

PERBEDAAN LAMA KALA II PRIMIPARA YANG SENAM HAMIL DAN TIDAK SENAM HAMIL

Wenna Ismeili¹, Suherni², Tri Maryani³

¹Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl Mangkuyudan MJ III/304 Yogyakarta 55143, email: ismeiliwenna@yahoo.com. ²Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl Mangkuyudan MJ III/304 Yogyakarta 55143, email: ksuherni@yahoo.com. ³Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl Mangkuyudan MJ III/304 Yogyakarta 55143, email: merrikiut@yahoo.com

ABSTRACT

Prolonged labor is one of the causes of maternal mortality in the world by 8% and 9% in Indonesia, common especially in primiparous. Second stage of labor is called critical stage because all the early predictions can be changed at all from the estimated. Power is an important factor in the delivery which can be controlled in order to delivery went smoothly. One way is by pregnancy exercise. RB Rachmi provide pregnancy exercise services. Pregnancy exercise enthusiasts decline by the end of 2012, from an average 15-25 people to 10-15 people per week. Purpose to determine the difference in second stage length of primiparous whose pregnancy exercise and not. This research employed observational methods with prospective cohort design. The research was done at RB Rachmi Yogyakarta. Samples were taken by purposive sampling techniques consisting 18 people for each group, analyzed by independent t test. The results: mean of second labor length of primiparous whose pregnancy exercise is 20,56 minutes and not pregnancy exercise is 47,50 minutes with an mean difference is 26,944 minutes. The result of independent t test concerning p value 0,0001 (<0,05). Conclusion: there is difference of a second labor length between primiparous whose pregnancy exercise and not pregnancy exercise at RB Rachmi Yogyakarta in 2013.

Keywords: pregnancy exercise, second labor stage length, primiparous

INTISARI

Partus lama merupakan salah satu penyebab kematian ibu sebesar 8% di dunia dan 9% di Indonesia, biasa terjadi terutama pada primipara. Kala II persalinan disebut tahap kritis karena semua prediksi awal bisa berubah sama sekali dari perkiraan. Faktor tenaga merupakan faktor penting dalam persalinan yang dapat dikendalikan agar persalinan berlangsung lancar. Salah satu upaya yaitu dengan senam hamil. RB Rachmi memberikan pelayanan senam hamil. Peminat senam hamil menurun pada akhir tahun 2012 yaitu dari rata-rata 15-25 orang per minggu menjadi 10-15 orang. Tujuan untuk mengetahui perbedaan lama kala II primipara yang senam hamil dan tidak senam hamil. Jenis Penelitian observasional dengan desain kohort prospektif. Penelitian dilakukan di RB Rachmi Kota Yogyakarta. Sampel diambil secara *purposive sampling* sebanyak 18 orang untuk tiap kelompok, dianalisis dengan *Independent t test*. Hasil : Rata-rata lama kala II primipara yang senam hamil adalah 20.56 menit dan tidak senam hamil adalah 47,50 menit dengan beda rata-rata sebesar 26,944 menit. Hasil uji *Indepent t test p value 0,0001 (< 0,05)*. Kesimpulan : Ada perbedaan lama kala II primipara yang senam hamil dan tidak senam hamil di RB Rachmi Kota Yogyakarta Tahun 2013.

Kata Kunci: senam hamil, lama kala II, primipara.

PENDAHULUAN

Salah satu indikator baik buruknya pelayanan kebidanan dalam suatu negara atau daerah dapat diukur dengan tingkat kematian ibu. Sumber awal masalah kematian ibu dimulai dari masa kehamilan yang berlanjut pada waktu bersalin dan nifas. Tren kematian ibu yang dilaporkan oleh *World Health Organization (WHO)*, *United Nations Population Found (UNFPA)* dan Bank Dunia, jumlah kematian ibu karena komplikasi selama kehamilan dan persalinan mengalami penurunan sebesar 34% atau rata-rata 2,3% per tahun dari 546.000 pada tahun 1990 dan 358.000 pada tahun 2008. Namun penurunan tersebut masih jauh dari target *Millenium Development Goals (MDGs)* mengurangi kematian ibu sebesar 75% atau rata-rata 5,5% per tahun¹.

Penurunan angka kematian ibu (AKI) di Indonesia dirasakan lambat, tercatat AKI di Indonesia menurut Profil Kesehatan Indonesia tahun 2003 mencapai 307/100.000 kelahiran hidup dan hanya mengalami penurunan yaitu 228/100.000 kelahiran hidup pada tahun 2008. Angka ini masih jauh dari target MDGs pada tahun 2015 yaitu 102/100.000 kelahiran hidup².

Partus lama merupakan salah satu dari beberapa penyebab kematian ibu sebesar 8% di dunia dan 9% di Indonesia³. Partus lama adalah persalinan yang berlangsung lebih dari 12 jam atau lebih tanpa disertai kelahiran bayi yang dimulai dari tanda-tanda persalinan⁴. Partus lama biasa terjadi terutama pada ibu yang baru menjalani persalinan anak pertama (Primipara). Dikatakan partus lama jika dalam persalinan kala I fase laten memanjang, fase aktif memanjang atau kala II yang memanjang. Kala II persalinan adalah dimulai dari pembukaan lengkap (10 cm) sampai bayi lahir⁴.

Tenaga (*power*) merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi lamanya persalinan yang dapat dikendalikan, salah satu upayanya yaitu dengan senam hamil. Senam hamil adalah bagian perawatan antenatal yang berguna untuk mempersiapkan persalinan dengan cara memperkuat otot-otot dinding perut, otot dasar panggul, ligament dan jaringan fasia yang berperan dalam mekanisme persalinan sehingga diharapkan proses persalinan dapat berlangsung normal dan relatif lebih cepat. Latihan-latihan yang dilakukan pada senam hamil agar ibu hamil memperoleh kekuatan, tonus otot yang baik, teknik pernafasan yang baik, yang penting dalam proses persalinan terutama saat persalinan kala II dalam hal ini *power* dalam persalinan. Ibu yang melakukan senam hamil secara teratur selama masa kehamilannya, akan mengalami suatu proses melahirkan yang lebih mudah, lancar dan waktu melahirkan yang lebih singkat⁵.

Bidan sebagai salah satu pemberi layanan kebidanan kepada ibu hamil dapat memberikan bimbingan senam hamil. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan (Permenkes) Republik Indonesia nomor HK.02.02/MENKES/149/1/2010 tentang izin dan penyelenggaraan praktik bidan menjelaskan dalam pasal 11 poin b bahwa bidan dalam memberikan pelayanan kebidanan berwenang untuk memberikan bimbingan senam hamil⁶.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada beberapa Rumah Bersalin dan RSIA yang menyelenggarakan senam hamil di kota Yogyakarta tahun 2012, didapatkan jumlah rata-rata per minggu peserta yang mengikuti senam hamil di RSIA Sadewa 15-20 orang, RB Rachmi 15-25 orang, RSIA Arvita 10-15 orang, dan RB Puri Adisti 5-10 orang. Info mengenai senam hamil serta berbagai manfaatnya termasuk untuk persalinan sudah banyak dimuat dalam buku, jurnal, dan berbagai media lainnya Akan tetapi jumlah peserta senam hamil di RB Rachmi pada akhir tahun 2012 mengalami penurunan yaitu dari 15-25 orang menjadi 10-15 orang.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut di atas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang perbedaan lama kala II antara primipara yang senam hamil dan tidak senam hamil di RB Rachmi Kota Yogyakarta tahun 2013.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan desain kohort prospektif. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel independen yaitu senam hamil, dengan skala data nominal dan variabel dependen yaitu lama kala II, dengan skala data interval.

Penelitian ini dilakukan di RB Rachmi Kota Yogyakarta pada tanggal 01 Mei - 19 Juli 2013. Populasi dalam penelitian ini adalah semua primipara yang bersalin di RB Rachmi pada tanggal 01 Mei - 19 Juli 2013. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, dan didapatkan sampel sebesar 36 orang yang terdiri dari 18 orang kelompok senam hamil dan 18 orang kelompok tidak senam hamil.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini menggunakan data primer. Teknik pengolahan data dilakukan dengan *editing*, *coding*, *transferring* dan *tabulating*. Kemudian dilanjutkan dengan analisis univariat untuk karakteristik responden dan analisis bivariat untuk menganalisa hubungan dua variabel. Analisis bivariat menggunakan uji statistik *Independent t Test* untuk mengetahui perbedaan

lama kala II antara primipara yang senam hamil dan tidak senam hamil. Bila p value $<0,05$, hal ini berarti ada perbedaan lama kala II antara primipara yang senam hamil dan tidak senam hamil.

HASIL

Penelitian dilakukan di RB Rachmi Kota Yogyakarta pada tanggal 01 Mei-19 Juli 2013. Subjek penelitian yaitu primipara yang bersalin di RB Rachmi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Distribusi karakteristik responden kelompok senam hamil disajikan dalam tabel 1.

Tabel 1.
Distribusi Karakteristik Responden Kelompok Senam Hamil

Karakteristik	Mean	Nilai Minimum	Nilai Maximum
Umur Kehamilan (minggu)	39,56	37	41
Berat Badan Bayi (gram)	3144,44	2500	3900
Tinggi Badan (cm)	155,17	150	161

Tabel 1 menunjukkan rata-rata umur kehamilan pada kelompok senam hamil yaitu 39,56 minggu. Rata-rata berat badan bayi yaitu 3144,44 gram dan rata-rata tinggi badan ibu 155,17 cm.

Distribusi karakteristik responden kelompok tidak senam hamil disajikan dalam tabel 2.

Tabel 2.
Distribusi Karakteristik Responden Kelompok Tidak Senam Hamil

Karakteristik	Mean	Nilai Minimum	Nilai Maximum
Umur Kehamilan (minggu)	39,94	39	41
Berat Badan Bayi (gram)	3063,89	2500	3900
Tinggi Badan (cm)	155,56	152	160

Tabel 2 menunjukkan rata-rata umur kehamilan kelompok tidak senam hamil yaitu 39,94 minggu. Rata-rata berat badan bayi yaitu 3063,89 gram dan rata-rata tinggi badan ibu yaitu 155,56 cm.

Lama kala II kelompok senam hamil dan tidak senam hamil disajikan dalam tabel 3.

Tabel 3.
Lama Kala II Kelompok Senam Hamil dan Tidak Senam Hamil

Kelompok	Mean (menit)	Nilai Minimum (menit)	Nilai Maximum (menit)
Senam Hamil	20,56	5	40
Tidak Senam Hamil	47,50	30	70

Tabel 3 menunjukkan rata-rata lama kala II kelompok senam hamil yaitu 20,56 menit sedangkan tidak senam hamil yaitu 47,50 menit.

Hasil uji normalitas data lama kala II kelompok senam hamil dan tidak senam hamil dengan uji *one sample kolmogorov-smirnov* disajikan dalam tabel 4.

Tabel 4.
Hasil Uji Normalitas Data dengan Uji *One Sample Kolmogorov-smirnov*

Senam Hamil	n	Mean (menit)	SD	P value
Ya	18	20,56	9,057	0,527
Tidak	18	47,50	10,744	0,836

Tabel 4 menunjukkan bahwa p value kelompok senam hamil adalah 0,527 ($> 0,05$) dan tidak senam hamil adalah 0,836 ($> 0,05$). Hal ini berarti data lama kala II kedua kelompok terdistribusi normal, maka analisis statistik menggunakan uji *independent t test* untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan lama kala II antara kedua kelompok tersebut.

Hasil analisis statistik menggunakan uji *Independent t test* disajikan dalam tabel 5.

Tabel 5.
Hasil Uji *Independent t Test* antara Kelompok senam Hamil dan Tidak Senam Hamil

Senam Hamil	n	Mean	SD	T	P value	Mean	CI (95%)
						Different	Lower Upper
Ya	18	20,56	9,057				-33,676 -20,213
Tidak	18	47,50	10,744	-8,135	0,0001	-26,944	-33,683 -20,206

Tabel 5 menunjukkan bahwa kelompok senam hamil mempunyai rata-rata lama kala II sebesar 20,56 menit sedangkan tidak senam hamil sebesar 47,50 menit dengan beda rata-rata sebesar 26,94 menit. Hasil uji statistik p value 0,0001 ($<0,05$), hal ini berarti ada perbedaan lama kala II antara primipara yang senam hamil dan tidak senam hamil di RB Rachmi Kota Yogyakarta tahun 2013.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis univariat mengenai karakteristik responden didapatkan bahwa rata-rata umur kehamilan pada kelompok senam hamil sebesar 39,56 minggu dan tidak senam hamil sebesar 39,94 minggu. Hal ini menunjukkan bahwa rata-rata umur kehamilan pada dua kelompok *aterm* (cukup bulan) sehingga tidak ada prematuritas dan kehamilan lebih bulan yang dapat berpengaruh pada proses persalinan. Hal ini sesuai dengan teori yang menyebutkan bahwa umur kehamilan dikatakan cukup bulan atau *aterm* yaitu 37-42 minggu. Bila ibu bersalin pada umur kehamilan <37 minggu (prematur) maka akan berdampak trauma pada ibu dan dapat menyebabkan terjadinya BBLR. Sedangkan kehamilan >42 minggu dapat menyebabkan gerakan janin berkurang bahkan sampai terjadi kematian janin. Dua kondisi tersebut tentu saja akan memberikan dampak negatif pada proses persalinan⁷. Rata-rata berat badan bayi pada kelompok senam hamil yaitu 3144,44 gram dan

tidak senam hamil yaitu 3063,89 gram, dimana rata-rata berat badan bayi dari dua kelompok tersebut dalam batas normal. Sehingga tidak ada penyulit dalam persalinan yang disebabkan oleh bayi besar yang dapat mengakibatkan persalinan berlangsung lama. Hal ini sesuai dengan teori yang mengatakan bahwa berat badan bayi dikatakan normal yaitu berkisar antara 2500-4000 gram. Bayi besar (>4000 gram) dapat mengakibatkan terjadinya distosia bahu yang menyebabkan persalinan menjadi macet dan berlangsung lama⁸.

Rata-rata tinggi badan pada kelompok senam hamil adalah 155,17 cm dan tidak senam hamil adalah 155,56. Dari rata-rata kedua kelompok tersebut terlihat bahwa tinggi badan ibu dalam batas normal, sehingga tidak dicurigai adanya panggul sempit yang dapat mempersulit persalinan. Hal ini sesuai dengan teori yaitu tinggi badan < 150 cm merupakan salah satu faktor resiko pada ibu hamil. Karena pada ibu-ibu hamil yang tinggi badannya <150 cm maka dicurigai adanya panggul sempit. Panggul sempit sangat mempengaruhi dan dapat mempersulit proses persalinan bahkan dapat menyebabkan persalinan tidak dapat secara pervaginam⁷.

Partus lama biasa terjadi pada ibu yang baru menjalani persalinan anak pertama (primipara). Dikatakan partus lama jika dalam persalinan kala 1 fase laten memanjang, fase aktif memanjang atau kala II yang memanjang. Kala II persalinan adalah dimulai dari pembukaan lengkap (10 cm) sampai bayi lahir⁴.

Faktor-faktor yang berperan dalam persalinan antara lain: kekuatan mendorong jalin keluar (*power*), faktor jalan lahir (*passage*), dan faktor janin (*passanger*). Dari ketiga faktor utama persalinan, faktor tenaga (*power*) merupakan salah satu faktor yang dapat dikendalikan atau dimanipulasi agar persalinan berlangsung secara fisiologis dan lancar. Salah satu upaya untuk meningkatkan tenaga saat persalinan adalah dengan senam hamil⁶.

Senam hamil berguna untuk mempersiapkan persalinan dengan memperkuat otot-otot dinding perut, otot dasar panggul, ligament dan jaringan fasia yang berperan dalam mekanisme persalinan sehingga diharapkan proses persalinan dapat berlangsung normal dan relatif cepat. Ibu yang melakukan senam hamil secara teratur akan mengalami proses melahirkan yang jauh lebih mudah, lancar, dan waktu melahirkan yang lebih singkat⁵.

Hasil penelitian didapat bahwa rata-rata lama kala II pada primipara yang senam hamil

adalah 20,56 menit dengan nilai minimum 5 menit dan maksimum 40 menit. Sedangkan pada kelompok tidak senam hamil sebesar 47,50 menit dengan nilai minimum 30 menit dan maksimum 70 menit. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada perbedaan lama kala II antara primipara yang senam hamil dan tidak senam hamil di RB Rachmi Kota Yogyakarta tahun 2013 dengan nilai *p-value* 0,0001 < 0,05.

Lebih singkatnya lama persalinan kala II pada primipara yang senam hamil dikarenakan dengan senam hamil dapat memperkuat otot-otot dinding perut, melenturkan otot-otot dasar panggul, ligament dan jaringan fasia yang berperan dalam mekanisme persalinan. Selain itu dalam senam hamil ibu diajarkan teknik-teknik relaksasi dan pernafasan, sehingga ibu dapat lebih tenang menghadapi persalinan. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa senam hamil bertujuan membimbing wanita menuju suatu persalinan yang fisiologis. Tindakan melatih otot-otot dinding perut, otot-otot dasar panggul akan memperbaiki tonus otot. Penggunaan otot-otot ini secara sering akan membuat ibu mengerti tentang posisi dan fungsinya, dan akan memudahkan ibu untuk membantu ekspulsi bayi. Selain itu, dengan senam hamil dapat meningkatkan kadar serotonin dalam tubuh yang dapat mengurangi *stress* dan kecemasan sehingga persalinan kala II akan berjalan lancar dan relatif lebih cepat⁹.

KESIMPULAN

Rata-rata lama kala II primipara yang senam hamil adalah 20,56 menit, rata-rata lama kala II primipara yang tidak senam hamil adalah 47,50 menit. Uji statistik didapatkan ada perbedaan lama kala II antara primipara yang senam hamil dan tidak senam hamil (*p value* 0,0001). Besarnya perbedaan lama kala II antara primipara yang senam hamil dan tidak senam hamil sebesar 26,94 menit.

SARAN

Bagi Pimpinan RB Rachmi agar dapat mempertahankan program senam hamil yang sudah dijalankan dan meningkatkan promosi senam hamil. Bagi bidan pelaksana dapat meningkatkan pelayanan *antenatal care* khususnya bimbingan senam hamil serta lebih memotivasi ibu untuk mengikuti senam hamil agar dapat mewujudkan persalinan yang fisiologis dan lancar. Bagi peneliti selanjutnya dapat menggunakan desain penelitian yang lebih baik serta dapat menambah variabel penelitian sehingga hasil penelitian pun akan menjadi lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. (2010). *Maternal Deaths Worldwide by Third*. Diunduh tanggal 20 februari 2013. http://www.who.int/mediacentre/news/release/2010/maternal_mortality:20100915/en/index.html
2. Depkes. (2011). *Pusat Data dan Informasi profil Kesehatan Indonesia 2010*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
3. Indriyani, D., Amiruddin R. (2007). *Faktor Risiko Partus Lama di RSIA Siti Fatimah Makasar*. Diunduh tanggal 25 februari 2013 dari <http://ridwabamiruddin.wordpress.com/2007/05/31/faktor-risiko-partus-lama-di-rsia-siti-fatimah-makasar>.
4. Saifuddin, Abdul Bahri. (2002). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
5. Primadi, Hasanah. Bagian Obstetri FK Unpad Bandung. (2005). *Senam Hamil*. Bandung: Elstar Offset.
6. Menteri Kesehatan RI. (2010). *Izin dan Penyelenggaraan Praktik Bidan*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
7. Wiknjosastro, Hanifa. (2006). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
8. Manuaba, I.B.G. (2004). *Sinopsis Obstetri*. Jakarta: EGC
9. Sani, Rahman. (2001). *Menuju Kelahiran yang Alami Ed.1*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.