

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU HAMIL TERHADAP PELAKSANAAN SENAM HAMIL DI PUSKESMAS TURIKALE MAROS

Irnowati

STIKES Nani Hasanuddin Makassar

Alamat korespondensi: irnawati731@yahoo.com/085331488880

ABSTRAK

Selama kehamilan seorang ibu akan mengalami berbagai perubahan-perubahan baik anatomis maupun fisiologis. Senam hamil merupakan terapi latihan gerak untuk mempersiapkan ibu hamil, secara fisik atau mental pada persalinan cepat, aman, dan spontan. Pengetahuan dan sikap merupakan faktor terbentuknya perilaku. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil terhadap pelaksanaan senam hamil. Jenis penelitian ini adalah Deskriptif analitik dengan metode penelitian pendekatan cross sectional study yaitu untuk melihat adanya hubungan pengetahuan dan sikap terhadap pelaksanaan senam hamil. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara total sampling adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel dengan jumlah sampel sebanyak 32 orang. Waktu penelitian pada 10 Desember 2015 – 31 Desember 2015. Data dikumpulkan dari klien dengan tehnik kuesioner. Analisis data yang digunakan adalah univariat dan bivariat. Kemudian disajikan dalam tabulasi silang dan uji hipotesis dengan uji statistik *Chi-square* dengan nilai kemaknaan 0,05. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan terhadap pelaksanaan senam hamil diperoleh hasil uji statistik *Chi-square* dengan nilai $p=0,000$, dan hasil penelitian berdasarkan sikap terhadap pelaksanaan senam hamil diperoleh hasil uji statistik *Chi-square* dengan nilai $p=0,000$. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara pengetahuan dan sikap terhadap pelaksanaan senam hamil di Puskesmas Turikale Maros. Berdasarkan hasil penelitian tersebut penulis menyarankan meningkatkan promosi kesehatan tentang senam hamil, dan meningkatkan program senam hamil untuk ibu-ibu hamil.

Kata kunci : Pengetahuan, Sikap, Senam Hamil

PENDAHULUAN

Kehamilan dan persalinan adalah peristiwa alamiah yang dialami oleh seorang ibu, tetapi bagi ibu yang hamil anak pertama, hal ini sering di anggap sebagai peristiwa yang mencemaskan. Bagi ibu hamil segala sesuatu yang berada di sekitar hidupnya akan berpengaruh langsung pada dirinya. Oleh karena itu, banyak ibu hamil akan mengurangi pekerjaannya dengan cara mengurangi pekerjaan yang membutuhkan otot. Yaitu, tidak menggunakan pekerjaan jasmani, sehinggah otot-otot dan sendi dalam tubuh makin tidak efisien kerjanya. Sebagai akibatnya, otot-otot dan sendi akan kaku tidak elastis dan lemah. Padahal, nantinya pada saat persalinan, bagi ibu yang melahirkan dibutuhkan otot-otot dan sendi yang kuat dan elastis. Untuk mengatasi hal tersebut, salah satu caranya adalah dengan mengikuti senam hamil. Senam hamil sangat berperan dalam mempersiapkan proses kelahiran ibu hamil di karenakan perubahan fisik dan perubahan psikis yang dialaminya. (Maryunani, 2011).

Berdasarkan data World Healthy Organization (WHO) salah satu penyebab faktor kematian ibu 60% - 80% adalah pendarahan pada saat melahirkan, persalinan macet, sepsis, tekanan darah tinggi pada saat kehamilan dan terjadinya komplikasi kehamilan. WHO memperkirakan di seluruh dunia setiap tahunnya lebih dari 585.000 ibu meninggal pada saat hamil atau bersalin di Asia (Martadiala, 2013).

Data kementrian kesehatan menunjukkan bahwa jumlah ibu hamil pada tahun 2014 berjumlah 5.290.235 jiwa sedangkan jumlah ibu hamil di provinsi sulawesi selatan pada tahun 2014 menurut Bkkbn 184.163 jiwa (Depkes RI, 2014). Data jumlah pasien ibu hamil di Puskesmas Turikale Maros tahun 2014 sebanyak 550 orang sedangkan bulan Agustus 2014 sebanyak 63 orang.

Berdasarkan data yang didapat dari Puskesmas Turikale Maros, jumlah ibu hamil yang berkunjung ada 32 orang selama bulan September dan berdasarkan wawancara yang telah dilakukan pada 7 ibu hamil di Puskesmas Turikale Maros didapatkan 5 orang diantaranya tidak mengetahui tentang senam hamil, manfaat, tata cara, dan persyaratan yang harus diperhatikan dalam melakukan senam hamil, ibu hamil tersebut juga belum melakukan senam hamil dan 2 diantaranya mengetahui

tentang senam hamil, mereka mengetahui senam hamil karena mendapatkan informasi dari media cetak (majalah, koran) dan media elektronik (televise), petugas kesehatan serta keluarga dan melakukan senam hamil, akan tetapi belum rutin. Kurangnya minat ibu hamil dalam melakukan senam hamil tersebut juga dipengaruhi oleh tidak aktifnya kegiatan senam hamil.

Terkait latar belakang di atas, maka penulis tertarik melakukan penelitian tentang “Hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil terhadap pelaksanaan senam hamil di Puskesmas Turikale Maros”.

METODE PENELITIAN

Lokasi, populasi, dan sampel

Desain penelitian yang digunakan adalah *Deskriptif analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian ini dilakukan Puskesmas Turikale Maros dan waktu penelitian akan dilakukan pada bulan Oktober 2015.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil di Puskesmas Turikale Maros pada bulan September sebanyak 32 orang dengan jumlah sampel sebanyak 32 sampel.

Pengumpulan data

1. Data primer diperoleh secara langsung dengan melakukan sendiri pengumpulan (wawancara, angket, kuesioner, observasi, test) terhadap objek. Data masih merupakan data mentah yang belum mengalami proses analisis.
2. Data sekunder yaitu data yang berasal dari olahan data primer. Data ini diambil dari Puskesmas.

Analisa data

1. Analisis Univariat

Digunakan untuk mendeskripsikan variabel penelitian guna memperoleh gambaran atau karakteristik sebelum dilakukan analisis bivariat.

2. Analisa Bivariat

Dilaksanakan untuk mengetahui adanya hubungan variabel dependen terhadap variabel independen dengan menggunakan statistik. Uji statistik yang dipakai untuk menguji hubungan variabel independen terhadap variabel dependen yaitu dengan menggunakan system komputerisasi SPSS versi 16 dengan *Chi-square* memiliki kemaknaan $\alpha = 0,05$.

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

Setelah dilakukan analisis univariat, maka diperoleh gambaran karakteristik sebagai berikut :

a. Kelompok Umur

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Umur di Puskesmas Turikale Maros

Kelompok umur	n	%
20 - 30 Tahun	27	84.3
> 30 Tahun	5	15.6
Total	32	100.0

Berdasarkan dari tabel 1 menunjukkan bahwa dari 32 responden yang di teliti di Puskesmas Turikale Maros, usia responden terbanyak adalah 20-30 sebanyak 27 responden (84,3%).

b. Trimester kehamilan

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Trimester Kehamilan di Puskesmas Turikale Maros

Trimester kehamilan	n	%
II	16	50
III	16	50
Total	32	100.0

Berdasarkan dari tabel 2 menunjukkan bahwa dari 32 responden yang berada pada trimester II sebanyak 16 responden (50%) dan pada trimester III sebanyak 16 responden (50%).

c. Pengetahuan

Tabel 3. Distribusi Responden berdasarkan Pengetahuan tentang senam hamil di Puskesmas Turikale Maros

Pengetahuan	n	%
Baik	16	50

Kurang	16	50
Total	32	100.0

Berdasarkan dari tabel 3 menunjukkan bahwa dari 32 responden terdapat 16 responden (50%) yang pengetahuannya baik dan 16 responden (50%) yang pengetahuannya kurang.

d. Sikap

Tabel 4. Distribusi responden berdasarkan sikap di Puskesmas Turikale Maros

Sikap	n	%
Positif	14	43.8
Negatif	18	56.2
Total	32	100.0

Berdasarkan dari tabel 4 menunjukkan bahwa terdapat 14 responden (43,8%) yang sikapnya positif terhadap senam hamil, dan 18 responden (56,2%) bersikap negatif terhadap senam hamil.

e. Pelaksanaan Senam Hamil

Tabel 5. Distribusi responden berdasarkan pelaksanaan senam hamil di Puskesmas Turikale Maros

Pelaksanaan Senam Hamil	n	%
Melaksanakan	15	46.9
Tidak Melaksanakan	17	53.1
Total	32	100.0

Berdasarkan dari tabel 5 menunjukkan bahwa terdapat 15 responden (46,9%) yang melaksanakan senam hamil dan 17 responden (53,1%) yang tidak melaksanakan senam hamil.

2. Analisis bivariat

Untuk mengetahui terdapat atau tidak terdapat hubungan antara variable dependen dan independen.

a. Hubungan pengetahuan terhadap pelaksanaan senam hamil di Puskesmas Turikale Maros

Tabel 6. Distribusi hubungan pengetahuan terhadap pelaksanaan senam hamil di Puskesmas Turikale Maros

Pengetahuan	Pelaksanaan senam hamil				Total	
	Melaksanakan		Tidak melaksanakan			
	n	%	n	%	n	%
Baik	15	46.8	1	3.1	16	50
Kurang	0	0	16	50	16	50
Total	15	46.8	17	53.1	32	100
$p=0,000$						

Pada tabel 6 menunjukkan bahwa terdapat 15 responden (46,8%) yang berpengetahuan baik dan pelaksanaan senam hamilnya tergolong dalam kategori melaksanakan. Sedangkan terdapat 16 responden (50%) yang pengetahuannya kurang dan tidak melaksanakan senam hamil.

Hasil uji statistik memperlihatkan χ^2 hitung sebesar 28.235 sedangkan χ^2 tabel berdasarkan $df= 1$ dengan taraf signifikansi 5% sebesar 24.596 dan nilai signifikansi sebesar 0,000. Oleh karena χ^2 hitung $>\chi^2$ tabel ($28.235>24.596$) dan nilai signifikansi lebih kecil dari 5% ($p=0.000<\alpha=0.05$) maka H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya ada hubungan yang bermakna signifikan antara pengetahuan terhadap pelaksanaan senam hamil di Puskesmas Turikale Maros.

b. Hubungan sikap terhadap pelaksanaan senam hamil di Puskesmas Turikale Maros

Tabel 7. Distribusi hubungan sikap terhadap pelaksanaan senam hamil Di Puskesmas Turikale Maros.

Sikap	Pelaksanaan senam hamil				Total	
	Melaksanakan		Tidak melaksanakan			
	n	%	n	%	n	%
Positif	14	43.7	0	0	14	43.7
Negatif	1	3.1	17	53.1	18	56.2
Total	15	46.8	17	53.1	32	100
$p=0,000$						

Pada tabel 7 Menunjukkan bahwa terdapat 14 responden (43,7%) yang bersikap positif dan pelaksanaan senam hamilnya tergolong dalam kategori melaksanakan. Sedangkan terdapat 17 responden (53,1%) yang sikapnya negatif dan tidak melaksanakan senam hamil.

Hasil uji statistik memperlihatkan hitung sebesar 28.207, sedangkan χ^2 tabel berdasarkan $df= 1$ dengan taraf signifikansi 5% sebesar 24.542 dan nilai signifikansi dan nilai signifikansi sebesar 0,000. Oleh karena χ^2 hitung tabel $>\chi^2(28.207>24.542)$ dan nilai signifikansi lebih kecil dari 5% ($p=0.000<\alpha=0.05$), maka H_a diterima dan H_o ditolak, artinya ada hubungan yang bermakna (signifikan) antara sikap terhadap pelaksanaan senam hamil di Puskesmas Turikale Maros.,

PEMBAHASAN

1. Hubungan antara pengetahuan terhadap pelaksanaan senam hamil di Puskesmas Turikale Maros.

Berdasarkan tabel 6 dapat dilihat dengan jelas bahwa dari 32 responden. Responden yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 16 orang (50%) dimana yang tidak melaksanakan senam hamil sebanyak 16 orang (50%), pengetahuan kurang di karenakan, kurangnya motivasi untuk mengetahui dan melaksanakan program senam hamil. Hal tersebut di sebabkan karena responden belum mengetahui manfaat senam hamil dengan jelas. Responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 16 orang (50%), dimana yang tidak melaksanakan senam hamil ada 1 orang (3,1%) dikarenakan beberapa faktor penghambat juga mempengaruhi pelaksanaan senam hamil yaitu rasa malas dan tidak adanya keinginan serta kurangnya motivasi untuk melakukan senam hamil, sedangkan yang melaksanakan senam hamil sebanyak 15 orang (46,8%) bahwa dimana pengetahuan ibu sangat baik tentang senam hamil menunjukkan hal yang positif. Nilai signifikansi lebih kecil dari 5% ($p=0.000<\alpha=0.05$). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Isni K, (2009) “Hubungan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil pada ibu hamil di Poliklinik kebidanan RSUD dr. Sard-jito, Yogyakarta” diperoleh nilai $p=0,043$ ($p<0,05$), dan hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuliasari (2010) “Hubungan pengetahuan dan sikap dengan pelaksanaan senam hamil di Puskesmas Ciputat Tangerang Selatan diperoleh nilai p value= 0,037, yang berarti ada hubungan antara pengetahuan dengan pelaksanaan senam hamil” ($p<0,05$) dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan frekuensi senam hamil pada ibu hamil.

Ibu hamil melakukan senam hamil dikarenakan adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu yaitu pengetahuan tentang senam hamil. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan cukup tinggi mengenai senam hamil meyakini bahwa senam hamil merupakan awal yang baik untuk persiapan memperlancar proses persalinan, maka cenderung untuk melakukan senam hamil. Sebaliknya ibu hamil yang berpengetahuan kurang, cenderung tidak berkeinginan untuk melaksanakan senam hamil. Hal ini dapat disebabkan ibu hamil belum memahami senam hamil baik langkah-langkah gerakan senam serta manfaat-manfaat yang dapat berdampak positif bagi kehamilan dan proses persalinan.

Peneliti berasumsi, bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil dengan pelaksanaan senam hamil. Oleh karena itu sangatlah penting bagi tenaga kesehatan di Puskesmas Turikale Maros untuk memberikan lebih banyak informasi dan motivasi tentang senam hamil sehingga diharapkan dengan mempunyai pengetahuan yang tinggi dan adanya motivasi dari pelayanan kesehatan tentang senam hamil, maka ibu-ibu hamil tersebut memiliki keinginan untuk melakukan senam hamil karena pengetahuan tersebut akan menjadi dasar yang kuat untuk menumbuhkan suatu perilaku (tindakan).

2. Hubungan antara sikap dengan pelaksanaan senam hamil di Puskesmas Turikale Maros

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa dari 32 responden. Responden yang memiliki sikap negatif sebanyak 18 orang (56,2%), dimana yang tidak melaksanakan senam hamil sebanyak 17 orang (53,1%) hal ini disebabkan karena responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang senam hamil, sehingga tidak adanya keinginan yang kuat untuk melakukan senam hamil, selain itu dari pernyataan beberapa responden didapatkan bahwa tanpa senam hamil proses persalinan dapat berjalan dengan lancar, dan yang melaksanakan senam hamil ada 1 orang (3,1%) dimana ibu hamil tersebut hanya melakukan rutinitas yang dilaksanakan di Puskesmas Turikale Maros. Sedangkan responden yang mempunyai sikap positif sebanyak 14 orang (43,7%), dimana yang melaksanakan senam hamil sebanyak 14 orang (43,7%) hal ini dikarenakan mayoritas responden memiliki pengetahuan yang baik tentang senam hamil, sehingga ada keinginan yang kuat untuk melakukan senam hamil. Nilai signifikansi lebih kecil dari 5% ($p=0.000 < \alpha=0.05$). Penelitian ini sejalan yang dilakukan oleh Yuliasari (2010) "Hubungan pengetahuan dan sikap dengan pelaksanaan senam hamil di Puskesmas Ciputat Tangerang Selatan" diperoleh nilai p value=0,001, yang berarti ada hubungan antara sikap dengan pelaksanaan senam hamil ($p < 0,05$), dan tidak sejalan dengan penelitian wismento (2003) yakni hasil korelasi antara sikap dengan perilaku sebesar 0,366.

Sikap sebagai penentuan yang dilakukan individu atau merupakan pernyataan (ekspresi) tentang seseorang yang menyukai atau tidak menyukai terhadap objek (stimulus) (Ajzen & Fishbein).

Peneliti berasumsi, bahwa ada hubungan antara sikap dengan pelaksanaan senam hamil karena sikap yang muncul disini bisa diartikan apabila semakin baik (positif) sikap ibu hamil terhadap program senam hamil, akan cenderung untuk melakukan senam hamil, sedangkan sikap yang negatif terhadap senam hamil akan cenderung untuk kurang aktif dalam pelaksanaan senam hamil.

Perubahan perilaku dalam hal kerja sama berbagai kegiatan merupakan hasil dari adanya perubahan setelah proses belajar, yaitu proses perubahan sikap yang tadinya tidak percaya diri menjadi lebih percaya diri karena pengetahuan atau keterampilannya yang semakin bertambah. Perubahan perilaku terjadi karena adanya perubahan (penambahan) pengetahuan atau keterampilan serta adanya perubahan sikap yang sangat jelas, jadi sikap yang positif dari ibu hamil akan cenderung untuk melakukan senam hamil, sedangkan sikap yang negatif terhadap senam hamil akan cenderung untuk tidak melakukan senam hamil.

KESIMPULAN

1. Terdapat hubungan yang bermakna (signifikan) antara pengetahuan terhadap pelaksanaan senam hamil di Puskesmas Turikale Maros.
2. Terdapat hubungan yang bermakna (signifikan) antara sikap terhadap pelaksanaan senam hamil di Puskesmas Turikale Maros.

SARAN

1. Diharapkan ibu hamil dapat meningkatkan motivasi untuk melakukan senam hamil, mengingat bahwa senam hamil itu sangat penting untuk dilaksanakan dalam memperlancar proses persalinan.
2. Diharapkan ibu hamil melaksanakan senam hamil dalam mempersiapkan menghadapi persalinan agar persalinan menjadi aman dan lancar.
3. Rumah bersalin salah satu pelayanan kesehatan yang berbasis preventif, promotif dan kuratif, maka diperlukan bagi tenaga kesehatan untuk melakukan promosi kesehatan mengenai senam hamil pada ibu hamil dan meningkatkan program senam hamil agar ibu hamil tertarik dan berminat untuk melakukan senam hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariani Putri, Ayu. 2014. Aplikasi Metodologi Penelitian Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi. Yogyakarta : Nuha Medika
- Aulia. 2014. Hamil Sehat dengan Beragam Olahraga Ibu Hamil. Yogyakarta : Buku Biru
- Annisa Fitri Aulya. 2013. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Senam Hamil Dengan Pelaksanaan Senam Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Perkotaan Rasimah Ahmad, (online), (<http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/19341>, sitasi 23 November 2014)

- Hidayat, A.Aziz Alimul. 2014. Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisis Data. Jakarta : Salemba Medika
- Maryunani, Anik & Yetty S. 2011. Senam Hamil Senam Nifas dan Terapi Musik. Jakarta : Trans Info Media
- Nirwana, Ade Benih. 2011. Kapita Selekta Kehamilan. Nuha Medika. Yogyakarta
- Riyanto, Agus. 2011. Metode Penelitian Kesehatan. Yogyakarta :Nuha Medika
- Salam, Nur. 2014. Metode Penelitian Ilmu Keperawatan . Jakarta : Salemba Medika
- Martadia, Annisa, 2013. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil terhadap Penerapan P4K (Program Perencanaan Persalinan dan Pencegahan Komplikasi) di Aur Birugo Tigo Baleh Bukittinggi tahun 2013, (online), (<http://karyaanakstikes.blogspot.com/2013/12/hubungan-pengetahuan-dengan-sikap-ibu.html>, sitasi 23 November 2014)
- Febyanti, Niken Kurnia dan Susilawati, Dwi. 2012. Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Antenatal Care terhadap Perilaku Kunjungan Kehamilan, (online), (<http://respository.uingkk.ac.id/dspace/handle/123456789/2397>, sitasi 23 November 2014)