



## LAMA KALA II PERSALINAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA YANG MENGIKUTI SENAM DAN TIDAK SENAM HAMIL

### *THE SECOND STAGE OF LABOR IN PRIMIGRAVIDA THAT FOLLOWED AND DID NOT FOLLOW PREGNANCY EXERCISE*

*Uswatun Hasanah<sup>1</sup>, Wahyul Anis<sup>2</sup>, Bambang Purwanto<sup>2</sup>*

1. Program Studi Pendidikan Bidan, Fakultas Kedokteran, Universitas  
Airlangga

2. Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga

Alamat korespondensi:

Jl.Jembatan II No.32 E RT 002 RW 005, Kramat Jati, Jakarta Timur, Indonesia

Email: [uswatun.hasanah-2017@fk.unair.ac.id](mailto:uswatun.hasanah-2017@fk.unair.ac.id)

#### Abstrak

**Latar Belakang:** Kehamilan dan persalinan merupakan proses alamiah bagi wanita namun peluang terjadinya komplikasi bisa saja terjadi. Komplikasi yg terjadi selama persalinan menjadi penyumbang angka kematian ibu di Indonesia seperti kala II memanjang. Primigravida merupakan faktor risiko terjadinya kala II memanjang, jika lebih dari 2 jam berisiko 1.42 kali menyebabkan trauma jalan lahir dan perdarahan. Upaya pemerintah untuk mencegah komplikasi tersebut dengan menyelenggarakan senam hamil untuk menyeimbangkan emosional, mental, fisik dan spiritual sehingga mengurangi risiko persalinan lama. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pada durasi lama kala II persalinan pada primigravida yg mengikuti senam hamil dan tidak senam hamil. **Metode:** Penelitian ini adalah anlitik observasional dengan rancangan *cross-sectional*, jumlah sampel 92 responden dengan teknik total sampling. Variabel independen adalah senam hamil dan variabel dependen yaitu lama kala II persalinan. Instrumen yang digunakan adalah rekam medis dan kuesioner. Analisis data menggunakan uji *Mann Whitney Test*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan variabel durasi kala II persalinan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). **Kesimpulan:** Durasi kala II persalinan pada primigravida yang mengikuti senam hamil lebih cepat dibandingkan dengan ibu yang tidak senam hamil.

**Kata kunci :** Senam hamil, Primigravida dan Kala II Persalinan

#### Abstract

**Background:** Pregnancy and childbirth are natural processes for women but the chance of complications can occur. Complications that occur during labor contribute to the maternal mortality rate in Indonesia such as elongation in the second period. Primigravida is a risk factor for prolonged stage II, if more than 2 hours the risk is 1.42 times causing trauma to the birth canal and bleeding. Government efforts to prevent these complications by carrying out pregnancy exercises to balance emotional, mental, physical and spiritual thus reducing the risk of prolonged labor. The aim of this study was to determine the differences in the duration of the second stage of labor in primigravidas who followed and did not follow pregnancy exercise. **Method:** This study was an observational analytic with a cross-sectional design, with a total sample of 92 respondents with a total sampling technique. The independent variable is pregnancy exercise and the dependent variable is the duration of second stage of labor. The instruments used medical records and questionnaires. Data analysis using the *Mann Whitney Test*. **Results:** The results showed the variable duration of second stage of labor  $p = 0,000$  ( $p < 0.05$ ). **Conclusions:** The duration of the second stage of labor in primigravidas who followed pregnancy exercise was faster than did not follow pregnancy exercise.

e-ISSN 2656-7806 © 2019



Published by Universitas Airlangga. This is an **Open Access (OA)** article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Share-Alike 4.0 International License (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

DOI: 10.20473/imhsj.v3i1.2019.70-76

**Keywords:** *Pregnancy exercise, Primigravida and The second stage of labor*

## PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses alamiah namun rentan terjadi komplikasi terhadap kesehatan ibu dan bayi baru lahir sehingga dapat meningkatkan morbiditas dan mortalitas ibu dan bayi (Barakat *et al.*, 2018). Komplikasi kehamilan, persalinan dan nifas menjadi penyumbang terbesar penyebab tingginya angka kematian Ibu (AKI). Di Indonesia prevalensi komplikasi yang terjadi selama kehamilan, persalinan dan nifas disebabkan karena perdarahan (30,3%), hipertensi (27,1), infeksi (7,3%), partus lama (1,8%) dan abortus (1,6%) (Depkes, 2014). Di Jawa Timur penyebab AKI terbesar kedua yaitu perdarahan sebesar 26,28% atau sebanyak 153 orang (Kementerian Kesehatan RI, 2017). Perdarahan merupakan masalah penyebab kematian ibu, salah satunya disebabkan oleh trauma pada jalan lahir. Durasi kala II yang > 2 jam pada primigravida berisiko (OR) 1.42 kali menyebabkan trauma jalan lahir (Simic *et al.*, 2017). Dampak kala II lama dapat menyebabkan perdarahan yang berat pada saat post partum (Nyfløt *et al.*, 2017).

Upaya yang dilakukan yaitu dengan memberdayakan masyarakat sesuai Peraturan Menteri Kesehatan (PMK) Republik Indonesia no.97 tahun 2014 yaitu Senam hamil, tujuan utama dalam kegiatan ini sesuai pasal 46 ayat (1) adalah membantu mempercepat pencapaian derajat kesehatan ibu yang optimal diperlukan peran serta masyarakat baik secara perseorangan maupun terorganisasi (Kementerian Kesehatan RI, 2014)

Studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Jagir Surabaya yang diperoleh data rekam medis pada 10 pasien primipara didapatkan 7 diantaranya melakukan senam hamil rutin mengalami kala II lebih cepat, <60 menit dan robekan perineum derajat I dan II, sedangkan 3 diantaranya yang tidak melakukan senam hamil dengan rutin mengalami kala II dengan durasi > 60 menit dan robekan perineum derajat II.

Tujuan penelitian ini untuk menganalisis perbedaan durasi lama kala II persalinan pada primigravida yang mengikuti senam hamil dan tidak senam hamil di Puskesmas Jagir Surabaya.

## METODE

**Tempat** penelitian ini dilakukan di Puskesmas Jagir Surabaya.

**Desain penelitian** komparatif dengan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin di Puskesmas Jagir Surabaya dengan jumlah 92 orang.

**Teknik sampling** yang digunakan adalah total sampling. Pada pelaksanaan penelitian didapatkan sebanyak 92 orang.

**Pengumpulan data** dalam penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus 2018 – Juli 2019 menggunakan data sekunder (rekam medis) ibu yang bersalin di Puskesmas Jagir (Januari – November tahun 2018) dan data primer dengan instrumen kuesioner

**Analisis data** pada penelitian ini menggunakan uji *Mann Whitney Test* dengan signifikansi 5% untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan lama kala II persalinan pada primigravida yang mengikuti senam hamil dan tidak senam hamil

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1** Karakteristik responden

No.	Variabel	Mengikuti senam hamil		Tidak mengikuti senam hamil	
		Jumlah	%	Jumlah	%
1	Umur				
	20-24 tahun	31	67.4%	19	41.3%
	25-29 tahun	11	23.9%	23	50.0%
	30-35 tahun	4	8.7%	4	8.7%
	Total	46	100.0%	46	100.0%
2	Pekerjaan				
	Bekerja	24	52.2%	27	58.7%
	Tidak Bekerja	22	47.8%	19	41.3%
	Total	46	100.0%	46	100.0%
3	Pendidikan				
	SD	1	2.2%	1	2.2%
	SMP	4	8.7%	3	6.5%
	SMA	28	60.9%	29	63.0%
	PT	13	28.3%	13	28.3%
	Total	46	100.0%	46	100.0%

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa usia responden mayoritas berusia 20-24 tahun yaitu sebesar 67,4% dan pada responden yang tidak mengikuti senam hamil berusia 25-29 tahun sebesar 50%. Pekerjaan responden kelompok kasus dan kontrol mayoritas tidak bekerja yaitu sebesar 52,2% dan 58,7%. Pendidikan responden yang mengikuti senam hamil dan tidak senam hamil didominasi berpendidikan SMA sebesar 60,9% dan 63%.

**Tabel 2** Gambaran durasi lama kala II persalinan pada primigravida yang mengikuti senam hamil dan tidak senam hamil di Puskesmas Jagir tahun 2018

Lama Kala II Persalinan	N	Median (Minimum-Maksimum)	Std. Deviation	Nilai $p^*$
mengikuti senam hamil	46	13 (2-80)	15,375	< 0,000
tidak mengikuti senam hamil	46	31 (10-75)	16,042	

\* $\alpha = 0,05$

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil bahwa ibu yang mengikuti senam hamil mengalami durasi lama kala II persalinan paling cepat 2 menit dan paling lama 80 menit dengan standar deviasi 15,375 sedangkan Ibu yang tidak mengikuti senam hamil mengalami durasi lama kala II persalinan paling cepat 10 menit dan paling lama 75 menit dengan standar deviasi 16,042. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p = < 0,000$  yang berarti nilai  $p < \alpha$  dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan durasi lama kala II persalinan ibu yang mengikuti senam hamil dan tidak senam hamil.

Karakteristik usia responden dalam penelitian ini mayoritas berusia 20-29 tahun dengan kriteria sampel usia  $\geq 20$  dan  $\leq 35$  tahun. Menurut Anggraini (2018) usia reproduksi sehat dan aman untuk hamil dan melahirkan yaitu pada rentang 20-35 tahun, sedangkan usia  $< 20$  tahun dan  $> 35$  tahun merupakan usia reproduksi beresiko 2-4 kali lebih tinggi (Yuniarti, 2015) dalam (Anggraini, 2018).

Usia ibu merupakan salah satu faktor risiko yang berhubungan dengan kualitas kehamilan atau berkaitan dengan kesiapan ibu dalam reproduksi. Pada ibu dengan usia  $< 20$  tahun, perkembangan alat-alat reproduksi belum matang sehingga sering timbul komplikasi persalinan, sedangkan pada ibu dengan usia  $> 35$  tahun, mulai terjadi regresi sel-sel tubuh terutama endometrium sehingga menyebabkan proses kehamilan dan persalinan menjadi berisiko (Wiknjastro 2005) dalam (Ardhiyanti *et al.*, 2016). Wanita yang berusia di atas 35 tahun, selain fisiknya mulai melemah, kemungkinan juga muncul berbagai resiko gangguan kesehatan, seperti darah tinggi, diabetes, dan penyakit lain. (Gunawan, 2010:82). Usia diatas 35 tahun juga mengalami risiko persalinan lama dan *sectio caesarea*. (Helen, 2012) dalam (Anggraini, 2018). Dalam penelitian ini usia responden berada pada rentang usia reproduksi sehat sehingga meminimalisir terjadinya komplikasi yang dapat mempengaruhi persalinan.

Karakteristik pekerjaan responden yang mengikuti senam hamil dan tidak senam hamil dalam penelitian ini mayoritas bekerja dan jumlah paling banyak yaitu responden yang tidak mengikuti senam hamil sebesar 58,7% dalam penelitian sebelumnya menyatakan bahwa keikutsertaan ibu hamil dalam mengikuti senam hamil dipengaruhi oleh kesibukan ibu dalam bekerja. (Ratnawati dan Utami, 2010)



dalam (Yulianti and Syahrul, 2017). Oleh karena itu ibu hamil yang bekerja memiliki waktu terbatas untuk mengikuti senam hamil yang dilaksanakan satu kali dalam seminggu dibandingkan dengan ibu yang tidak bekerja.

Karakteristik pendidikan responden dalam penelitian ini mayoritas pendidikan terakhir SMA, semakin tingginya pendidikan akan mempengaruhi pola pikir dan pemahaman terkait informasi khususnya kesehatan selama kehamilan. Responden yang berpendidikan tinggi menyadari pentingnya perawatan selama kehamilan yaitu salah satunya dengan mengikuti senam hamil (Windari, Putri and Astriani, 2019). Namun pada penelitian (Yulianti and Syahrul, 2017) dijelaskan bahwa Ibu yang memiliki tingkat pendidikan tinggi lebih memilih meluangkan waktunya untuk bekerja. Tinggi rendahnya pendidikan tidak mempengaruhi kesadaran ibu untuk mengikuti senam hamil.

Durasi kala II persalinan dalam penelitian ini paling cepat rata-rata 17,09 menit dialami oleh responden yang mengikuti senam hamil sedangkan untuk reponden yang tidak mengikuti senam hamil mengalami lama kala II persalinan lebih lama rata-rata 34,13 menit. hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Septiningtia (2015) menyatakan bahwa Ibu yang menjadi responden mayoritas mengikuti senam hamil secara rutin dan memiliki lama persalinan kala II dalam klasifikasi kala II normal atau cepat dalam proses persalinan, hal ini disebabkan karena ibu aktif mengikuti senam hamil (Septaningtia, 2015). Penelitian lain yang mendukung yaitu juga dilakukan oleh Poernomo (2016) tentang hubungan senam hamil dengan lama kala II persalinan yaitu didapatkan hasil yang signifikan bahwa responden yang rutin senam hamil mengalami kala II persalinan spontan lebih cepat dibandingkan responden yang tidak rutin senam hamil (Poernomo, 2016)

Senam hamil meningkatkan serta memperbaiki sistem peredaran darah, khususnya ke otot-otot, sehingga meningkatkan kekuatan dari tonus otot, selain itu juga meningkatkan sirkulasi darah ke uteroplasenta yang mengakibatkan perbaikan pertumbuhan otot uterus dan perkembangan janin intrauterin. Pertumbuhan otot-otot uterus yang optimal akan menyebabkan kondisi uterus lebih optimal dan terkoordinasi saat persalinan dan memberikan efek positif terhadap pembukaan serviks dan aktivitas uterus yang terkoordinasi saat persalinan, persalinan lebih awal dan lebih singkat pada wanita yang melakukan senam hamil dibandingkan

dengan wanita yang tidak melakukan senam hamil (Artal dkk, (1999) dalam (Wijayanti, 2015).

Berdasarkan hasil analisis penelitian didapatkan signifikansi nilai  $p = 0,00$  yang berarti pada  $\alpha = 5\%$  nilai  $p < 0,05$  dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan lama kala II persalinan ibu yang mengikuti senam hamil dan tidak senam hamil

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Indrawati dan Mustika (2014) yang berjudul perbedaan durasi persalinan kala II persalinan pada ibu bersalin yang melakukan dan tidak melakukan senam hamil di Klinik Bhakti Ibu di Semarang menunjukkan hasil yang signifikan bahwa terdapat perbedaan waktu lama kala II persalinan, namun masih dalam batas normal (Indrawati and Mustika, 2014).

Namun terdapat penelitian yang tidak sesuai yang dilakukan oleh (Stafne, 2014) didapatkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan kala II persalinan pada responden yang melakukan senam hamil dan tidak senam hamil yang dilakukan di St. Olavs Hospital dengan nilai signifikansi  $p = 0,72$ . Menurut Manuaba, faktor – faktor yang mempengaruhi proses persalinan adalah : *power*, *passanger*, *passage* dan psikologi. Walaupun ibu tidak senam hamil tetapi jika memiliki perineum yang lentur dan ukuran berat janin yang relatif lebih kecil tentunya akan mengalami lama waktu persalinan kala II cepat (Manuaba, 2009).

## SIMPULAN DAN SARAN

Dapat disimpulkan bahwa durasi kala II persalinan pada primipara yang telah mengikuti senam hamil lebih cepat dibandingkan dengan responden yang tidak senam hamil.

Ibu primipara hendaknya mempersiapkan kehamilan dan persalinan dengan baik sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi persalinan seperti kala II lama dengan lebih rutin mengikuti senam hamil pada kehamilan selanjutnya dan bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian tentang faktor-faktor lain yang mempengaruhi lama kala II persalinan pada primipara.



## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, M. L. (2018) 'MENARA Ilmu Vol. XII No.6 Juli 2018', XII(6), pp. 143–150.
- Ardhiyanti, Y. *et al.* (2016) 'Faktor Ibu yang Berhubungan dengan Kejadian Persalinan Lama di RSUD Arifin Achmad Pekanbaru Factors of The Mother Related to Obstructed Labour Case at RSUD Arifin Achmad Pekanbaru', 3(2), pp. 83–87.
- Barakat, R. *et al.* (2018) 'Exercise during pregnancy is associated with a shorter duration of labor. A randomized clinical trial', *European Journal of Obstetrics Gynecology and Reproductive Biology*. Elsevier Ireland Ltd, 224, pp. 33–40. doi: 10.1016/j.ejogrb.2018.03.009.
- Indrawati, N. D. and Mustika, D. N. (2014) 'Perbedaan Durasi Persalinan Kala II pada Ibu Bersalin yang melakukan dan tidak melakukan Senam Hamil di Klinik Bhakti Ibu, Semarang', 5(1), pp. 1–5. Available at: <http://ejurnal.akbidpantiwilasa.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/25/24>.
- Kementerian Kesehatan RI (2014) '2014 Permenkes No. 97 Tahun 2014 Yankes Pra-Hamil-Salin-Nifas-KB&Seksual'. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI (2017) 'Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2017'.
- Manuaba, I. A. G. F. (2009) *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. 2nd edn. Jakarta: EGC.
- Nyfløt, L. T. *et al.* (2017) 'Duration of labor and the risk of severe postpartum hemorrhage: A case-control study', *PLoS ONE*, 12(4), pp. 1–10. doi: 10.1371/journal.pone.0175306.
- Poernomo, V. P. (2016) 'Hubungan Senam Hamil dengan Lama Kala II Persalinan Spontan pada Primigravida di Rumah Sakit "X" Surabaya'. Available at: <http://repository.wima.ac.id/9330/>.
- Septaningtia, Yusnia D. (2015) 'HUBUNGAN SENAM HAMIL DENGAN LAMA PROSES PERSALINAN KALA II PADA IBU PRIMIGRAVIDA DI RSKIA SADEWA YOGYAKARTA'.
- Simic, M. *et al.* (2017) 'Duration of second stage of labor and instrumental delivery as risk factors for severe perineal lacerations: Population-based study', *BMC Pregnancy and Childbirth*. BMC Pregnancy and Childbirth, 17(1), pp. 1–8. doi: 10.1186/s12884-017-1251-6.
- Stafne, S. N. (2014) 'Does regular exercise in pregnancy influence duration of labor? A secondary analysis of a randomized controlled trial', 93, pp. 73–79. doi: 10.1111/aogs.12260.
- Wijayanti, W. (2015) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Persalinan Lama DI RSPAD GATOT SUBTROTO', 7(2), pp. 154–164.
- Yulianti, H. and Syahrul, F. (2017) 'Perbedaan Lama Jenis Persalinan pada Ibu Bekerja Berdasarkan Keikutsertaan Senam Hamil', *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*, 2, pp. 154–156. Available at: <https://e-journal.unair.ac.id/GBK/article/view/5350/pdf>.