MIRACLE JOURNAL

MIRACLE JOURNAL
e-ISSN 2774 – 4663
Vol 6, No 1, Januari 2026

PENGATAHUAN IBU HAMIL TENTANG SENAM KEGEL TERHADAP PENCEGAHAN ROBEKAN JALAN LAHIR DI KLINIK Hj. NANI S,S.Keb

Nadya Fitriani[1], Rani Darma Sakti Tanjung[2], Nur Indah Nasution[3]

[1,2,3]Institut Teknologi dan Kesehatan Ika Bina, Sumatera Utara,Indonesia
Email: ndyfitriani@gmail.com, ranizaidan@gmail.com , nurindah29041995@gmail.com

Abstrak

Berdasarkan survei awal yang dilakukan di Klinik Bidan Nani S,S.Keb Jl. Nenas Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhanbatu, dilakukan wawancara sebanyak 8 ibu hamil trimester III, terdapat 5 ibu hamil trimester III yang tidak mengetahui tentang pengetahuan senam kegel terhadap robekan jalan lahir, dan 3 lainnya ibu hamil mengetahui tentang senam kegel. Penelitian ini bersifat Deskriptif untuk mengetahui pengetahuan ibu hamil trimester III tentang senam kegel terhadap pencegahan robekan jalan lahir, populasi dalam penelitian sebanyak 34 responden, menggunakan rumus Total Sampling. Data yang digunakan data primer dan sekunder dengan tekhnik total populasi. Variabel penelitian yaitu umur, pendidikan, pekerjaan, gravida, sumber informasi. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan pengetahuan ibu hamil trimester III, terdapat 34 responden, berpengetahuan baik 8 responden (23,5%), berpengetahuan cukup 17 responden (50,0%), berpengetahuan kurang 9 responden (26,5%). Berdasarkan umur mayoritas berpengetahuan cukup 8 responden (23,5%) pada kelompok 26-30 tahun. Berdasarkan pendidikan mayoritas berpengetahuan cukup 17 responden (50,0%) pada kelompok pendidikan menengah atas. Berdasarkan pekerjaan mayoritas berpengetahuan cukup 17 responden (50,0%). Berdasarkan gravida mayoritas berpengetahuan cukup 14 responden (26,67%) pada kelompok primigravida. Berdasarkan sumber informasi yang mendapat informasi mayoritas berpengetahuan cukup 13 responden (38,2%). Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan pengetahuan ibu hamil trimester III tentang senam kegel terhadap pencegahan robekan jalan lahir. Diharapkan pada ibu hamil trimester III tentang senam kegel terhadap pencegahan robekan jalan lahir, agar dapat meningkatkan dan menambah wawasan pengetahuan, dan kesadaran mereka pentingnya mengenai senam kegel pada masa kehamilan guna untuk mengurangi angka kesakitan pada saat persalinan seperti robekan jalan lahir.

Kata kunci: Pengetahuan, Ibu Hamil Trimester III, Senam Kegel, Robekan Jalan Lahir

MIRACLE JOURNAL

MIRACLE JOURNAL
e-ISSN 2774 – 4663
Vol 6, No 1, Januari 2026

Abstract

Based on a preliminary survey conducted at Klinik Bidan Nani S, S.Keb Jl. Nenas Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhanbatu, interviews were conducted with 8 pregnant women in the third trimester, and it was found that 5 of them did not know about the knowledge of Kegel exercise to prevent birth canal tears, while 3 others knew about it. This study is descriptive in nature, aiming to determine the knowledge of pregnant women in the third trimester about Kegel exercise to prevent birth canal tears. The population consisted of 34 respondents, using total sampling formula. Primary and secondary data were used, with total population technique. The research variables included age, education, occupation, gravida, and source of information. The results showed that out of 34 respondents, 8 (23.5%) had good knowledge, 17 (50.0%) had sufficient knowledge, and 9 (26.5%) had poor knowledge. Based on age, the majority (23.5%) of respondents aged 26-30 years had sufficient knowledge. Based on education, the majority (50.0%) of respondents with upper secondary education had sufficient knowledge. Based on occupation, the majority (50.0%) of respondents had sufficient knowledge. Based on gravida, the majority (26.67%) of primigravida respondents had sufficient knowledge. Based on source of information, the majority (38.2%) of respondents who received information had sufficient knowledge. The study concludes that pregnant women in the third trimester have varying levels of knowledge about Kegel exercise to prevent birth canal tears. It is expected that pregnant women in the third trimester will increase their knowledge and awareness of the importance of Kegel exercise during pregnancy to reduce the incidence of birth canal tears during delivery.

Keywords**: **Knowledge, Pregnant Women in the Third Trimester, Kegel Exercise, Birth Canal Tears

.

Pendahuluan

Menurut data World Health Organisasi (WHO) Tahun 2023 ruptur perineum adalah kondisi terputusnya jaringan perineum, kejadian ini biasanya terjadi pada persalinan pertama ataupun persalinan selanjutnya, jika tidak tertangani dengan tepat maka berdampak pada infeksi dan perdarahan yang menyebabkan kematian ibu. Penyebab terbanyak dari perdarahan adalah rupture perineum sehingga menimbulkan infeksi, maka diperlukan peningkatan mutu dari pelayanan kesehatan untuk mencegah kejadian tersebut. Kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin terdapat 2,5 juta kasus, dimana angka ini diperkirakan akan mencapai 6,3 juta pada tahun 2022 Di Benua Asia sendiri 50% ibu bersalin mengalami ruptur perineum sedangkan hasil penelitian pada tahun 2020 di Indonesia didapatkan bahwa ibu bersalin mengalami ruptur perineum sebanyak 24%, di Provinsi Jawa Timur di dapatkan sekitar 26% ibu bersalin mengalami ruptur perineum dan di Kota Malang di dapatkan 21% ibu bersalin. Dan belum mencapai target sebanyak 20%.(Sari et al., 2023)

MIRACLE JOURNAL
e-ISSN 2774 – 4663
Vol 6, No 1, Januari 2026

Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022 ruptur perineum terjadi pada hampir semua persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya. Angka kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin di alami oleh 93% ibu yang melahirkan normal, ditemukan dari total 3.791 ibu yang melahirkan spontan pervagina, 38% ibu mendapatkan jahitan perineum yaitu 31% karena episiotomi dan 18% karena robekan spontan. Dan belum mencapai target sebanyak 87%. (Kemenkes RI, 2022)

Hasil data Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2022 ruptur perineum merupakan perlukaan pada jalan lahir yang terjadi pada proses persalinan pervaginam, ruptur perineum ini disebabkan pada saat persalinan perineum mengalami tekanan yang kuat dan mengalami peregangan yang dapat menyebabkan terjadinya ruptur perineum yang disertai dengan adanya perlukaan vagina dengan derajat ruptur yang bervariasi. Kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin di alami oleh 83% ibu melahirkan pervagina, ibu yang melahirkan spontan pervagina, 32% ibu mendapatkan jahitan perineum yaitu 28% karena episiotomi dan 11% karena robekan spontan. Dan belum mencapai target sebanyak 71%. (Oktavia & Amelia, 2022)

Menurut data dari Dinas kesehatan Kabupaten Labuhanbatu Tahun 2023 menyebutkan bahwa ibu hamil Trimester III yang mengalami ruptur perineum 81%, bisa disebabkan karena bayi meregangkan vagina dan perineum saat melahirkan tekanan tersebut dapat menimbulkan robekan 34%. Kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin menyebabkan perdarahan pervagina dan karena bayi dalam keadaan letak sungsang 23%, dan keadaan ibu hamil pertama kalinya (primigravida) 48%. Ibu hamil yang menerapkan senam kegel sebanyak 42%.(Dinkes Kabupaten Labuhanbatu, 2017)

Ruptur perineum dapat terjadi karena adanya robekan spontan maupun episiotomi. Ruptur perineum yang dilakukan dengan episiotomi itu sendiri harus dilakukan atas indikasi antara lain seperti bayi besar, perineum kaku, persalinan yang kelainan letak, persalinan dengan menggunakan alat baik forceps maupun vacum. Karena apabila episiotomi itu tidak dilakukan atas indikasi dalam keadaan yang tidak perlu dilakukan dengan indikasi di atas, maka menyebabkan peningkatan kejadian dan beratnya kerusakan pada daerah perineum yang lebih berat. Sedangkan luka perineum itu sendiri akan mempunyai dampak tersendiri bagi ibu yaitu gangguan ketidak nyamanan dan perdarahan, sedangkan ruptur perineum spontan terjadi karena ketegangan pada daerah vagina pada saat melahirkan, juga bias terjadi karena beban psikologis mengahadapi proses persalinan dan yang lebih penting lagi ruptur perineum terjadi karena ketidak sesuaian antara jalan lahir dan janinnya, oleh karena efek yang ditimbulkan dari ruptur perineum sangat kompleks. (Hera et al., 2019)

Senam kegel dikembangkan pada tahun 1940 oleh seorang dokter spesialis kandungan asal Amerika Serikat, yaitu dr.Arnold Kegel. Tujuan utama diciptakannya senam kegel adalah untuk memperkuat otot dasar panggul dan mengatasi inkontinensia urine (sulit menahan buang air kecil) pada wanita pasca melahirkan. Berbagai cara untuk mengurangi robekan pada perineum dapat dilakukan, antara lain dengan senam kegel pada ibu hamil trimester tiga. Pada saat kehamilan, tulang panggul ibu akan melebar demi mempersiapkan proses kelahiran nanti. Senam kegel adalah cara untuk mengurangi robekan pada perineum, latihan senam kegel selama hamil akan menjaga kekuatan panggul sekaligus menjaga kelenturan otot-otot perineum.(Amilia et al., 2018)

MIRACLE JOURNAL
e-ISSN 2774 – 4663
Vol 6, No 1, Januari 2026

Berdasarkan survei awal yang dilakukan di Klinik Bidan Nani S,S.Keb Jl. Nenas Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhanbatu Tahun 2025 pada tanggal 5-6 Januari 2025 pada pukul 19.00 WIB. Hasil wawancara yang dilakukan pada 8 orang ibu hamil Trimester III tentang senam kegel terhadap pencegahan robekan jalan lahir selama kehamilan. Jumlah ibu hamil yang mengetahui sebanyak 3 orang yang tidak mengetahui tentang pengetahun senam kegel terhadap pencegahan robekan jalan lahir sebanyak 5 orang.

Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian Deskriptif. Penelitian Deskriptif bertujuan untuk mendiskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang terjadi dalam masyarakat. Waktu penelitian ini dilakukan bulan Januari sampai Mei 2025 Pengetahuan ibu hamil Trimester III tentang senam kegel terhadap pencegahan robekan jalan lahir Di Klinik Bidan Nani S,S.Keb di Jl.Nenas kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhanbatu. Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti. (Notoadmojo, 2023). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Ibu hamil Trimester III sebanyak 34 orang. Sampel adalah objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoadmojo, 2023). Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*, yaitu pengambilan anggota sampel sama dengan populasi adalah jumlah seluruh Ibu hamil Trimester III Di Klinik Bidan Nani S,S.Keb mulai bulan Januari sampai bulan Maret sebanyak 34 orang. Ada dua jenis data yang dipakai dalam penelitian ini, yaitu: Data Primer dan Data Sekunder Data primer merupakan data yang didapat dari sumber pertama baik dari individu atau perseorangan seperti hasil dari wawancara atau hasil pengisian kuesioner yang biasa dilakukan oleh peneliti. Data primer yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner. Data sekunder adalah sumber data yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpulan data. Data sekunder ini merupakan data yang sifatnya mendukung keperluan data primer seperti buku kunjungan pasien dan rekam medis klinik. Rencana pengumpulan data yang peneliti lakukan yaitu terlebih dahulu memperkenalkan diri dan menjelaskan maksud dan tujuan kunjungan dengan memberikan lembar permintaan menjadi responden, setelah ada kesepakatan yang ditandai dengan responden yang menandatangani lembar persetujuan responden dalam penelitian dan dilanjutkan dengan penjelasan kuesioner. Kemudian responden mengisi masing-masing kuesioner yang telah dibagikan oleh peneliti dan setelah selesai pengisian maka lembar kuesioner di kumpulkan kembali oleh peneliti, kemudian peneliti melakukan pengolahan data untuk mengetahui gambaran pengetahuan dari penelitian. Setelah menerima data yang dibutuhkan, masuk ke proses pengolahan data. Langkah-langkah pengolahan data dari lembar observasi dapat dilakukan secara manual atau dengan bantuan komputer (komputerisasi). Tahapan pengolahan data dengan menggunakan komputer adalah sebagai berikut : Penyuntingan *(Editing)* Hasil observasi yang diperoleh atau dikumpulkan melalui lembar observasi harus diolah terlebih dahulu. Secara umum editing adalah suatu kegiatan dimana isi formulir atau lembar observasi diperiksa dan dikoreksi: apakah lengkap, dalam arti semua langkah-langkah sudah diisi. Hal ini dilakukan di lapangan agar data yang meragukan atau salah dapat dijelaskan kembali kepada responden (Notoadmojo, 2023). Memberikan Code *(Coding)* Setelah semua lembar observasi disiapkan atau diedit, maka dilakukan pengkodean atau coding, yaitu pengubahan data yang berupa kalimat atau huruf menjadi data numerik atau angka. (Notoadmojo, 2023). Memasukan Data *(Entry).* Data entry merupakan kegiatan memasukkan data yang dikumpulkan ke dalam tebel atau database komputer dan kemudian membuat distribusi frekuensi sederhana .Pengolahan data tersebut dapat dianalisis dan diolah dengan cara memasukkan kuesioner ke dalam paket program komputer (Notoadmojo, 2023). Pembersihan Data *(Cleanning)* Merupakan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah dimasukkan, dilakukan apabila terdapat kesalahan dalam melakukan pemasukan data yaitu dengan melihat distribusi frekuensi dari variable-variabel yang diteliti (Notoadmojo, 2023). *Tabulating* Tabulating yaitu proses pembuatan tabel data sesuai dengan tujuan penelitian atau keinginan peneliti (Notoadmojo, 2023). Analisa dilakukan dengan melihat presentasi data yang terkumpul dan disajikan dalam bentuk tebel distribusi frekuensi yang dilanjutkan dengan membahas hasil penelitian berdasarkan materi dan kepustakaan yang ada. Peneliti mengumpulkan data tentang Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Senam Kegel Terhadap Pencegahan Robekan Jalan Lahir di Klinik Bidan Nani S,S.Keb Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhanbatu dengan menggunakan kuesioner tertutup yaitu sudah

MIRACLE JOURNAL
e-ISSN 2774 – 4663
Vol 6, No 1, Januari 2026

dilengkapi dengan pilihan dan jawaban *multiple choice* (a,b,c,d) dengan kategori sebagai berikut : Menurut Sugiono, 2019 untuk mengetahui presentase pengetahuan masing-masing responden digunakan rumus :

$$p: \frac{f}{N} X\ 100\%$$

Hasil dan Pembahasan

Setelah dilakukan penelitian tentang : Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Senam Kegel Terhadap Pencegahan Robekan Jalan Lahir Di Klinik Bidan Hj.Nani S,S.Keb Jln.Nenas Kecamatan Rantau Utara Kabupaten Labuhanbatu yang dilaksanakan 10-16 Mei 2025 dengan sampel sebanyak 34 responden, maka di dapatkan hasil penelitian yang dideskripsikan pada diagram dan tabel berikut ini :

Tabel 1.1
Karakteristik Responden Berdasarkan Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Senam Kegel

Karakteristik	Jumlah	Presentase
• **Umur**		
19-25 Tahun	16	47,1%
26-30 Tahun	10	29,4%
31-37 Tahun	8	23,5%
• **Pendidikan**		
Pendidikan Dasar	3	8,8%
Pendidikan Menengah Atas	29	85,3%
Pendidikan Tinggi	2	5,9%
• **Pekerjaan**		
Bekerja	2	5,9%
Tidak Bekerja	32	94,1%
• **Gravida**		
Primigravida	22	64,7%
Scundigravida	5	14,7%
Multigravida	5	14,7%
Grandemultigravida	2	5,9%
• **Sumber Informasi**		
Ada	21	61,8%
Tidak Ada	13	38,2%
Jumlah	34	100%

Tabel 1.2
Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Senam Kegel

Baik	8	23,5%
Cukup	17	50,0%
Kurang	9	26,5%
Jumlah	34	100%

Pembahasan

Berdasarkan diagram 4.2.1 di atas, diketahui responden yang berumur dari 19-25 tahun sebanyak 16 responden (47,1%), responden yang berumur 26-30 tahun sebanyak 10 responden (29,4%), dan responden yang berumur 31-37 tahun sebanyak 8 responden

MIRACLE JOURNAL
e-ISSN 2774 – 4663
Vol 6, No 1, Januari 2026

(23,5%). Berdasarkan Pendidikan, diketahui responden yang berpendidikan dasar sebanyak 3 responden (8,8%), yang berpendidikan menengah atas sebanyak 29 responden (85,3%), dan responden yang berpendidikan tinggi sebanyak 2 responden (5,9%). Berdasarkan Pekerjaan, diketahui bahwasannya ibu hamil trimester III yang bekerja sebanyak 2 responden (5,9%), dan ibu hamil trimester III yang tidak bekerja sebanyak 32 responden (94,1%). Berdasarkan gravida,diketahui bahwa ibu hamil Primigravida sebanyak 22 responden (64,7%), Scundigravida sebanyak 5 responden (14,7%), Multigravida sebanyak 5 responden (14,7%) dan Grandemultigravida sebanyak 2 responden (5,9%). Berdasarkan Sumber Informasi, diketahui bahwasannya responden yang mendapat informasi sebanyak 21 responden (61,8%), yang tidak mendapat informasi sebanyak 13 responden (38,2%). Berdasarkan Tabel 4.2.2 dari 34 responden, responden yang berpengetahuan baik sebanyak 8 responden (23,5%), yang berpengetahuan cukup sebanyak 17 responden (50,0%) dan responden yang berpengetahuan kurang sebanyak 9 responden (26,5%).

Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Senam Kegel Terhadap Pencegahan Robekan Jalan Lahir Berdasarkan Umur

Dari hasil penelitian pada tabel 4.2.3 diketahui dari 34 responden, ibu hamil trimester III mayoritas berpengetahuan cukup sebanyak 8 responden (23,5%) pada kelompok umur 26-30 tahun, dan mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 7 responden (20,6%) pada kelompok umur 19-25 tahun., (Ramadhesia, 2022) Semakin bertambahnya umur seseorang, akan bertambah pula daya ingat dan pola pikir seseorang sehingga pengetahuan yang diperoleh juga akan semakin membaik dan bertambah (Ramadhesia, 2022).
Dari hasil penelitian diperoleh bahwasannya penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ramadhesia, 2022) yang menyatakan bahwa semakin bertambahnya umur seseorang maka akan bertambah daya ingat seseorang sehingga pengetahuan yang diperoleh juga akan baik. Hal ini dapat dilihat pada kelompok umur 26-30 tahun pengetahuannya lebih baik dibandingkan kelompok umur 19-25 tahun.

Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Senam Kegel Terhadap Pencegahan Robekan Jalan Lahir Berdasarkan Pendidikan

Berdasrkan hasil pada tabel 4.2.4 diketahui dari 34 responden, mayoritas yaitu pada ibu hamil trimester III yang berpengetahuan cukup pada pendidikan menengah sebanyak 17 responden (50%), dan mayoritas berpengetahuan kurang pada pendidikan menengah sebanyak 6 responden (17,6%). Menurut (So'o et al., 2022) Tinggi tingkat pengetahuan seseorang, maka akan semakin mudah untuk menerima informasi tentang obyek atau yang berkaitan dengan pengetahuan. Pengetahuan umumnya dapat diperoleh dari informasi yang disampaikan oleh orang tua, guru, dan media masa. Pendidikan sangat erat kaitannya dengan pengetahuan, pendidikan merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang sangat diperlukan untuk pengembangan diri. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka akan semakin mudah untuk menerima, serta mengembangkan pengetahuan dan teknologi.
Dari hasil penelitian diperoleh bahwa penelitian sejalan dengan pendapat (So'o et al., 2022)bahwasannya tinggi tingkat pengetahuan seseorang, maka akan semakin mudah untuk menerima informasi tentang obyek atau yang berkaitan dengan pengetahuan.. Hal ini dapat dilihat bahwa yang berpendidikan menengah lebih baik disbanding dengan pendidikan dasar
.

Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Senam Kegel Terhadap Pencegahan Robekan Jalan Lahir Berdasarkan Pekerjaan

Dari hasil penelitian pada tabel 4.2.5 diketahui dari 34 responden, mayoritas ibu hamil Trimester III tentang Senam Kegel Terhadap Pencegahan Robekan Jalan Lahir yaitu berpengetahuan cukup sebanyak 17 responden (50,0%) pada kelompok tidak bekerja, dan mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 9 responden (26,5%)

MIRACLE JOURNAL
e-ISSN 2774 – 4663
Vol 6, No 1, Januari 2026

pada kelompok tidak bekerja. Menurut Penelitian oleh (Lubis, 2022). Pekerjaan merupakan sesuatu yang dibutuhkan oleh manusia, kebutuhan bermacam-macam, berkembang dan berubah bahkan seringkali tidak disadari oleh pelakunya. Pada umumnya semakin baik pekerjaan seseorang akan semakin baik pemahaman dan pengetahuannya terhadap sesuatu (Lubis, 2022) Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa penelitian tidak sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh (Lubis, 2022), yang menyatakan bahwa umumnya semakin baik pekerjaan seseorang akan semakin baik pemahaman dan pengetahuannya terhadap sesuatu. Hal ini dapat dilihat dari penelitian yang dilakukan bahwasannya ibu yang tidak bekerja lebih baik dari pada yang bekerja dikarenakan responden pada penelitian ini lebih dominan ibu tidak bekerja.

Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Senam Kegel Terhadap Pencegahan Robekan Jalan Lahir Gravida

Dari hasil penelitian pada tabel 4.2.6 diketahui ibu hamil trimester III berjumlah 34 responden, mayoritas berpengetahuan cukup sebanyak 14 responden (41,17%) pada kelompok primigravida, dan mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 6 responden (17,65%) pada kelompok primigravida, dan mayoritas berpengetahuan baik sebanyak 4 responden (11,76%) pada kelompok multigravida. Menurut penelitan yang dilakukan (Meiria, 2024) Pada sebagian besar primigravida belum mampu beradaptasi. Sedangkan pada multigravida dan grande multigravida sudah mampu beradaptasi karena sudah mempunyai pengalaman terhadap kehamilan dan melahirkan. Pada primigravida menunjukkan kurangnya pengetahuan, informasi dan komunikasi yang buruk antara wanita dan pemberi asuhannya turut mempengaruhi persepsi wanita tentang pencegahan robekan jalan lahir. Sedangkan pada multigravida dan grande multigravida sudah mempunyai pengalaman, informasi dan pengetahuan tentang pencegahan robekan jalan lahir sehingga mampu mengatasi gejalanya.
Berdasarkan hasil penelitian (Meiria, 2024) bahwasannya diperoleh bahwa penelitian tidak sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh (Meiria, 2024), yang menyatakan Pada primigravida menunjukkan kurangnya pengetahuan, informasi dan komunikasi yang buruk antara wanita dan pemberi asuhannya turut mempengaruhi persepsi wanita tentang pencegahan robekan jalan lahir. Sedangkan pada multigravida dan grande multigravida sudah mempunyai pengalaman, informasi dan pengetahuan tentang pencegahan robekan jalan lahir sehingga mampu mengatasi gejalanya. Hal ini dapat dilihat dari ibu primigravida lebih baik pengetahuannya dari ibu multigravida.

Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Senam Kegel Terhadap Pencegahan Robekan Jalan Lahir Berdasarkan Sumber Informasi

Dari hasil penelitian pada tabel 4.2.7 diketahui dari 34 responden, mayoritas berpengetahuan cukup sebanyak 13 responden (38,2%) pada kelompok yang mendapat informasi, mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 9 responden (32,35%) pada kelompok yang tidak mendapat informasi, dan mayoritas berpengetahuan baik sebanyak 8 responden (23,5%) pada kelompok yang mendapat informasi. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Meiria, 2024), sumber informasi mempengaruhi pengetahuan seseorang jika sering mendapatkan informasi tentang suatu pembelajaran maka akan menambah pengetahuan dan wawasannya, sedangkan seseorang yang tidak sering menerima informasi tidak akan menambah pengetahuan dan wawasannya
Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa penelitian sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh (Meiria, 2024) sumber informasi mempengaruhi pengetahuan seseorang, sedangkan seseorang yang tidak sering menerima informasi tidak akan menambah pengetahuan dan wawasannya. Hal ini dapat dilihat dari ibu yang mendapat informasi pengetahuannya lebih baik dibandingkan ibu yang tidak mendapat informasi.

Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Senam Kegel Terhadap Pencegahan Robekan Jalan Lahir Di Klinik Bidan Hj. Nani S,S.Keb

Dari hasil penelitian pada tabel 4.2.2 di atas dari 34 responden, mayoritas responden berpengetahuan cukup sebanyak 17 responden (50%) dan responden yang berpengetahuan kurang sebanyak 9 responden (26,47%) dan berpengetahuan baik sebanyak 8 responden (23,5%). Menurut Penelitian yang dilakukan oleh Julianti Situmorang (2022), Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting akan terbentuknya tindakan seseorang. Karena itu berdasarkan pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari dengan pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan

MIRACLE JOURNAL
e-ISSN 2774 – 4663
Vol 6, No 1, Januari 2026

Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa mayoritas Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Senam Kegel Terhadap Robekan Jalan Lahir, diketahui pada kategori cukup sebanyak 17 responden (50%). Berdasarkan umur mayoritas berpengetahuan cukup 26-30 tahun sebanyak 8 responden (23,53%). Berdasarkan Pendidikan mayoritas berpengetahuan cukup pada kategori Pendidikan Menengah sebanyak 17 responden (50,00%). Berdasarkan Pekerjaan mayoritas responden berpengetahuan cukup pada katagori tidak bekerja sebanyak 17 responden (50,00). Berdasarkan Gravida mayoritas berpengetahuan cukup pada kelompok primigravida sebanyak 14 responden (41,18%). Berdasarkan Sumber Informasi mayoritas berpengetahuan cukup pada kategori mendapat informasi sebanyak 13 responden (38,24%).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dengan judul Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Senam Kegel Terhadap Pencegahan Robekan Jalan Lahir Di Klinik Bidan Nani S,S.Keb Jln. Nenas Kecamatan Rantau Utara Kabupaten labuhanbatu dapat disimpulkan bahwa :

Pengetahuan responden tentang Senam Kegel Terhadap Pencegahan Robekan Jalan Lahir berdasarkan umur adalah mayoritas berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 8 responden (23,53%) pada kelompok umur 26-30 tahun. Pengetahuan responden tentang Senam Kegel Terhadap Pencegahan Robekan Jalan Lahir berdasarkan pendidikan adalah mayoritas berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 17 responden (50,00%) pada tingkat Pendidikan Menengah Pengetahuan responden tentang Senam Kegel Terhadap Pencegahan Robekan Jalan Lahir berdasarkan pekerjaan adalah mayoritas berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 17 responden (50,00%) Pengetahuan responden tentang Senam Kegel Terhadap Pencegahan Robekan Jalan Lahir berdasarkan Gravida adalah mayoritas berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 14 responden (26,67%) pada kelompok Primigravida Pengetahuan responden tentang Senam Kegel Terhadap Pencegahan Robekan Jalan Lahir berdasarkan sumber Informasi adalah mayoritas berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 13 responden (38,24%) pada kelompok yang mendapat informasi. Pengetahuan responden tentang Senam Kegel Terhadap Pencegahan Robekan Jalan Lahir mayoritas berpengetahuan cukup sebanyak 17 responden (50,0%).

REFERENSI

Amilia, S., Warjiman, & Ivana, T. (2018). Pengaruh Senam Kegel Terhadap Penurunan GejalaInkontinensia Urin Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera. *Stikes Suaka Insan*, *3*(2), 1–8. http://journal.stikessuakainsan.ac.id/index.php/jksi/article/view/117

Dinkes Kabupaten Labuhanbatu. (2017). *Profil Kesehatan Kabupaten Labuhanbatu Tahun 2016*.

Hera, M., Dewi, Y., & Ana, M. (2019). Pencegahan Rupture Perineum Pada Ibu Bersalin Dengan Pijat Perineum. *Jurnal Kebidanan*, *5*(2), 137–143.

Kemenkes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id*.

Lubis, M. (2022). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Manfaat Senam Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Simarpinggan Kecamatan Angkola Selatan Tahun 2021.*

Notoadmojo, (2023). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia di Desa Tegalsari berdasarkan Usia Responden Tahun 2024*. 1–23.

Meiria, E. (2024). Hubungan Dukungan Suami Dengan Hiperemesis Gravidarum Tingkat I Pada Ibu Hamil Trimester I Di Praktik Dokter Santa Maria Kota Lubuklinggau. *Journal of Andalas Medica, 2(6), 237-246.*, *2*, 237–246.

Oktavia, L., & Amelia, W. (2022). *Kejadian Ruptur Perineum Ditinjau Dari Paritas Ibu Dan Berat Badan Bayi Pada Persalinan Normal*. *x*(x).

Ramadhesia, F. A. (2022). Gambaran Pengetahuan Wanita Usia Subur (Wus) Tentang Kontrasepsi

MIRACLE JOURNAL
e-ISSN 2774 – 4663
Vol 6, No 1, Januari 2026

Implan Di Kalurahan Purwomartani Kapanewon Kalasan Kabupaten Sleman Tahun 2022. *Diploma Thesis, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.*, 12–25.

Sari, I., Suprida, Yulizar, & Titin Dewi Sartika Silaban. (2023). Analisis Faktor Penyebab Terjadinya Ruptur Perineum Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, *13*(25), 218–226. https://doi.org/10.52047/jkp.v13i25.152

So'o, R. W., Ratu, K., Folamauk, C. L. H., & Amat, A. L. S. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Masyarakat Di Kota Kupang Mengenai Covid-19. *Cendana Medical Journal*, *10*(1), 76–87. https://doi.org/10.35508/cmj.v10i1.6809

Fitriani, N., Suswati, S., Nasution, E. M., & Lestari, D. K. (2023). Senam Hamil Untuk Kelancaran Proses Persalinan Pada Ibu Bersalin. Jambura Health and Sport Journal, 5(2), 122-130.