

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEIKUTSERTAAN
IBU HAMIL MENGIKUTI SENAM HAMIL DI KLINIK SUNGGAL MEDAN
TAHUN 2016**

Rinawati Sembiring¹, Idaria Sidabukke², Elita Putri³

^{1,2} D-III Kebidanan Universitas Sari Mutiara Indonesia

³ Alumni D-III Kebidanan Universitas Sari Mutiara Indonesia

ABSTRACT

In pregnant women is needed body healthy and fit, pursued by eating regular, adequate rest and exercise appropriate body dose. If the body type most suitable for pregnant women is pregnancy exercise, adapted to the many physical changes such as in organ genital, enlarged abdomen. Pregnant exercise is motion exercise therapy for pregnant women prepare physically and mentally, the delivery fast, secure and spontaneous. If the expectant mother should have any complaints in pregnancy before pregnancy exercise session to consult with the doctor in charge. Pregnant women who followed the pregnancy exercise expected to undergo childbirth smoothly, can utilize the power and capabilities as well as possible so that the delivery was normal and fast. The purpose of this study was to determine the factors associated with the participation of pregnant women follow pregnancy exercise at High Cliff of Klinik Sunggal in 2016. The study was conducted at Hospital Natama High Cliff in March 2016 by using the type of research that is descriptive correlation with design cross-sectional study. The study population was all pregnant women visiting antenatal care at the Hospital of High Cliff Natama and samples in this study all pregnant women in Hospital Natama High Cliff with a gestational age > 20 weeks as many as 65 people were taken using the technique of the total population. Analysis of the data by using the chi-square test. The results showed that there was a relationship of knowledge (0,002), motivation with the participation of pregnant women follow pregnancy exercise. For that recommended for mothers to add information to pregnant women about pregnancy exercise so be expected can raise awareness among pregnant women to pregnancy exercise as recommended by health workers or Hospital Natama own as many as one times a week.

Keywords : Knowledge, Motivation, Pregnant Gymnastics

PENDAHULUAN

Kehamilan dan persalinan pada seorang wanita merupakan suatu proses alami. Peristiwa kehamilan melibatkan suatu perubahan fisik, emosional dari ibu maupun perubahan sosial dalam keluarga (Miranti, 2009). Pada ibu hamil sangat dibutuhkan tubuh yang sehat dan bugar, diupayakan dengan makan teratur, istirahat cukup dan olah tubuh sesuai takaran. Jenis olah tubuh yang paling sesuai untuk ibu hamil

adalah senam hamil, disesuaikan dengan banyaknya perubahan fisik seperti pada organ genital, perut membesar dan lain-lain (Deltapapa, 2009). Olah raga selama kehamilan dapat membantu mempersiapkan kelahiran dengan memperkuat otot dan membentuk daya tahan tubuh. Dengan mengikuti senam hamil diharapkan ibu dapat menjalani persalinan dengan lancar (Arief, 2010).

Angka kematian maternal dan perinatal merupakan indikator keberhasilan pelayanan kesehatan, khususnya pelayanan kebidanan dan perinatal. Sampai sekarang angka kematian maternal dan perinatal di Indonesia masih cukup tinggi. Menurut SDKI tahun 2003 – 2007 AKI sebesar 228 per 100.000 kelahiran hidup (Kemenkes, 2010).

Hasil Audit Maternal dan perinatal (AMP) salah satu Klinik rujukan di Jawa Timur, selama periode Januari sampai Desember 2009 mendapatkan bahwa penyulit ibuterbanyak adalah partus lama (16%), disusul partus kasep (11%), preeklamsia dan eklamsia (6,4%).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Jawa Timur (Dinkes) pada 2008 lalu kematian ibuhamil mencapai 15 kasus dari jumlah 18.293 ibu bersalin berbagai faktor penyebab kematianibu hamil di antaranya, akibat pendarahan mencapai 47 persen. Penyebab lainnya adalah kejang kejang yang dialami ibu hamil yang jumlahnya sebanyak 46%, serta lilitan tali pusat mencapai 6%. Dari hasil Penelitian sebelumnya di BPS Hj Siti Malicha pada tanggal 4 - 5 Mei 2010 didapatkan pada bulan April jumlah ibuhamil sebanyak 20 orang, yang mengikuti senam hamil sebanyak 8 orang (40%) dan yang tidak mengikuti senam hamil sebanyak 12 orang (60%). Dari 20 orang ibu hamil sebanyak 14 orang (70%) berpendidikan SLTP / SMA dan 6 orang (30%) berpendidikan SD. Ibu hamil memerlukan tubuh yang sehat dan bugar sehingga bisa menjalankan tugas

rutinnya, sebab wanita hamil pada umumnya mengalami perubahan yang ada di bagian tubuhnya.

Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara (2014) angka kematian ibu hamil maupun melahirkan di Sumatera Utara mengalami penurunan. Pada akhir tahun 2014 (per oktober) terdapat 152 ibu meninggal dunia, sementara pada tahun 2013 jumlah kematian mencapai 249 orang dan 274 ibu meninggal pada tahun 2012. Menurutnya hal ini dalam rangka pemenuhan capaian *Program Millenium Development Goals (MDG's)* 2015 tercatat hingga Oktober 2014, sebanyak 152 orang dari total 206.990 bayi yang lahir hidup di Sumatera Utara. Dari 33 kabupaten/kota di Sumut, Kabupaten Asahan menjadi penyumbang terbanyak angka kematian ibu, yakni 14 orang. Selain Asahan, Langkat dan Madina menjadi penyumbang angka kematian ibu terbanyak tahun ini. Sementara Medan, hanya 6 orang dari jumlah tersebut berdasarkan hasil survey adapun penyebab terbesar kematian ibu karena pendarahan sebanyak 50 orang, eklampsia 43 orang, lain-lain 41 orang, infeksi 10 orang, partus macet 5 orang dan abortus 3 orang.

Menurut Dinas Kesehatan Medan tahun 2007 jumlah ibu hamil sebanyak 3372. Angka kematian ibu hamil sebanyak 2 orang, ibu bersalin 3 orang dan ibu nifas sebanyak 1 orang. Sementara pada tahun 2014 jumlah ibu hamil sebanyak 3076. Angka kematian ibu hamil di Medan pada tahun 2014 adalah 13 orang.

Hal ini terjadi karena adanya upaya pemeliharaan dan

peningkatankesehatan ibu selama kehamilan. Hal-hal yang perlu diperhatikan selamakehamilan antara lain nutrisi, persiapan laktasi, pemeriksaan kehamilan,peningkatan kebersihan diri dan lingkungan, kehidupan seksual, tidur danmelaksanakan pergerakan seperti senam hamil (Jumiarni dalam Wahyuni, 2012).

Senam hamil merupakan salah satu kegiatan dalam pelayanan selama kehamilan (*antenatal care*). Senam hamil akan memberikan persalinan yang lebih baik, karena mampu memanipulasi/mengendalikan faktor penyebab persalinan yang memanjang/lama yakni dengan meningkatkan tenaga/power ibu saat persalinan. Kegunaan senam hamil di dalam *antenatal care* dilaporkan akan menaikkan dan mengurangi terjadinya berat badan bayi lahir rendah, mengurangi terjadinya persalinan prematur. Secara keseluruhan senam hamil akan berdampak sebagai suatu kenaikan kesehatan wanita hamil itu sendiri menjadi lebih baik (Viscera dalam Hidayah, 2014).

Senam hamil sangat membantu selama proses melahirkan anak, selain itu manfaat senam hamil lebih terasa lagi saat mengeluarkan bayi. Beberapa kondisi ibu hamil untuk melaksanakan senam hamil yaitu pengetahuan, sikap dan motivasi.Senam hamil sebaiknya dilakukan bersama dengan pelatih yang mengerti, sehingga kita tahu apa yang harus dilakukan setiap tahapnya (Yuni, 2009). Selain itu pendidikan juga menjadi faktor penting bagi seseorang agar informasi yang ada dapat

tersampaikan.Pendidikan biasanya berawal pada saat seorang bayi itu dilahirkan dan berlangsung seumur hidup termasuk bagi seorang ibu hamil, pendidikan mengenai hal seputar kehamilan juga sangat penting agar ibu semakin mengerti dan memahami apa saja hal yang harus dilakukan selama masa kehamilan agar kehamilannya berjalan sehat dan nyaman (Khadiyanto, 2009).

Wanita hamil yang melakukan senam hamil secara teratur selama kehamilannya akan mengalami proses melahirkan yang jauh lebih mudah, lancar dan waktu melahirkan yang lebih singkat. Faktor yang berperan dalam persalinan adalah kekuatan mendorong janin, faktor jalan lahir dan faktor janin. Persalinan akan berjalan lancar bila ada ketenangan dan relaksasi, sehingga otot-otot rahim berkontraksi dengan baik, ritmis dan kuat.

Dampak yang dapat dirasakan ibu hamil apabila tidak melakukan senam hamil adalah nyeri punggung. Hal ini sering dialami pada kehamilan trimester 3 karena dengan pembesaran rongga perut dan penambahan berat badan bayi maka tubuh akan mulai membengkak. Kondisi ini akan menyebabkan tenggangnya otot sekitar tulang belakang sehingga terdapat rasa nyeri didaerah punggung (Dougall JM,2003). Diharapkan ibu yang mengikuti senam hamil dapat memperpendek proses persalinan, angka kejadian pada ibu bersalin karena mengalami komplikasi dapat dikurangi.

Menurut Larasati, Inka (2012) semakin sering ibu hamil melakukan senam hamil semakin berkurang tingkat

kecemasannya dalam menghadapi persalinan dan sebaliknya jika tidak pernah melakukan senam hamil maka kecemasan ibu hamil akan meningkat. Pada latihan senam hamil terdapat teknik relaksasi yang dapat mengurangi kecemasan, saat individu mengalami ketegangan dan kecemasan yang bekerja adalah sistem saraf simpatetis, sedangkan saat rileks yang bekerja adalah sistem saraf para simpatetis.

Penelitian Larasati, Inka (2012) tentang pengaruh keikutsertaan senam hamil terhadap kecemasan primigravida trimester ketiga dalam menghadapi persalinan menyatakan bahwa keikutsertaan senam hamil primigravida terbanyak pada kategori jarang (1-5kali) selama kehamilan trimester ketiga, responden yang mengikuti senam hamil mayoritas tidak mengalami cemas ringan dan sedang. Dan berdasarkan hasil uji korelasi spearman menyatakan bahwa ada korelasi yang kuat antara senam hamil dengan kecemasan primigravida trimester dalam menghadapi persalinan di Puskesmas Jagir Kecamatan Wonokromo Surabaya.

Penelitian Hidayah, (2014) tentang hubungan faktor internal dengan peran serta ibu dalam mengikuti senam hamil di Klinik Mutiara Bunda Malang menunjukkan bahwa hasil analisis secara bivariat dengan *Kai Kuadrat* dengan selang kepercayaan 95% didapatkan hasil bahwa $p\ value > 0,05$. Hal ini berarti tidak ada hubungan masing-masing subvariabel pengetahuan, sikap dan motivasi dengan peran serta ibu hamil dalam mengikuti senam hamil. Pada hasil analisis secara multivariat dengan *regresi*

bergandadengan selang kepercayaan 95% didapatkan hasil bahwa $p\ value > 0,05$ artinya H_0 gagal ditolak. Hal ini berarti tidak ada hubungan faktor internal (pengetahuan, sikap, dan motivasi) dengan peran serta ibu hamil dalam mengikuti senam hamil.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Puspitosari, (2005) tentang faktor ibu yang berhubungan dengan keikutsertaan senam hamil (studi pada ibu hamil primigravida yang berkunjung di RSB Kusuma Semarang) dengan jumlah sampel sebanyak 39 orang menunjukkan hasil uji *chi-square* bahwa yang mempunyai hubungan dengan keikutsertaan senam hamil adalah umur ibu ($p=0,008$), pendidikan ibu ($p=0,028$), pengetahuan ibu ($p=0,014$), ketersediaan program senam hamil ($p=0,034$), dukungan suami/keluarga ($p=0,004$), dan anjuran dokter/tenaga kesehatan ($p=0,001$).

Klinik Sunggal merupakan salah satu Klinik yang berdiri di tengah keramaian Medan yang mempunyai ruang rawat inap dan ruang kebidanan. Berdasarkan survey awal yang dilakukan oleh peneliti bahwa jumlah ibu hamil yang melakukan kunjungan *antenatal care* rata-rata per bulan sebanyak 78 orang. Klinik tersebut mengadakan program senam hamil yang dilatih oleh pelatih profesional, akan tetapi ibu hamil yang mengikuti senam hamil tidak begitu banyak, selain itu kebanyakan ibu yang melakukan senam hamil hanya ikut sebanyak 3 kali dalam sebulan dengan alasan ibu tidak ada waktu, yang mengantar ibu pada saat senam tidak ada, dan ada sebagian

ibu mengatakan tidak ada manfaatnya senam tersebut dilakukan. Berdasarkan uraian permasalahan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan keikutsertaan ibu hamil mengikuti senam hamil di Klinik Sunggal tahun 2016.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti menetapkan rumusan masalah adalah sebagai berikut “bagaimanakah hubungan faktor pengetahuan dan motivasi dengan keikutsertaan ibu hamil mengikuti senam hamil di Klinik Sunggal Medan tahun 2016?”.

Tujuan Penelitian

Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan keikutsertaan ibu hamil mengikuti senam hamil di Klinik Sunggal Medan tahun 2016

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini bersifat deskriptif korelasi dengan desain penelitian *cross sectional* yaitu untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan keikutsertaan ibu hamil mengikuti senam hamil di Klinik Sunggal Medan Tahun 2015.

Lokasi dan Waktu

3.1.1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Sunggal Medan.

3.1.2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret-Mei 2016, dari pengajuan judul, proses pembuatan proposal,

pelaksanaan penelitian, pengolahan data sampai dengan melakukan ujian hasil.

3.2. Populasi dan Sampel

3.2.1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang melakukan kunjungan pemeriksaan kehamilan di Klinik Sunggal Medan dengan rata-rata perbulan sebanyak 78 orang dengan kehamilan trimester I sebanyak 13 orang, trimester II 43 orang dan trimester III sebanyak 22.

3.2.2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan di Klinik Sunggal Medan dengan usia kehamilan > 20 minggu sebanyak 65 orang. Sampel tersebut diambil dengan menggunakan teknik *total populasi*.

3.3. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan dua cara yaitu :

1. Data primer yaitu data yang diperoleh dari responden dengan menggunakan kuesioner dan daftar pertanyaan yang telah disediakan peneliti dan disebarkan langsung kepada responden
2. Data sekunder yaitu data yang diperoleh dari *medical record* Klinik Sunggal Medan bahwa jumlah kunjungan ANC dengan usia kehamilan > 20 minggu sebanyak 65 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1.1. Analisa Bivariat

1. Hubungan Pengetahuan dengan Keikutsertaan Ibu Hamil

Mengikuti Senam Hamil Di Klinik Sunggal Medan Tahun 2016

Hasil uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai $p = 0.002$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan keikutsertaan ibu hamil mengikuti senam hamil di Klinik Sunggal Medan Tahun 2016.

2. Hubungan Motivasi dengan Keikutsertaan Ibu Hamil Mengikuti Senam Hamil Di Klinik Sunggal Medan Tahun 2016

Untuk melihat hubungan motivasi dengan keikutsertaan ibu hamil mengikuti senam hamil di Klinik Sunggal Medan Tahun 2016 dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.6

Motivasi	Senam				Total		p
	Senam		Tidak Senam		F	%	
	f	%	f	%			
Tinggi	2	33,8	5	7,7	2	41,5	0,02
Rendah	1	24,6	2	33,8	3	58,5	
Jumlah	3	38,4	2	41,5	6	100	

Berdasarkan tabel 4.6 di atas dapat dilihat bahwa dari 41,5% ibu memiliki motivasi tinggi, yang mengikuti senam hamil sebanyak 33,8% dan yang tidak mengikuti senam sebanyak 7,7%. Dari 58,5% ibu memiliki motivasi rendah, yang mengikuti senam hamil sebanyak 24,6%

dan yang tidak mengikuti senam hamil sebanyak 33,8%.

Hasil uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai $p = 0.002$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan motivasi dengan keikutsertaan ibu hamil mengikuti senam hamil di Klinik Sunggal Medan Tahun 2016.

4.2. Pembahasan

1. Hubungan Pengetahuan dengan Keikutsertaan Ibu Hamil Mengikuti Senam Hamil Di Klinik Sunggal Medan Tahun 2016

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 40% ibu berpendidikan baik, yang mengikuti senam hamil sebanyak 32,3% dan tidak mengikuti senam hamil sebanyak 7,7%. Dari 40% ibu berpendidikan cukup, yang mengikuti senam hamil sebanyak 21,5% dan yang tidak mengikuti senam hamil sebanyak 18,5%. Dari 20% ibu yang berpendidikan kurang, yang mengikuti senam hamil sebanyak 4,6% dan yang tidak mengikuti senam hamil sebanyak 15,4%.

Hasil ini diperoleh berdasarkan jawaban responden terhadap kuesioner bahwa terdapat 32,3% responden menjawab salah dengan pernyataan tujuan dilakukannya senam hamil yaitu untuk mengatasi ketegangan atau rasa sakit pada saat persalinan, 50,8% responden menjawab salah dengan pernyataan program senam hamil yang baik juga dapat memperbaiki postur tubuh saat hamil, 61,5% responden menjawab salah dengan pernyataan senam hamil bermanfaat untuk

mengurangi bengkak pada bagian kaki, 70,8% responden menjawab salah dengan pernyataan ibu hamil tidak diperbolehkan mengikuti senam hamil apabila ada tanda-tanda kelainan pada jantung ibu, 49,2% responden menjawab salah dengan pernyataan Jika kehamilan telah masuk bulan ke sembilan gerakan senam hamil ditambah dengan berbaring telentang. Hal ini bisa terjadi akibat ketidaktahuan ibu hamil tentang senam hamil dan kurang mendapatkan informasi tentang senam hamil.

Tingkat pendidikan juga mempengaruhi sejauh mana ibu hamil tahu dan memahami tentang senam hamil (Sahala, 2009). Dimana senam hamil adalah suatu terapi latihan gerak untuk mempersiapkan ibu hamil baik secara fisik dan mental pada persalinan cepat, aman dan spontan (Deltapapa, 2009). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi pendidikan ibu hamil maka ibu hamil semakin aktif melakukan senam hamil. Dengan pendidikan menengah ibu hamil memiliki pemahaman dan wawasan yang luas tentang manfaat dari senam hamil. Selain itu ibu hamil yang berpendidikan menengah lebih mudah memahami cara melakukan senam hamil dengan benar sehingga akan membuat sirkulasi darah lancar, tidak terjadi pembengkakan kaki pada ibu hamil dan proses persalinan dapat berjalan dengan normal. Dalam penelitian (Ayati, 2011) didapatkan ada 6 orang yang tidak mengikuti senam hamil, hal tersebut dikarenakan sebagian besar ibu hamil tersebut berpendidikan dasar. Kita tahu bahwa

seseorang yang memiliki pendidikan dasar sangat sulit menerima informasi yang ada. Oleh karena itu mereka tidak mengikuti senam hamil.

Menurut Ayati, (2011) pengetahuan yang didapat kurang dan juga kurangnya minat atau keinginan dari sang ibu hamil membuatnya juga takut untuk mengikuti senam hamil. Selain itu walaupun seorang ibu hamil berpendidikan tinggi ada juga seorang ibu yang tidak mengikuti senam hamil. Hal tersebut dipengaruhi pekerjaan ibu. Kesibukan bekerja membuat ibu hamil yang berpendidikan tinggi tidak dapat mengikuti senam hamil. Ibu hamil yang bekerja pastinya akan sedikit kerepotan membagi waktu antara bekerja dengan mengikuti senam hamil. Jadi jelas bahwa ada hubungan antara tingkat pendidikan ibu hamil dengan keikutsertaan senam hamil.

Berdasarkan nilai statistik hasil uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai $p = 0.002$ ($p = < 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan keikutsertaan ibu hamil mengikuti senam hamil di Klinik Sunggal Medan Tahun 2016. Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian Puri, Made (2008) menunjukkan bahwa terhadap hubungan yang signifikan antara pengetahuan senam hamil ibu-ibu primipara dengan keikutsertaan dalam senam hamil dengan nilai $p = 0,0031$.

Penelitian ini berbeda dengan penelitian Hidayah, (2014) menunjukkan bahwa pengetahuan tidak berhubungan dengan peran serta ibu hamil dalam mengikuti senam hamil hal ini disebabkan karena banyak faktor

eksternal yang mempengaruhi tindakan seseorang, yang tidak dikendalikan saat penelitian antara lain faktor budaya, lingkungan dan tidak kontinuitasnya tenaga pengajar. Selain itu dalam praktik sehari-hari terkadang bisa saja terjadi sebaliknya dari teori, artinya bisa saja ibu telah berperilaku negatif terhadap senam hamil, meskipun pengetahuannya sudah baik. Selain itu dalam praktik sehari-hari terkadang bisa saja terjadi sebaliknya dari teori, artinya bisa saja ibu telah berperilaku negatif terhadap senam hamil, meskipun pengetahuannya sudah baik. Pengetahuan ibu hamil yang tidak mengikuti senam hamil lebih baik daripada ibu hamil yang mengikuti senam hamil.

Menurut Notoatmodjo (2012) pengetahuan merupakan hasil dari tahu yang terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia yaitu penglihatan, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan merupakan suatu domain yang sangat penting untuk terbentuknya suatu tindakan seseorang. Suatu penelitian mengatakan bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan mampu bertahan lama dari pada yang tidak didasari oleh pengetahuan.

Berdasarkan penjelasan teori dan hasil penelitian di atas peneliti menyimpulkan bahwa pengetahuan bukanlah mutlak penyebab ibu hamil tidak melakukan senam hamil, akan tetapi banyak faktor yang menyebabkan hal tersebut antara lain kebudayaan atau

kebiasaan yang dimiliki oleh ibu, pekerjaan ibu dan jarak antara tempat kegiatan senam dengan tempat ibu hamil.

2. Hubungan Motivasi dengan Keikutsertaan Ibu Hamil Mengikuti Senam Hamil Di Klinik Sunggal Medan Tahun 2016

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 41,5% ibu memiliki motivasi tinggi, yang mengikuti senam hamil sebanyak 33,8% dan yang tidak mengikuti senam sebanyak 7,7%. Dari 58,5% ibu memiliki motivasi rendah, yang mengikuti senam hamil sebanyak 24,6% dan yang tidak mengikuti senam hamil sebanyak 33,8%.

Hasil ini diperoleh berdasarkan jawaban responden terhadap kuesioner bahwa 83,1% menyatakan ibu melakukan senam hamil karena disarankan oleh dokter atau petugas kesehatan yang merawatnya, 13,8% menyatakan bahwa ibu melakukan senam hamil karena disarankan oleh suami atau keluarganya, 46,2% ibu menyatakan suami tidak mengantarkan ibu tersebut ke Klinik untuk mengikuti senam hamil.

Menurut Marquis (2011), motivasi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik adalah usia, pendidikan, pengalaman dan pengetahuan. Sedangkan faktor ekstrinsik adalah ekonomi, sosial budaya, lingkungan yang terdiri dari lingkungan rumah dan masyarakat.

Kematangan usia seseorang mempengaruhi proses pengambilan keputusan dan proses berfikir dalam melakukan suatu kegiatan. Semakin

cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir. Hasil penelitian menyatakan bahwa mayoritas responden berusia Sebagian besar responden berusia 25-35 tahun 40, %.

Pengalaman akan mempengaruhi seseorang untuk bertindak karena pengalaman merupakan cara seseorang untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Pengalaman yang baik yang telah diperoleh di masa lalu akan digunakan dan diulang kembali dalam melakukan suatu tindakan. Sebagian besar responden sudah berpengalaman melakukan senam hamil pada kehamilan yang sebelumnya.

Hasil uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai $p = 0.002$ ($p = < 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan motivasi dengan keikutsertaan ibu hamil mengikuti senam hamil di Klinik Sunggal Medan Tahun 2016. Penelitian ini didukung dengan penelitian Haswita (2012) menunjukkan bahwa ada hubungan antara motivasi ibu hamil dengan pelaksanaan senam hamil dengan nilai $p=0,001$

Menurut Haswita, (2012) motivasi ibu hamil dengan pelaksanaan senam hamil memiliki hubungan yang sangat erat. Dimana seseorang yang telah termotivasi untuk melakukan sesuatu, maka akan berusaha melakukan sesuatu tersebut dengan baik dan tekun, dengan harapan hasil yang baik. Motivasi seseorang yang disebabkan oleh kemauan sendiri bukan dari dorongan luar akan lebih menguntungkan.

Akan tetapi berbeda dengan hasil penelitian Hidayah, (2014) menyatakan bahwa motivasi tidak berhubungan dengan peran serta ibu hamil dalam mengikuti senam hamil, hal ini disebabkan karena motivasi seseorang akan terwujud dalam suatu tindakan tergantung pada banyak factor seperti pengaruh orang lain dekat dan situasi yang mendukung. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan Azwar (2003) bahwa motivasi seseorang akan terwujud dalam suatu tindakan tergantung pada banyak faktor antara lain pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, kebudayaan, media massa dan institusi kesehatan yang terkait pada seseorang itu.

Motivasi ibu hamil dengan pelaksanaan senam hamil memiliki hubungan yang sangat erat. Dimana seseorang yang telah termotivasi untuk melakukan sesuatu, maka akan berusaha melakukan sesuatu tersebut dengan baik dan tekun, dengan harapan hasil yang baik. Motivasi seseorang yang disebabkan oleh kemauan sendiri bukan dari dorongan luar akan lebih menguntungkan dan memberikan keteraturan dalam melakukan aktivitas. Motivasi yang datang dari luar individu bergantung dengan sesuatu dan pengaruh orang lain bukan berarti tidak penting dan tidak baik, sebab kemungkinan besar keadaan seseorang itu dinamis dan berubah-ubah sehingga diperlukan motivasi ekstrinsik atau dorongan dari luar (Haswita, 2012).

KESIMPULAN

1. Ada hubungan pengetahuan dengan keikutsertaan ibu hamil mengikuti senam hamil di Klinik Sunggal Medan Tahun 2016.
2. Ada hubungan motivasi dengan keikutsertaan ibu hamil mengikuti senam hamil di Klinik Sunggal Medan Tahun 2016.

SARAN

1. Bagi Ibu

Menambah informasi pada ibu hamil tentang senam hamil sehingga diharapkan dapat meningkatkan kesadaran para ibu hamil untuk melakukan senam hamil sesuai anjuran tenaga kesehatan, yaitu minimal 1 kali dalam seminggu.

2. Bagi Klinik Sunggal Medan

Disarankan bagi petugas kesehatan terutama bidan yang bertugas di Klinik Sunggal Medan agar meningkatkan kualitas pelayanan maternal, dengan melakukan promosi kesehatan mengenai senam hamil pada ibu hamil dan memberikan dorongan dan masukan bagi ibu hamil terkait pelaksanaan senam hamil sehingga kemauan ibu hamil untuk melakukan senam hamil semakin tinggi.

3. Bagi Pemerintah

Disarankan bagi pemerintah untuk melakukan pelatihan senam hamil bagi Bidan agar ibu hamil bersalin dalam keadaan normal sehingga dapat menurunkan angka persalinan secara *sectio caesare*.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan kepada peneliti selanjutnya agar meneliti kembali faktor-faktor yang berhubungan dengan senam hamil akan tetapi menambah variabel faktor seperti jarak, dukungan suami dan memberikan analisa yang lebih dalam yaitu analisis multivariat agar penelitian ini akan semakin baik.

DAFTAR PUSTAKA

Danim, S. 2004. *Motivasi, Kepemimpinan, dan Efektivitas Kelompok*. Jakarta: Rineka Cipta

Deltapapa. 2009. *Senam hamil* (<http://www.deltapapa.wordpress.com/2009/01/14/senam-hamil>, diakses tanggal 21 april 2010)

Dewi, Nurdiana. 2008. *Analisis Faktor Faktor yang Mempengaruhi Motivasi*. Progam Pasca sarjana Universitas Diponegoro : Thesis Progam Pasca sarjana Universitas Diponegoro

Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. 2014. *Jumlah Kematian Ibu dan Bayi di Sumut Menurun Tahun 2014*. Diakses dari <http://www.sumutprov.go.id/berita-lainnya/632-jumlah-kematian-ibu-dan-bayi-di-sumut-menurun-tahun-2014> pada tanggal 2 April 2015.

Dougall, J.M. 2003. *Kehamilan Minggu Demi Minggu*. Jakarta : Erlangga

Haswita. 2012. *Hubungan Motivasi Ibu Hamil dengan Pelaksanaan Senam Hamil di Dusun Krajan Desa Jambewangi Wilayah Kerja Puskesmas Sempu*

- Banyuwangi. Akademi Kesehatan Rustida
- Hidayah. 2014. *Hubungan Faktor Internal dengan Peran Serta Ibu Hamil dalam Mengikuti Senam Hamil*. Skripsi : Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran
- Jumiarni 1995, *Asuhan Keperawatan Perinatal*, EGC, Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. 2010. *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2010-2014*. Jakarta.
- Khadiyanto. 2009. *Pendidikan*, (<http://www.wikipedia.org>., diakses tanggal 27 Januari 2015).
- Mansjoer. 2001. *Kapita Selekta Kedokteran 1, Buku Kedokteran*. Jakarta : EGC
- Maryunani. 2014. *Senam Hamil, Senam Nifas dan Terapi Musik*. Jakarta : CV Trans Info Media
- Miranti. 2009. *Senam Hamil Mempermulus Persalinan*, <http://www.kaltimpost.web.id>, diakses tanggal 27 Januari 2015.
- Nirwana. 2011. *Kapita Selekta Kehamilan*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Notoadmodjo. 2010. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Cetakan Pertama. Jakarta: Rineka Cipta
- _____. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Puspitosari. 2005. *Hubungan Beberapa Faktor Ibu dengan Keikutsertaan Senam Hamil (Studi Pada Ibu Hamil Primigravida yang Berkunjung di RSB Kusuma Semarang*. Skripsi
- Ramli, Rodiana. 2014. *Gerakan-gerakan Senam Hamil (Tone Zone)*. Diakses dari <http://www.ayahbunda.co.id/Artikel/Terbaru/Terbaru/10.gerakan.senam.tone.zone/001/005/1179/3> pada tanggal 2 April 2015
- Widianti. 2013. *Senam Kesehatan Dilengkapi dengan Contoh Gambar*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Yuliarti. 2010. *Panduan Lengkap Olahraga Bagi Wanita Hamil dan Menyusui*. Yogyakarta : CV Andi Offset
- Yuni. 2009. *Perawatan ibu hamil (Asuhan Ibu hamil)*. Yogyakarta