

Faktor yang Mempengaruhi Pelaksanaan Senam Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Kabupaten Padang Lawas Tahun 2024

May Frinsiska Siahaan^{*1}, Elya Rosa Br. Sembiring², Marlina³, Nur Azizah Lubis⁴, Hana Nurul Khaeriyah⁵, Nina Artika Dewi⁶

^{1,2,3}S1 Kebidanan dan Profesi Bidan, Institut Kesehatan Helvetia, Indonesia

⁴D3 Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indah Medan, Indonesia

⁵Pendidikan Profesi Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yayasan Lembaga Pendidikan Prada, Indonesia

⁶Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pringsewu, Indonesia.
Email: maysiska42@gmail.com¹

Abstrak

Senam hamil merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kesehatan ibu dan bayi selama kehamilan.. Keikutsertaan ibu mengikuti senam hamil di Indonesia masih rendah, termasuk di Kabupaten Padang Lawas, dari 168 ibu hamil 140 diantaranya tidak mengikuti senam hamil. Hasil survei di Puskesmas Latong menunjukkan ibu hamil tidak mengikuti senam hamil karena kurangnya pengetahuan kurang motivasi (60%). Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi faktor yang mempengaruhi pelaksanaan senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024. Jenis penelitian ini adalah survei analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu hamil usia kehamilan 22 minggu ke atas sebanyak 135 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *proportional sampling* sebanyak 101 orang. Analisis data menggunakan analisis univariat, bivariat dengan uji *chi square* dan multivariat dengan regresi logistik. Hasil penelitian dengan regresi logistik diketahui nilai *p-value* regresi logistik variabel pendidikan $0,808 > 0,05$, pengetahuan $0,021 < 0,05$, dukungan keluarga $0,000 < 0,05$ dan motivasi sebesar $0,000 < 0,05$. Variabel motivasi memiliki nilai Exp (B) terbesar (24,578). Kesimpulan dari penelitian adalah tidak ada pengaruh yang signifikan pendidikan terhadap senam hamil dan ada pengaruh yang signifikan variabel pengetahuan, dukungan keluarga dan motivasi terhadap senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024. Variabel yang paling signifikan berpengaruh terhadap senam hamil adalah motivasi dengan nilai Exp (B) terbesar (24,578). Disarankan kepada ibu hamil agar aktif mengikuti program penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan dan melakukan pemeriksaan kehamilan serta mengikuti senam hamil.

Kata kunci: Faktor yang Mempengaruhi, Ibu Hamil, Senam

Abstract

Pregnancy exercise is an effort to improve the health of mothers and babies during pregnancy. Maternal participation in pregnancy exercise in Indonesia is still low, including in Padang Lawas Regency, of 168 pregnant women, 140 of them did not take part in pregnancy exercise. Survey results at the Latong Community Health Center showed that pregnant women did not participate in pregnancy exercise due to lack of knowledge and lack of motivation (60%). The aim of this research is to determine the factors that influence the implementation of pregnancy exercise in the work area of the Latong Community Health Center, Lubuk Barumun District in 2024. This type of research is an analytical survey using an approach *cross sectional*. The population of this study was all 135 pregnant women aged 22 weeks and over. The sampling technique uses the method *proportional sampling* as many as 101 people. Data analysis uses univariate and bivariate analysis with tests *chi square* and multivariate with logistic regression. The results of research using logistic regression are known values *p-value* Logistic regression of educational variables $0.808 > 0.05$, knowledge $0.021 < 0.05$, family support $0.000 < 0.05$ and motivation $0.000 < 0.05$. The motivation variable has the largest Exp (B) value (24.578). The conclusion of the research is that there is no significant influence of education on pregnancy exercise and there is a significant influence of the variables of knowledge, family support and motivation on pregnancy exercise in the Latong Community Health Center Working Area, Lubuk Barumun District in 2024. The variable that has the most significant influence on pregnancy exercise is motivation with the largest Exp (B) value

(24.578). *It is recommended that pregnant women actively participate in outreach programs to increase their knowledge and carry out pregnancy checks and participate in pregnancy exercises.*

Keywords: *Gymnastics, Pregnant Women, Influencing Factors*

1. PENDAHULUAN

Masalah kesehatan pada kehamilan dapat berkembang menjadi risiko pada ibu, sekitar dari 15% dari seluruh wanita yang hamil akan mengalami komplikasi yang berkaitan dengan kehamilan serta dapat mengancam kesehatan ibu hamil. Sebagian besar penyebab terjadinya komplikasi pada ibu hamil dapat dicegah melalui pemberian asuhan kehamilan yang dilakukan secara teratur di tenaga kesehatan yang berkualitas. Penyebab secara tidak langsung tingginya angka kematian ibu adalah perdarahan postpartum, infeksi dan preeklamsi/eklamsia. Dari 5.600.000 wanita hamil sebanyak 275 akan mengalami komplikasi masalah yang bisa berakibat fatal (Rismalinda, 2015)

World Health Organization (WHO), menargetkan pada tahun 2030 mengurangi risiko kematian ibu secara global menjadi kurang dari 70 per 100.000 kelahiran hidup. Pada tahun 2015 sekitar 830 wanita meninggal setiap hari karena komplikasi kehamilan atau melahirkan dengan risiko kematian ibu dari 216 per 100.000 kelahiran hidup. Menurut data Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2015, Angka Kematian Ibu (AKI), berkaitan dengan kehamilan, persalinan dan nifas sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup. Angka ini masih cukup tinggi jika di bandingkan dengan negara ASEAN. Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia pada tahun 2012 mencapai 359 (Kemenkes RI, 2019).

Menurut Data Profil Indonesia tahun 2018, Angka Kematian Ibu (AKI), merupakan salah satu indikator untuk melihat keberhasilan upaya kesehatan ibu. Secara umum terjadi penurunan kematian ibu selama periode 1991-2015 dari 390 menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup. Walaupun terjadi kecenderungan penurunan angka kematian ibu, namun tidak berhasil mencapai target MDGs yang harus dicapai yaitu sebesar 102 per 1000.000 kelahiran hidup di tahun 2015. Hasil supas tahun 2015 memperlihatkan angka kematian ibu tiga kali dibandingkan target MDGs. (Kemenkes RI, 2019)

Menurut data Provinsi Sumatera Utara persentase cakupan pelayanan K4 ibu hamil menurut Kabupaten/kota di provinsi Sumatra Utara tahun 2018 menunjukkan bahwa Kabupaten Deli Serdang memiliki cakupan K4 tertinggi sebesar 96,23%, diikuti Langkat sebesar 95,79% dan Batu Bara sebesar 94,67%, sedangkan Kabupaten/kota dengan cakupan K4 pada ibu hamil terendah adalah Kota Gunung Sitoli sebesar 58,55%, Kabupaten Nias Selatan sebesar 58,05% dan Kabupaten Samosir 59,10% (Dinas Kesehatan Sumut, 2019).

Salah satu program untuk mengurangi masalah pada ibu hamil yaitu dengan melakukan senam hamil. Senam hamil dapat melatih organ pernafasan agar dapat menyesuaikan perubahan keadaan perut sehingga dapat melakukan relaksasi dan kebutuhan minimum oksigen untuk tubuh dapat terpenuhi. Senam hamil juga dapat mengajarkan secara mengontrol sikap tubuh dalam menghadapi penambahan berat janin dan mengajarkan kembali refleksi (terutama bagian dalam tubuh), agar dapat terkontrol kekuatannya dan juga melatih calon ibu agar dapat mempersiapkan fisik dan mental dengan relaksasi secara mengontrol kerja otot secara benar. Senam hamil juga dapat meningkatkan kesehatan fisik, fisikis dan kepercayaan diri dalam menghadapi persalinan, serta membimbing wanita hamil menuju persalinan yang fisiologis atau persalinan normal dan aman. (Latief, 2016)

Menurut Profil Kesehatan Kabupaten Padang Lawas tahun 2018 persentase ibu hamil mendapat pelayanan antenatal K1 mencapai angka sebesar 75,4% sedangkan pada tahun 2017 sebesar 80,3%, pencapaian tersebut belum memenuhi target sesuai dengan Dinas Kesehatan yaitu sebesar 96%, apa lagi target Standar Pelayanan Minimum (SPM), semua ibu hamil harus mendapat pelayanan kesehatan sesuai standar. Sedangkan persentase ibu hamil mendapat pelayanan antenatal K4 mencapai 62,15, angka ini belum memenuhi target yang ditetapkan yaitu sebesar 100%. Adapun persentase cakupan Imunisasi Tetanus Difteri (TD) pada ibu hamil dan wanita usia subur sebanyak 9.950 orang (138,2%). Ibu hamil yang mendapatkan kunjungan K1 dan K4 minimalnya harus mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebanyak 90 tablet. Berdasarkan data sasaran jumlah ibu

hamil 7.201 orang dan yang mendapatkan TTD 90 tablet sebanyak 3. 663 orang (50,9%), hal ini menggambarkan bahwa ibu hamil masih banyak yang tidak melaksanakan senam hamil dapat dilihat dari K4. Kunjungan senam hamil yang telah disediakan untuk ibu hamil agar ibu hamil dapat melaksanakan senam hamil di Puskesmas dengan tujuan agar ibu dan janin tetap sehat.(Dinas Kesehatan Padang Lawas, 2019)

Puskesmas Latong merupakan salah satu Puskesmas yang ada di Kecamatan Lubuk Baruman yang terdiri dari 24 Desa yang ada di Kecamatan tersebut. Instruktur senam hamil di wilayah kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Baruman sudah mendapat pelatihan di Dinas Kesehatan Sibuhuan Kabupaten Padang Lawas. Berdasarkan data yang didapatkan dari Puskesmas Latong dapat dilihat dari jumlah ibu hamil pada tahun 2023 sebanyak 172 orang, sedangkan yang mau mengikuti pelaksanaan senam hamil sebanyak 39 orang. Pada tahun 2019 jumlah ibu hamil sebanyak 168 orang, sedangkan yang mau mengikuti pelaksanaan senam hamil sebanyak 28 orang. Data yang di dapatkan dari Puskesmas Latong pada bulan Oktober jumlah ibu hamil yang datang ke Puskesmas Latong sebanyak 58 orang/bulan, sedangkan yang mau mengikuti pelaksanaan senam hamil sebanyak 16 orang. Pada bulan November jumlah ibu hamil yang datang ke Puskesmas Lantong sebanyak 55 orang/bulan, sedangkan yang mau mengikuti pelaksanaan senam hamil sebanyak 15 orang. Pada bulan Desember jumlah ibu hamil yang datang ke Puskesmas Latong sebanyak 52 orang/bulan, sedangkan yang mau mengikuti pelaksanaan senam hamil sebanyak 12 orang. Berdasarkan data yang di dapatkan dari Puskesmas Latong dapat dilihat dari tahun ketahun jumlah ibu hamil semakin meningkat tetapi ibu hamil yang tidak mau mengikuti pelaksanaan senam hamil semakin berkurang di wilayah kerja Puskesmas Latong.

Menurut Notoatmodjo bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku ditentukan oleh beberapa faktor yaitu: faktor predisposisi yang meliputi: pendidikan, pengetahuan, sikap dan motivasi. Faktor pendorong meliputi: lingkungan, pendapatan, sarana dan prasarana. Faktor pendukung yang meliputi: rekan, dukungan petugas, dukungan keluarga dan lain sebagainya.(Notoatmodjo, 2010)

Kurangnya pengetahuan ibu terhadap senam hamil mengakibatkan kurangnya minat dan keinginan ibu untuk melakukan kegiatan senam hamil tersebut. Sehingga berdampak negatif terhadap keadaan ibu dan janinnya. Dampak tersebut meliputi, terjadinya perdarahan pervagina, memperlambat proses persalinan, rentan terhadap kelahiran prematur, adanya tanda kelainan pada janin, *eklamsi / pre eklamsi* dan sebagainya(Bobak, Lowdermilk, 2012).

Ibu hamil yang memiliki pengetahuan cukup tinggi mengenai senam hamil cenderung sering melakukan senam hamil. Sebaliknya, ibu hamil yang berpengetahuan kurang cenderung tidak berkeinginan untuk melakukan senam hamil. Pelaksanaan senam hamil tersebut dapat dipengaruhi oleh rasa malas, tidak adanya keinginan melakukan senam hamil, serta kurangnya motivasi untuk melakukan senam hamil dari pelayanan kesehatan (Muhimah, 2015)

Pengetahuan ibu hamil yaitu apa yang ibu hamil tahu informasi tentang senam hamil serta manfaat kesehatan bagi janin dan ibu. Menurut penelitian Anasari yang berjudul Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keikutsertaan Ibu Hamil dalam Melaksanakan senam Hamil pada Kelas Ibu Hamil tahun 2013 yaitu menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dan pendidikan ibu hamil. Hubungan yang signifikan tersebut dapat dilihat dari nilai *p value* pendidikan ($p=0,005$) dan pengetahuan ($p=0,002$), artinya ada hubungan signifikan antara pendidikan dan pengetahuan terhadap pelaksanaan senam hamil (Anasari, 2013).

Menurut penelitian Juliani yang berjudul Hubungan Dukungan Suami dan Motivasi dengan Keikutsertaan Ibu Mengikuti Senam Hamil di Klinik Rimasdalifah Arumy Kota Binjai tahun 2018 yaitu menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan suami dan motivasi terhadap ibu hamil. Hubungan yang signifikan tersebut dapat dilihat dari nilai *p value* dukungan suami ($p=0,031$) dan motivasi ($p=0,031$), artinya ada hubungan signifikan antara dukungan suami dan motivasi terhadap pelaksanaan senam hamil (Juliani, 2019)

Hasil penelitian sesuai dengan penelitian Masini tentang pengaruh gravida, pekerjaan, dukungan suami, dukungan bidan/tenaga kesehatan terhadap partisipasi ibu dalam kelas ibu hamil di Kabupaten Magelang. Hasil analisis data menunjukkan ada pengaruh dukungan suami terhadap partisipasi ibu dalam kelas ibu hamil di Kabupaten Magelang (Masini., 2015).

Hasil wawancara yang dilakukan kepada petugas kesehatan di Puskesmas Aek Batu Kecamatan Torgamba Kabupaten Labuhanbatu Selatan, kelas ibu hamil di Puskesmas Aek Batu merupakan program yang dilakukan setiap satu bulan sekali. Setiap pertemuan untuk satu kelompok senam maksimal diikuti 10 ibu hamil, hal ini sesuai dengan peraturan pelaksanaan senam hamil. Tempat pelaksanaan senam menggunakan aula Puskesmas Aek Batu. Alat perlengkapan senam hamil seperti matras dan gambar peraga senam hamil sudah disediakan oleh Dinas Kesehatan.

Hasil survey awal yang dilakukan oleh peneliti melalui wawancara kepada 10 orang ibu hamil yang ada di wilayah kerja Puskesmas Latong, diketahui 4 orang ibu hamil mengikuti senam hamil karena termotivasi untuk mendapatkan persalinan yang normal dan sudah mengetahui manfaat dari senam hamil melalui banyak informasi. 3 orang ibu mengatakan tidak mengikuti senam hamil karena merasa kehamilannya sehat-sehat tidak ada masalah. 3 orang ibu tidak mengikuti senam hamil karena kurangmampuan dalam finansial dan jarak tempuh ke tempat pelaksanaan senam hamil.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian faktor yang memengaruhi pelaksanaan senam hamil di wilayah kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumon Kabupaten Padang Lawas Tahun 2024.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor yang memengaruhi pelaksanaan senam hamil di wilayah kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumon Kabupaten Padang Lawas Tahun 2024.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat analitik dengan desain penelitian *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil dengan usia kehamilan > 22 minggu di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumon Kabupaten Padang Lawas Tahun berdasarkan data pencatatan kunjungan ibu hamil mulai dari bulan Januari sampai dengan Desember 2023 sebanyak 135 ibu hamil. Subyek penelitian diambil dengan teknik *proportional sampling* sebanyak 101 ibu hamil. Dalam penelitian ini menggunakan instrumen penelitian dengan membagikan kuisioner pengetahuan, dukungan suami, dan motivasi terhadap senam hamil kepada responden sesuai dengan kriteria inklusi penelitian yaitu: Ibu hamil yang melakukan kontrol kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Latong dengan usia kehamilan ≥ 37 minggu. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat, bivariat menggunakan uji *Chi Square* dan multivariat dengan regresi logistik. Variabel Independen yaitu Pengetahuan, Dukungan Suami, dan Motivasi Terhadap Senam Hamil. Variabel Dependen Senam Hamil, di uji dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square* dan multivariat dengan regresi logistik.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumon Tahun 2024

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Umur		
<20 tahun	33	32,7
20-35 tahun	57	56,4
>35 tahun	11	10,9
Pendidikan		
Rendah (SD-SMP)	64	63,4
Tinggi (SMA-Perguruan Tinggi)	37	36,6
Pekerjaan		
Bekerja	75	74,3
Tidak Bekerja	26	25,7

Tabel 1. menunjukkan bahwa hasil pengumpulan data tentang karakteristik responden, berdasarkan kategori umur diketahui sebagian besar responden dengan umur 20-35 tahun sebanyak 57 orang (56,5%), sebagian besar responden dengan pendidikan rendah sebanyak 64 orang (63,4%), dan sebagian besar responden dengan bekerja sebanyak 75 orang (74,3%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kategori Pengetahuan Ibu Hamil, Dukungan Keluarga, Motivasi dan Senam Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024

Variabel	f	%
Pengetahuan		
Kurang	60	59,4
Baik	41	40,6
Dukungan Keluarga		
Kurang	55	54,5
Baik	46	45,5
Motivasi		
Kurang	66	65,3
Baik	35	34,7
Senam Hamil		
Tidak Melaksanakan	65	64,4
Melaksanakan	36	35,6

Tabel 2. menunjukkan hasil pengukuran tentang pengetahuan, sebagian besar responden dengan pengetahuan kurang sebanyak 60 orang (59,4%). Hasil pengukuran tentang dukungan keluarga, sebagian besar responden mendapatkan dukungan keluarga yang kurang sebanyak 55 orang (54,5%). Hasil pengukuran tentang motivasi, sebagian besar responden memiliki motivasi kurang sebanyak 66 orang (65,3%). Hasil pengukuran tentang senam hamil, sebagian besar responden tidak melaksanakan senam hamil sebanyak 65 orang (64,4%).

Tabel 3. Tabulasi Silang Hubungan Pendidikan, Pengetahuan, Dukungan Keluarga dan Motivasi dengan Senam Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024

Variabel	Senam Hamil				Total		p value
	Tidak Melaksanakan		Melaksanakan				
	f	%	F	%	f	%	
Pendidikan							
Rendah	38	37,7	26	25,7	64	63,4	0,200
Tinggi	27	26,7	10	9,9	37	36,6	
Pengetahuan							
Kurang	52	51,5	8	7,9	60	59,4	0,000
Baik	13	12,9	28	27,7	41	40,6	
Dukungan Keluarga							
Kurang	49	48,6	6	5,9	55	54,5	0,000
Baik	16	15,8	30	29,7	46	45,5	
Motivasi							
Kurang	59	58,4	7	6,9	66	65,3	0,000
Baik	6	6,0	29	28,7	35	34,7	

*Chi-square test

Tabel 3. menunjukkan hasil penelitian tentang pendidikan diketahui bahwa dari 101 orang responden yang berpendidikan rendah sebanyak 64 orang (63,4%), yang tidak melaksanakan senam hamil sebanyak 38 orang (37,7%) sedangkan yang melaksanakan senam hamil sebanyak 26 orang

(25,7%). Dari 101 responden yang berpendidikan tinggi sebanyak 37 orang (36,6%), yang tidak melaksanakan senam hamil sebanyak 27 orang (26,7%) sedangkan yang melaksanakan senam hamil sebanyak 10 orang (9,9%). Hasil uji statistik *chi-square* diperoleh nilai p 0,200 > 0,05. Hal ini berarti tidak ada hubungan antara pendidikan dengan senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024. Hasil penelitian tentang pengetahuan diketahui bahwa dari 101 orang responden yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 60 orang (59,4%), yang tidak melaksanakan senam hamil sebanyak 52 orang (51,5%) sedangkan yang melaksanakan senam hamil sebanyak 8 orang (7,9%). Dari 101 orang responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 41 orang (40,6%), yang tidak melaksanakan senam hamil sebanyak 13 orang (12,9%) sedangkan yang melaksanakan senam hamil sebanyak 28 orang (27,7%). Hasil uji statistik *chi-square* diperoleh nilai p 0,006 < 0,05. Hal ini berarti ada hubungan antara pengetahuan dengan senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024. Hasil penelitian tentang dukungan keluarga diketahui bahwa dari 101 orang responden yang menyatakan mendapat dukungan keluarga kurang sebanyak 55 orang (54,5%), yang tidak melaksanakan senam hamil sebanyak 49 orang (48,5%) sedangkan yang melaksanakan senam hamil sebanyak 6 orang (5,9%). Dari 101 responden yang menyatakan keluarga mendukung baik sebanyak 46 orang (45,5%), yang tidak melaksanakan senam hamil sebanyak 16 orang (15,8%) sedangkan yang melaksanakan senam hamil sebanyak 30 orang (29,7%). Hasil uji statistik *chi-square* diperoleh nilai p 0,000 < 0,05. Hal ini berarti ada hubungan antara dukungan keluarga dengan senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024. Hasil penelitian tentang motivasi diketahui bahwa dari 101 orang responden yang memiliki motivasi kurang sebanyak 66 orang (65,3%), yang tidak melaksanakan senam hamil sebanyak 59 orang (58,4%) sedangkan yang melaksanakan senam hamil sebanyak 7 orang (6,9%). Dari 101 responden yang memiliki motivasi baik sebanyak 35 orang (34,7%), yang tidak melaksanakan senam hamil sebanyak 6 orang (6,0%) sedangkan yang melaksanakan senam hamil sebanyak 29 orang (28,7%). Hasil uji statistik *chi-square* diperoleh nilai p 0,000 < 0,05. Hal ini berarti ada hubungan antara motivasi dengan senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024.

Tabel 4. Hasil Uji Analisis Multivariat Uji Regresi Logistik Tahap II

Variabel	B	S.E	Wald	df	Sig	Exp (B)
Pengetahuan	1,859	0,805	5,342	1	0,021	6,420
Dukungan Keluarga	3,191	0,880	13,157	1	0,000	24,308
Motivasi	3,202	0,863	13,757	1	0,000	24,578
Constant	-12,783	2,586	24,443	1	0,000	0,000

Tabel 4. menunjukkan bahwa variabel yang paling signifikan mempengaruhi pelaksanaan senam hamil adalah variabel motivasi dengan nilai sig. 0,000 < 0,05 dan nilai Exp (B) terbesar (24,578).

3.2. Pembahasan

3.2.1. Hubungan Pendidikan dengan Senam Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024

Hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pendidikan dengan senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024 dengan nilai p = 0,200 > 0,05. Hal ini dapat dilihat dari 101 jumlah responden, 64 responden dengan pendidikan rendah sebanyak 59,4% tidak melaksanakan senam hamil dan terdapat 40,6% yang melaksanakan. Hasil analisis multivariat dengan regresi logistik diketahui nilai sig. 0,808 > 0,05, dapat dikatakan tidak ada pengaruh yang signifikan pendidikan terhadap senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian hasil penelitian Laili (2015) yang menyatakan tidak ada hubungan antara pendidikan dengan keikutsertaan ibu dalam senam hamil. Menurut Laili (2015) faktor yang menyebabkan ibu tidak ikut serta dalam senam hamil adalah karena pengaruh lingkungan

masyarakat yang sebagian besar masih berpendidikan rendah (Laili, 2015). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Pratama (2018), didapatkan hasil didapatkan hasil sebanyak 12 ibu yang tidak melaksanakan senam hamil merupakan ibu dengan tingkat pendidikan tinggi ($\geq$ SMA) dengan nilai $\rho = 0,409 >$ dari $\alpha = 0,05$ sehingga H_0 diterima artinya tidak ada hubungan antara pelaksanaan senam hamil dengan tingkat pendidikan (Pratama, 2018).

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan oleh seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju ke arah suatu cita-cita tertentu. Makin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka makin mudah dalam memperoleh menerima informasi, sehingga kemampuan ibu dalam berpikir lebih rasional. Makin tinggi pendidikan Seseorang semakin mudah pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya (Mubarak, 2015).

Menurut asumsi peneliti, dari 64 responden yang memiliki pendidikan rendah, ada 26 orang responden yang melaksanakan senam hamil. Hal ini dikarenakan responden yang aktif melakukan pemeriksaan kehamilan dan melakukan konsultasi dengan tenaga kesehatan sehingga ibu hamil mendapat banyak informasi tentang manfaat senam hamil. Sebaliknya, dari 37 responden dengan pendidikan tinggi ada 27 orang yang tidak melaksanakan senam hamil. Hal ini dikarenakan ibu hamil yang bekerja sehingga tidak memiliki waktu luang untuk melakukan pemeriksaan kehamilan dan mengikuti pelaksanaan senam hamil. Menurut peneliti, Pendidikan dan pengetahuan semestinya seiring sejalan. Dengan tingginya tingkat pendidikan maka pengetahuan seseorang akan juga lebih banyak daripada yang berpendidikan rendah. Namun faktor lingkungan juga mempengaruhi cara berpikir masyarakat sehingga tidak sedikit juga orang dengan tingkat pendidikan tinggi namun pengetahuannya masih kurang dibandingkan dengan yang berpendidikan rendah. Budaya pembelajar, rasa keingintahuan dan motivasi diri bisa menjadi faktor yang dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Sehingga pada penelitian ini, tingkat pendidikan tidak berhubungan dengan pelaksanaan senam hamil.

3.2.2. Hubungan Pengetahuan dengan Senam Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024

Hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024 dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$. Hal ini dapat dilihat dari 101 jumlah responden, 60 responden dengan pendidikan kurang sebanyak 86,7% tidak melaksanakan senam hamil dan terdapat hanya 13,3% yang melaksanakan. Hasil analisis multivariat dengan regresi logistik diketahui nilai sig. $0,021 < 0,05$, dapat dikatakan ada pengaruh yang signifikan pengetahuan terhadap senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sembiring, berdasarkan nilai statistik hasil uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai $p = 0.002$ ($p = < 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan keikutsertaan ibu hamil mengikuti senam hamil di Klinik Sunggal Medan Tahun 2016. Sembiring menyimpulkan pengetahuan bukanlah mutlak penyebab ibu hamil tidak melakukan senam hamil, akan tetapi banyak faktor yang menyebabkan hal tersebut antara lain kebudayaan atau kebiasaan yang dimiliki oleh ibu, pekerjaan ibu dan jarak antara tempat kegiatan senam dengan tempat ibu hamil (Sembiring R, 2016).

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan ini terjadi melalui panca indra manusia yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behavior*). Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo S, 2016).

Menurut asumsi peneliti, dari 60 responden yang memiliki pengetahuan kurang, ada 8 orang responden yang melaksanakan senam hamil. Hal ini dikarenakan responden patuh dalam melakukan pemeriksaan kehamilan dan aktif bertanya tentang kondisi kehamilannya sehingga ibu hamil mendapat banyak informasi tentang manfaat senam hamil. Sebaliknya, dari 41 responden dengan pengetahuan baik ada 13 orang yang tidak melaksanakan senam hamil. Hal ini dikarenakan ibu hamil yang lebih

banyak menghabiskan waktu di luar rumah untuk bekerja sehingga tidak memiliki waktu luang untuk melakukan pemeriksaan kehamilan dan mengikuti pelaksanaan senam hamil. Menurut peneliti, semakin tinggi pendidikan ibu hamil maka ibu hamil semakin aktif melakukan senam hamil. Dengan pendidikan tinggi ibu hamil memiliki pemahaman dan wawasan yang luas tentang manfaat dari senam hamil. Selain itu ibu hamil yang berpendidikan tinggi lebih mudah memahami cara melakukan senam hamil dengan benar sehingga akan membuat sirkulasi darah lancar, tidak terjadi pembengkakan kaki pada ibu hamil dan proses persalinan dapat berjalan dengan normal.

3.2.3. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Senam Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024

Hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024 dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$. Hal ini dapat dilihat dari 101 jumlah responden, 55 responden dengan dukungan keluarga yang kurang sebanyak 89,1% tidak melaksanakan senam hamil dan terdapat hanya 10,9% yang melaksanakan. Hasil analisis multivariat dengan regresi logistik diketahui nilai sig. $0,000 < 0,05$, dapat dikatakan ada pengaruh yang signifikan dukungan keluarga terhadap senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Widiantri (2016) dimana dari hasil uji didapatkan nilai p sebesar $0,001 < 0,05$. Ini berarti bahwa ada hubungan antara dukungan pihak keluarga (suami) terhadap partisipasi dalam kelas ibu hamil (Widiantri, 2015). Dorongan dan dukungan keluarga terhadap ibu hamil untuk mengikuti kelas ibu hamil serta pemeriksaan kehamilan lainnya sangat diperlukan. Dukungan keluarga atau suami dapat diukur dengan melihat, mendukung atau tidaknya terhadap keikutsertaan ibu dalam kelas ibu hamil. Dukungan suami pada program kelas ibu hamil dapat dilihat dari keikutsertaan suami minimal 1 kali pertemuan di kelas ibu hamil (Direktorat Jendral Bina Gizi dan KIA, 2011).

Dukungan keluarga merupakan dukungan sosial yang dipandang oleh anggota keluarga sebagai suatu yang dapat diadakan untuk keluarga (dukungan sosial bisa atau tidak digunakan, tapi anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberi pertolongan dan bantuan jika diperlukan) (Azwar S, 2016).

Beberapa pendapat mengatakan bahwa dukungan sosial terutama dalam konteks hubungan yang akrab atau kualitas hubungan perkawinan dan keluarga barangkali merupakan sumber dukungan sosial yang paling penting. Menurut Smet (1994) dalam Nursalam (2015), dukungan sosial terdiri atas informasi atau nasehat verbal dan atau nonverbal, bantuan nyata atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima. Dukungan sosial terdiri atas informasi atau nasehat verbal dan atau nonverbal, bantuan nyata atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima (Nursalam., 2015).

Menurut asumsi peneliti, dari 55 responden yang mendapat dukungan keluarga kurang, ada 6 orang responden yang melaksanakan senam hamil. Hal ini dikarenakan responden yang aktif mencari informasi tentang manfaat senam hamil sehingga ibu hamil termotivasi untuk mengikuti pelaksanaan senam hamil. Sebaliknya, dari 46 responden dengan dukungan keluarga baik ada 16 orang yang tidak melaksanakan senam hamil. Hal ini dikarenakan ibu hamil yang memiliki pengetahuan yang kurang tentang senam hamil sehingga meskipun keluarga mendukung namun ibu hamil tidak termotivasi untuk mengikuti pelaksanaan senam hamil.

Menurut peneliti, adanya dukungan dari keluarga berperan sangat besar dalam menentukan status kesehatan ibu. Keterlibatan anggota keluarga atau orang terdekat terutama pasangan/suami dapat membantu terjadinya perubahan untuk berperilaku dan juga meningkatkan kesadaran untuk berubah ke arah hidup sehat. Apabila dilihat dari informasi kesehatan lebih banyak diperoleh dari petugas kesehatan, keluarga dan masyarakat, namun pada bentuk-bentuk dukungan sosial lainnya suamilah yang paling berperan pada ibu hamil. Pentingnya peran suami pada ibu hamil tidak hanya sebagai pengambil keputusan, suami juga diharapkan selalu siaga dan selalu memberi perhatian terhadap

kesehatan dan keselamatan ibu hamil. Dukungan suami sangat membantu dalam pembentukan perilaku kesehatan ibu karena ibu hamil akan cenderung menuruti apa yang disarankan oleh suaminya, sehingga dukungan sosial suami menjadi faktor yang besar hubungannya dengan partisipasi ibu dalam kelas ibu hamil.

3.2.4. Hubungan Motivasi dengan Senam Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024

Hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa ada hubungan antara motivasi dengan senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024 dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$. Hal ini dapat dilihat dari 101 jumlah responden, 66 responden yang memiliki motivasi kurang sebanyak 89,4% tidak melaksanakan senam hamil dan terdapat hanya 10,6% yang melaksanakan. Hasil analisis multivariat dengan regresi logistik diketahui nilai sig. $0,000 < 0,05$, dapat dikatakan ada pengaruh yang signifikan motivasi terhadap senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumun Tahun 2024.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Qomariah (2019) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi dan keikutsertaan ibu hamil untuk senam hamil di BPM Hj Dince Safrina, SST dengan nilai $p \text{ value} < 0,05$. Motivasi ibu hamil dengan pelaksanaan senam hamil memiliki hubungan yang sangat erat. Dimana seseorang yang telah termotivasi untuk melakukan sesuatu, maka akan berusaha melakukan sesuatu tersebut dengan baik dan tekun, dengan harapan hasil yang baik. Motivasi seseorang yang disebabkan oleh kemauan sendiri bukan dari dorongan luar akan lebih menguntungkan dan memberikan keteraturan dalam melakukan aktivitas (Qomariah, 2019).

Senam hamil yaitu memberikan dorongan serta melatih jasmani dan rohani dari ibu secara bertahap agar ibu dapat menghadapi persalinan dengan tenang, sehingga proses persalinan dapat berjalan lancar dan mudah. Senam hamil pada dasarnya pelatihan bagi wanita hamil sehat menyiapkan kondisi fisiknya, menjaga kondisi otot-ototnya dan persendian yang berperan dalam proses dan mekanisme persalinan. Dalam hal ini yang berperan dalam persalinan yaitu otot-otot dinding perut, ligamenligamen, otot-otot dasar panggul dan sebagainya yang berhubungan dengan proses persalinan. Senam hamil pada kehamilan normal atas nasihat dari dokter atau bidan, dapat dimulai 16 - 38 minggu, pelaksanaan senam sedikitnya satu minggu sekali dan menggunakan pakaian yang sesuai dan longgar (Maryunani, 2015).

Menurut Salmah (2016), kebutuhan ibu hamil salah satunya adalah olah raga. Olah raga dalam kehamilan lebih dikenal dengan istilah senam hamil. Dengan melakukan senam hamil akan memberi banyak manfaat dalam membantu kelancaran proses persalinan (Salmah, 2016). Motivasi merupakan suatu proses yang tidak terjadi begitu saja, tetapi ada kebutuhan yang mendasari munculnya motivasi tersebut. Kebutuhan menyebabkan seseorang berusaha untuk dapat memenuhi kebutuhannya (Nursalam., 2015).

Menurut asumsi peneliti, dari 66 responden yang memiliki motivasi kurang, ada 7 orang responden yang melaksanakan senam hamil. Hal ini dikarenakan responden yang mendapat dukungan keluarga yang baik. Keaktifan suami/ keluarga dalam mendukung ibu hamil untuk melaksanakan pemeriksaan kehamilan sekaligus membuat ibu juga harus mengikuti kegiatan senam hamil. Sebaliknya, dari 35 responden dengan motivasi baik ada 6 orang yang tidak melaksanakan senam hamil. Hal ini dikarenakan ibu hamil yang tidak mendapat dukungan suami/ keluarga sehingga ibu tidak bias mengikuti kegiatan senam hamil dengan jarak rumah yang jauh dari puskesmas. Menurut peneliti, Motivasi ibu hamil dengan pelaksanaan senam hamil memiliki hubungan yang sangat erat. Dimana seseorang yang telah termotivasi untuk melakukan sesuatu, maka akan berusaha melakukan sesuatu tersebut dengan baik dan tekun, dengan harapan hasil yang baik. Motivasi seseorang yang disebabkan oleh kemauan sendiri bukan dari dorongan luar akan lebih menguntungkan dan memberikan keteraturan dalam melakukan aktivitas. Motivasi yang datang dari luar individu bergantung dengan sesuatu dan pengaruh orang lain bukan berarti tidak penting dan tidak baik, sebab kemungkinan besar keadaan seseorang itu dinamis dan berubah-ubah sehingga diperlukan motivasi ekstrinsik atau dorongan dari luar..

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang mengidentifikasi faktor yang mempengaruhi pelaksanaan senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumon Tahun 2024, maka dapat disimpulkan bahwa: a) Sebagian besar ibu hamil yaitu di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumon Tahun 2024. b) Sebagian besar ibu hamil yaitu 64 orang (63,4%) memiliki tingkat pengetahuan dalam melaksanakan senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumon Tahun 2024. c) Sebagian besar keluarga yaitu 55 orang (54,5%) tidak mendukung ibu hamil dalam melaksanakan senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumon Tahun 2024. d) Sebagian besar ibu hamil yaitu 66 orang (65,3%) memiliki motivasi kurang dalam melaksanakan senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumon Tahun 2024. e) Ada pengaruh variabel pengetahuan terhadap senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumon Tahun 2024 ($p 0,021 < 0,05$). f) Ada pengaruh variabel dukungan keluarga terhadap senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumon Tahun 2024 ($p 0,000 < 0,05$). g) Ada pengaruh variabel motivasi terhadap senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumon Tahun 2024 ($p 0,000 < 0,05$). g) Dari keseluruhan keseluruhan variabel independen, variabel yang paling signifikan berpengaruh terhadap senam hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumon Tahun 2024 adalah variabel motivasi dengan nilai Exp (B) terbesar (24,578).

Disarankan kepada Puskesmas Latong Kecamatan Lubuk Barumon agar meningkatkan pemberian informasi tentang manfaat senam hamil melalui kegiatan penyuluhan kepada ibu hamil untuk meningkatkan pengetahuannya tentang kegiatan senam hamil khususnya bagi ibu yang berpendidikan rendah sehingga ibu hamil termotivasi untuk mengikuti senam hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Anasari, T. (2013). Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Keikutsertaan Ibu Hamil Dalam Melakukan Senam Hamil pada Kelas Ibu Hamil [JOUR]. *Bidan Prada: Jurnal Publikasi Kebidanan Akbid YLPP Purwokerto*.
- Azwar S. (2016). *Sikap Manusia*. Pustaka Pelajar.
- Bobak, Lowdermilk, J. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. EGC.
- Dinas Kesehatan Padang Lawas. (2019). *Data Kesehatan Kabupaten Padang Lawas Tahun 2008*.
- Dinas Kesehatan Sumut. (2019). *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Tahun 2018*.
- Direktorat Jendral Bina Gizi dan KIA. (2011). *Pedoman Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil*.
- Juliani, S. (2019). Hubungan Dukungan Suami dan Motivasi Bidan dengan Keikutsertaan Ibu Mengikuti Senam Hamil di Klinik Rimasdalifah Arumy Kota Binjai Tahun 2018 [JOUR]. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 1(1), 60–71.
- Kemenkes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018*.
- Laili, U. (2015). Analiss Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keikutsertaan Senam Hami pada Ibu Hamil di BPS Nina Surabaya. *Journal of Health Science*, 8(2).
- Latief, A. (2016). *Fisioterapi Obstetri Genekologi*. Buku Kedokteran EGC.
- Maryunani, A. (2015). *Nyeri Dalam Persalinan*. Trans Info Media.
- Masini. (2015). Pengaruh Gravidita, Pekerjaan, Dukungan Suami, Dukungan Bidan/Tenaga Kesehatan Terhadap Partisipasi Ibu Dalam Kelas Ibu Hamil Di Kabupaten Magelang. *Magelang: Jurnal Kebidanan*, 4(8).
- Mubarak, W. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar (Buku 1)*. Salemba Medika.
- Muhimah, N. (2015). *Panduan Lengkap Senam Hamil Khusus Ibu Hamil*. Power Books.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo S. (2016). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nursalam. (2015). *Manajemen Keperawatan*. Salemba Medika.

- Pratama, R. (2018). Faktor yang Mempengaruhi Pelaksanaan Senam Hamil. *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 9(3).
- Qomariah, S. (2019). Hubungan Motivasi terhadap Pelaksanaan Senam Hamil pada Ibu Hamil Trimester III di BPM Hj. Dince Safrina, SST Pekanbaru. *Journal of Midwifery Sciene*, 3(1).
- Rismalinda. (2015). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. CV Trans Info Media.
- Salmah. (2016). *Asuhan Kebidanan Antenatal*. EGC.
- Sembiring R. (2016). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keikutsertaan Ibu Hamil Mengikuti Senam Hamil di Klinik Sunggal Medan Tahun 2016. *Jurnal Maternal Dan Neonatal*, 12/12.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. IKAPI.
- Widiantari, N. K. N. (2015). *Hubungan Karakteristik Ibu dan Dukungan Sosial Suami dengan Partisipasi Ibu Mengikuti Kelas Ibu Hamil di Kota Denpasar*.

Halaman Ini Dikosongkan