

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN ASUHAN KEPERAWATAN PEMBERIAN  
SENAM HAMIL UNTUK MENINGKATKAN KESIAPAN  
PERSALINAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA  
TRIMESTER III TAHUN 2020**



**Oleh:**

**NI PUTU ERNA EKA YANTI**

**NIM : P07120017 119**

**KEMENTERIAN KESEHATAN R.I.  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN KEPERAWATAN  
TAHUN 2020**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN ASUHAN KEPERAWATAN PEMBERIAN  
SENAM HAMIL UNTUK MENINGKATKAN KESIAPAN  
PERSALINAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA  
TRIMESTER III TAHUN 2020**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Menyelesaikan Pendidikan Diploma III  
Politeknik Kesehatan Denpasar  
Jurusan Keperawatan**

**Oleh :**

**NI PUTU ERNA EKA YANTI**  
**NIM : P07120017119**

**KEMENTERIAN KESEHATAN R.I.  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN KEPERAWATAN  
DENPASAR  
2020**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN ASUHAN KEPERAWATAN PEMBERIAN  
SENAM HAMIL UNTUK MENINGKATKAN KESIAPAN  
PERSALINAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA  
TRIMESTER III TAHUN 2020**

**TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN**

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

Dr.Drs. IDM Ruspawan, SKp.,M.Biomed  
NIP. 196005151982121001

Dra.I.D.A Ketut Surinati.,S.Kep.,Ns.,M.Kes  
NIP. 196412311985032010

MENGETAHUI  
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



I DPG Putra Yasa, S.Kp., M.Kep.,Sp.MB.  
NIP. 197108141994021001

**LEMBAR PENGESAHAN**

**KARYA TULIS ILMIAH DENGAN JUDUL**

**GAMBARAN ASUHAN KEPERAWATAN PEMBERIAN  
SENAM HAMIL UNTUK MENINGKATKAN KESIAPAN  
PERSALINAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA  
TRIMESTER III TAHUN 2020**

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI**

**PADA HARI : SENIN**

**TANGGAL : 18 MEI 2020**

**TIM PENGUJI :**

1. Ni Nyoman Hartati, S.Kep.,Ns.,M.Biomed (Ketua Penguji) (.....)  
NIP. 196211081982122001
2. Ns. Nengah Runiari, S.Kp.,M.Kep.,SP.Mat (Anggota) (.....)  
NIP. 197202191994012001
3. Dr.Drs. IDM Ruspawan, SKp.,M.Biomed (Anggota) (.....)  
NIP. 196005151982121001

**MENGETAHUI  
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**



**IDPG Putra Yasa, S.Kp., M.Kep.Sp.MB**  
NIP. 197108141994021001

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Putu Erna Eka Yanti

NIM : P07120017119

Program Studi : Diploma III

Jurusan : Keperawatan

Tahun Akademik :2020

Alamat : Jln.Thamrin, Besang Kawan, Kelurahan Semarapura Kaja

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas Akhir dengan judul “Gambaran Asuhan Keperawatan Pemberian Senam Hamil Untuk Meningkatkan Kesiapan Persalinan Pada Ibu Primigravida Trimester III Tahun 2020” adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 18 Mei 2020



embuat pernyataan

Erna Eka Yanti

NIM. P07120017119

# **GAMBARAN ASUHAN KEPERAWATAN PEMBERIAN SENAM HAMIL UNTUK MENINGKATKAN KESIAPAN PERSALINAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA TRIMETER III TAHUN 2020**

## **ABSTRAK**

Kehamilan dan persalinan merupakan suatu proses yang alami dan menimbulkan rasa sakit. Seperti pada ibu primigravida dimana kehamilan pertama kali bagi seorang calon ibu. Masalah yang umum ditemukan pada pasien ibu primigravida adalah kesiapan persalinan. Adapun metode untuk membantu seorang ibu hamil dalam mempersiapkan persalinan dengan olahraga yang sesuai untuk ibu hamil yaitu senam hamil. Senam hamil merupakan gerakan untuk melatih menguatkan otot yang berfungsi dalam persalinan. Peneliti ini bertujuan untuk mengetahui gambaran asuhan keperawatan pemberian senam hamil untuk meningkatkan kesiapan persalinan pada ibu primigravida trimester III. Peneliti ini menggunakan jenis penelitian deskriptif dan teknik pengumpulan data studi dokumentasi melalui dua dokumen pasien primigravida trimester III yang mengikuti senam hamil yang didapatkan melalui pengambilan data *repository* Poltekkes Denpasar. Hasil yang didapatkan pada pengkajain keperawatan tidak terdapat perbedaan pada studi kasus dengan teori yang dijadikan acuan oleh peneliti. Diagnosis keperawatan tidak dicantumkan melainkan diagnosis kebidanan. Intervensi keperawatan yang dilakukan sesuai dengan teori yaitu senam hamil. Implementasi keperawatan yang digunakan sesuai dengan SOP. Evaluasi keperawatan menggunakan format SOAP. Berdasarkan data yang diambil melalui pengambilan pada *repository* Poltekkes Denpasar, bahwa terdapat perbedaan dengan teori yang dijadikan acuan oleh peneliti.

Kata kunci : kesiapan persalinan, senam hamil, primigravida trimester III

**DESCRIPTION OF NURSING PRIVATE VOCATIONAL CARE FOR  
IMPROVING LABOR PREPARATION IN TRIMETER III  
PRIMIGRAVID MOTHER STATE 2020**

**ABSTRACT**

*Pregnancy and childbirth are natural and painful processes. As in primigravida mothers where the first pregnancy for a prospective mother. A common problem found in primigravida maternal patients is labor readiness. The method to assist a pregnant woman in preparing for childbirth with appropriate exercise for pregnant women is pregnancy exercise. Pregnancy exercise is a movement to train to strengthen the muscles that function in labor. This researcher aims to find out the description of nursing care giving pregnancy exercises to improve labor readiness in trimester III primigravida mothers. This researcher used descriptive research and documentation study data collection techniques through two documents of trimester III primigravida patients who participated in pregnancy exercises obtained through the collection of data from the Denpasar Poltekkes repository. The results obtained in nursing assessment there is no difference in the case study with the theory that is used as a reference by researchers. The nursing diagnosis was not included but was a midwifery diagnosis. Nursing interventions carried out in accordance with the theory of pregnancy exercise. The nursing implementation is used in accordance with the SOP. Evaluate nursing using the SOAP format. Based on data taken through retrieval at the Denpasar Poltekkes repository, that there are differences with the theories used by the researchers.*

*Keywords : readiness for labor, pregnancy exercises, trimester III primigravida*

## RINGKASAN PENELITIAN

### Gambaran Asuhan Keperawatan Pemberian Senam Hamil Untuk Meningkatkan Kesiapan Persalinan Pada Ibu Primigravida Trimester III Tahun 2020

Oleh : Ni Putu Erna Eka Yanti (NIM : P07120017119)

Primigravida merupakan kehamilan untuk pertama kali bagi seorang calon ibu merupakan perjalanan baru yang ditandai dengan perubahan-perubahan fisik dan psikologis bagi seorang ibu yang hamil untuk pertama kalinya (Esthini, 2016). Selain perubahan fisik maupun psikologis ibu primigravida juga perlu mempersiapkan persalinan. Dimana metode untuk meringankan dan membantu ibu hamil dalam persiapan persalinan adalah dengan olahraga. Jenis olahraga yang paling sesuai untuk ibu hamil adalah senam hamil (Wahyuni & Layinatum Nimah, 2017). Senam hamil merupakan gerakan kebugaran untuk melatih menguatkan otot yang berfungsi dalam persalinan.

Dari hasil penelitian ibu hamil dalam mengikuti senam hamil di BPRB Bina Sehat Bangunjiwo Kasihan Bantul sebanyak 18 orang (34,6%) responden pada kategori tinggi dan sebanyak 7 orang (13,5%) yang berada pada kategori rendah (Masrurin, 2013). Masalah keperawatan utama pada kasus ibu primigravida adalah kesiapan persalinan. Kesiapan persalinan yaitu pola mempersiapkan, mempertahankan, dan memperkuat proses kehamilan dan persalinan serta perawatan bayi baru lahir (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017).

Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian deskriptif, dengan rancangan studi kasus yaitu menggambarkan atau mendeskripsikan asuhan keperawatan pada ibu primigravida trimester III dengan kesiapan persalinan di Puskesmas IV Denpasar Selatan yang diambil dari hasil lampiran Karya Tulis Ilmiah atas nama NI Kadek Ayu Mirahyuni dengan judul Gambaran Asuhan Keperawatan Pemberian Senam Hamil Untuk Meningkatkan Kesiapan Persalinan Pada Ibu Primigravida Trimester III Di Puskesmas IV Denpasar Selatan Tahun 2018. Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data yang diperlukan sesuai variable yang diteliti dengan studi dokumentasi melalui situs *website repository* Poltekkes Denpasar.



Dari data pengkajian yang didapat dari lampiran Karya Tulis Ilmiah atas nama Ni Kadek Ayu Mirahyuni dengan judul Gambaran Asuhan Keperawatan Pemberian Senam Hamil Untuk Meningkatkan Kesiapan Persalinan Pada Ibu Primigravida Trimester III Di Puskesmas IV Denpasar Selatan Tahun 2018 yang didapatkan melalui *website repository* Poktekkes Denpasar, terdapat kesamaan data yang diperoleh pada pasien 1 dan pasien 2, serta terdapat persamaan pada gejala mayor dan minor yaitu pasien mengikuti senam hamil.

Pada data diagnosis keperawatan yang diperoleh dari lampiran Karya Tulis Ilmiah terdapat perbedaan yang terjadi pada diagnosis yang ditegakkan. Diagnosis yang ditegakkan oleh petugas kesehatan menggunakan diagnosis asuhan kebidanan sedangkan peneliti menggunakan diagnosis keperawatan yang berpedoman pada buku Standar Diagnosis Keperawatan (SDKI).

Penyusunan intervensi keperawatan yang didapat melalui lampiran Karya Tulis Ilmiah yang didapatkan melalui *website repository* Poktekkes Denpasar, tidak terdapat perbedaan pada intervensi yang diberikan, dimana rencana yang diberikan yaitu pemberian senam hamil.

Pada implementasi keperawatan pada pasien 1 dan pasien 2 yang diperoleh dari lampiran Karya Tulis Ilmiah terdapat kesamaan pada implementasi yang diberikan pada pasien 1 dan 2 sesuai dengan SOP yaitu pemberian senam hamil.

Untuk tahap akhir yaitu bagian evaluasi keperawatan terdapat perbedaan mengenai evaluasi SOAP, dimana pada bagian *assessment* dituliskan dengan diagnose kebidanan.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atas berkat asung kerta wara nugraha-nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul **“Gambaran Asuhan Keperawatan Pemberian Senam Hamil Untuk Meningkatkan Kesiapan Persalinan Pada Ibu Primigravida Trimester III Tahun 2020”** tepat pada waktunya. Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan mata kuliah karya tulis ilmiah tahun 2020.

Dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis menerima banyak bantuan dan dorongan dari berbagai pihak sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan optimal. Untuk itu melalui kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP.,MPH selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh program pendidikan D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
2. I Dewa Putu Gede Putra Yasa, S.Kp.,M.Kep.Sp.MB selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politekes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Ns. I Made Sukarja, S.Kep.,M.Kep selaku Ketua Program Studi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan secara tidak langsung selama pendidikan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar serta dukungan moral dan perhatian yang diberikan kepada penulis.

4. Dr.Drs. IDewa Made Ruspawan, SKp.,M.Biomed selaku Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar sekaligus pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan secara langsung.
5. Dra.I.D.A Ketut Surinati, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar sekaligus pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan secara langsung.
6. Teman-teman angkatan XXXII D-III keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang banyak memberikan masukan dan dorongan motivasi kepada penulis.
7. Orang tua, keluarga, kerabat dan sahabat penulis yang telah memberikan dukungan beserta inspirasi dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Semua pihak yang telah membantu penyusunan penelitian ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu

Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan di penulisan berikutnya.

Denpasar, 18 Mei 2020

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN JUDUL .....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
ABSTRAK .....	vi
<i>ABSTRACT</i> .....	vii
RINGKASAN PENELITIAN .....	viii
KATA PENGANTAR .....	x
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I <u>P</u> ENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
1. Tujuan umum .....	5
2. Tujuan khusus .....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II <u>T</u> INJAUAN PUSTAKA .....	7
A. Senam Hamil Pada Ibu Primigravida Trimester III Untuk Meningkatkan Kesiapan Persalinan .....	7
1. Pengertian senam hamil.....	7
2. Alasan mengikuti senam hamil.....	7
3. Syarat mengikuti senam hamil.....	8
4. Tujuan senam hamil .....	8
5. Indikasi senam hamil.....	8
6. Kontraindikasi senam hamil .....	8
7. Perlengkapan alat dan ruangan yang diperlukan.....	9
8. Pelaksanaan senam hamil .....	9
9. Tanda dan gejala senam hamil harus dihentikan .....	11
10. Pengertian primigravida .....	11
11. Pengertian trimester III .....	12

12. Pengertian persalinan .....	12
13. Kesiapan persalinan .....	13
14. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan persalinan .....	17
B. Asuhan Keperawatan Dengan Pemberian Senam Hamil Untuk Meningkatkan Kesiapan Persalinan Pada Ibu Primigravida Trimester III .....	17
1. Pengkajian.....	17
2. Diagnosis keperawatan .....	19
3. Intervensi keperawatan .....	20
4. Implementasi.....	22
5. Evaluasi .....	24
BAB III.....	25
KERANGKA KONSEP .....	25
A. Kerangka Konsep .....	25
B. Definisi Operasional Variabel.....	26
BAB IV .....	27
METODE PENELITIAN .....	27
A. Jenis Penelitian.....	27
B. Tempat Dan Waktu .....	27
C. Subjek Studi Kasus.....	28
D. Fokus Studi Kasus .....	28
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	29
F. Metode Analisis Data .....	30
G. Etika Studi Kasus .....	31
BAB V.....	32
HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN .....	32
A Hasil Studi Kasus .....	32
B Pembahasan .....	39
C Keterbatasan.....	45
BAB VI .....	47
SIMPULAN DAN SARAN .....	47
A. Simpulan.....	47
B. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA .....	50

## DAFTAR TABEL

Table 1 Diagnosis Keperawatan untuk Meningkatkan Kesiapan Persalinan.....	19
Table 2 Intervensi Keperawatan Meningkatkan Kesiapan Persalinan .....	21
Table 3 Prosedur Teknik Senam Hamil.....	22
Table 4 Definisi Operasional Asuhan Keperawatan Pemberian Senam Hamil Untuk Meningkatkan Kesiapan Persalinan Pada Ibu Primigravida Trimester III .....	26

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep Gambaran Asuhan Keperawatan Pemberian Senam Hamil Untuk Meningkatkan Kesiapan Persalinan Pada Ibu Primigravida Trimester III.....	25
--	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian .....	54
Lampiran 2 Realisasi Anggaran Biaya Penelitian.....	54
Lampiran 3 Prosedur Senam Hamil .....	56
Lampiran 4 Lembar Observasi Dokumentasi .....	60