

**PENGARUH SENAM HAMIL TERHADAP KEJADIAN
RUPTURE PERINEUM PADA IBU BERSALIN NORMAL
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GANGGA**



SHILVIANA LESTARI
NIM. 113421158

**PROGRAM STUDI S1 PENDIDIKAN BIDAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN HAMZAR
LOMBOK TIMUR
2023**

PERSETUJUAN NASKAH PUBLIKASI

Skripsi atas nama Shilviana Lestari NIM. 113421158 dengan judul : Pengaruh Senam Hamil Terhadap Kejadian Rupture Perineum Pada Ibu Bersalin Normal Di Wilayah Kerja Puskesmas Gangga.

Telah memenuhi syarat dan disetujui

Pembimbing I

Tanggal



(10 - 05 - 2023)

Siti Naili Ilmiyani, S.ST., M.Keb
NIDN: 0809018902

Pembimbing II

Tanggal



(20 - 05 - 2023)

Eka Mustika Yanti, S.ST., M.Psi
NIDN. 0817019102

Mengetahui

Program Studi S1 Pendidikan Bidan



(Eka Faizaturrahmi, S.ST., M.Kes)

NIDN. 0808108904

**PENGARUH SENAM HAMIL TERHADAP KEJADIAN
RUPTURE PERINEUM PADA IBU BERSALIN NORMAL
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GANGGA**

Shilviana Lestari¹, Siti Naili Ilmiyani², Eka Mustika Yanti³

Email : shilvianalestari@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Rupture perineum sering terjadi pada persalinan khususnya primigravida (Anwar, 2014). Diperkirakan lebih dari 85% wanita melahirkan pervaginam ruptur perineum spontan dan 60-70%. Berdasarkan data yang didapat di Puskesmas Gangga pada bulan Januari – bulan Agustus 2022 jumlah persalinan normal di Puskesmas Gangga sebanyak 235 dan sekitar 115 (48,9%) kasus ruptur perineum.

Tujuan : Mengetahui pengaruh senam hamil terhadap kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin normal di wilayah kerja Puskesmas Gangga.

Metode : Kuasi eksperimen dengan pendekatan non-equevalent control grup. Dengan dua kelompok perlakuan yaitu kelompok kasus dan kontrol. Populasi dalam penelitian ini yaitu ibu hamil TM III di wilayah kerja Puskesmas Gangga dari bulan Oktober-November 2022 sebanyak 55 orang dan sampel yang digunakan adalah ibu bersalin normal di wilayah kerja Puskesmas Gangga sebanyak 20. Sampel kasus dalam penelitian ini menggunakan minimal sampling yaitu 10 orang sampel kontrol dan 10 orang sampel kasus.

Hasil : Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan uji Mann-Whitney Test, didapatkan hasil bahwa nilai p value 0,028 lebih kecil dari $\alpha 0,05$.

Kesimpulan : Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara senam hamil dengan kejadian ruptur perineum di wilayah kerja Puskesmas Gangga.

Kata kunci : Senam hamil, Laserasi Perineum.

Pustaka : 25 buku (2012-2018), 20 karya ilmiah (2016-2021)

Halaman : 58

¹Mahasiswa Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar

^{2,3}Dosen S1 Pendidikan Bidan dan Profesi Bidan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar

PENDAHULUAN

Menurut WHO (2019) Angka Kematian Ibu (AKI) didunia yaitu sebanyak 303.000 jiwa, terdapat 2,7 juta kasus *rupture perineum* pada ibu bersalin, diperkirakan akan mencapai 6,3 juta ditahun 2050 jika tidak mendapatkan perhatian dan penanganan yang baik.

Pada tahun 2017 di ketahui di Indonesia *rupture perineum* di alami oleh 75% ibu melahirkan *pervaginam*, ditemukan dari total 1.951 ibu yang melahirkan spontan *pervaginam*, 57% ibu mendapatkan jahitan *perineum* yaitu 28% karena episiotomi dan 29% karena robekan spontan (Kemenkes RI, 2017).

Rupture perineum sering terjadi pada persalinan khususnya *primigravida* (Anwar, 2014). Penelitian oleh Wulandari terdapat 19 kejadian robekan *perineum* dari 32 persalinan. Diperkirakan lebih dari 85% wanita melahirkan *pervaginam ruptur perineum spontan* dan 60-70% diantaranya membutuhkan penjahitan yang menyebabkan angka *morbiditas* meningkat. *Rupture perineum grade IV* atau total akan menimbulkan infeksi dan perdarahan hebat sehingga kematian ibu dapat terjadi (Amin, 2014).

Pemerintah telah menetapkan program kesehatan ibu hamil pada Peraturan Menteri Kesehatan RI Pasal 48 yaitu senam hamil yang dilakukan melalui penyediaan sarana untuk belajar kelompok bagi ibu hamil. Bidan memiliki peran *promotif* dan *preventif* dalam hal ini pada UU RI Nomor 4 tahun 2019 dalam pelayanan kesehatan ibu sehingga dapat *meminimalisir morbiditas* dan *mortalitas*. Upaya bidan yaitu dengan mengajarkan ibu melakukan senam hamil sebagai persiapan untuk persalinan *fisiologis*. Senam hamil merupakan materi ekstra di kelas ibu hamil yang diharapkan dapat dipraktekkan dirumah. Manfaat senam hamil rutin memberikan banyak manfaat sejak ibu hamil sampai ibu bersalin khususnya meningkatkan *elastisitas perineum*

(Pedoman Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil, 2014).

Berdasarkan hasil wawancara dengan bidan yang melakukan kelas ibu di Puskesmas Gangga ternyata didapatkan bahwa tidak semua ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Gangga melakukan senam hamil karena terbatasnya peserta dan dana di Puskesmas Gangga.

Pada bulan Januari – bulan Agustus 2022 jumlah persalinan normal di Puskesmas Gangga sebanyak 235 dan sekitar 115 (48.9%) kasus *rupture perineum*.

Berdasarkan uraian di atas dan data yang di peroleh oleh peneliti di Puskesmas Gangga , maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Senam Hamil Terhadap Kejadian *Rupture Perineum* Pada Ibu Bersalin Normal Di Wilayah Kerja Puskesmas Gangga”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian dengan metode kuasi eksperimen (Quasi Experiment Methode) dengan pendekatan non-equevalent control grup. Metode penelitian kuasi eksperimen merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh pada sesuatu yang diberi perlakuan terhadap yang lain dalam kondisi yang dapat dikendalikan (Sugiyono,2018). Pendekatan non-equivalent control grup mengharuskan adanya kelompok eksperimen dan control).

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu ibu hamil TM III di wilayah kerja Puskesmas Gangga dari bulan Oktober-November 2022. Populasi pada penelitian ini yaitu sebanyak 55 ibu hamil.

Sampel pada penelitan ini ada 2 yaitu sampel kasus dan sampel kontrol dimana Teknik sampling yang digunakan yaitu minimal sampling sebanyak 20 ibu hamil. 10 sampel kasus dan 10 sampel kontrol.

Penelitian ini tekah dilaksanakan dibulan Desember 2022 di wilayah kerja Puskesmas Gangga.

Data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan data primer yaitu dengan mengobservasi pasien secara langsung yakni dengan mengobservasi frekuensi ibu hamil melakukan senam hamil dan mengobservasi ruptur perineum ibu bersalin. Sedangkan senam hamil yang dilakukan menggunakan SOP.

Data dianalisis menggunakan analisis univariat yang digunakan untuk melihat distribusi frekuensi responden. Variabel independent yaitu senam hamil dan variabel dependen yaitu ruptur perineum. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh senam hamil terhadap kejadian ruptur perineum, pada ibu bersalin normal menggunakan uji normalitas dilanjutkan dengan uji Mann-Whitney Test.

HASIL PENELITIAN

1. Profil Lokasi Penelitian

UPT BLUD Puskesmas Gangga, dengan alamat jalan raya gondang-bayan, Desa Gondang, Kecamatan Gangga, Kabupaten Lombok Utara, Provinsi Nusa Tenggara Barat. UPT BLUD Puskesmas Gangga merupakan salah satu fasilitas kesehatan milik pemerintah dibawah naungan Dinas Kesehatan Kabupaten Lombok Utara yang sudah terakreditasi, memiliki 8 wilayah kerja yaitu Desa Bentek, Desa Seelos, Desa Gondang, Desa Genggelang, Desa Segara Katon, Desa Rempek, Desa Rempek Darussalam, dan Desa Sambik Bangkol dan mempunyai Luas wilayah 157,4 km².

2. Hasil Analisa Univariat

a. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur

Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur di Wilayah Kerja Puskesmas Gangga

Sumber : Data Sekunder, 2022

b. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan di Wilayah Kerja Puskesmas Gangga

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Sekolah/Tidak Tamat SD	2	10
SD	3	15
SMP	2	10
SMA	13	65
Jumlah	20	100

Sumber : Data Sekunder, 2022

c. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Paritas

Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Paritas di Wilayah Kerja Puskesmas Gangga

Paritas	Frekuensi	Persentase (%)
Primipara	5	25
Multipara	15	75
Jumlah	20	100

Sumber : Data Sekunder, 2022

d. Distribusi Frekuensi Senam Hamil Ibu Bersalin Normal

Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Senam Hamil Pada Ibu Bersalin Normal di Wilayah Kerja Puskesmas Gangga

Senam Hamil	Frekuensi	Persentase (%)
Senam Hamil Tidak	10	50
Senam Hamil	10	50
Jumlah	20	100

Sumber : Data Primer, 2022

e. Distribusi Frekuensi Kejadian Rupture Perineum

Tabel 4.5. Distribusi Frekuensi Kejadian Rupture Perineum Pada Ibu Bersalin Normal di Wilayah Kerja Puskesmas Gangga

Rupture Perineum	Frekuensi	Persentase (%)
Rupture Tidak	11	55
Rupture	9	45
Jumlah	20	100

Sumber : Data Primer, 2022

3. Hasil Analisa Bivariat

Tabel 4.6. Analisis Data Uji Normalitas Senam Hamil Terhadap Kejadian *Rupture Perineum* Pada Ibu Bersalin Normal di Wilayah Kerja Puskesmas Gangga

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Rupture Perineum	.361	20	<,001	.637	20	<,001
Senam Hamil	.335	20	<,001	.641	20	<,001

Tabel 4.7. Pengaruh Senam Hamil Terhadap Kejadian *Rupture Perineum* Pada Ibu Bersalin Normal di Wilayah Kerja Puskesmas Gangga

Senam Hamil	Ruptur Perineum				Total	P value
	Ada Rupture Perineum	%	Tidak Ada Rupture Perineum	%		
Senam Hamil	3	15	7	35	10	0,028
Tidak Senam Hamil	8	40	2	10	10	
Total	11	55	9	45	20	

Sumber : Data Primer, 2022

PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

a. Distribusi frekuensi responden

Berdasarkan Tabel 4.1 sebagian besar responden berusia antara 20-35 tahun sebanyak 14 orang (70%), dan berusia >35 tahun sebanyak 2 orang (10%).

Dilihat dari pendidikan responden pada tabel 4.2 dimana sebagian besar responden berpendidikan SMA sebanyak 13 (65%) responden, 3 (15%) responden berpendidikan SD, dan paling rendah responden berpendidikan SMP dan tidak sekolah/tidak tamat SD sebanyak 2 (10%) responden.

Berdasarkan Tabel 4.3 terdapat 5 orang (25%) responden yang primipara dan 15 orang (75%) responden multipara.

Responden yang bersedia untuk dijadikan kelompok kasus yang diberikan perlakuan senam hamil yaitu rata-rata berpendidikan SMA, berusia sekitar 20-35 tahun dan sebagian besar multipara.

Senam hamil merupakan olahraga ringan yang baik diberikan untuk ibu hamil dalam menyiapkan proses persalinan. Senam hamil adalah olahraga untuk memperbaiki dan mempertahankan keseimbangan fisik pada ibu hamil yang bertujuan untuk mempermudah proses persalinan (Inding, 2016).

b. Kelompok yang diberikan perlakuan senam hamil

Berdasarkan tabel 4.4 diperoleh hasil bahwa 10 orang (50%) responden diberikan perlakuan senam hamil. Kemudian dilihat dari tabel 4.6 diperoleh hasil bahwa dari 10 responden yang mengikuti senam hamil terdapat 7 orang (35%) ibu bersalin normal yang tidak mengalami ruptur perineum.

Senam hamil merupakan latihan gerakan sederhana dengan tujuan untuk membuat fleksibilitas otot panggul, mengatur relaksasi dan pernafasan. Senam hamil berpengaruh terhadap penurunan nyeri punggung karena senam hamil merupakan serangkaian latihan fisik untuk mengelastikan otot-otot ligament terutama pada daerah punggung belakang dan menurunkan terjadinya perdarahan selama proses persalinan (Intarti, 2017).

Rupture perineum terjadi pada hampir semua persalinan pertama dan tidak jarang juga pada persalinan berikutnya. Rupture perineum umumnya terjadi di garis tengah dan bisa menjadi luas apabila kepala janin lahir terlalu cepat, sudut arkus pubis lebih kecil

dari biasa, kepala janin melewati pintu panggul bawah dengan ukuran yang lebih besar daripada sirkumferensia suboksipito bregmatika (Sari, 2014). Menurut Rukiyah (2012), robekan ini dapat dihindari atau dikurangi dengan menjaga jangan sampai dasar panggul dilalui oleh kepala janin dengan cepat.

c. Kelompok yang tidak diberikan perlakuan senam hamil

Berdasarkan tabel 4.6 diperoleh hasil bahwa terdapat dari 10 responden yang tidak mengikuti senam hamil terdapat 8 orang (40%) ibu bersalin normal mengalami ruptur perineum.

Senam Hamil, adalah program kebugaran yang di peruntuhkan bagi ibu hamil dalam rangka mengencangkan sistem tubuh dan menyiapkan otot-otot yang di perlukan sebagai tambahan yang harus di alami selama kehamilan meskipun aktivitas rutin sering di lakukan gerakan yang di berikan kepada ibu hamil untuk menghadapi dan mempersiapkan persalinan yang cepat aman dan spontan (Hulina, 2014).

2. Analisa Bivariat

Pengaruh Senam Hamil Terhadap Kejadian Rupture Perineum Pada Ibu Bersalin Normal di Wilayah Kerja Puskesmas Gangga

Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan uji Mann-Whitney Test, dapat di ketahui bahwa nilai p value = 0,028 lebih kecil dari $\alpha=0,05$. maka H_0 diterima dan H_a ditolak artinya ada pengaruh senam hamil terhadap kejadian ruptur perineum.

Senam hamil bukan merupakan keharusan. Namun, 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, serta melatih cara mengedan yang benar. Kesiapan ini merupakan bekal penting bagi calon ibu saat persalinan (Jannah, 2012).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Juli Gladis Claudia dan Wirdawaty S Adam (2018), diperoleh jumlah ibu hamil yang rutin mengikuti senam hamil sebanyak 51 orang trimester III pada bulan November sampai Desember. Diketahui hasil bahwa, 22 orang mengalami robekan perineum derajat II rutin mengikuti senam hamil, 13 orang yang mengalami robekan perineum derajat III yang tidak rutin mengikuti senam hamil, kemudian terdapat 16 orang yang tidak mengalami robekan perineum yang terdiri dari 11 orang yang rutin mengikuti senam hamil dan 5 orang yang tidak rutin mengikuti senam hamil.

Menurut asumsi peneliti responden yang aktif mengikuti senam hamil sebagian besar tidak mengalami robekan perineum dikarenakan senam hamil yang dilakukan secara teratur sehingga dapat membantu elastisitas otot dasar panggul. Hal ini sesuai dengan teori bahwa dengan mengikuti senam hamil dapat bermanfaat dalam proses persalinan, memperkuat dan mempertahankan elastisitas pada saat mengejan otot-otot dasar panggul dan otot paha bagian dalam mengendur secara aktif sehingga otot dasar panggul yang lemas tidak akan mudah robek saat melahirkan.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan analisis data dan pembahasan maka selanjutnya disimpulkan sebagai berikut:

1. Dari data distribusi frekuensi responden dapat disimpulkan bahwa dari 20 responden sebagian besar responden berusia antara 20-35 tahun sebanyak 14 orang (70%). Responden sebagian besar berpendidikan SMA sebanyak 13 orang (65%) dan sebagian besar responden adalah multipara yaitu sebanyak 15 orang (75%).
2. Dari data kelompok yang diberikan perlakuan senam hamil dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden yang mengikuti senam hamil tidak mengalami ruptur perineum yaitu sebanyak 7 responden (35%).
3. Dari data kelompok yang tidak diberikan perlakuan senam hamil dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden yang tidak mengikuti senam hamil mengalami ruptur perineum sebanyak 8 responden (40%).
4. Dari hasil analisis dengan menggunakan uji Mann-Whitney Test, dapat diketahui bahwa nilai p value = 0,028 lebih kecil dari $\alpha=0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara senam hamil terhadap kejadian ruptur perineum.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin. 2014. *Buku panduan praktik klinik bagi dokter di fasilitas pelayanan kesehatan primer*. Jakarta : Ikatan Dokter Indonesia dan Direktur Jenderal Bina Upaya Kesehatan.
- Anwar, M., Baziad A., dan Prabowo, P. 2014. *Ilmu kandungan*. Ed. 3. Jakarta : PT. Bina Pustaka Sarwono, hlm. 323; 329 – 330.
- Claudia, dkk. 2018. *Efektifitas Senam Hamil terhadap Kejadian Rupture Perineum pada Ibu Bersalin di Puskesmas Limboto*. GJPH, Volume 1, Nomor 1, April 2018
- Depkes RI. 2017. *Pedoman Kelas Ibu Hamil*. Jakarta : Departemen Kesehatan RI.
- Huliana M. 2014. *Pedoman menjalani kehamilan sehat*. Jakarta: Puspa Swara.
- Inding, Ilmiati. 2016. *Pengaruh Senam Hamil Terhadap Perubahan Derajat Nyeri Pada Ibu Hamil Yang Menderita Nyeri Pinggang Bawah*. Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. Makassar.
- Intarti, Wiwit Desi., Puspitasari, Lina. 2017. *Kontribusi Senam Ibu Hamil Trimester III Dalam Pengurangan Nyeri Pinggang*. Jurnal Ilmiah Kebidanan, Vol. 8, No. 1, Juni 2017. Halaman 17-27.
- Jannah. 2012. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Yogyakarta: CV Andi Offset
- Kemendes RI 2017, *Data Rupture Perineum*. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
- Rukiyah, Ai Yeyen. 2012. *Asuhan Kebidanan IV*. Jakarta : TIM
- Sari Eka Puspita. 2014. *Asuhan Kebidanan Persalinan*. Jakarta : TIM
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- WHO, 2019, *World Health Statistics World Health Organization*