

ABSTRAK

Friska Wahida Ramadhani

HUBUNGAN RIWAYAT KETERATURAN SENAM HAMIL DENGAN LAMA WAKTU PERSALINAN DI PUSKESMAS TANAH KALIKEDINDING TAHUN 2025

xv + 69 Halaman + 4 Tabel + 15 Lampiran

AKI dan AKB masih menjadi permasalahan serius dalam sistem kesehatan di Indonesia. Salah satu penyebab yang berkontribusi terhadap tingginya angka ini adalah partus lama atau persalinan yang berlangsung lebih dari waktu normal. Persalinan yang memanjang bisa meningkatkan risiko komplikasi bagi ibu dan bayi. Upaya promotif dan preventif seperti senam hamil diyakini mampu membantu memperlancar proses persalinan melalui peningkatan kesiapan fisik dan psikis ibu. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara riwayat keteraturan senam hamil dengan lama waktu persalinan pada ibu bersalin di Puskesmas Tanah Kalikedinding Surabaya tahun 2025.

Penelitian ini menggunakan desain survei analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampelnya terdiri dari 30 ibu bersalin yang dipilih melalui teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi yaitu ibu bersalin normal dengan status keterlibatan dalam senam hamil (teratur, tidak teratur, dan tidak mengikuti sama sekali). Data dikumpulkan melalui observasi riwayat senam hamil dan pencatatan partograf untuk mengetahui lama waktu persalinan. Analisis statistik dilakukan menggunakan uji Chi-Square.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari responden yang mengikuti senam hamil secara teratur, 90% mengalami persalinan normal, 10% mengalami partus presipitatus, dan tidak ada yang mengalami partus lama. Responden yang tidak teratur mengikuti senam hamil menunjukkan 33,3% mengalami persalinan normal, 16,7% mengalami partus presipitatus, dan 50% mengalami partus lama. Sementara itu, dari responden yang tidak mengikuti senam hamil sama sekali, hanya 25% yang mengalami persalinan normal dan 75% mengalami partus lama, dengan tidak ada kejadian partus presipitatus. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai signifikansi $p = 0,002$ ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara keteraturan senam hamil dengan lama waktu persalinan.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa keteraturan dalam mengikuti senam hamil berpengaruh signifikan terhadap lamanya waktu persalinan. Ibu yang mengikuti senam hamil secara teratur cenderung mengalami persalinan normal dengan risiko minimal terhadap komplikasi. Hasil penelitian ini menjadi dasar penting bagi tenaga kesehatan, khususnya bidan, untuk lebih aktif dalam memberikan edukasi dan motivasi kepada ibu hamil agar secara rutin mengikuti senam hamil sebagai bagian dari upaya meningkatkan kesehatan maternal dan menurunkan risiko persalinan bermasalah.

Kata kunci: Senam hamil, keteraturan, lama persalinan, partus lama, ibu bersalin

ABSTRACT

Friska Wahida Ramadhani

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE HISTORY OF PREGNANCY EXERCISE REGULARITY AND THE DURATION OF LABOR AT TANAH KALIKEDINDING PUBLIC HEALTH CENTER IN 2025

xv + 69 Pages + 4 Tables + 15 Appendices

Maternal Mortality Rate (MMR) and Infant Mortality Rate (IMR) remain serious issues within Indonesia's healthcare system. One contributing factor to these high rates is prolonged labor, or labor that extends beyond the normal duration. Prolonged labor can increase the risk of complications for both the mother and the baby. Promotive and preventive efforts, such as prenatal exercise, are believed to help facilitate the labor process by improving the mother's physical and psychological readiness. This study aims to analyze the relationship between the regularity of prenatal exercise and the duration of labor in birthing mothers at Puskesmas Tanah Kalikedinding Surabaya in 2025.

This research employed an analytical survey design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 30 birthing mothers selected through a purposive sampling technique based on inclusion criteria, namely normal birthing mothers with a history of involvement in prenatal exercise (regular, irregular, and never participated at all). Data were collected through observation of prenatal exercise history and partograph records to determine the duration of labor. Statistical analysis was performed using the Chi-Square test.

The study results showed that among respondents who regularly performed prenatal exercise, 90% experienced normal labor, 10% experienced precipitous labor, and none experienced prolonged labor. Respondents who irregularly performed prenatal exercise showed that 33.3% experienced normal labor, 16.7% experienced precipitous labor, and 50% experienced prolonged labor. Meanwhile, among respondents who did not participate in prenatal exercise at all, only 25% experienced normal labor and 75% experienced prolonged labor, with no cases of precipitous labor. The Chi-Square test results showed a significance value of $p = 0.002$ ($p < 0.05$), indicating a significant relationship between the regularity of prenatal exercise and the duration of labor.

The conclusion of this study is that regularity in participating in prenatal exercise significantly affects the duration of labor. Mothers who regularly perform prenatal exercise tend to experience normal labor with minimal risk of complications. The results of this study serve as an important basis for healthcare professionals, especially midwives, to be more active in providing education and motivation to pregnant women to regularly participate in prenatal exercise as part of efforts to improve maternal health and reduce the risk of problematic labor

Keywords: *Prenatal exercise, regularity, labor duration, prolonged labor, postpartum mothers*

