale Kabupaten Bulukumba, Periode bulan Januari sampai 10-April- 2016 berjumlah 90 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian dari populasi yaitu sebanyak 47 orang

Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan teknik Acidental Sampling yaitu mengambil sampel secara sembarang, tidak sengaja atau secara kebetulan asal memenuhi syarat sebagai sampel dari populasi tertentu (Syamsuddin, et. al, 2051).

Instrumen Pengumpulan data

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data (Notoatmodjo, 2012). Instrument dalam penelitian ini menggunakan kuisisioner untuk

mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya senam hamil, dalam kuisioner menggunakan skala Gutman dengan pilihan jawaban benar dan salah, jika responden menjawab dengan benar maka diberikan skor 1 dan jika salah diberi skor 0.

Analisa Data

Kegiatan analisis data merupakan bagian yang sangat penting dalam penelitian. Pemecahan masalah penelitian dan penarikan kesimpulan dari suatu penelitian sangat tergantung dari hasil analisis data ini. Sehingga perlu dilakukan dengan teliti dan hati-hati sehingga tidak memberikan salah penafsiran terhadap hasil penelitian. Seorang peneliti (bagian analisis data) harus menguasai kemampuan keilmuan secara teknis dalam menerapkan metode analisis yang cocok. Metode analisis data yang dipilih harus disesuaikan dengan jenis penelitiannya (syamsuddin, dkk 2015 h. 172)

III. HASIL

Dari tabel 1 pengetahuan ibu hamil berdasarkan dari 47 responden, Umur 17-25 sebanyak 18 responden (38,29%), Umur 26-35 sebanyak 24 (51,06%) dan Umur 36-40 sebanyak 4 responden (8,51%)

Tabel 1. Distribusi Frekuensi berdasarkan Umur

Umur	Frekuensi (f)	Persentase (%)
17-25	18	38,29
26-35	24	51,06
36-40	4	8,51
Total	47	100 %

Dari Tabel 2 pengetahuan ibu hamil berdasarkan pendidikan dari 47 responden, Pendidikan Tinggi sebanyak 8 Responden (17,02%) pendidikan SMA sebanyak 11 Responden (23,40%) pendidikan SMP sebanyak 15 responden (31,91%) dan pendidikan SD sebanyak 13 responden (27,65%).

Tabel 2. Distribusi Responden berdasarkan pendidikan

Pendidikan	Frekuensi (F)	Persentase (%)
PT	8	17,02
SMA	11	23,40
SMP	15	31,91
SD	13	27,65
Total	47	100 %

Dari Tabel 3 pengetahuan ibu hamil berdasarkan pekerjaan dari 47 Responden, Bekerja sebanyak 6 (12,8%) tidak bekerja sebanyak 41 (87,2%)

Tabel 3. Distribusi Responden berdasarkan pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Bekerja	6	12,8
Tidak Bekerja	41	87,2
Total	47	100 %

Dari Tabel 4 pengetahuan ibu hamil berdasarkan Paritas Dari 47 responden Primipara sebanyak 14 (29,8%), Multipara sebanyak 22 (46,8%), Nulipara sebanyak 11 (24,4%).

Tabel 4. Distribusi Responden berdasarkan paritas

Paritas	Frekuensi	Persentase (%)
Primipara	14	29,8
Multipara	22	46,8
Nulipara	11	23,4
Total	47	100 %

Dari tabel 4 dari 21 responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 3 responden (6,4%), dan yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 15 responden (31,9%), serta yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 29 responden (61,7%) tentang pentingnya pelaksanaan senam hamil.

Tabel 4. Gambaran pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya pelaksanaan senam hamil

Pengetahuan	frekuensi	Persentase (%)
Baik	3	6,4
Cukup	15	31,9
Kurang	29	61,7
Total	47	100 %

IV. PEMBAHASAN

Berdasarkan olah data pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya pelaksanaan senam hamil adalah 3 responden (6,4%) dengan berpengetahuan baik, 15 responden (31,9%) dengan berpengetahuan cukup, serta 29 responden (61,7%) dengan berpengetahuan kurang. Pengetahuan tentang pentingnya pelaksanaan senam hamil masih tergolong kurang. Pengetahuan adalah hasil pengindraan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek

melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, penciuman, rasa dan raba). Pada waktu pengindraan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata dan telinga (Notoadmojo, 2010).

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyuningrum tahun 2012 tentang hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil terhadap senam hamil pada 35 ibu hamil yang melakukan senam hamil, menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai pengetahuan cukup dengan minat sedang sebanyak 16 responden (45,7%), pengetahuan kurang dengan minat sedang sebanyak 11 orang (31,4%), pengetahuan cukup dengan minat tinggi sebanyak 6 responden (17,1%), pengetahuan kurang dengan minat sedang sebanyak 1 responden (2,9%), pengetahuan baik dengan minat tinggi sebanyak 1 responden (2,9%). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yuliasari tentang pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil di wilayah Puskesmas Purwokerto Barat memperoleh gambaran pelaksanaan responden sebanyak 23 ibu hamil trimester II dan III (41,8%) melakukan senam hamil, sedangkan 32 ibu hamil trimester II dan III (58,2%) tidak melakukan senam hamil.

Berdasarkan hasil peneliti yang dilakukan terhadap 47 Responden dapat diketahui responden dengan Umur 17-25 tahun sebanyak 18 orang (38,29%), responden dengan Umur 26-35 tahun sebanyak 24 orang (51,06%) dan Umur 36-40 tahun sebanyak 4 orang (8,51%) Umur mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir terhadap seseorang. Semakin tua umur seseorang maka proses perkembangan mentalnya bertambah baik, akan tetapi pada umur tertentu bertambahnya proses perkembangan mental ini tidak dapat secepat seperti ketika berumur belasan tahun. Berdasarkan Penelitian yang dilakukan terhadap 47 responden dapat diketahui responden dengan Pendidikan Perguruan tinggi 8 orang (17,02%), Pendidikan SMA 11 orang (23,40%), pendidikan SMP 15 orang (31,91%) dan Pendidikan SD 13 orang (27,65%) Pendidikan adalah suatu kegiatan atau proses pembelajaran untuk mengembangkan atau meningkatkan kemampuan di dalam dan di luar sekolah yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang semakin banyak pula pengetahuannya dan semakin mudah mendapatkan informasi Responden.

Jika dilihat dari Pendidikan responden yang terbanyak adalah berpendidikan SMP sebanyak 15 orang (31,91%) dan berpendidikan SD sebanyak 13 orang (27,65%), Dan dilihat dari hasil penelitian yang didapat dari Puskesmas Bontobangun Kecamatan Rilau Ale Kabupaten Bulukumba Responden Mayoritas berpengatahuan Kurang. Hal ini sejalan dengan Teori Notoadmojo (2010) yang Menyatakan bahwa tingkat Pendidikan turut pula

menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan yang mereka peroleh, Pada Umumnya semakin tinggi pendidikan seseorang semakin baik pula pengetahuannya. Berdasarkan Penelitian yang dilakukan terhadap 47 Responden dapat diketahui bahwa Responden dengan Bekerja sebanyak 6 orang (12,8%), sedangkan yang tidak bekerja sebanyak 41 orang (87,2%).

Jika dilihat dari Pekerjaan Responden yang terbanyak adalah Tidak Bekerja sebanyak 41 orang (87,2%) namun dilihat dari hasil penelitian di Puskesmas Bontobangun Kecamatan Rilau Ale Kabupaten Bulukumba Mayoritas Pengetahuan Kurang, Hal ini diakibatkan responden yang jarang mengikuti Kegiatan Kelas Ibu Hamil sehingga Informasi yang didapat lebih sedikit di bandingkan dengan responden berpengatahuan Baik dan responden yang tidak aktif untuk mencari Informasi tentang Pentingnya Pelaksanaan Senam Hamil. Berdsarkan Penelitian yang dilakukan terhadap 47 Reponden dapat diketahui Responden dengan Paritas Primipara 14 orang (29,8%), Multipara sebanyak 22 orang (46,8%), sedangkan Nulipara sebanyak 11 Orang (23,4%).Paritas dapat mempengaruhi Pengetahuan Ibu, Karena responden yang memiliki Paritas Multipara dan Nulipara sudah mempunyai pengalaman sebelumnya di bandingkan dengan Primipara. Jika dilihat dari Paritas Responden yang terbanyak adalah Multipara sebanyak 22 orang (46,8%) namun dilihat dari hasil penelitian di Puskesmas Bontobangun Kecamatan Rilau Ale Kabupaten Bulukumba Mayoritas Pengetahuan Kurang, Hal ini tidak sejalan dengan Teori Notoadmojo 2010 yang menyatakan bahwa Pengalaman merupakan sumber pengetahuan atau Pengalaman itu adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran Pengetahuan.

Dari hasil peneletian mayoritas ibu hamil berpengatahuan kurang ini disebabkan karena responden sebagian besar tidak pernah mengikuti kegiatan kelas ibu hamil dan tidak mengetahui tentang Senam Hamil sedangkan Ibu yang berpengatahuan cukup dikarenakan ibu yang Aktif memeriksakan Kehamilanya dan Mendapat Informasi atau Konseling tentang Kehamilan

Menurut asumsi peneliti ini dipengaruhi karena pendidikan, umur dan kurangnya informasi. semakin tinggi pendidikan seseorang semakin baik pula pengetahuannya. kemudian Semakin tua umur seseorang maka proses perkembangan mentalnya bertambah baik, akan tetapi pada umur tertentu. Bertambahnya proses perkembangan mental ini tidak dapat secepat seperti ketika berumur belasan tahun, Serta informasi, semakin banyak yang memperoleh informasi maka seseorang cenderung mempunyai pengetahuan yang lebih baik dan luas. Masih kurangnya informasi yang didapatkan responden berasal dari kurangnya

penyuluhan oleh tenaga kesehatan tentang Senam Hamil atau responden kurang memanfaatkan media yang ada untuk mendapatkan informasi seperti buku, majalah, internet, dan lain-lain sehingga pengetahuan responden menjadi kurang.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

Pengetahuan Ibu Hamil tentang Pentingnya pelaksanaan Senam Hamil dengan kategori baik di wilayah Puskesmas Bontobangun Kecamatan Rilau Ale Kabupate Bulukumba sebanyak 3 orang (6,4%). Pengetahuan Ibu Hamil tentang pentingnya Pelaksanaan Senam Hamil dengan kategori cukup di wilayah Puskesmas Bontobangun Kecamatan Rilau Ale Kabupaten Bulukumba sebanyak 15 (31,9%). Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pentingnya Pelaksanaan Senam Hamil dengan kategori kurang diwilayah Puskesmas Bontobangun Kecamatan Rilau Ale Kabupaten Bulukumba sebanyak 29(61,7%). Diharapkan bagi Bidan atau petugas lainnya dapat memberikan atau meningkatkan penyuluhan serta Informasi kepada Ibu Hamil tentang Pelaksanaan Senam Hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Bartini, Istri. 2012. Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil Normal (ASKEB I). Nuha Medika: Yogyakarta
- Data Dinas Kesehatan Kabupaten Bulukmba tahun 2014-2015
- Data KIA Puskesmas Bontobangun Kecamatan Rilau Ale 2014-2016
- Friska Tresnawati, 2015 Karya Tulis Ilmiah Widya Ningsih
- Janiwarty Bethsaida, dan Pieter Herri Zan, 2013 Pendidikan Psikologi Untuk Bidan
- Lockhart Anita dan Saputra Dr. Lyndon, 2013 Asuhan Kebidanan Kehamilan Fisiologi Dan Patologi
- Manuaba, ida ayu candranita. dkk. 2012. irma kebidanan penyakit kandungan, dan KB edisi 2 buku kedokteran EGC: Jakarta.
- Nirwana Benih Ade, 2011 Kapasitas Selektta Kehamilan
- Notoatmodjo Soekidjo, 2012 Metodologi Penelitian Kesehatan
- Nurul Jannah, 2012 Buku ajar Asuhan Kebidanan Kehamilan
- Profil kesehatan Indonesia 2013 Cakupan Pemberian 90 Tablet Tambah Darah Pada Ibu Hamil Menurut Provinsi Tahun 2013
- Purwaningsih Wahyu dan Fatmawat Siti, 2010
- Sulistyawati Ari, 2011. Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan



Syamsuddin, dkk. 2015. Pedoman Praktis Metodologi Penelitian Internal. CV. Wade Group : Ponorogo.

World Health Organization (WHO). (2014). WHO, UNICEF, UNFPA, The World Bank. Trends in maternal mortality: 1990 to 2013. Geneva: World Health Organization.

Yuliasari (2010) Hubungan Pengetahuan dan sikap dengan pelaksanaan senam hamil (Studi pada ibu hamil Trimester II Dan III. Diakses Tanggal 27 Maret 2016.