

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Persalinan adalah proses keluarnya bayi dan plasenta dari rahim ibu dengan masa gestasi yang cukup yaitu 38 sampai dengan 42 minggu. Persalinan normal adalah proses pengeluaran fetus yang dapat hidup, plasenta, dan selaput membrane ke dunia luar melalui jalan lahir. Persalinan normal adalah lahirnya fetus tunggal yang aterm, persalinan spontan tanpa induksi dan alat bantu yang terjadi dalam waktu 4-24 jam, serta tidak mengalami komplikasi yang diikuti dengan persalinan plasenta secara spontan (Rejeki, 2020).

Lamanya persalinan yang dibutuhkan dalam proses membuka dan menipisnya serviks, dan janin turun kedalam jalan lahir. Kala II yang lebih lama dari 2 jam untuk primigravida atau 1 jam untuk multipara dianggap abnormal. Persalinan lama disebabkan karena kontraksi yang tidak adekuat, dan jalan lahir seperti malpresentasi atau malposisi janin belum saatnya melahirkan (kontraksi palsu), maka laten memanjang (pembukaan jalan lahir kurang dari 4 cm), inersia uteri (kontraksi rahim melemah atau kekuatan kontraksi rahim tidak sesuai dengan besarnya pembukaan serviks), janin terlalu besar. (Martini, 2020)

Menurut Choundhury, (2007) sebagian kematian maternal dan perinatal banyak terjadi pada saat persalinan. Salah satu penyebabnya adalah kala II lama (37%) dan asfiksia pada bayi (35,9%). Penyebab kala II lama diantaranya posisi saat melahirkan, pimpinan partus yang salah, kelainan his, cara

mengedan yang salah sehingga dapat menyebabkan asfiksia pada bayi, kematian janin, inersia uteri, dan kelelahan pada ibu (Damayanti, 2019).

Kelainan faktor tenaga bisa disebabkan karena terjadinya inersia (his yang tidak sesuai fasenya), his tidak teratur, tidak ada koordinasi dan sinkronisasi antara kontraksi bagian bagiannya dan his yang terlalu kuat dan terlalu sering sehingga tidak ada relaksasi rahim. Hal tersebut di atas dapat menyebabkan kemacetan persalinan, jika tidak segera ditangani maka akan menyebabkan gawat janin, dan rahim ibu pecah. Upaya yang bisa dilakukan ibu hamil agar persalinan berjalan lancar dapat dikendalikan dengan melakukan senam hamil. (Martini, 2020)

Senam hamil akan memberikan persalinan yang lebih baik, dibandingkan pada ibu hamil yang tidak melakukan senam hamil. Kegunaan senam hamil dilaporkan akan mengurangi terjadinya berat badan bayi lahir rendah, adanya penurunan kelainan denyut jantung, tali pusat dan mekonium, penurunan penggunaan tenaga, berkurangnya rasa sakit, dan mengurangi terjadinya persalinan prematur. Senam hamil juga dapat mengurangi resiko stres dan nyeri pada saat melahirkan. Selain itu inti dari senam sendiri adalah melatih pernafasan menjelang persalinan, sehingga pada saat menjelang kelahiran bayi, ibu bisa rileks, dan menguasai keadaan. (Martini, 2020)

Data dari Dinkes Kota Tasikmalaya, Angka Kematian Ibu (AKI) pada tahun 2025 sebanyak 8 kasus, sedangkan Angka Kematian Bayi pada tahun 2025 sebanyak 64 kasus. Penyebab dari AKI di Kota Tasikmalaya dikarenakan partus lama, preeklampsia, dan perdarahan. Sedangkan AKB di Kota

Tasikmalaya sebagian besar disebabkan karena asfiksia neonatorum dan BBLR.

Pergerakan tubuh saat kehamilan penting dilakukan sesuai kemampuan ibu, dalam upaya mencegah berbagai risiko hipertensi dan diabetes melitus gestasional. Selain itu, varises dan penggumpalan darah juga berkaitan dengan terlalu banyak duduk saat hamil. Kematian ibu hamil dan bayi baru lahir merupakan indikator keberhasilan pelayanan kesehatan, khususnya pelayanan kebidanan dan perinatal. Partus lama merupakan salah satu penyebab yang menimbulkan masalah tersebut. Tenaga, jalan lahir dan janin merupakan faktor penyebab persalinan memanjang atau partus lama (Sigalingging, 2021)

Keluhan yang dialami ibu saat persalinan dapat berujung pada partus lama, partus lama adalah ketika persalinan terjadi lebih dari 24 jam pada primipara. Partus lama ditandai dengan fase laten yang berlangsung lebih dari 8 jam, persalinan terjadi selama 12 jam atau lebih tanpa kelahiran bayi. Dan dilatasi serviks disebelah kanan garis waspada pada partograf. Salah satu komplikasi partus lama yang mengakibatkan kematian bayi adalah asfiksia neonatorum, suatu kondisi dimana bayi baru lahir tidak dapat bernafas normal segera setelah lahir (Wahyuni, 2024).

Hal ini dapat terjadi akibat ketidaksesuaian munculnya his dengan fasenya (inersia his) sehingga tidak ada relaksasi rahim yang menyebabkan kemacetan pada persalinan. Jika tidak ditangani segera, dapat menyebabkan gawat janin dan pecahnya rahim ibu. Hal yang dapat dilakukan oleh ibu hamil untuk kelancaran persalinan adalah dengan melakukan senam hamil.

(Wahyuni, 2024).

Senam hamil merupakan suatu program latihan bagi ibu hamil sehat untuk mempersiapkan kondisi fisik ibu dengan menjaga kondisi otot-otot, dan persendian yang berperan dalam proses persalinan, serta mempersiapkan kondisi psikis terutama menumbuhkan kepercayaan diri dalam menghadapi persalinan. Senam hamil memberikan manfaat terhadap komponen biomotorik otot yang letih. Olahraga atau senam yang teratur selama kehamilan dihubungkan dengan atau berperan menurunkan angka kesakitan, kematian ibu, dan bayi yang lahir (Martini, 2020).

Senam hamil akan memberikan persalinan yang lebih baik, dibandingkan pada ibu hamil yang tidak melakukan senam hamil. Kegunaan senam hamil dilaporkan akan mengurangi terjadinya berat badan bayi lahir rendah, adanya penurunan kelainan denyut jantung, tali pusat dan mekonium, penurunan penggunaan tenaga, berkurangnya rasa sakit, dan mengurangi terjadinya persalinan prematur. Senam hamil juga dapat mengurangi resiko stres dan nyeri pada saat melahirkan. Selain itu inti dari senam sendiri adalah melatih pernafasan menjelang persalinan, sehingga pada saat menjelang kelahiran bayi, ibu bisa rileks, dan menguasai keadaan (Sri Martini, 2020).

Senam hamil bertujuan untuk mempersiapkan dan melatih otot-otot sehingga dapat dimanfaatkan secara optimal dalam persalinan normal. Anjuran senam hamil terutama ditujukan pada ibu hamil dengan kondisi normal, atau dengan kata lain tidak terdapat keadaan-keadaan yang mengandung resiko baik bagi ibu maupun bagi janin, misalnya perdarahan, penyakit jantung, kelainan

letak, panggul sempit dan lain-lain (Martini, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan di Wilayah Kecamatan Indihiang didapatkan data bahwa adanya kematian Ibu Hamil akibat partus lama yang diakibatkan dari tidak adanya kemajuan persalinan. Senam hamil yang dilakukan secara teratur dapat membantu mempercepat durasi persalinan, khususnya pada kala II dan mengurangi resiko partus lama. Gerakan senam, memperkuat otot panggul, meningkatkan kebugaran, dan melatih teknik nafas yang membantu ibu untuk mempermudah proses kelahiran.

Berdasarkan uraian data diatas peneliti tertarik untuk penelitian yang berjudul “Pengaruh Senam Hamil Terhadap Lama Persalinan Kala II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan masalah diatas, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut: "Apakah terdapat Pengaruh Senam Hamil Terhadap Lama Persalinan Kala II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh senam hamil terhadap lama persalinan kala II pada ibu bersalin di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Indihiang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui rata-rata lamanya persalinan kala II pada Ibu hamil Trimester III yang teratur mengikuti senam hamil di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Indihiang.
- b. Mengetahui rata-rata lamanya persalinan kala II pada Ibu hamil Trimester III yang tidak teratur mengikuti senam hamil di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Indihiang.
- c. Menganalisa pengaruh senam hamil terhadap lamanya persalinan kala II.

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini mencakup asuhan kebidanan yang difokuskan pada pengaruh senam hamil terhadap durasi persalinan kala II. Subjek penelitian adalah ibu bersalin normal dengan kehamilan aterm, janin tunggal, dan tanpa komplikasi medis. Penelitian dilaksanakan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Indihiang pada periode Maret-April 2026 hingga pengamatan dibatasi pada keteraturan senam hamil selama trimester III sebagai variabel independen dan lama waktu pengeluaran janin dalam satuan menit sebagai variabel dependen.

Penelitian ini dilakukan dengan persetujuan tertulis (*informed consent*) dari setiap responden. Identitas ibu hamil dijaga kerahasiaannya dan intervensi dilakukan sesuai protokol keamanan yang tidak membahayakan ibu maupun janin, menghindari penggunaan zat berisiko, serta mematuhi kaidah etika penelitian kebidanan.

E. Manfaat Penelitian

1. Aspek Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menambah kajian untuk pengembangan ilmu kebidanan khususnya dalam hal penatalaksanaan non-farmakologis untuk meningkatkan kualitas tidur ibu hamil Trimester III.

2. Aspek Praktis

a. Bagi Ibu Hamil

Diharapkan dapat menambah wawasan serta pengetahuan tentang manfaat senam hamil terhadap lamanya persalinan kala II.

b. Bagi Tempat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan sebagai masukan kepada tenaga kesehatan khususnya bidan untuk meningkatkan partisipasi dan ketertarikan ibu hamil untuk melakukan senam hamil.

c. Bagi Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Tasikmalaya

Diharapkan dapat menjadi referensi dan masukan mengenai pengaruh senam hamil yang dilakukan oleh ibu hamil untuk mempercepat lamanya persalinan terutama pada kala II.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dan pengalaman pribadi dari segi ilmiah menerapkan ilmu yang telah diperoleh.

F. Keaslian Penelitian

Berdasarkan penelusuran jurnal yang dilakukan, terdapat beberapa penelitian terdahulu yang memiliki keterkaitan dengan variabel penelitian ini. Namun, penelitian ini memiliki perbedaan dalam hal lokasi, waktu, serta kriteria sampel

No.	Peneliti (Tahun)	Judul	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1	Ganda Sigalingging, Ferdiyanti, Asniar (2021)	Hubungan Senam Hamil Dengan Lama Persalinan Kala II di Rsia Stela Maris Medan	Korelasi Analitik	Nilai p value 0.041, artinya ada hubungan senam hamil dengan lama persalinan kala II.
2	Sri Martini, Rosmala Kurnia Dewi (2020)	Hubungan Keikutsertaan Senam Hamil Terhadap Lama Persalinan Kala II	Analitik	Hasil penelitian yang didapatkan dari rumus chi square adalah HO diterima Ha ditolak yaitu $\chi^2_{hitung} < \chi^2_{tabel}$ yaitu sebesar $1,928 < 3,841$.
3	Uswatun Hasanah, Wahyul Anis, Bambang Purwanto (2021)	Lama Kala II Persalinan Pada Ibu Primigravida Yang Mengikuti Senam Dan Tidak Senam Hamil	Analitik observasional	Hasil penelitian menunjukkan variabel durasi kala II persalinan $p = 0,000$ ($p < 0,05$).
4	Ni Wayan Noviani dan Ini Wayan Sukma Adnyani (2020)	Pengaruh senam hamil terhadap lama kala II Persalinan	Prospective study	Hasil penelitian dilihat dari nilai mean 21,48 menit dan nilai median 19,50 menit maka senam hamil efektif dalam memperpendek

				lama kala II persalinan.
5	Ratna Dewi Putri, Husnaini dan Sunarsih	Pengaruh senam hamil trimester III terhadap lama kala II persalinan pada ibu primigravida	Quasi Eksperimen	Ada pengaruh senam hamil trimester III terhadap lama kala II persalinan pada ibu primigravida dengan p-value 0,000

Kelima jurnal tersebut memiliki persamaan pada fokus substansi penelitian, yaitu mengkaji pengaruh atau hubungan antara pemberian intervensi senam hamil terhadap durasi persalinan kala II. Secara keseluruhan, mayoritas hasil penelitian menunjukkan konsistensi bahwa senam hamil efektif dalam memperpendek lama persalinan kala II karena membantu kelenturan otot panggul dan kekuatan meneran.

Namun, terdapat perbedaan yang signifikan pada desain metodologi dan hasil statistik. Dari sisi metodologi, pendekatan yang digunakan bervariasi mulai dari analitik observasional, studi prospektif, hingga kuasi eksperimen. Perbedaan hasil yang paling mencolok terlihat pada Jurnal 2, yang justru menunjukkan tidak adanya hubungan signifikan antara senam hamil dengan lama kala II (H_0 diterima), berbeda terbalik dengan empat jurnal lainnya yang menyatakan adanya pengaruh signifikan dengan nilai $p < 0,05$. Selain itu, segmentasi responden juga berbeda, di mana Jurnal 3 dan 5 secara spesifik menyoroti ibu primigravida, sementara jurnal lainnya cenderung bersifat lebih umum.

Berdasarkan beberapa jurnal tersebut, maka membuka peluang bagi

penulis untuk melakukan penelitian dengan kesenjangan pada aspek intensitas, dimana kelima jurnal tersebut belum membedah secara mendalam mengenai frekuensi minimal atau durasi senam hamil yang optimal untuk memberikan hasil yang signifikan.