HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN SIKAP IBU HAMIL TENTANG MANFAAT SENAM HAMIL DI KLINIK SEHAT KASIH BUNDA MEDAN TAHUN 2022

Rismaida Saragih¹, Siti Arfah Siregar²

^{1,2}STIKes Sehat Medan, Medan, Indonesia.

Email : ¹rismaida42@gmail.com, ²arfah988@gmail.com

ABSTRAK

Salah satu pelayanan ANC adalah pelayanan senam hamil dimana senam hamil menjadi salah satu kegiatan dalam pelayanan selama kehamilan dan juga memberikan suatu produk outcome persalinan yang lebih baik. di Indonesia terkait kehamilan dan persalinan terutama yaitu perdarahan 28%. Sebab lain, yaitu eklamsi 24%, infeksi 11%, partus lama 5%, dan abortus 5%. Tujuan penelitian adalah mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan sikap ibu hamil berhubungan dengan manfaat senam hamil di Klinik Sehat Kasih Bunda Tahun 2022, Metode penelitian bersifat deskriptif Analitik. Data primer yang digunakan adalah data yang diperoleh langsung dari responden berdasarkan lembar kusioner. Populasi adalah ibu hamil. Cara pengambilan sampel adalah dengan tehnik total sampling. Hasil penelitian bahwa mayoritas pengetahuan responden berpengetahuan Baik sebanyak 13 responden (43.3%) dan pengetahuan responden berpengetahuan Cukup sebanyak 13 responden (43.3%), sedangkan minoritasnya berpengetahuan Kurang sebanyak 4 responden (13.3%). Mayoritas Sikap responden yang bersikap Positif adalah 11 responden (50,0%), sedangkan sisanya adalah responden yang bersikap negatif, yaitu sebanyak 15 responden (50.0%). Sedangkan nilai *p-value* pada tabel diatas 0.001 maka ($p < 0.05$) maka H_0 ditolak sehingga ada hubungan pengetahuan dengan sikap ibu hamil berhubungan dengan manfaat senam hamil di klinik sehat kasih bunda medan tahun 2022. Kesimpulannya adalah Mayoritas pengetahuan baik sebanyak 13 dengan sikap positif sebanyak 11 responden (84.6%) dan minoritas pengetahuan kurang sebanyak 4 (13.3%) dengan sikap Negatif sebanyak 1 responden (25.0%). Sedangkan nilai *p-value* pada tabel diatas 0.001. Diharapkan hasil ini dapat menambah wawasan dan tetap meningkatkan pengetahuan yang baik dengan sikap yang semakin positif tentang Manfaat Senam Hamil Di Klinik Sehat Kasih Bunda Medan Tahun 2022.

Kata Kunci : Pengetahuan, Sikap, Senam Hamil

ABSTRACT

One of the ANC services is by doing pregnancy exercise where pregnancy exercise is one of the activities in service during pregnancy and also provides a better delivery outcome product. in Indonesia related to pregnancy and childbirth, especially bleeding 28%. Other causes, namely eclampsia 24%, infection 11%, prolonged labor 5%, and abortion 5%. To find out the relationship between knowledge and attitudes of pregnant women about the benefits of pregnant exercise at the Kasih Bunda Health Clinic in 2022, the research method is descriptive analytic. The data used is the primer obtained directly from the respondents using the population questionnaire sheet in this study. Pregnant Women The sampling method and this research is the total sampling technique. The results showed that the majority of respondents had good knowledge of 13 respondents (43.3%) and 13 respondents had sufficient knowledge of knowledge (43.3%), while the minority had poor knowledge of 4 respondents (13.3%). The majority of respondents' attitudes were positive as many as 11 respondents (50.0%), while the minority of respondents who had negative attitudes were 15 respondents (50.0%). While the p-value in the table above is 0.001 then ($p < 0.05$) then H_0 is rejected so that there is knowledge and attitudes relationship of pregnant women

about the benefits of pregnant exercise at the Kasih Bunda Health Clinic in Medan in 2022. Conclusions and suggestions. The majority of good knowledge as many as 13 with a positive attitude of 11 respondents (84.6%) and a minority of less knowledge as much as 4 (13.3%) with a negative attitude of 1 respondent (25.0%). While the p-value in the table above is 0.001. So that it can add insight and it is hoped that mothers will continue to increase good knowledge with an increasingly positive attitude about the Benefits of Pregnancy Exercises at the Kasih Bunda Health Clinic in Medan in 2022.

Keywords : Knowledge, Attitude, Pregnancy Exercise

Pendahuluan

Senam hamil dilakukan pada masa kehamilan dengan tujuan untuk mempersiapkan fisik dan mental ibu hamil, dengan harapan proses kelahiran akan berjalan lancar dan aman dengan adanya senam hamil, kesehatan ibu hamil baik secara fisik dan mental dapat dijaga dan terlebih lagi, senam hamil membantu ibu hamil untuk mempersiapkan persalinan yang lancar. Seorang Ibu hamil dapat menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi, baik secara fisik maupun mental, sehingga perlu dilakukan senam hamil agar dapat mempersiapkan persalinan yang fisiologis dan lancar sehingga ibu dan anak yang akan dilahirkannya dalam keadaan sehat (manuaba, 2016).

Menurut WHO pada tahun 2017 memperkirakan sekitar 15% dari seluruh wanita hamil akan mengalami kondisi yang berkembang menjadi komplikasi yang berkaitan dengan kehamilannya serta mengancam jiwanya. Ibu yang melakukan senam secara teratur selama kehamilannya, ketidaknyamanan yang dirasakan pada masa kehamilan akan lebih berkurang dan proses penyembuhan pasca persalinan akan lebih cepat dari pada ibu yang tidak mengikuti senam hamil. Ibu hamil yang mengikuti senam secara teratur selama 3 (tiga) bulan (trimester) terakhir, maka rasa sakit pada saat persalinan menjadi berkurang dibandingkan dengan ibu-ibu yang tidak ikut kegiatan senam hamil. Hal ini disebabkan karena kadar hormon endorfin terjadi peningkatan dalam tubuh pada saat melakukan senam. Hormon ini dapat berfungsi sebagai penahan rasa sakit.

Jumlah angka kematian ibu di Indonesia masih tergolong sangat tinggi yaitu hingga tahun 2018/2019 AKI Indonesia masih tetap tinggi di 305 per 1000 kelahiran hidup," ungkap Meiwita Budhiansari dari Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia (UI), Ketua Komite Ilmiah ICIFPRH penyebab langsung kematian maternal di Indonesia terkait kehamilan dan persalinan terutama yaitu perdarahan 28%. Sebab lain, yaitu eklamsi 24%, infeksi 11%, partus lama 5%, dan abortus 5%. Pencegahan kematian ibu dapat diupayakan hingga 22% melalui Antenatal care (ANC) yang teratur, deteksi dini adanya komplikasi dalam kehamilan, pola hidup sehat dengan cara memenuhi gizi yang seimbang, melakukan inisiasi dini dalam persalinan serta melakukan senam hamil secara rutin (Bowo,2018)

Penelitian Sulistyaningsih (2017) menyimpulkan bahwa mengetahui pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil sehingga dapat menurunkan insidensi persalinan lama dan untuk kenyamanan ibu selama kehamilan dan menurunkan kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil. Hasil penelitian menjelaskan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil di Kelurahan Baler Bale Agung Bali yaitu 13,33% berpengetahuan baik, 40,00% berpengetahuan cukup dan 46,67% memiliki pengetahuan tentang senam hamil pada tingkat kurang.

Latihan senam hamil bukanlah hal yang tidak lazim, sehingga ibu hamil perlu mengerti dan menyadari bahwa latihan senam hamil ini berguna bagi wanita hamil. Latihan senam hamil tidak dapat dikatakan baik apabila pelaksanaannya tidak disusun secara teratur, minimal satu kali dalam seminggu yang dimulai saat umur kehamilan 24 minggu. Dengan mengikuti senam hamil secara teratur dan intensif, ibu hamil dapat menjaga kesehatan tubuhnya dan janin yang dikandungnya secara optimal. Menurut penelitian Hatch, menjelaskan bahwa ibu hamil yang melakukan senam hamil sekitar 3–5 jam setiap minggunya dapat menurunkan potensi melahirkan secara dini (prematurn) dibandingkan yang tidak melakukan senam hamil (Kurnia,2016)

Berdasarkan survei awal yang dilakukan pada bulan maret diperoleh hasil laporan bulanan kunjungan senam hamil di Klinik Sehat Kasih Bunda Medan cakupan dari bulan Januari-Maret 2022 bahwa dari 27 ibu hamil, sebanyak 15 ibu hamil (55,55%) melakukan senam hamil. Hal ini berarti masih terdapat 12 (44,45%) yang tidak melakukan senam hamil. Oleh karena itu perlu dilakukan kajian Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Manfaat senam Hamil Di Klinik Sehat Kasih Bunda Medan Tahun 2022.

Metode Penelitian

Desain penelitian ini bersifat Analitik yaitu menggambarkan tentang suatu keadaan secara objektif (Hidayat, 2011). Dengan pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan (sekali waktu) antara faktor resiko / paparan dengan penyakit (Hidayat, 2016). Sampel peneliti ini adalah seluruh ibu – ibu Hamil yang mengikuti Senam Hamil di Klinik Sehat Kasih Bunda Tahun 2022 sebanyak 30 orang.

Hasil dan Pembahasan

Analisis Univariat

Analisis Univariat dilakukan untuk melihat gambaran atau deskripsi suatu variabel penelitian yang disajikan dalam distribusi frekuensi dan persentase pada penelitian ini yaitu sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi berdasarkan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Manfaat Senam Hamil Di Klinik Sehat Kasih Bunda Medan Tahun 2022

NO	Pengetahuan	Frekuensi	%
1	Baik	13	43.3
2	Cukup	13	43.3
3	Kurang	4	13.4
TOTAL		30	100,0

Berdasarkan hasil tabel 1 diketahui distribusi pengetahuan. Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Manfaat Senam Hamil Di Klinik Sehat Kasih Bunda Medan Tahun 2022. Dengan mayoritas pengetahuan responden berpengetahuan Baik sebanyak 13 responden (43.3%) dan pengetahuan responden berpengetahuan Cukup sebanyak 13 responden (43.3%), sedangkan minoritasnya berpengetahuan Kurang 4 responden (13.3%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi berdasarkan Sikap Ibu Hamil Tentang Manfaat Senam Hamil Di Klinik Sehat Kasih Bunda Medan Tahun 2022

NO	Sikap	Frekuensi	%
1	Positif	15	50,0
2	Negatif	15	50,0
TOTAL		30	100,0

Berdasarkan hasil tabel 2 diketahui distribusi Sikap Ibu Hamil Tentang Manfaat Senam Hamil Di Klinik Sehat Kasih Bunda Medan Tahun 2022. Dengan mayoritas Sikap responden yang Positif sebanyak 15 responden (50,0%), sedangkan minoritasnya Sikap responden yang Negatif sebanyak 15 responden (50.0%).

Analisis Bivariat

Pengujian ststistik bivariat analisis menggunakan uji *chi-square*. Analisis ini dikatakan bermakna (signifikan).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi berdasarkan Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Manfaat Senam Hamil Di Klinik Sehat Kasih Bunda Medan Tahun 2022

NO	Pengetahuan	Sikap				Total	%	P-value
		Positif		Negatif				
		F	%	F	%			
1	Baik	11	84.6	2	14.3	13	100	0.001
2	Cukup	2	15.4	11	84.6	13	100	
3	Kurang	2	15.4	1	25.0	4	100	
TOTAL		15	50.0	15	50.0	30	100	

Berdasarkan hasil tabel 3 diperoleh nilai distribusi berpengetahuan baik sebanyak 13 responden dengan Sikap Positif sebanyak 11 responden (84.6%) dan berpengetahuan kurang sebanyak 4 responden dengan Sikap Negatif sebanyak 1 responden (25.0%). Sedangkan nilai *p-value* pada tabel diatas 0.001 maka (p) < 0.05 maka H_0 ditolak sehingga ada Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Manfaat Senam Hamil Di Klinik Sehat Kasih Bunda Medan Tahun 2022.

Pembahasan

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji chi square menunjukkan nilai $p = 0.001$ (p value < 0,05), ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan sikap Ibu Hamil Tentang Manfaat Senam Hamil Di Klinik Sehat Kasih Bunda Medan Tahun 2022. Pengetahuan adalah salah satu dari ketiga komponen pembentuk sikap yaitu komponen kognitif. pengetahuan dan sikap berafiliasi secara konsisten. Jika komponen kognitif berubah, maka akan terjadi perubahan sikap. Berdasarkan teori (Sariyati, 2018). Secara nyata sikap menunjukkan adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial. Sikap adalah kesiapan untuk bertindak, dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu (Notoatmodjo, 2016).

Sejalan dengan Menurut Wina Fitriani (2017) bahwa adanya hubungan tersebut mengandung pengertian bahwa ibu hamil yang memiliki pengetahuan yang baik,

memiliki kecenderungan untuk bersikap positif terhadap senam hamil. sikap positif berarti memiliki kemauan untuk melaksanakan senam hamil. oleh karena itu, dalam rangka untuk memberikan motivasi kepada ibu hamil dalam melaksanakan senam hamil maka mereka harus dibekali dengan pengetahuan yang memadai. Secara normative, pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil diperoleh dari proses pendidikan dan sumber informasi lain disekitarnya

Menurut *Oxford Advanced Learner Dictionary* mencantumkan bahwa sikap (*attitude*) berasal dari bahasa Italia *attitudine* yaitu “*Manner of placing or holding the body, dan way of feeling, thinking or behaving*”. Campbell (1950) dalam buku Notoadmodjo (2003) menjelaskan bahwa pengertian sikap yaitu “*A syndrome of response consistency with regard to social objects*”. Artinya sikap merupakan sekumpulan respon yang konsisten terhadap obyek sosial. Dalam buku Notoadmodjo (2003) menjelaskan bahwa sikap (*attitude*) merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap obyek penelitian yang telah dilakukan. Setiawati (2018) melakukan penelitian tentang hubungan pengetahuan dengan sikap ibu hamil terhadap senam hamil di Puskesmas Guntung Manggis Kota Banjarbaru. Hasil dari analisis diperoleh bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap dimana $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$. Sikap positif terhadap fungsi senam hamil dapat terbentuk apabila ibu hamil mengetahui dan memahami pentingnya senam tersebut bagi dirinya, sehingga semakin baik tingkat pengetahuan ibu hamil maka semakin baik sikap yang dimiliki ibu hamil.

Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat kita peroleh dari penelitian ini bahwa dari 30 orang Ibu berpengetahuan baik sebanyak 13 responden (43.3%) dan bersikap Positif sebanyak 15 responden (50,0%), dan yang bersikap negatif sebanyak 15 responden (50.0%). Dengan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square* menunjukkan nilai $p = 0.001$ ($p\text{ value} < 0,05$), ada hubungan yang bermakna antara Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Manfaat Senam Hamil Di Klinik Sehat Kasih Bunda Medan Tahun 2022.

Referensi

- Bowo, F. H. (2018). *Menurunkan Angka Kematian Ibu*, (online), Available : [<http://www.selatan.jakarta.go.id/pkk/index.php>, BeJo. Net Community], (15 September 2013).
- Eka Setiawati, dkk, (2018). Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Senam Hamil (Studi korelasi di Puskesmas Guntung Manggis Kota Banjarbaru). *Jurnal Nerspedia*, April 2018; 1(1): 34-39.
- Manuaba, IBG. 2015. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC
- Notoatmodjo, 2014. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta; PT. Rineka Cipta
- Nadrah, N., & Fatwiany, F. (2020). PENGARUH SENAM HAMIL TERHADAP PROSES PERSALINAN DI KLINIK SEHAT KASIH BUNDA MEDAN TAHUN 2020. *Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 26-33.
- Sulistiyawati. (2009). *Asuhan Kebidanan pada Masa Kehamilan*. Jakarta ; Salemba

Medika.

Widatiningsih, S dan Dewi, C.H.T (2017). Praktik Terbaik Asuhan Kehamilan.
Yogyakarta: Trans Medika.

Widatiningsih, S dan Dewi, C.H.T (2017). Praktik Terbaik Asuhan Kehamilan.
Yogyakarta: Trans Medika.

WHO. (2018). Maternal Mortality: World Health Organization.