

Pengaruh Senam Hamil Terhadap Kelancaran Proses Persalinan Kala II di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Pasuruan

Ety Diana Sulistyawati¹, Aprilya Tunggo Dewi²

¹Program Studi D-III Kebidanan, Akademi Kebidanan Ar Rahma Pasuruan

² Program Studi D-III Kebidanan, Akademi Kebidanan Ar Rahma Pasuruan

SUBMISSION TRACK

Received: November 06, 2022

Final Revision: November 23, 2022

Available Online: November 26, 2022

KEYWORDS

pregnancy gymnastics, childbirth process

CORRESPONDENCE

Phone: 081249184104

E-mail: etydianasulistyawati1@gmail.com

ABSTRACT

In the delivery process, there are several factors which can influence the smoothness of childbirth process, which one of them is influenced by abdomen pushing power which can be anticipated by performing pregnancy gymnastics which can influence childbirth process smoothness, for there researcher wish to discover the influence of pregnancy gymnastics on childbirth process in Anik Hanifa Public Midwifery Practice Winong Gempol District of Pasuruan City. The general aim of this research to discover the influence of pregnancy gymnastics on childbirth process smoothness, while its specific aim is to identify the characteristics of mothers giving birth who perform pregnancy gymnastics in their pregnancy periods, to identify childbirth process and to analyze the influence of pregnancy gymnastics on childbirth process smoothness. Type of this research is analytical which control approach using research instrument of questionnaire and observation sheet completed which checklist. Sample used are same mothers giving birth who perform pregnancy gymnastics and those who do not perform pregnancy gymnastics in the Sukemi Public Midwifery Practice beginning from April- May 2007, totalling 30 respondents. Data obtained is processed using chi-square test (X^2) with significant level of $\alpha = 0,05$ research result indicate that there is a reasonable relation between pregnancy gymnastics and childbirth process smoothness with value of $P= 0,007$ Most respondent performing pregnancy gymnastics a experiencing childbirth process faster than those who do not perform pregnancy gymnastics, suggestion proceeded is that midwife is expected to provide guidance to pregnant mothers about the importance of performing pregnancy period to smoothness childbirth process.

I. PENDAHULUAN

Dalam persalinan baik fisiologis maupun patologis terdapat beberapa faktor penting yang dapat mempengaruhi jalannya persalinan yaitu power/ kekuatan yang meliputi his, kontraksi otot dinding perut. Kekuatan mengejan atau kontraksi diafragma pelvis, ketegangan Dalam menangani persalinan memanjang atau partus lama yaitu masalah tenaga atau power yaitu ditingkatkan dengan senam hamil (Supriatmaja, 2003).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. Senam hamil memberi manfaat terhadap komponen biomotorik otot yang dilatih dan juga dapat meningkatkan daya tahan kardiorespirasi dengan meningkatkan konsumsi oksigen dengan senam hamil secara teratur, jika tidak ada keadaan patologis akan dapat menuntun wanita hamil ke arah persalinan fisiologis (Supriatmaja, 2003). Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh senam hamil terhadap kelancaran proses persalinan yang mana bertujuan untuk mencegah atau mengurangi terjadinya gangguan power pada proses persalinan kala II.

II. METODE PENELITIAN

Desain penelitian pada penelitian ini adalah analitik dengan menggunakan pendekatan *case control* dimana dalam penelitian ini variabel akibat yaitu senam hamil diidentifikasi pada saat ini kemudian faktor resiko yaitu proses persalinan kala II diidentifikasi adanya atau terjadinya pada waktu yang lalu.

III. HASIL

Pada bab ini akan disajikan data hasil penelitian sesuai dengan rumusan masalah dan tujuan penelitian yang telah ada pada bab pendahuluan. Penelitian ini disajikan berdasarkan pengumpulan data dari lembar observasi dengan kuesioner dan checklist yang dilaksanakan pada bulan Oktober sampai November 2021 di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol

Pasuruan dengan jumlah responden 30 orang.

Hasil penelitian ini meliputi senam hamil dan pengaruh senam hamil terhadap kelancaran proses persalinan kala II, adapun data yang disajikan terdiri dari dua bagian yaitu data umum yang terdiri dari karakteristik responden berdasarkan umur, pendidikan dan pekerjaan. Serta data khusus yang memuat senam hamil, persalinan kala II serta pengaruh senam hamil terhadap kelancaran proses persalinan kala II.

1. Data umum

a. Gambaran Umum Tempat Penelitian

Bidan Praktek Swasta Ny.Anik Hanifa, Amd, Keb berdiri dengan pelayanan antenatal care yang salah satunya yaitu dengan memberikan pelayanan tentang senam hamil, persalinan, kontrol nifas, imunisasi, keluarga berencana dan pelayanan kesehatan umum.pasien yang periksa/ kontrol, melahirkan, rata-rata berasal dari Gempol itu sendiri dan wilayah sekitarnya.Jumlah responden dari penelitian ini adalah 30 ibu bersalin yang melakukan senam hamil dan tidak melakukan senam hamil di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa pada bulan Oktober - November 2021.

b. Karakteristik responden

Pada karakteristik umum responden ini meliputi umur, pendidikan, pekerjaan, hal ini dapat dilihat pada tabel 1.1, tabel 1.2, tabel 1.3, dan tabel 1.4 dibawah ini.

1. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan umur di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021

Berdasarkan hasil penelitian, jumlah ibu yang melakukan senam hamil menurut umur di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021.

Tabel 1.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021

Umur	Frekuensi (f)	Persentase (%)
< 20 th	4	13,3
20 – 30 th	20	66,7
> 30 th	6	20
Total	30	100

Dari tabel 1.1 didapatkan jumlah responden terbanyak berusia 20-30 tahun sebanyak 20 responden (66,7%) dan paling sedikit berusia kurang dari 20 tahun sebanyak 4 responden (13,3%).

- Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan pendidikan di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021

Berdasarkan hasil penelitian jumlah ibu yang melakukan senam hamil menurut pendidikan di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021

Tabel 1.2 Distribusi karakteristik responden berdasarkan pendidikan di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021

Pendidikan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
SD	3	10
SMP	6	20
SMU	16	53,3
PT	5	16,6
Total	30	100

Dari tabel 1.2 didapatkan jumlah responden terbanyak berpendidikan SMU sebanyak 16 responden (53,3%), terendah yaitu berpendidikan SD sebanyak 3 responden (10%).

- Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan pekerjaan di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021

Berdasarkan hasil penelitian jumlah ibu yang mengikuti senam hamil dilihat

dari jenis pekerjaan di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021

Tabel 1.3 Distribusi frekuensi karakteristik ibu responden berdasarkan jenis pekerjaan di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021

Pekerjaan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
IRT	22	73,3
Swasta	7	23,3
PNS	1	3,3
Total	30	100

Dari tabel 1.3 diketahui bahwa pekerjaan responden paling banyak sebagai ibu rumah tangga yaitu 22 responden (73,3%) dan paling sedikit PNS yaitu 1 responden (3,3%).

d. Data khusus

- Senam hamil menurut karakteristik umur

Berdasarkan hasil penelitian, jumlah ibu yang mengikuti senam hamil menurut umur di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Gempol pada bulan Oktober – November 2021.

Tabel 1.4 Distribusi frekuensi responden tentang senam hamil berdasarkan umur di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Gempol pada Oktober – November 2021

Umur	Senam hamil					
	Ya		Tidak		Total	
	F	(%)	F	(%)	F	(%)
< 20 th	2	13,3	2	13,3	4	13,3
20 – 30th	9	60	11	73,4	20	66,6
>30th	4	26,7	2	13,3	6	20
Jumlah	15	100	15	100	30	100

Dari tabel 1.4 diketahui bahwa responden yang melakukan senam hamil paling banyak berusia 20-30 tahun sebanyak 9 responden (60%) dan yang paling sedikit berumur < 20 tahun sebanyak 2 responden (13,3%), dan responden yang tidak melakukan senam hamil paling banyak berusia 20-30 tahun sebanyak 11 responden (73,4 %) dan yang paling sedikit berumur kurang dari

20 tahun sebanyak 2 responden(13,3 %) dan lebih dari 30 tahun sebanyak 2 responden (13,3 %)

2. Senam hamil menurut karakteristik pendidikan

Berdasarkan hasil penelitian ibu yang mengikuti senam hamil dilihat dari tingkat pendidikan di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021

Tabel 1.5 Distribusi frekuensi responden tentang senam hamil berdasarkan pendidikan di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021

Pekerjaan	Senam hamil					
	Ya		Tidak		Total	
	F	(%)	F	(%)	F	(%)
SD	0	0	3	20	3	10
SMP	3	20	2	13,3	5	16,6
SMU	10	66,7	7	46,7	17	56,6
PT	2	13,3	3	20	5	16,6
Jumlah	15	100	15	100	30	100

Dari tabel 4.5 diketahui bahwa responden yang melakukan senam hamil paling banyak berpendidikan SMU sebanyak 10 responden (66,7%) dan paling sedikit berpendidikan SD sebanyak 0 (0%). Dan responden yang tidak melakukan senam hamil paling banyak berpendidikan SMU sebanyak 7 responden (46,7%) dan yang paling sedikit berpendidikan SMP sebanyak 2 responden (13,3%).

3. Senam hamil menurut karakteristik pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian ibu yang mengikuti senam hamil dilihat dari jenis pekerjaan di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021

Tabel 1.6 Distribusi Frekuensi Responden Tentang Ibu Yang Melakukan Senam Hamil Berdasarkan Jenis Pekerjaan di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021

Pekerjaan	Senam hamil					
	Ya		Tidak		Total	
	F	(%)	F	(%)	F	(%)
IRT	12	80	10	66,7	22	73,3
Swasta	3	20	4	26,7	7	23,3
PNS	0	-	1	6,6	1	3,3
Jumlah	15	100	15	100	30	100

Dari tabel 1.6 diketahui bahwa responden yang melakukan senam hamil sesuai prosedur paling banyak sebagai ibu rumah tangga sebanyak 12 responden (80%) dan paling sedikit bekerja sebagai PNS sebanyak 0 (0%) dan responden yang tidak melakukan senam hamil paling banyak sebagai ibu rumah tangga sebanyak 10 responden (66,7%) dan paling sedikit bekerja sebagai PNS sebanyak 1 responden (6,6%).

4. Distribusi responden tentang senam hamil

Berdasarkan hasil penelitian yang melakukan senam hamil di tempat Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021.

Tabel 4.7 Distribusi frekuensi responden yang melakukan senam hamil di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021

Senam Hamil	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Melakukan	15	50%
Tidak melakukan	15	50%
Total	30	100

Dari tabel 4.7 dapat diketahui bahwa yang melakukan senam hamil sebanyak 15 responden (50%) dan yang tidak melakukan senam hamil sebanyak 15 responden (50%).

5. Distribusi responden tentang proses persalinan kala II

Berdasarkan hasil penelitian distribusi lamanya kala II di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021

Tabel 1.8 Distribusi frekuensi responden terhadap lamanya persalinan kala II di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021

Kriteria	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Cepat	20	66,6%
Lambat	10	33,3%
Total	30	100

Dari tabel 1.8 menunjukkan sebanyak 20 responden (66,6%) dari 30 responden yang proses persalinan kala II nya cepat dan proses persalinan kala II nya lambat sebanyak 10 responden (23,3%).

6. Pengaruh senam hamil terhadap lamanya kala II

Berdasarkan hasil penelitian tentang ibu yang melakukan senam hamil terhadap lamanya proses persalinan kala II di Bidan Praktek Swasta AAnik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021.

Tabel 1.9 Distribusi frekuensi responden tentang lamanya proses persalinan kala II di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Bulan Oktober – November 2021

Senam Hamil	Persalinan kala II				Total (%)	
	Cepat		Lambat			
	F	(%)	F	(%)	F	(%)
Melakukan	14	70	1	10	15	50
Tidak melakukan	6	30	9	90	15	50
Jumlah	20	100	10	100	30	100

Dari tabel 4.9 diketahui bahwa responden yang melakukan senam hamil menjalani proses persalinan cepat sebanyak 14 responden (70%) dan yang menjalani proses persalinan lambat sebanyak 1 responden (10%). Dan

responden yang tidak melakukan senam hamil yang menjalani proses persalinan cepat sebanyak 6 responden (30%) dan yang menjalani proses persalinan lambat sebanyak 9 responden (90%).

Dari hasil uji chi-square maka didapatkan X^2 hitung = 7.350 lebih dari X^2 tabel = 3,841, P value yang ditemukan 0,007 yang berarti lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara senam hamil terhadap kelancaran proses persalinan kala II.

IV. PEMBAHASAN

1. Karakteristik responden berdasarkan umur

Dari hasil penelitian sebagian besar yang melakukan senam hamil adalah berusia 20-30 tahun, karena dengan usia yang masih muda kemampuan dalam mempelajari dan menerima rangsangan tentang pemberian informasi senam hamil akan baik. Sedangkan pada ibu bersalin yang usianya kurang dari 20 tahun kemungkinan ibu tidak tahu tentang pentingnya senam hamil dan kurangnya informasi yang didapat terutama tentang senam hamil pada kehamilannya. Dan pada ibu yang usianya lebih dari 30 tahun yang sudah memiliki anak kemungkinan ibu malas untuk melakukan senam hamil karena pada proses persalinan yang pertama tidak ada masalah dan karena sibuk mengurus anak sehingga ibu tidak ada waktu untuk melakukan senam hamil pada kehamilannya. Menurut Chatarina (2004) ibu yang berusia lebih dari 30 tahun dan sudah berkeluarga memiliki sedikit waktu luang karena banyaknya aktivitas yang menyita waktu baik itu dalam keluarga maupun kegiatan diluar rumah, sehingga dapat disimpulkan bahwa ibu hamil yang usianya lebih dari 30 tahun dan memiliki anak cenderung malas untuk melakukan senam hamil pada kehamilannya.

Hal ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2002) yang menyatakan bahwa usia dapat mempengaruhi pengetahuan responden, ini sebagai akibat bertambahnya usia maka tingkat kematangan seseorang akan lebih baik dalam berfikir dan bekerja.

Sesuai dengan hasil penelitian ternyata usia 20-30 tahun, ibu yang melakukan senam hamil sesuai prosedur lebih banyak dibandingkan dengan ibu yang tidak melakukan senam hamil sesuai prosedur ini dikarenakan kemampuan ibu untuk mempelajari dan menerima rangsangan kurang dimengerti.

2. Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan

Berdasarkan pendidikan menyebutkan bahwa sebagian besar responden berpendidikan SMU dimana pada tingkat pendidikan tersebut pada umumnya mampu menerima informasi dalam hal senam hamil.

Hal ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2002) yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan tinggi mempunyai pengetahuan yang berbeda dengan orang yang hanya berpendidikan rendah, dan disebutkan juga bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin mudah orang tersebut menerima baik dari orang lain maupun media massa, tetapi ada ibu bersalin yang tingkat pendidikannya tinggi (lulusan perguruan tinggi) yang tidak melakukan senam hamil pada kehamilannya hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain ibu sibuk bekerja diluar rumah sehingga tidak ada waktu untuk melakukan senam hamil, kurangnya informasi baik yang diperoleh dari tenaga kesehatan maupun dari media massa dan lain-lain. Sedangkan menurut Ahmadi

(1997) bahwa pengetahuan yang didapat melalui pemikiran manusia atau nalar yang dimiliki sebagai hasil penggunaan panca inderanya yang juga berhubungan dengan pendidikan yang dimiliki

Dalam hal ini pendidikan seseorang tidak mempengaruhi senam hamil, karena dari hasil penelitian didapatkan bahwa semua ibu hamil dari latar belakang pendidikan yang berbeda-beda baik yang tinggi maupun yang rendah dapat melakukan senam hamil. Jadi semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang belum tentu melakukan senam. menurut pendapat Kusmiati (1996) bahwa tingkat pendidikan seseorang sangat besar pengaruhnya terhadap pengetahuan seseorang, semakin tinggi pendidikan seseorang kemampuan untuk menyerap informasi yang diterima akan lebih mudah. Hal ini bertentangan dengan hasil yang didapat dari penelitian bahwa ibu bersalin yang melakukan senam hamil dari latar belakang pendidikan yang berbeda-beda dapat melakukan senam hamil.

3. Karakteristik responden berdasarkan tingkat pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden adalah ibu rumah tangga dimana hasil penelitian ibu rumah tangga memiliki banyak waktu untuk melakukan senam hamil yang didapat pada kunjungan di Pustu maupun di BPS. Sedangkan ibu yang bekerja biasanya sibuk dengan pekerjaannya. Sehingga kadang-kadang tidak bisanya melakukan senam hamil yang dilakukan di BPS maupun di Pustu. Menurut Thomas (1996) dalam Nursalam (2001) bekerja umumnya menyita waktu sehingga dapat mempengaruhi hal-hal lain termasuk juga dalam mengetahui sesuatu diluar pekerjaannya. Hal ini merupakan

peluang dan kesempatan bagi ibu rumah tangga yang sedang hamil yang mempunyai waktu lebih banyak untuk mengetahui, mencari informasi baik yang didapat dari tenaga kesehatan maupun dari media lain, dan ibu hamil dapat menerapkan senam hamil selama kehamilannya. Sesuai dengan hasil penelitian bahwa sebagian besar ibu rumah tangga melakukan senam hamil dirumah yang didapat dari kunjungan antenatal care (ANC) di BPS/ Pustu.

4. Ketepatan senam hamil

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa senam hamil yang dilakukan ibu bersalin di Bidan Praktek Swasta Anik Hanifa Winong Gempol Pasuruan sebagian besar sudah memenuhi syarat/ sesuai prosedur meskipun masih ada yang melakukan senam hamil yang tidak sesuai prosedur

Dari responden yang melakukan senam hamil sebagian besar tidak melakukan langkah-langkah mengangkat kaki kanan ke samping perut – tangan kiri di bawah paha, melengkungkan punggung dan mengarahkan kepala serta panggul ke depan hal tersebut dikarenakan ibu bersalin kurang mengerti dari langkah-langkah tersebut yang fungsinya untuk memperlancar proses persalinan kala II. Hal ini tidak berpengaruh besar terhadap kelancaran proses persalinan kala II apabila ibu melakukan 7 gerakan dari 8 gerakan yang ada, karena dalam persalinan normal ada beberapa faktor yang mempengaruhi proses persalinan kala II yang salah satunya adalah power yang bisa diantisipasi dengan melakukan senam hamil.

5. Proses persalinan kala II

Pada data ibu bersalin, dari 15 ibu bersalin yang mengikuti senam hamil didapatkan bahwa rata-rata ibu

bersalin mengalami proses persalinan kala II lebih cepat dibandingkan dengan ibu yang tidak mengikuti senam hamil ini dikarenakan ibu mengikuti senam hamil lebih siap dalam menghadapi persalinan dan ketika proses persalinan berlangsung ibu lebih kuat atau ibu dapat mengejan dengan kuat dan benar sehingga kala II lebih cepat. Menurut Curtis (1999) ibu yang melakukan senam hamil pada kehamilannya akan memperkuat otot-otot yang dibutuhkan untuk melahirkan sehingga memudahkan dalam persalinan dan kelahiran.

6. Pengaruh senam hamil terhadap kelancaran proses persalinan kala II

Hal ini terbukti dari 30 responden ibu bersalin yang melakukan senam hamil sesuai prosedur proses persalinan kala II nya cepat. Proses persalinan dikatakan cepat bila pada primigravida 1-1,5 jam, multigravida $\frac{1}{2}$ - 1 jam (Manuaba, 1998) sedangkan yang tidak melakukan senam hamil atau melakukan tapi tidak sesuai dengan prosedur pada proses persalinan kala II nya lambat, proses persalinan dikatakan lambat bila primigravida > dari $1\frac{1}{2}$ jam, multigravida > dari 1 jam (Manuaba, 1998), tetapi ada yang melakukan senam hamil sesuai prosedur ternyata pada proses persalinan kala II nya cenderung lambat. Hal ini dapat dipengaruhi oleh banyak hal antara lain keadaan ibu, gizi yang jelek dan istirahat yang kurang serta dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yaitu passage, passenger, penolong dan psikologis parturien yang mempengaruhi kelancaran proses persalinan kala II. Meskipun senam hamil dilakukan sesuai dengan prosedur tetapi apabila gizi ibu jelek, keadaan ibu tidak sehat, istirahat yang kurang, serta faktor-faktor lain

yang mempengaruhi kelancaran proses persalinan, maka akan mempengaruhi proses persalinan kala II. Jadi kesimpulannya selain senam hamil, banyak faktor yang mempengaruhi kelancaran proses persalinan kala II.

Hal ini sesuai dengan hasil analisa data dengan uji chi-square ada hubungan yang signifikan antara senam hamil dengan proses persalinan kala II sehingga dapat diketahui nilai $p = 0,007$ atau lebih kecil dari nilai $= 0,05$.

satunya yaitu dipengaruhi oleh faktor *power/kekuatan* mengejan yang bisa diantisipasi dengan melakukan senam hamil. Ibu bersalin yang melakukan senam hamil pada kehamilannya sesuai prosedur akan menjalani proses persalinan kala II nya lebih cepat dibandingkan dengan ibu yang tidak melakukan senam hamil atau melakukan tapi tidak sesuai dengan prosedur.

V. KESIMPULAN

Setelah melakukan proses penelitian maka dalam bab ini penulis akan menguraikan kesimpulan dan saran yaitu sebagai berikut :

1. Terdapat pengaruh antara senam hamil dengan kelancaran proses persalinan kala II. Dan sebagian besar ibu bersalin yang melakukan senam hamil sesuai prosedur sebanyak 13 responden
2. Senam hamil yang dilakukan oleh ibu bersalin dilihat berdasarkan karakteristik
 - a. Karakteristik menurut umur paling banyak melakukan senam hamil berumur 20 – 30 tahun dan paling sedikit berumur kurang dari 20 tahun
 - b. Karakteristik menurut pendidikan diketahui bahwa jumlah ibu bersalin yang melakukan senam hamil paling banyak yaitu berpendidikan SMU dan paling sedikit berpendidikan SD.
 - c. Karakteristik menurut pekerjaan diketahui bahwa ibu yang melakukan senam hamil sebagian besar ibu rumah tangga
3. Proses persalinan dipengaruhi oleh beberapa faktor salah

REFERENCES

- Curtis, Glade. (2000). Kehamilan Diatas 30. Jakarta : Departemen Kesehatan
- Curtis, Glade. (2002). Apa Yang Anda Hadapi Minggu Per Minggu. Jakarta : Departemen Kesehatan
- Departemen Kesehatan (2000). Standar Pelayanan Kebidanan. Jakarta : Departemen Kesehatan
- Huliana, Mellyna. (2001) Panduan Menjalani Kehamilan Sehat. Jakarta : Puspa Swara
- Manuaba, Ida Bagus Gde. (1998). Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Bidan. Jakarta : EGC.
- Manuaba, Ida Bagus Gde. (1999). Operasi Kebidanan Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Dokter Umum. Jakarta : EGC.
- Notoatmodjo, Sukidjo. (2002). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Sukidjo. (2005). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta. Rineka Cipta.
- Nursalam, dkk. (2001). Pendekatan Praktis Metodologi Riset Keperawatan. Jakarta. Salemba Medika
- Prawirohardjo, Sarwono. (1999). Ilmu Kebidanan. Jakarta : Tridasa Printer
- Sumapraja, Sudraji. (2002). Persalinan Normal. Jakarta : Balai Penerbit FKUI.
- Supriatmaja. 2003. Pengaruh Senam Hamil Terhadap Persalinan Kala Satu dan Kala Dua. Retrieved at January. 22, 2007. www.Kalbefarma.com
- Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa. (2005). Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta : Balai Pustaka

BIOGRAPHY

First Author Ety Diana Sulistyawati lahir di Pasuruan-Provinsi Jawa Timur, Pada tanggal 01 Juni 1979. Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Kebidanan di Politeknik Kesehatan Majapahit Mojokerto Pada Tahun 2009. Melanjutkan Diploma IV di Stikes Insan Unggul Surabaya dan selesai tahun 2014. Selanjutnya mengikuti pendidikan Strata 2 Magister Kesehatan Masyarakat di Institut Ilmu Kesehatan Strada Kediri dan selesai Pada tahun 2015. Karir diawali di Rumah Sakit Islam Masythoh Bangil dari tahun 2002 - 2021. Tahun 2020 Sampai dengan sekarang, Ibu Ety Merupakan Dosen Tetap di Akademi Kebidanan Ar Rahma Mandiri Indonesia Pasuruan. etydianasulistyawai1@gmail.com

Second Author Aprilya Tunggo Dewi lahir di Pasuruan Jawa Timur, Pada tanggal 03 April 1989. Beralamat tinggal di Asrama Pusdik Brimob Watukosek. Telah Menyelesaikan Pendidikan Strata 2 dan sekarang Menjadi Dosen Tetap di Kebidanan Ar Rahma Mandiri Indonesia. apriya.tunggo90@gmail.com