

**HUBUNGAN SENAM HAMIL DENGAN KELANCARAN PROSES
PERSALINAN PADA IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA TM III DI
PUSKESMAS KERTOSONO KABUPATEN NGANJUK**

Inayatul Aini
STIKES Insan Cendekia Medika Jombang

ABSTRAK

Pendahuluan : Senam Hamil adalah bagian dari perawatan antenatal dan merupakan olah raga yang dilakukan oleh ibu hamil untuk mempersiapkan ibu hamil dalam menghadapi persalinan dengan cara melatih tehnik pernapasan dan sikap tubuh serta melatih otot-otot yang akan berguna dalam proses persalinan sehingga diharapkan ibu hamil siap menghadapi persalinan secara fisik atau mental. **Tujuan penelitian** : ini adalah untuk mengetahui hubungan antara senam hamil dengan kelancaran proses persalinan pada Primigravida TM III di Puskesmas Kertosono Kab. Nganjuk. **Metode Penelitian** : Desain penelitian ini adalah experiment dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian ini adalah semua ibu hamil primigravida trimester III usia kehamilan 35 minggu yang ada di Puskesmas Kertosono Kabupaten Nganjuk pada bulan Pebruari 2016 sebanyak 29 orang dengan sampel 20 orang yang diambil dengan teknik purposive sampling. **Hasil** : Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang melakukan senam hamil dengan teratur dan proses persalinannya lancar sebesar 45%, sedangkan yang melakukan senam hamil dengan tidak teratur, proses persalinannya yang lancar hanya 20%. Kesimpulannya, ada hubungan Senam Hamil dengan kelancaran proses persalinan pada ibu primigravida TM III di Puskesmas Kertosono Kabupaten Nganjuk. Karena dalam uji chi square masih ada 2 sel (50%) yang memiliki nilai kurang dari 5, maka digunakan uji Fisher's Exact Test diperoleh sig. 0.029 < 0,05, dengan demikian H_0 ditolak. **Kesimpulan** : Kesimpulannya, ada hubungan Senam Hamil dengan kelancaran proses persalinan pada ibu primigravida TM III di Puskesmas Kertosono Kabupaten Nganjuk.

Kata Kunci : Senam Hamil, Kelancaran Proses Persalinan.

**THE CORRELATION PREGNANCY WITH LAUNCHING PROCESS OF LABOR TO
PREGNANT WOMAN PRIMIGRAVIDA TM III IN KERTOSONO PUSKESMAS
DISTRICT NGANJUK**

ABSTRACT

Introduction : *Gymnastics Pregnancy is part of antenatal care and is a sport performed by pregnant women to prepare pregnant women in the birth with a way to train respiratory techniques and posture and train the muscles that will be useful in the delivery process so expect pregnant women ready to face labor fifty or mental.* **Purpose** : *The purpose of this study was to determine the relationship between pregnancy gymnastics with smooth delivery process at Primigravida TM III at Puskesmas Kertosono Kab. Nganjuk.* **Methods** : *This research design is experiment with cross sectional approach. The population of this study were all pregnant women primigravida trimester III 35 weeks of pregnancy in Kertosono Puskesmas Nganjuk regency in February 2016 as many as 29 people with 20 samples taken with purposive sampling technique.* **Result** : *The results showed that; respondents who do gymnastics regularly and the delivery process smoothly by 45%, while those who do gymnastics pregnant with irregular, the delivery process is smooth only 20%. In conclusion, there is a correlation of Gymnastic Pregnancy with the smooth process of delivery in*



JURNAL KEBIDANAN



Diterbitkan Oleh:
STIKES Insan Cendekia Medika
Jl. Halmahera No. 33 Jombang

Jurnal
Kebidanan

Vol 13

No.1

Hlm.

Jombang
Maret 2017

ISSN
2088-2505

DAFTAR ISI

NO.	JUDUL	HALAMAN
1.	Hubungan Perawatan Payudara pada Ibu Nifas dengan Bendungan ASI (Studi di Desa Jolotundo dan Desa Kupang Kecamatan Jetis Kabupaten Mojokerto) Evi Rosita	1-7
2.	Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Atonia Uteri pada Ibu Bersalin di Rumah Sakit Kencana Kota Serang Sri Dinengsih*Ai Irma Silvia Pahleti**	8-12
3.	Hubungan Lingkar Lengan Atas (LILA) dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Dukuh Klopo Kecamatan Peterongan Kabupaten Jombang Inayatul Aini	13-19
4.	Hubungan Senam Hamil dengan Kelancaran Proses Persalinan pada Ibu Hamil Primigravida TM III di Puskesmas Kertosono Kabupaten Nganjuk Inayatul Aini	20-25
5.	Mutu Pelayanan Kesehatan dengan Kepuasan Pasien Rawat Jalan Peserta BPJS (Studi di Puskesmas Gambiran Kecamatan Mojoagung Kabupaten Jombang) Pipit Mei Candra*Pastria Sandra Dewi**Siti Shofiyah***	26-35
6.	Asuhan Kebidanan pada Ny "M" dengan Usia Ibu Lebih Dari 35 Tahun di Bpm Fita Puji Rahayu, Amd. Keb. Desa Tinggar Kecamatan Bandarkedungmulyo Jombang Gita Andri Pertiwi* Henny Sulistyawati** Fera Yuli Setianingsih***	36-41
7.	Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny "S" Kehamilan Normal dengan Keluhan Flour Albus di BPM Minarti, Amd.Keb Desa.Trawasan Kecamatan. Sumobito Kabupaten. Jombang Linda Yuli Revyanti* Harnanik Nawansari**Tutik Sri Wahyuni ***	42-45
8.	Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny."S" G Iii P 10011 Uk 33 Minggu Dengan Primi Tua Sekunder Di Polindes Jatirejo Diwek Jombang Dini Royda*Lilis Surya Wati**Tri Purwanti***	46-50
9.	Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny "I" Dengan Kehamilan Fisiologis di BPM Hj Dayaroh, SST Ds. Sembung Perak Jombang Stifani Melia Stiawan*Inayatul Aini** Yana Eka Mildiana***	51-55
10.	Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny."M" G li P I A 0 dengan Jarak Kehamilan Terlalu Jauh di BPM Maria Zulfah, Amd.Keb Ds. Jatirejo Kec. Diwek Kab. Jombang Aditya Nur Candra Dewi*Lilis Surya Wati**Dwi Anik***	56-62

**LEMBAR HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW
KARYA ILMIAH: JURNAL ILMIAH**

Judul : Hubungan Senam Hamil Dengan Kelancaran Proses Persalinan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III Di Puskesmas Kertosono Kabupaten Nganjuk.

Penulis : **INAYATUL AINI, SST., M.Kes.**

Identitas Jurnal Ilmiah : a. Nama Jurnal : **Jurnal Kebidanan**
 b. Nomor/Volume : **01 / 13**
 c. Edisi (bln/thn) : **Maret 2017**
 d. Penerbit : **Stikes Insan Cendekia Medika**
 e. Jumlah halaman : **5 halaman (hal. 25 - 30)**

Kategori Publikasi Jurnal Ilmiah : Jurnal Ilmiah Internasional
 (beri \checkmark pada kategori yang tepat) Jurnal Ilmiah Nasional Terakreditasi
 Jurnal Ilmiah Nasional Tidak Terakreditasi

Nama Reviewer : **Lusyta Puri Ardhiyanti, SST., M.Kes**
 Jabatan Fungsional Akademik : **ASISTEN AHLI**
 Unit Kerja : **Ketua LPMI Stikes ICMe Jombang**
 Hasil Penilaian :

Komponen yang dinilai (bobot yang dinilai ditetapkan dim %)	Nilai Maksimal Jurnal Ilmiah			Nilai Akhir Yang Diperoleh
	Inter- nasional <input type="checkbox"/>	Nasional Terakredita si <input type="checkbox"/>	Nasional Tidak Terakreditasi <input checked="" type="checkbox"/>	
q. Kelengkapan unsur isi buku (10%)	... X 10%	... X 10%	82 X 10%	820
r. Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan (30%)	... X 30%	... X 30%	81 X 30%	2430
s. Kecukupan dan kemutakhiran data/informasi dan metodologi (30%)	... X 30%	... X 30%	80 X 30%	2400
t. Kelengkapan unsur dan kualitas penerbit (30%)	... X 30%	... X 30%	80 X 30%	2400
Total = (100%)				81

Atas dasar tabel di atas, nilai karya tersebut adalah : a. Amat Baik (A), b. Baik (B) c. Cukup (C).

Jombang, 28 Februari 2017
 Reviewer 1,



Lusyta Puri Ardhiyanti, S.ST., M.Kes
 NIDN 07.0901.8801

CATATAN:

- Bubuhkan nilai pada kolom yang sesuai dengan karya ilmiahnya
- Rentangan nilai 50 - 100
- Konversi nilai angka ke huruf dan sebutannya:
 81 - 100 : A (amat baik)
 66 - 80 : B (baik)
 \leq 65 : C (cukup)

**LEMBAR HASIL PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG ATAU PEER REVIEW
KARYA ILMIAH: JURNAL ILMIAH**

Judul : Hubungan Senam Hamil Dengan Kelancaran Proses Persalinan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III Di Puskesmas Kertosono Kabupaten Nganjuk.

Penulis : **INAYATUL AINI, SST., M.Kes.**

Identitas Jurnal Ilmiah : a. Nama Jurnal : **Jurnal Kebidanan**
 b. Nomor/Volume : **01 / 13**
 c. Edisi (bln/thn) : **Maret 2017**
 d. Penerbit : **Stikes Insan Cendekia Medika**
 e. Jumlah halaman : **5 halaman (hal. 25 - 30)**


Kategori Publikasi Jurnal Ilmiah : Jurnal Ilmiah Internasional
 (beri \checkmark pada kategori yang tepat) Jurnal Ilmiah Nasional Terakreditasi
 Jurnal Ilmiah Nasional Tidak Terakreditasi

Nama Reviewer : **Dr.Hariyono.,S.Kep.,Ns.,M.Kep**
 Jabatan Fungsional Akademik : **ASISTEN AHLI**
 Unit Kerja : **Wakil Ketua I Stikes ICMe Jombang**
 Hasil Penilaian :

Komponen yang dinilai (bobot yang dinilai ditetapkan dlm %)	Nilai Maksimal Jurnal Ilmiah			Nilai Akhir Yang Diperoleh
	Inter- nasional <input type="checkbox"/>	Nasional Terakredita si <input type="checkbox"/>	Nasional Tidak Terakreditasi <input checked="" type="checkbox"/>	
u. Kelengkapan unsur isi buku (10%)	... X 10%	... X 10%	80 X 10%	800
v. Ruang lingkup dan kedalaman pembahasan (30%)	... X 30%	... X 30%	80 X 30%	2400
w. Kecukupan dan kemutakhirhan data/informasi dan metodologi (30%)	... X 30%	... X 30%	82 X 30%	2460
x. Kelengkapan unsur dan kualitas penerbit (30%)	... X 30%	... X 30%	83 X 30%	2490
Total = (100%)				82.

Atas dasar tabel di atas, nilai karya tersebut adalah : a. Amat Baik (A), b. Baik (B) c. Cukup (C).

Jombang, 28 Februari 2017
 Reviewer 2,


Dr.Hariyono.,S.Kep.,Ns.,M.Kep
 NIDN 07.1802.8101

CATATAN :

- Bubuhkan nilai pada kolom yang sesuai dengan karya ilmiahnya
- Rentangan nilai 50 - 100
- Konversi nilai angka ke huruf dan sebutannya:
 81 - 100 : A (amat baik)
 66 - 80 : B (baik)
 ≤ 65 : C (cukup)

**PENILAIAN SEJAWAT SEBIDANG (PEER REVIEW) KARYA ILMIAH
IDENTITAS DOSEN**

- a. Nama Dosen yang dinilai (lengkap dengan gelar) : **INAYATUL AINI, SST., M.Kes.**
 b. NIK / NIDN : **05.10.372 / 07.0411.8502**
 c. Pangkat/Gol.Ruang : **-**
 d. Jabatan Terakhir : **Tenaga Pengajar**
 e. Program Studi : **Program Studi D-IV Bidan Pendidik**
 f. Uni Kerja : **Stikes Insan Cendekia Medika Jombang**

No.	Judul Karya Ilmiah	Angka Kredit Menurut			
		Peer Review		Penilai PT	
		1	2		
		Nilai	Nilai		
1.	INAYATUL AINI (2016) Hubungan Senam Hamil Dengan Kelancaran Proses Persalinan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III Di Puskesmas Kertosono Kabupaten Nganjuk. Jurnal Kebidanan, Vol. 13 No. 1, Hal. 20-25 ISSN : 2088-2505 Website : http://digilib.stikesicme.jbg.ac.id/ojs/index.php/jib/article/view/361/290		8,1	8,2	8,1

Tim Peer Review :

- Lusyta Puri Ardhianti., M.Kes.
NIDN:07.0901.8801
- Dr.Hariyono.,S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN: 07.1802.8101

Tanda Tangan





Penilai PT :

Ketua Dewan Penilai Angka Kredit (DUPAK)


Dr. Hariyono, S.Kep.Ns.,M.Kep
 NIDN. 07.1802.8101
 Jabatan : Asisten Ahli

Jombang, 28 Februari 2017
Ketua Stikes Insan Cendekia Medika Jombang


H. Bambang Tutuko, SH., S.Kep.Ns., MH.
 NIK/NIDN: 01.06.054 / -

**SURAT PERNYATAAN
MELAKSANAKAN PENELITIAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ita Nirmatuz Zuhroh, S.ST., M.Kes
 NIP /NIK / NIDN : 05.09.183 / 07.1001.8603
 Pangkat/golongan : Penata Muda Tk. I / III-B
 ruang/TMT :
 Jabatan : Ketua Program Studi D-IV Bidan Pendidik
 Unit Kerja : Stikes Insan Cendekia Medika Jombang

Menyatakan bahwa :

Nama : INAYATUL AINI, SST., M.Kes.
 NIP /NIK / NIDN : 05.09.186 / 07.1001.8603
 Pangkat/golongan : -
 ruang/TMT :
 Jabatan : Tenaga Pengajar
 Unit Kerja : Program Studi D-IV Bidan Pendidik - Stikes Insan Cendekia Medika Jombang

Telah melaksanakan pendidikan sebagai berikut :

No	Uraian Kegiatan	Tanggal	Satuan Hasil	Jumlah Volume Kegiatan	Angka Kredit	Jumlah Angka Kredit	Keterangan/bukti fisik
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Menghasilkan karya ilmiah sesuai dengan bidang ilmunya :						
a.	Menghasilkan karya ilmiah sesuai dengan bidang ilmunya :						
1.	PENULIS UTAMA						
	Berjudul :						
a.	Hubungan Peran Serta Pasutri Dengan Pemilihan Metode Kontrasepsi Di BPM Hj.Umi Salamah, Amd.Keb Kecamatan PETERONGAN Kabupaten Jombang	2015	1 Karya Ilmiah / Tahun	1	8,4	8,4	IIA.1.b.3 Buku Jurnal Kebidanan Vol 10. Hal 25-30 : Bukti Lembar Per Review, website http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/186 ISSN: 2080-2505
b.	Hubungan Senam Hamil Dengan Kelancaran Proses Persalinan Pada Ibu Hamil Primigravida TM III Di Puskesmas Kertosono Kabupaten Ngajuk	2017	1 Karya Ilmiah / Tahun	1	8,1	8,1	IIA.1.b.3 Buku Jurnal Kebidanan Vol 10. Hal 20-25 : Bukti Lembar artikel website http://digilib.stikesicme-jbg.ac.id/ojs/index.php/jib/article/view/361/290 ISSN: 2080-2505
TOTAL PENELITIAN				2		16,5	

Demikian pernyataan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jombang, 23 Mei 2018


 Ketua Program Studi D-IV Bidan Pendidik
 Ita Nirmatuz Zuhroh, S.ST., M.Kes
 NIDN : 07.1001.8603