

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) merupakan salah satu indikator pembangunan kesehatan dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2015-2019 dan *Sustainable Development Goals* (SDGs). Jumlah kasus kematian Bayi turun dari 33.278 di Tahun 2015 menjadi 32.007 pada tahun 2016, dan di tahun 2017 sebanyak 10.294 kasus, demikian pula dengan angka kematian Ibu turun dari 4.999 tahun 2015 menjadi 4912 di tahun 2016 dan di tahun 2017 sebanyak 1712 kasus (Kemenkes RI, 2017).

Berakhirnya target *Millenium Development Goals* (MDGs) pada tahun 2015 yang belum mencapai target, salah satunya terkait persoalan di bidang kesehatan. Karena itu, untuk mencapai target *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang menjadi kelanjutan dari MDGs, khususnya dalam bidang kesehatan, diperlukan peran serta dari berbagai elemen masyarakat, termasuk pranata kesehatan seperti dokter, perawat, serta bidan. Dalam mencapai SDGs, seorang bidan dapat berperan dalam pencapaian target ketiga dari SDGs, yaitu kehidupan sehat dan sejahtera, khususnya terkait kesehatan ibu dan bayi. Masalah kesehatan ibu dan bayi menjadi salah satu isu penting yang dihadapi Indonesia dalam kurun waktu belakangan ini. Peran seorang bidan, mencakup fungsi dalam layanan kesehatan primer, layanan kesehatan sekunder, layanan kesehatan tersier, serta fungsi promotif untuk menjaga kesehatan masyarakat. Tenaga kerja bidan, dengan sistem kesehatan yang baik, dapat

mendukung wanita untuk mencegah kehamilan yang tidak diinginkan, menyediakan pendampingan di sepanjang kehamilan dan kelahiran, serta menyelamatkan nyawa bayi yang lahir terlalu awal (Peter, 2008).

Seiring dengan perkembangan zaman, upaya-upaya baru untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan ibu, terutama ibu hamilpun semakin bermunculan. Kementerian Kesehatan telah melakukan berbagai upaya percepatan penurunan AKI dan AKB antara lain pada Tahun 2010 meluncurkan Bantuan Operasional Kesehatan (BOK) ke Puskesmas di Kabupaten/ Kota yang difokuskan pada kegiatan preventif dan promotif dalam program Kesehatan Ibu dan Anak, sebanyak 300 Puskesmas di wilayah Jawa, Bali, Kalimantan, Sumatera, Sulawesi, Maluku dan Papua memperoleh dana operasional sebesar Rp 10 juta per bulan. Pada Tahun 2011, seluruh Puskesmas yang ada akan mendapatkan Bantuan Operasional Kesehatan (BOK). Salah satu upaya terobosan dan terbukti mampu meningkatkan indikator proksi (persalinan oleh tenaga kesehatan) dalam penurunan Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi adalah Program Perencanaan Persalinan dan Pencegahan Komplikasi (P4K), dimana program ini dapat meningkatkan peran aktif suami (suami Siaga), keluarga dan masyarakat dalam merencanakan persalinan yang aman dan mampu meningkatkan persiapan menghadapi komplikasi pada saat kehamilan, termasuk perencanaan pemakaian alat kontrasepsi pasca persalinan, selain itu, program P4K juga mendorong ibu hamil untuk memeriksakan kehamilan, bersalin, pemeriksaan nifas dan bayi yang dilahirkan oleh tenaga kesehatan terampil termasuk skrining status imunisasi tetanus lengkap pada setiap ibu hamil. Seiring dengan perkembangan zaman, upaya-upaya baru untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan ibu,

terutama ibu hamil semakin bermunculan. Beberapa bentuk upaya yang dapat dilakukan untuk memelihara dan meningkatkan status kesehatan ibu hamil adalah Pemeriksaan Kehamilan, Program Kelas Ibu Hamil, dan Senam Hamil (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2010).

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 memberikan manfaat terhadap komponen biomotorik otot yang dilatih. Olahraga atau senam yang teratur selama kehamilan dihubungkan dengan atau berperan menurunkan angka kesakitan, kematian ibu, dan bayi yang lahir. Manfaat lain dari senam hamil adalah membentuk suatu pusat konsentrasi yang baru di dalam otak, sehingga sensasi nyeri selama persalinan dapat disisihkan dan intensitasnya berkurang. Bersamaan dengan itu dapat membuat tubuh menjadi relaks sedemikian rupa sehingga Rahim dapat bekerja di bawah kondisi optimal (Eniyah, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh Ekayanthi, dkk (2014) tentang “Pengaruh Senam Hamil terhadap Durasi Persalinan pada Primigravida di Klinik Ibunda Denpasar” yang menunjukkan bahwa ibu hamil primigravida dengan senam hamil teratur mengalami durasi persalinan yang lebih cepat 73,3 %, sesuai 20 % dan lama 6,7 %, sedangkan ibu hamil primigravida yang tidak melakukan senam hamil teratur mengalami durasi persalinan yang cepat 13,3 %, sesuai 33,3% dan lama 53,3 %.

Penelitian Umitasari (2012), di Rumah Bersalin Bhakti Ibu Semarang tentang pengaruh senam hamil terhadap lama persalinan kala II menunjukkan bahwa ada pengaruh antara senam hamil terhadap lama persalinan kala II yaitu lebih cepat 4

menit. Dari penelitian Eniyah (2013), di RB Ngudi Waras Semarang tentang hubungan senam hamil dengan lamanya persalinan kala II menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang bermakna antara senam hamil terhadap lama persalinan kala II ibu bersalin ($p < 0,001 < 0,05$).

Pengaruh positif senam hamil terhadap proses persalinan belum tentu disertai dengan kesiapan ibu hamil dalam menghadapi persalinan, selama ini fenomena yang terjadi di masyarakat tidak sesuai dengan harapan, terdapat kesenjangan yang signifikan dengan kenyataan yang terjadi di lapangan. Kesadaran ibu hamil dalam memeriksakan diri dan mengikuti senam hamil masih terbilang rendah. Sejauh ini ibu hamil merasa lebih malas dan lebih mudah mengantuk terutama ketika pagi hari. Kondisi ini sangat wajar, terutama jika ibu memanjakan tubuhnya dengan menikmati tidur-tiduran, tanpa diimbangi dengan jenis olahraga yang memang cocok untuk ibu yang sedang mengandung. Jika kondisi ini dilanjutkan hingga akhir masa kehamilan, dapat memberikan efek negatif untuk janin (Irfana, 2016).

Selama ini, informasi rancu yang beredar di tengah masyarakat semakin meningkatkan jumlah ibu hamil yang takut menghadapi proses persalinan secara normal karena rasa nyeri yang tidak tertahankan sehingga masyarakat awam mulai beralih ke persalinan dengan operasi atau caesar. Melihat fenomena yang ada, senam hamil menjadi penting hubungannya dalam kesiapan ibu hamil menghadapi persalinan. Kesiapan yang dimaksud disini dilihat dari segi kesiapan fisik dengan melihat pernah atau tidaknya ibu hamil mengikuti senam hamil maka diharapkan dapat diketahui kesiapan fisik ibu hamil dalam menghadapi persalinan.

Berdasarkan tugas dari seorang bidan yaitu dapat mendukung perempuan untuk mencegah kehamilan yang tidak diinginkan, menyediakan pendampingan di sepanjang kehamilan dan kelahiran, serta menyelamatkan nyawa bayi yang lahir terlalu awal, maka peneliti tertarik untuk mengangkat topik kesiapan ibu hamil menghadapi persalinan yang dilihat dari pernah atau tidaknya ibu hamil mengikuti senam hamil, karena walaupun senam hamil itu dapat memberikan kemudahan saat proses persalinan, namun belum menjamin kesiapan ibu hamil dalam proses persalinan nanti. Berdasarkan uraian diatas peneliti telah melakukan penelitian tentang “Hubungan Senam Hamil Dengan Kesiapan Fisik Ibu Hamil Trimester III Menghadapi Persalinan di Puskesmas II Denpasar Barat dan Puskesmas Pembantu Dauh Puri.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu Apakah ada hubungan senam hamil dengan kesiapan fisik ibu hamil trimester III menghadapi persalinan di Puskesmas II Denpasar Barat dan Puskesmas Pembantu Dauh Puri?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan senam hamil dengan kesiapan fisik ibu hamil trimester III menghadapi persalinan.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi keikutsertaan ibu hamil dalam melakukan senam hamil.
- b. Mengidentifikasi kesiapan fisik dalam menghadapi persalinan.
- c. Menganalisis hubungan senam hamil dengan kesiapan fisik menghadapi persalinan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber atau bahan acuan bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan ilmu pengetahuan kebidanan, khususnya yang terkait dengan hubungan senam hamil dengan kesiapan fisik menghadapi persalinan.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada bidan dan tenaga kesehatan dalam memberikan asuhan kebidanan serta memberikan masukan yang berarti bagi ibu hamil dalam meningkatkan pengetahuan tentang senam hamil.