

PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG SENAM HAMIL

Suratiah

Nyoman Hartati

Ni Wayan Yuniati

Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar

Email : tiah_sur@yahoo.com

Abstract: The Understanding of Pregnant Women on Pregnancy Gymnastic. *This research was carried out on pregnant women in the village of Baler Bale Agung on 28th November until 27th December 2013 with 90 respondents. Overall, the level of pregnant women knowledge about pregnancy gymnastics at Baler Bale Agung Village is 13.33% well-knowledgeable, 40.00% enough-knowledgeable and 46.67% less knowledge. Based on these results, it is suggested that health professionals should further enhance the delivery of information or counseling about pregnancy gymnastics for pregnant women in the village of Baler Bale Agung. The further researches are expected to develop the variables of its study on the factors that influence the level of knowledge, especially knowledge about pregnancy gymnastics.*

Abstrak: Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Senam Hamil. Tujuannya penelitian adalah mengetahui pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil sehingga dapat menurunkan insidensi persalinan lama dan untuk kenyamanan ibu selama kehamilan dan menurunkan kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil. Penelitian ini dilakukan terhadap ibu hamil di Kelurahan Baler Bale Agung pada tanggal 28 Nopember sampai 27 Desember 2013. dengan responden sebanyak 90 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil di Kelurahan Baler Bale Agung yaitu 13,33% berpengetahuan baik, 40,00% berpengetahuan cukup dan 46,67% memiliki pengetahuan tentang senam hamil pada tingkat kurang.

Kata kunci : Pengetahuan, ibu hamil, senam hamil

The Millenium Development Goals for Health (MDGs) telah merumuskan delapan tujuan utama di bidang kesehatan, salah satunya adalah menurunkan angka kematian ibu dengan meningkatkan kesehatan ibu. Ini merupakan target yang ingin dicapai sampai tahun 2015 dengan mengurangi sampai tiga per-empat resiko jumlah kematian ibu. (WHO, 2003).

Jumlah angka kematian ibu di Indonesia masih tergolong tinggi diantara negara-negara ASEAN lainnya. Menurut Depkes (2008), jika dibandingkan AKI Singapura adalah 6 per 100.000 kelahiran hidup, AKI Malaysia mencapai 160 per 100.000 kelahiran hidup. Bahkan AKI Vietnam sama

seperti Negara Malaysia, sudah mencapai 160 per 100.000 kelahiran hidup, Filipina 112 per 100.000 kelahiran hidup, Brunei 33 per 100.000 kelahiran hidup, sedangkan di Indonesia 228 per 100.000 kelahiran hidup. Menurut Depkes (2010), penyebab langsung kematian maternal di Indonesia terkait kehamilan dan persalinan terutama yaitu perdarahan 28%. Sebab lain, yaitu eklampsi 24%, infeksi 11%, partus lama 5%, dan abortus 5%.

Kematian ibu dapat dicegah hingga 22% yaitu melalui Ante Natal Care (ANC) yang teratur, mendeteksi dini adanya komplikasi dalam kehamilan, hidup secara sehat dengan pemenuhan gizi yang seimbang,

pelaksanaan inisiasi menyusui dini dalam persalinan, serta pelaksanaan senam hamil secara teratur. (Bowo, 2008).

Kehamilan merupakan suatu proses alamiah dan fisiologis. Setiap wanita yang memiliki organ reproduksi sehat, yang telah mengalami menstruasi, dan melakukan hubungan seksual dengan seorang pria yang organ reproduksinya sehat, sangat besar kemungkinannya akan mengalami kehamilan (Mandriwati, 2008). Bagi ibu hamil, segala sesuatu yang berada di sekitar hidupnya akan berpengaruh langsung pada dirinya. Hal ini menyebabkan banyak ibu hamil akan mengurangi aktivitas dengan cara mengurangi pekerjaan yang membutuhkan kerja otot yaitu dengan tidak melakukan aktivitas jasmani sehingga otot-otot makin tidak efisien. Sebagai akibatnya, otot dan sendi menjadi kaku, tidak elastis dan lemah. Padahal nantinya pada saat persalinan, ibu membutuhkan otot dan sendi yang kuat dan elastis. Untuk mengatasi hal tersebut, salah satu caranya adalah dengan mengikuti senam hamil (Maryunani dan Sukaryati, 2011). Senam hamil merupakan suatu metode penting untuk mempertahankan atau memperbaiki keseimbangan fisik ibu hamil dan merupakan terapi latihan yang diberikan pada ibu hamil dengan tujuan mencapai persalinan cepat, mudah dan aman (Maryunani dan Sukaryati, 2011).

Senam hamil sangat penting dilakukan oleh ibu hamil setelah kehamilan mencapai 28 minggu (Saminem, 2009). Tujuannya bukan hanya untuk menurunkan insidensi persalinan lama namun juga untuk kenyamanan ibu selama kehamilan dan menurunkan kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan. Manfaat dilakukannya gerak badan selama kehamilan yaitu sirkulasi darah menjadi lancar, nafsu makan bertambah, pencernaan lebih baik, dan tidur lebih nyenyak (Saminem, 2009). Penting bagi wanita hamil untuk mempertahankan atau memperbaiki kondisi fisiknya bila ia ingin kehamilan terbaik dan menghadapi stress yang dialami tubuhnya

karena perkembangan janin (Brayshaw, 2008).

WHO memperkirakan sekitar 15% dari seluruh wanita hamil akan mengalami kondisi yang berkembang menjadi komplikasi yang berkaitan dengan kehamilannya serta mengancam jiwanya. Ibu yang melakukan senam secara teratur selama kehamilannya, ketidaknyamanan yang dirasakan pada masa kehamilan akan lebih berkurang dan proses penyembuhan pasca persalinan akan lebih cepat dari pada ibu yang tidak mengikuti senam hamil (Depkes RI, 2003). Ibu hamil yang melakukan kegiatan senam cukup sering dan teratur selama masa tiga bulan (trimester) terakhir, rasa sakit yang dirasakan pada masa persalinan akan berkurang bila dibandingkan dengan persalinan ibu yang tidak melakukan kegiatan senam hamil. Hal ini terjadi karena peningkatan kadar hormon endorphin dalam tubuh sewaktu senam, yang secara alami berfungsi sebagai penahan rasa sakit (Hanton, 2001).

Berdasarkan studi pendahuluan yaitu hasil wawancara dengan Staf di Dinas Kesehatan Kabupaten Jember, jumlah ibu hamil yang ada di Kabupaten Jember pada tahun 2011 sebanyak 4.679 orang, pada tahun 2012 sebanyak 4.810 orang dan pada tahun 2013 mulai bulan Januari sampai dengan Agustus 2013 sebanyak 3209 orang yang tersebar di 5 Kecamatan yang meliputi 9 Puskesmas.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pemegang program KIA pada Puskesmas 1 Negara, bahwa Jumlah ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas 1 Negara yang meliputi 6 (enam) Desa dan Kelurahan pada tahun 2013 sebanyak 558 orang. Salah satu Kelurahan di Wilayah Kerja Puskesmas 1 Negara adalah Kelurahan Baler Bale Agung. Jumlah ibu hamil yang ada di Kelurahan Baler Bale Agung pada bulan Oktober sebanyak 92 orang. Sedangkan dari jumlah itu, yang mengikuti senam hamil sebanyak 14 orang (15,21%) , yang tidak mengikuti senam hamil sebanyak 78 orang (84,78%)

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti melakukan studi tentang

Pengetahuan Ibu Hamil tentang Senam Hamil di Kelurahan Baler Bale Agung Tahun 2013.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil di Kelurahan Baler Bale Agung tahun 2013.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan Metode Deskriptif yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk menjelaskan, memberi suatu nama, situasi atau fenomena dalam penentuan pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil di Kelurahan Baler Bale Agung Tahun 2013. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 28 Nopember sampai 27 Desember 2013. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil yang ada dan berdomisili di Kelurahan Baler Bale Agung tahun 2013 dengan jumlah sampel sebanyak 90 orang. Jenis data yang dikumpulkan adalah data primer dan data sekunder. Cara pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu dengan memberikan kuesioner kepada responden (ibu hamil) di Kelurahan Baler Bale Agung. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan analisa *univariat* yaitu menganalisa terhadap tiap variabel dari hasil penelitian untuk menghasilkan distribusi frekuensi dan prosentase dari tiap variabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik subyek penelitian berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan dan tingkat paritas responden dapat diuraikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi Frekwensi Responden Berdasarkan Umur Ibu Hamil

No	Usia	Frekwensi (f)	Persentase (%)
1.	< 20 tahun	14	15,60
2.	20 – 35 tahun	67	74,44
3.	> 35 tahun	9	10
	JUMLAH	90	100

Berdasarkan data pada tabel 1 di atas, dari 90 responden sebagian besar responden berumur 20 – 35 tahun yaitu 67 responden (74,44%) dan yang paling sedikit yaitu responden yang berumur >35 tahun sebanyak 9 responden (10 %).

Tabel 2 Distribusi Frekwensi Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu Hamil

No	Pendidikan	Frekwensi (f)	Persentase (%)
1.	Tidak sekolah	0	0
2.	SD	11	12,22
3.	SLTP/ sederajat	39	43,33
4.	SLTA/ sederajat	34	37,78
5	Perguruan Tinggi	6	6,67
	JUMLAH	90	100

Berdasarkan data pada tabel 2 di atas, dari 90 responden sebagian besar responden berpendidikan SLTP/ sederajat yaitu sebanyak 39 responden (43,33%), dan hanya sebagian kecil responden yang berpendidikan Perguruan Tinggi yaitu sebanyak 6 responden (6,67 %).

Tabel 3 Distribusi Frekwensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu Hamil

No	Pekerjaan	Frekwensi (f)	Persentase (%)
1.	Tidak bekerja/Ibu Rumah Tangga	48	53,33
2.	Buruh	0	0
3.	Petani	5	5,56
4.	PNS	7	7,78
5.	Wiraswasta	30	33,33
	JUMLAH	90	100

Berdasarkan data pada tabel 3 di atas, dari 90 responden sebagian besar responden sebagai ibu rumah tangga, yaitu 48 responden (53,33%), dan hanya sebagian kecil responden bekerja sebagai petani yaitu 5 responden (5,56 %), bahkan tidak ada yang menjadi buruh.

Tabel 4 Distribusi Frekwensi Responden Berdasarkan Paritas Ibu Hamil

No	Pendidikan	Frekwensi (f)	Persentase (%)
1.	Primi	34	37,78
2.	Multi	28	31,11
3.	Grande Multi	28	31,11
	JUMLAH	90	100

Berdasarkan data pada tabel 4 di atas, dari 90 responden, prosentase ibu hamil yang primi, multi dan grande multi tidak jauh berbeda yaitu responden yang primi sebanyak 34 responden (7,78%), multi grafida dan grande multi masing – masing sebanyak 28 responden (31,11 %).

Tabel 5 Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Menurut Usia Ibu Hamil

No	Tingkat Pengetahuan Usia	Baik		Cukup		Kurang		Jumlah	
		f	%	f	%	f	%	f	%
1	< 20 tahun	0	0	7	50,00	7	50,00	14	100
2	20 – 35 tahun	8	11,94	26	38,80	33	49,26	67	100
3	> 35 tahun	4	44,45	3	33,33	2	22,22	9	100
	JUMLAH	12	12	13,33	36	40,00	42	46,67	90

Berdasarkan tabel 5 di atas dapat diketahui bahwa pada semua kelompok umur, prosentase terbesar responden berpengetahuan kurang dan prosentase terkecil responden berpengetahuan baik. Prosentase responden terbesar yang berpengetahuan kurang ada pada kelompok umur < 20 tahun (50,00 %) dan sebaliknya prosentase terbesar berpengetahuan baik ada pada kelompok umur > 35 tahun (44,45 %).

Bila diperhatikan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil dilihat dari segi kelompok umur ibu hamil, maka ada kecenderungan semakin bertambah usia responden, maka semakin bertambah prosentase yang berpengetahuan baik Hal ini

dapat dibuktikan dari data yang menunjukkan perbedaan jumlah prosentase yang berpengetahuan kurang dan berpengetahuan baik dari kelompok umur < 20 tahun, 20-35 tahun dan kelompok umur > 35 tahun.

Notoatmojo (2010) mengatakan bahwa pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh umur. Jika dikaitkan dengan pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil, maka dari data yang diperoleh ada kecenderungan semakin bertambah usia responden, semakin bertambah pula prosentase yang berpengetahuan baik. Hal ini sejalan dengan bertambahnya umur seseorang maka bertambah pula pengetahuan yang dimilikinya dan cara berpikir seseorang semakin matang dan dewasa (Mubarak 2007).

Tabel 6 Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Menurut Pendidikan Ibu Hamil

No	Tingkat pengetahuan Tingkat pendidikan	Baik		Cukup		Kurang		Jumlah	
		f	%	f	%	f	%	f	%
1	Tidak sekolah	0	0	0	0	0	0	0	0
2	SD	0	0	2	18,18	9	81,82	11	100
3	SLTP/ sederaja	0	0	9	23,08	30	76,92	39	100
4	SLTA/ sederaja	6	17,65	25	73,53	3	8,82	34	100
5	Perguruan Tinggi	6	100	0	0	0	0	6	100
	JUMLAH	12	13,33	36	40,00	42	46,67	90	100

Dari tabel 6 dapat dilihat bahwa pada kelompok responden berpendidikan Sekolah Dasar mempunyai prosentase terbesar (81,82%) yang berpengetahuan kurang dan pada kelompok responden berpendidikan sarjana/perguruan tinggi mempunyai prosentase terkecil (0 %) yang berpengetahuan kurang tentang senam hamil. Sebaliknya, prosentase terbesar responden berpengetahuan baik ada pada kelompok responden berpendidikan sarjana/perguruan tinggi (100%) dan prosentase terkecil responden berpengetahuan baik ada pada kelompok

responden yang berpendidikan Sekolah Dasar.

Dilihat dari segi pendidikan, tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil menunjukkan adanya kecenderungan bahwa semakin tinggi pendidikan ibu hamil, maka semakin baik pula pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil, demikian juga sebaliknya semakin rendah pendidikan ibu hamil, maka semakin kurang pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil. Disamping umur, pendidikan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan. Pendidikan yaitu bimbingan yang diberikan mengenai sesuatu agar mudah dipahami.

Berdasarkan hasil analisa data dapat dilihat bahwa ada kecenderungan semakin tinggi pendidikan ibu hamil, maka semakin baik pengetahuan ibu hamil dan demikian juga sebaliknya semakin rendah pendidikan ibu hamil maka semakin kurang pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil. Dengan demikian, didapatkan hasil tingginya pendidikan seseorang maka semakin banyak pengetahuan yang dimilikinya. Hal ini sejalan dengan pendapat (Mubarak, 2007) yaitu semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah menerima informasi dan pengetahuan yang dimiliki semakin tinggi.

Berdasarkan uraian diatas, semakin tinggi pendidikan maka semakin baik pula dalam mengaplikasikan materi dalam perkembangan kehamilannya yang diperoleh. Responden yang berpendidikan tinggi akan lebih baik dalam keaktifan membawa kehamilannya kedalam proses persalinan yang fisiologis dibandingkan dengan responden yang berpendidikan rendah dan tidak pernah mendapatkan informasi. Semakin tinggi pendidikan maka akan semakin baik pula pengetahuannya. Pengetahuan itu sendiri merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku seseorang (Notoatmodjo, 2010).

Meskipun ada responden yang tidak mempunyai pengalaman dalam senam hamil namun berpendidikan tinggi dan pernah mendapat informasi akan membentuk pengetahuan yang baik. Hal ini

dimungkinkan karena memahami informasi tentang perkembangan kehamilan yang diperoleh, menurut Notoatmodjo (2010) mengatakan bahwa memahami yaitu suatu kemampuan untuk menjelaskan atau mengintegrasikan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat diinterpretasikan dengan benar. Pendidikan berhubungan dengan transmisi pengetahuan, sikap, kepercayaan, keterampilan dan aspek kelakuan yang lain, dan merupakan proses belajar dan mengajar. Pola kelakuan manusia menurut apa yang diharapkan (Notoatmodjo, 2010).

Tabel 7 Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Menurut Pekerjaan Ibu Hamil

No	Tingkat pengetahuan	Baik		Cukup		Kurang		Jumlah	
		f	%	f	%	f	%	f	%
1	Tidak bekerja/Ibu Rumah Tangga	1	2,08	18	37,50	29	60,42	48	100
2	Buruh	0	0	0	0	0	0	0	0
3	Petani	0	0	0	0	5	100	5	100
4	PNS	7	100	0	0	0	0	7	100
5	Wiraswasta	4	13,33	18	60,00	8	26,67	30	100
	JUMLAH	12	13,33	36	40,00	42	46,67	90	100

Berdasarkan tabel 7 dapat diketahui bahwa responden petani, prosentase terbesar (100 %) responden berpengetahuan kurang dan prosentase terkecil (0 %) responden berpengetahuan baik. Sebaliknya terjadi pada ibu hamil yang berprofesi sebagai Pegawai Negeri Sipil (PNS), prosentase terbesar (100 %) berpengetahuan baik dan prosentase terkecil (0 %) berpengetahuan kurang.

Apabila diperhatikan dari segi pekerjaan utama ibu hamil, maka tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil adalah baik pada kelompok ibu hamil yang berprofesi sebagai PNS dan berpengetahuan kurang pada ibu hamil yang berprofesi sebagai petani dan kelompok ibu rumah tangga/tidak bekerja. Sedangkan ibu hamil yang wiraswasta, sebagian besar mempunyai

pengetahuan yang cukup tentang senam hamil.

Jenis pekerjaan juga mempengaruhi pengetahuan seseorang. Bila karakteristik pekerjaan ibu hamil dikaitkan dengan pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil diketahui bahwa 100 % ibu hamil yang berprofesi sebagai petani berpengetahuan kurang. Sebaliknya, 100 % ibu hamil yang berprofesi sebagai Pegawai Negeri Sipil (PNS), berpengetahuan baik tentang senam hamil. Ibu hamil yang berprofesi sebagai wiraswasta, sebagian besar berpengetahuan cukup (60 %) dan yang berprofesi sebagai ibu rumah tangga sebagian besar berpengetahuan kurang (60,42 %).

Tabel 8 Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Menurut Paritas Ibu Hamil

No	Tingkat pengetahuan	Baik		Cukup		Kurang		Jumlah	
		f	%	f	%	f	%	f	%
	Tingkat paritas								
1.	Primi	0	0	13	38,24	21	61,76	34	100
2.	Multi	4	14,28	12	42,86	12	42,86	28	100
3.	Grande Multi	8	28,57	11	39,29	9	32,14	28	100
	JUMLAH	12	13,33	36	40,00	42	46,67	90	100

Pada tabel 8 dapat dilihat bahwa pada kelompok responden primi mempunyai prosentase terbesar (61,76 %) yang berpengetahuan kurang dan pada kelompok responden grande multi mempunyai prosentase terkecil (32,14 %) yang berpengetahuan kurang tentang senam hamil. Sebaliknya, prosentase terbesar responden berpengetahuan baik ada pada kelompok responden grande multi (28,57 %) dan prosentase terkecil responden berpengetahuan baik ada pada kelompok responden primi (0 %).

Pengetahuan ibu hamil bila diperhatikan dari segi paritas, maka nampak adanya kecenderungan bahwa ibu hamil primi mempunyai prosentase terbanyak yang berpengetahuan kurang. Prosentase yang berpengetahuan kurang ini semakin menurun bagi ibu hamil yang multi dan grande multi. Demikian juga sebaliknya,

bagi ibu hamil yang grande multi mempunyai jumlah prosentase terbesar untuk ibu hamil yang berpengetahuan baik dan jumlah tersebut semakin berkurang bagi ibu hamil multi dan primi.

Disamping pekerjaan ibu hamil, pengalaman ibu hamil juga mempengaruhi pengetahuan ibu hamil. Pengalaman ibu hamil tentang kehamilan dapat dilihat dari paritas. Berdasarkan analisa mengenai paritas ibu hamil dikaitkan dengan pengetahuan tentang senam hamil, maka ada kecenderungan bahwa semakin sering melahirkan maka pengetahuan tentang senam hamil akan semakin baik. Hal ini dapat dilihat bahwa ibu hamil dengan pengetahuan kurang, jumlah terbanyak pada kelompok ibu hamil yang primi, sedangkan sebaliknya untuk ibu hamil yang mempunyai pengetahuan yang baik, jumlah terbanyak ada pada kelompok grande multi. Dengan kehamilannya yang pertama belum pernah mendapatkan informasi dan tidak memiliki pengetahuan sama sekali tentang senam hamil. Hal ini dapat diperkuat oleh Notoatmodjo (2010) bahwa pengalaman merupakan sumber pengetahuan. Pengalaman merupakan guru yang baik yang bermakna bahwa pengalaman itu sumber pengetahuan untuk memperoleh kebenaran pengetahuan.

Tabel 9 Distribusi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Senam Hamil

No	Pengetahuan	Frekwensi (f)	Prosentase (%)
1.	Baik	12	13,33
2.	Cukup	36	40,00
3.	Kurang	42	46,67
	JUMLAH	90	90

Berdasarkan tabel 9 di atas dapat diketahui, pengetahuan senam hamil responden terbanyak adalah berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 42 responden (46,67%), sedangkan yang berpengetahuan baik hanya 12 responden (13,33%). sedangkan 36 responden (40 %) hanya berpengetahuan cukup.

Berdasarkan paparan di atas, maka dapat diketahui bahwa pengetahuan ibu hamil

tentang senam hamil dipengaruhi oleh faktor umur, pendidikan, pekerjaan dan pengalaman dari kehamilan sebelumnya (paritas). Faktor faktor tersebut dapat mempengaruhi pengetahuan yang dimiliki oleh ibu hamil.

Penelitian mengenai Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil tentang Senam Hamil di Kelurahan Baler Bale Agung Tahun 2013, dilakukan terhadap 90 responden.

Dari hasil penelitian ini yang berjudul “ Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil tentang Senam Hamil di Kelurahan Baler Bale Agung Tahun 2013”, mayoritas ibu hamil berpengetahuan kurang, karena mayoritas para ibu hamil sama sekali belum pernah mengikuti senam hamil, sehingga kurang memahami pengertian, tujuan, manfaat, sasaran, syarat-syarat dan pelaksanaan senam hamil. Sedangkan yang berpengetahuan baik, adalah ibu hamil yang Sarjana dan yang bekerja sebagai PNS karena sudah mendapat informasi mengenai senam hamil, baik dari media, tenaga penyuluh maupun dari teman-temannya. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah dalam penelitian ini memaparkan karakteristik responden, yaitu : usia, pendidikan, pekerjaan dan paritas responden, sedangkan penelitian sebelumnya tidak menggambarkan karakteristik responden.

Perbedaan hasil penelitian yang cukup menyolok dari penelitian ini dengan hasil penelitian dari para peneliti sebelumnya adalah disebabkan pada penelitian ini hanya 14 responden (15,56 %) yang mengikuti senam hamil dan 76 responden (74,44%) belum pernah mengikuti senam hamil. Sedangkan penelitian sebelumnya semua responden sudah mengikuti senam hamil di tempat senam hamil yang menjadi lokasi penelitian, sehingga sudah tentu pengetahuan mereka lebih baik dari yang belum pernah sama sekali mengikuti senam hamil.

Dari hasil penelitian ibu hamil di Kelurahan Baler Bale Agung, mayoritas ibu hamil berpengetahuan kurang dan cukup

dikarenakan para ibu hamil kurang mengetahui pengertian atau apa itu senam hamil, tujuan dan manfaat senam hamil. Hal ini disebabkan karena ibu hamil belum sepenuhnya mengerti dan mendapatkan informasi tentang senam hamil. Para ibu hamil yang berpengetahuan baik karena ibu hamil pernah mengikuti penyuluhan dan pelatihan senam hamil atau mendapat informasi mengenai senam hamil dari media informasi, baik media cetak maupun elektronik.

Disamping itu, dengan jauhnya jarak lokasi atau tempat pelaksanaan senam hamil bagi responden yang tinggal di daerah pegunungan (Lingkungan Pangkung Gayung dan Lingkungan Pangkung Manggis), maka berpengaruh juga terhadap tingkat motivasi mereka untuk mengikuti senam hamil. Bagi ibu hamil yang berdomisili terutama di dua lingkungan ini, banyak yang tidak tahu informasi mengenai senam hamil dan keberadaan tempat pelaksanaan senam hamil. Dengan rendahnya motivasi ini tentu berpengaruh pula terhadap perilaku mereka dalam memahami pengetahuan tentang senam hamil, termasuk juga dalam memahami bentuk, model dan bagaimana pelaksanaan senam hamil yang baik. Kenyataannya juga, bahwa mereka yang berdomisili di dua lingkungan ini sebagian besar pendidikannya hanya tamat SD dan SLTP.

Dilihat dari sisi pekerjaan dan tingkat sosial ekonomi, maka utamanya ibu hamil yang berada di Lingkungan Pangkung Manggis dan Lingkungan Pangkung Gayung,, mayoritas bekerja hanya sebagai ibu rumah tangga, buruh atau petani dan tingkat pendapatan keluarganya juga relatif lebih rendah bila dibandingkan dengan yang tinggal di Lingkungan yang lainnya. Sebagian besar malah tergolong keluarga kurang mampu.

Dari hasil pembahasan di atas dapat diketahui bahwa hasil penelitian dengan mayoritas ibu hamil berpengetahuan kurang dan cukup, disebabkan oleh beberapa faktor antara lain ; usia, tingkat pendidikan, informasi, pengalaman, budaya, sosial

ekonomi, sehingga sangat diperlukan peran serta tenaga kesehatan untuk memberikan pemahaman dan informasi yang lebih baik tentang senam hamil.

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena variabel penelitian hanya variabel tunggal, sehingga hasil penelitian terbatas pada tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil saja. Peneliti tidak meneliti faktor – faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu hamil dan seberapa pengaruh faktor faktor tersebut. Disamping itu, kuesioner yang digunakan adalah kuesioner tertutup sehingga responden hanya bisa menjawab benar atau salah yang memungkinkan responden untuk asal mengisi jawaban atau sekedar menjawab dan jawaban responden belum bisa mengukur pengetahuan secara mendalam.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian mengenai pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil, dapat disimpulkan gambaran karakteristik ibu hamil dan pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil di Kelurahan Baler Bale Agung tahun 2013 yaitu Karakteristik ibu hamil di Kelurahan Baler Bale Agung dilihat dari segi umur yaitu 67 ibu hamil (74,44%) yang berumur 20 – 35 tahun Karakteristik ibu hamil di Kelurahan Baler Bale Agung dilihat dari segi pendidikan terbanyak adalah Karakteristik ibu hamil di Kelurahan Baler Bale Agung dilihat dari segi pekerjaan terbanyak adalah ibu hamil yang tidak bekerja/ibu rumah tangga sebanyak 48 ibu hamil (53,33%). Karakteristik ibu hamil di Kelurahan Baler Bale Agung dilihat dari segi paritas terbanyak adalah 34 ibu hamil (37,78%) merupakan primigravida. Pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil di Kelurahan Baler Bale Agung terbanyak adalah berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 36 ibu hamil (40,00%).

DAFTAR RUJUKAN

Bayshaw, E., 2008, *Senam Hamil dan Nifas Pedoman Praktis Bidan*, Jakarta : EGC.

- Bowo, F. H. (2008). *Menurunkan Angka Kematian Ibu*, (online), Available:[<http://www.selatan.jakarta.go.id/pkk/index.php>, BeJo. Net Community], (15 September 2013).
- Dep. Kes. RI, 2008, *Profil Kesehatan Indonesia* , Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Hanton, T. W.,2001, *Panduan Senam Kebugaran Untuk Wanita Hamil*, Jakarta : Fajar Interpratta Offset.
- Mandriwati, G.A., 2008, *Penuntun Belajar Asuhan Kebidanan Ibu Hamil*, Jakarta : EGC.
- Manuaba, IBG., 1998, *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan*, Jakarta : EGC.
- Maryunani, A. dan Sukaryati, Y., 2011, *Senam Hamil, Senam Nifas, dan Terapi Musik*, Jakarta : CV Trans Info Media.
- Mubarak,W.I.,dkk, 2007, *Promosi Kesehatan, Sebuah Pengantar Proses Belajar Mengajar dalam Pendidikan*, Yogyakarta : Graha Ilmu
- Notoatmodjo, S., 2010, *Metode Penelitian Kesehatan Edisi Revisi 10*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Saminem , 2008, *Seri Asuhan Kebidanan : Kehamilan Normal*, Jakarta : EGC.