FAKTOR YANG MEMENGARUHI IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MELAKUKAN SENAM HAMIL DI PUSKESMAS HAMPARAN PERAK TAHUN 2019

SKRIPSI

Oleh :

SONDANG MARIA BULAN HARAHAP
1801032116

PROGRAM STUDI D4 KEBIDANAN
FAKULTAS FARMASI DAN KESEHATAN
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA
MEDAN
2019

FAKTOR YANG MEMENGARUHI IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MELAKUKAN SENAM HAMIL DI PUSKESMAS HAMPARAN PERAK TAHUN 2019

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menyelesaikan Pendidikan Program Studi D4 Kebidanan dan Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kebidanan (S.Tr.Keb)

Oleh :

SONDANG MARIA BULAN HARAHAP
1801032116

PROGRAM STUDI D4 KEBIDANAN
FAKULTAS FARMASI DAN KESEHATAN
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA
MEDAN
2019

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi	**: Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Hamil Trimester III Dalam Melakukan Senam Hamil Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019**
Nama Mahasiswa	**: Sondang Maria Bulan Harahap**
Nomor Induk Mahasiswa	**: 1801032116**
Minat Studi	**: D4 Kebidanan**

Menyetujui

Komisi Pembimbing :

Medan, 04 November 2019

Pembimbing I	**Pembimbing II**
(Dr.dr. Arifah Devi Fitriani, M.Kes)	**(Roslina Yulianty, SST, M.Kes)**

Fakultas Farmasi dan Kesehatan
Institut Kesehatan Helvetia
Dekan,

Darwin Syamsul, S.Si, M.Si, Apt
NIDN. (0125096601)

Telah diuji pada tanggal September 2019

PANITIA PENGUJI SKRIPSI

Ketua : Dr. dr. Arifah Devi Fitriani, M.Kes

Anggota : 1. Roslina Yulianty, SST, M.Kes

2. Aida Fitria, Tr.Keb, M.K.M

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelarakademik Sarjana Terapan Kebidanan (S.Tr.Keb) di Fakultas Farmasi Dan Kesehatatan Umum Institut Kesehatan Helvetia.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan tim pembimbimg dan masukkan tim penelitian/penguji.
3. Isi skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasi orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam pustaka.
4. Peryataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam peryataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah sdiperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku diperguruan tinggi ini.

Medan, 14 September 2019
Yang membuat peryataan,

(Sondang Maria Bulan Harahap)
Nim: 1801032116

ABSTRACT

THE INFLUENCING FACTORS ON THIRD TRIMESTER PREGNANT WOMEN IN DOING PREGNANCY EXERCISES AT HAMPARAN PERAK HEALTH CENTER IN 2019

SONDANG MARIA BULAN HARAHAP
1801032116

Third trimester pregnant women who do pregnancy exercise at Hamparan Perak Health Center still needs attention. This is caused by factors of knowledge, occupation, attitude, husband's support about pregnancy exercise. This study aimed to determine the factors that influence third trimester pregnant women in doing pregnancy exercises at Hamparan Perak Health Center in 2019.

This research type is analytical survey with cross sectional approach. The population was third trimester pregnant women who participated in pregnancy exercise at Hamparan Perak health center totaling 47 people and all were sample by Total Population technique. Data analysis using chi-square test.

Chi square knowledge statistical test results with a significant level of sig a .05 results obtained p-value 0,000 <.05, there was the influence of knowledge, chi square work statistic test with a significant level of sig a .05 results obtained p-value 00,000 <0 , 05, there is the effect of work, chi square work statistic test with a significant level of sig a 0.05 obtained p-value 0.004 <0.05, obtained from the results of p-value 00,000 <.05, there was the influence of attitude, statistical test of work Chi square with a significant level of sig a 0.05 results obtained p-value 0,000 <0,000, there was the influence of husband's support in doing pregnancy exercise.

The conclusion shows that the factors of knowledge, work, attitudes, and support of the husband affect the third trimester pregnant women in doing pregnancy exercises at Hamparan Perak Health Center. It is suggested to third trimester pregnant women to know more about pregnancy exercise.

Keywords: Knowledge, Work, Attitude, Husband's Support, Pregnancy Exercise
References: 7 Books, 11 journals

The Legitimate Right by:

Helvetia Language Center

ABSTRAK

FAKTOR YANG MEMENGARUHI IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MELAKUKAN SENAM HAMIL DI PUSKESMA HAMPARAN PERAK TAHUN 2019

SONDAMARIA BULAN HARAHAP
1801032116

Ibu hamil trimester III yang melakukan senam hamil di puskesmas hamparan perak masih perlu mendapatkan perhatian. Hal ini dikarenakan senam hamil yang dilakukan untuk membantu kesiapan fisik ibu dalam menghadapi persalinan.Namun,masih banyak ibu hamil yang mengabaikan senam hamil.Hal ini disebabkan oleh faktor pengetahuan, pekerjaan,sikap, dukungan suami tentang senam hamil. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi ibu hamil trimester III Dalam Melakukan SenamHamil DiPuskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.

Jenis penelitian ini adalah survei *analitik* dengan pendekatan *cross sectional.* Po Pulasi dalam penelitian ini adalah ibu hanil trimester III yang mengikuti senam hamil di Puskesmas Hampran perak berjumlah 47 orang. Sampel sebanyak 47 orang, Pengambilan sampel dengan tehnik Total Populasi. Data analisis dengan menggunakan uji *chi-squer.*

Hasil uji nstatistik pengetahuan *chi squer* dengan dengan tarap signifikan sig *a* 0,05 diperoleh dari hasil p –value 0,000 <0,05, ada pengaruh pengetahuan, uji statistik pekerjaan *chi squer* dengan dengan tarap signifikan sig *a* 0,05 diperoleh dari hasil p –value 00,000 < 0,05, ada pengaruh pekerjaan, uji statistik pekerjaan *chi squer* dengan dengan tarap signifikan sig *a* 0,05 diperoleh dari hasil p –value 0,002 < 0,05, diperoleh dari hasil p –value 00,000 < 0,05, ada pengaruh sikap, uji statistik pekerjaan *chi squer* dengan dengan tarap signifikan sig *a* 0,05 diperoleh dari hasil p –value 0,000 < 0,000, ada pengaruh dukungan suami dalam melakukan senam hamil.

Kesimpulan penelitian ini, bahwa faktor pengetahuan, pekerjaan, sikap, dan dukungan suami mempengaruhi ibu hamil trimester III Dalam melakukan senam hamil di puskesmas hamparan perak. Disarankan kepada ibu hamil trimester III supaya lebih mengetahui tentang senam hamil.

Kata Kunci : Pengetahuan, Pekerjaan, Sikap, Dukungan Suami, Senam hamil
Daftar Pustaka : 7 Buku, 11 jurnal

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan atas kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmatnya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Sarjana Terapan pada Program Studi Kebidanan (D4) Institut Kesehatan Helvetia Medan. Judul Skripsi ini adalah **"Faktor Yang Memengaruhi Ibu Hamil Trimester III Dalam Melakukan Senam Hamil Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019"**

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Terapan Kebidanan (S.Tr.Keb.) pada Program Studi D4 Kebidanan Fakultas Farmasi Dan Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan berbagai pihak, baik dukungan moril, materil dan sumbangan pemikiran. Untuk itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak/Ibu :

1. Dr. dr. Hj. Razia Begum Suroyo, M.Sc., M.Kes., selaku Pembina Yayasan Helvetia.
2. Iman Muhammad, SE, S.Kom, MM, M.Kes, selaku Ketua Yayasan Helvetia
3. Dr. H. Ismail Efendy, M.Si., selaku Rektor Institut Kesehatan Helvetia.
4. Dr. dr. Arifah Devi Fitriani, M.Kes., selaku Wakil Rektor I Institut Kesehatan Helvetia sekaligus Penguji I yang telah meluangkan waktu dan memberikan pemikiran dalam membimbing penulis selama penyusunan Skripsi ini.
5. Darwin Syamsul, S.Si, M.Si, Apt selaku Dekan Fakultas Farmasi Dan Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia
6. Elvi Era Liesmayani, S.Si.T, M.Keb, selaku Ketua Program Studi D4 Kebidanan Fakultas Farmasi Dan Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia
7. Roslina Yulianty, SST, M.Kes selaku Penguji II yang telah meluangkan waktu dan memberikan pemikiran dalam membimbing penulis selama penyusunan Skripsi ini.
8. Aida Fitria, SST, M.Kes selaku Penguji III yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan kritik dan saran yang membangun dalam penyempurnaan skripsi ini
9. Seluruh Dosen Program Studi D4 Kebidanan yang telah mendidik dan mengajarkan berbagai ilmu yang bermanfaat bagi penulis.
10. Teristimewa kepada Ayahanda dan Ibunda yang selalu memberikan pandangan, mendukung baik moril maupun materil, mendoakan dan selalu memotivasi penulis dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis menerima kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga Tuhan Yang Maha Esa selalu memberikan rahmat dan hidayah-Nya atas segala kebaikan yang telah diberikan.

Medan, September 2019
Penulis

Resa Idka Lestari Br. Ginting

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

I. Identitas Diri

Nama	: Sondang Maria Bulan Harahap
Tempat/Tanggal Lahir	: Sosopan, 10 Maret 1996
Agama	: Islam
Jenis Kelamin	: Perempuan
Anak Ke	: 4 (empat) dari 5 (lima) bersaudara

II. Identitas Orang Tua

Nama Ayah	: Samsunur Harahap
Pekerjaan	: Petani
Nama Ibu	: Nuraida
Pekerjaan	: IRT
Alamat	: Sosopan Kabupaten Padang Lawas

III. Riwayat Pendidikan

Tahun 2003-2009	: SD Negeri 1 Sosopan
Tahun 2009-2012	: SMP Negeri 1 Sosopan
Tahun 2012-2015	: SMA Negeri 1 Sosopan
Tahun 2015-2018	: Akademi Kebidanan Sehat Medan
Tahun 2018-2019	: Program Studi D-IV Institut Kesehatan Helvetia

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PENGESAHAN
PANITIA PENGUJI SKRIPSI
LEMBAR KEASLIAN PENELITIAN
ABSTRACT ..... **i**
ABSTRAK ..... **ii**
KATA PENGANTAR ..... **iii**
DAFTAR RIWAYAT HIDUP ..... **iv**
DAFTAR ISI ..... **v**
DAFTAR GAMBAR ..... **vii**
DAFTAR TABEL ..... **viii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **x**

BAB I PENDAHULUAN **1**
1.1. Latar Belakang 1
1.2. Perumusan Masalah 8
1.3. Tujuan Penelitian 9
1.4. Manfaat Penelitian 10

BAB II TINJAUAN PUSTAKA **11**
2.1. Tinjauan Peneliti Terdahulu 11
2.2. Senam Hamil 14
2.2.1. Pengertian Kehamilan 19
2.2.2. Kebutuhan Fisik Ibu Hamil 20
2.2.3. Faktor yang Mempengaruhi Ibu Hamil Trimester III dalam Melakukan Senam Hamil 22
2.3. Hipotesis 29

BAB III METODE PENELITIAN **30**
3.1. Desain Penelitian 30
3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian 30
3.2.1. Lokasi Penelitian 30
3.2.2. Waktu Penelitian 30
3.3. Populasi dan Sampel 31
3.3.1. Populasi 31
3.3.2. Sampel 31
3.4. Kerangka Konsep 31
3.5. Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel 32
3.5.1. Definisi Operasional 32
3.5.2. Aspek Pengukuran Variabel Penelitian 33
3.6. Metode Pengumpulan Data 34
3.6.1. Jenis Data 34
3.6.2. Teknik Pengumpulan Data 34
3.6.3. Uji Validitas dan Reliabilitas 35
3.7. Metode Pengolahan Data 38

3.8. Analisis Data 39
3.8.1. Analisis Univariat 39
3.8.2. Analisis Bivariat 39
3.8.3. Analisa Multivariat 40

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN..... . 41
4.1. Gambaran Lokasi Penelitian 41
4.1.1. Keadaan Geografi 41
4.1.2. Identitas Puskesmas Hamparan Perak Kecamatan Hamparan Perak..... 41
4.1.3. Tu4gas, Visi, Motto, Misi dan Fungsi Puskesmas Hamparan Perak..... 41
4.2. Hasil Penelitian 43
4.2.1. Karakteristik Responden..... 43
4.2.2. Analisis Univariat 44
4.2.3. Analisis Bivariat 46
4.2.4. Analisis Multivariat 50
4.3. Pembahasan 54
4.3.1. Pengaruh Pengetahuan Ibu Dengan Melakukan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019..... 54
4.3.2. Pengaruh Pekerjaan Ibu Dengan Melakukan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019..... 56
4.3.3. Pengaruh Sikap ibu Dengan Melakukan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019..... 57
4.3.4. Pengaruh Dukungan Suami Dengan Melakukan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019..... 59

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 61
5.1. Kesimpulan 61
5.2. Saran 62

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar **Halaman**

Gambar 3.1 Kerangka Konsep 31

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
Tabel 3.1.	Aspek Pengukuran Variabel Penelitian	33
Tabel 3.2.	Hasil Uji Validitas Kuesioner Variabel Penelitian	36
Tabel 3.3.	Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner Variabel Penelitian	37
Tabel. 4.1.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur ibu di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.....	43
Tabel. 4.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan ibu di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.....	43
Tabel. 4.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Paritas di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.....	44
Tabel. 4.5	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pemgetahuan Ibu di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019	44
Tabel. 4.4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan ibu di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.....	45
Tabel. 4.6.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap Ibu di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.....	45
Tabel. 4.7.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Suami di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019	46
Tabel. 4.8.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Senam Hamil di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.....	46
Tabel. 4.10.	Tabulasi Silang Antara Pengetahuandengan Senam Hamil di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.....	47
Tabel. 4.9.	Tabulasi Silang Antara Pekerjaan Ibu Hamil Dalam Melakukan Senam Hamil Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019	48
Tabel. 4.11.	Tabulasi Silang Antara Sikap dengan Senam Hamil di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.....	48
Tabel. 4.12.	Tabulasi Silang Antara Dukungan Suami dengan Senam Hamil di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019	49

Tabel 3.6. Hasil Uji Normalitas Kolmograv-smirnov faktor yang Mempengaruhi Ibu Hamil Trimester III Dalam Melakukan Senam Hamil..... 51

Tabel. 4.13. Uji Kandidat Variabel Independen Faktor Mempengaruhi Ibu Hamil Trimester III Dalam Melakukan Senam Hamil Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019 52

Tabel. 4.14. Tahap Pertama Uji Regresi Berganda Binary..... 52

Tabel. 4.15. Tahap Kedua Uji Regresi Berganda Binary 53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran			Halaman
Lampiran 1	:	Kuesioner Penelitian	66
Lampiran 2	:	Master Data Uji Validitas dan Reliabilitas	70
Lampiran 3	:	Master Data Penelitian	73
Lampiran 4	:	Hasil Out put Uji Validitas dan Reliabilitas.....	75
Lampiran 5	:	Hasil Out put Penelitian	85
Lampiran 6	:	Surat Survey Awal	95
Lampiran 7	:	Surat Balasan Survey Awal.....	96
Lampiran 8	:	Surat Izin Uji Validitas.....	97
Lampiran 9	:	Surat Balasan Uji Validitas	98
Lampiran 10	:	Surat Izin Penelitian	99
Lampiran 11	:	Surat Balasan Izin Penelitian.....	100
Lampiran 12	:	Permohonan Pengajuan Judul Skripsi	101
Lampiran 13	:	Lembar Revisi Proposal	102
Lampiran 14	:	Lembar Revisi Skripsi	103
Lampiran 15	:	Lembar Bimbingan Proposal.....	104
Lampiran 16	:	Lembar Bimbingan Skripsi	106
Lampiran 17	:	Dokumentasi Penelitian.....	108

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kehamilan merupakan momen penting dalam perjalanan hidup manusia.Kehamilan juga menjadi langkah awal untuk memiliki buah hati, juga sebagai tujuan utama sebuah perkawinan. Kehamilan juga merupakan proses alamiah yang dialami kaum wanita sehingga akan membuat perubahan fisik maupun psikis. Namun pada dasarnya kehamilan tersebut bisa membuat para ibu merasa tidak nyaman, merasa risih, gelisah serta sering berhati-hati dalam bergerak karena kandungan dibawanya.Untuk menghindari hal tersebut dalam menghadapi persalinan, maka dapat dilakukan suatu program kebugaran bagi ibu hamil, yaitu senam hamil.(1)

Program senam hamil bermanfaat untuk perawatan tubuh serta mengurangi timbulnya berbagai gangguan akibat perubahan postur tubuh. Latihan senam hamil tidak dapat dikatakan sempurna bila pelaksanannya tidak disusun secara teratur dan intensif. Asuhan kehamilan yang dilakukan oleh bidan salah satunya yaitu mengajarkan ibu untuk melakukan senam hamil, mengingat pentingnya manfaat senam hamil dapat mengurangi 5p persalinan yaitu power dimana ibu memberikan kekuatan atau tenaga untuk melahirkan yang terdiri dari his atau kontraksi uterus dan tenaga meneran dari ibu,passage atau biasanya disebut dengan jalan lahir diklasifikasikan menjadi dua jenis yaitu jalan lahir lunak dan jalan lahir lunak,jalan lahir lunak yaitu serviks,vagina dan rahim sedangkan jalan lahir lunak yaitu tulang panggul, passanger (penumpang) terbagi atas tiga yaitu janin,placenta dan air ketuban dimana massanger utam dan dapat

memengaruhi jalannya persalinannya besar dan posisinya,membantu psikologi ibu adalah kondisiyang mempengaruhi kelangsungan hidupnya,diantarany rasa senang, gembira, sedih dan kecewa, dan membantu penolong pesalinan membantu ibu dalam menjalankan persalinan.Senam hamil dapat meringankan keluhan nyeri punggung yang dirasakan oleh ibu hamil karna didalam senam hamil terdapat gerakan yang dapat memperkuat otot abdomen.

WHO memperkirakan sekitar 15% dari seluruh wanita hamil akan mengalami kondisi yang berkembang menjadi komplikasi yang berkaitan dengan kehamilannya serta mengancam jiwanya. Ibu yang melakukan senam secara teratur selama kehamilannya, ketidak nyamanan yang dirasakannya pada masa kehamilan akan lebih berkurang dan proses penyambuhannya akan lebih cepat dari pada ibu yang tidak mengikuti senam hamil. (Depkes RI)

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2014 kelas ibu hamil (Senam Hamil) terbukti dapat mengurangi angka kematian ibu, karena dengan mengikuti kelas ibu hamil dapat mengetahui kondisi kehamilan dan mencegah masalah kehamilan terjadi pada ibu hamil, WHO menjelaskan bahwa sekitar 287.000 ibu meninggal karena komplikasi kehamilan dan kelahiran anak,seperti perdarahan 28%,preeklamsi/ eklampsia 24% , infeksi 11% dan penyebab tidak langsung (trauma obstetetri) 5%, dan sebagian besar kasus kematian ibu di dunia terjadi dinegara-negara berkembang.(4)

Pemerintah Indonesia melalui Depertemen Kesehatan menerapkan *Making Pregnancy Safer* (MPS) sebagai upaya untuk menurunkan AKI. MPS merupakan strategi kesehatan yang terfokus untuk meningkatkan kemampuan sistem

kesehatan dalam menjamin penyediaan dan pemantapan pelayanan kesehatan yang ditujukan dalam menanggulangi penyebab utama kematian dan kesakitan ibu.

Menurut Depkes RI 2015, ibu hamil yang melakukan kegiatan senam hamil dengan cukup sering dan teratur selama masa tiga bulan (trimester) terakhir,rasa sakit yang dirasakan pada masa persalinan akan berkurang bila dibandingkan dengan persalinan ibu yang tidak melakukan kegiatan senam hamil. Pada beberapa penelitian didapatkan bahwa berat bayi yang lahir dari wanita hamilyang melakukan senam/olahraga selama kehamilannya lebih berat dibandingkan yang tidak melakukan olahraga (senam hamil). Hal ini dapat diterangkan bahwa olahraga akan meningkatkan aliran darah ke uterus yang merupakan jalan terpenting bagi suplai nutrien dan metabolisme janin, terdapat hubungan positif antara berat placenta dan berat badan lahir. Berdasarkan data dari Kementrian Kesehatan RI jumlah ibu hamil di Indonesia pada tahun 2015 sebanyak 5.304.057 jiwa, serta capaian K4 di Indonesia pada tahun 2015 sebesar 87,3% dan cakupan K4 tersebut telah memenuhi target Rencana Strategi (Renstra) Kementrian Kesehatan sebesar 76%.(2)

Senam hamil di Indonesia merupakan bagian dalam pelayanan antenatal (ANC) yang seharusnya dilakukan oleh setiap institusi pemberi pelayanan kesehatan ibu. Sebelum pelaksanaan senam, ibu hamil menjalani pemeriksaan menapis kondisi konta indikasi dari senam hamil. Pemeriksaan kesehan dan nasihat diberikan oleh dokter atau bidan, latihan baru biasa dimulai setelah umur kehamilan 22 minggu, latihan harus dilakukan secara teratur dan disiplin dalam batas-batas kemampuan fisik ibu, latihan sebaikny dilakukan di rumah sakit atau klinik bersalin (Dep Kes 2009).

Senam hamil merupakan salah satu kegiatan dalam pelayanan selama kehamilan (antenatal care). Senam hamil akan memberikan persalinan yang lebih baik, karena mampu memanipulasi/lama yakni dengan meningkatkan tenaga ibu saat persalinan. Secara keseluruhan senam hamil akan berdampak sebagai suatu kenaikan kesehatan wanita hamil itu sendiri menjadi lebih baik. (Hidayah,2014)

Menurut data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2015, angka Kematian Ibu (AKI) berkaitandengan ibu kehamilan, persalinan dan nifas, sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup. Angkainimasih cukup tinggi jika dibandingkan dengan Negara-negara tetangga dikawasan ASEAN. Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia pada tahun 2012 mencapai 359, sedangkan angkaAngka Kematian Ibu (AKI) di Singapur hanya 6 per 100.000 kelahiran hidup, Brunei 33 per 100.000 kelahiran hidup, Fhilipina 112 per 100.000 Kelahiran hidup,serta Malaysia dan Vietnam sama-sama mencapai 160 per 100.000 kelahiran hidup.Sementara di Indonesia Angka Kematian Bayi (AKB) 19 per 100.000 kelahiran hidup.(3)

Profil Kabupten/Kota maka AKI Sumatera Utara adalahcakupan kunjungan K4 ibu hamil di Sumatera Utara mengalami fluktuasi dalam kurun waktu 7 tahun terakhir. Pada tahun 2017 cakupan pelayanan K4 ibu hamil sebesar 87,09%, belum mencapai target yang ditetapkan dalamRenstra Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara sebesar 95 %. Kabupaten/Kota dengan pencapaian tertinggi adalah Deli Serdang (96,51%), Tapanuli Selatan (96,02%) dan Tapanuli Tengah (94,73%), sedangkan kabupaten/kota dengan capaian terendah adalah Nias Selatan (51,68%), Gunungsitoli (60,85%) dan Nias Barat (63,93%)(4)

Manfaat senam hamil rutin tidak hanya untuk kenyamanan ibu selama kehamilan, namun juga memberikan banyak manfaat dalam persalinan. Manfaat senam hamil selama kala I dapat menurunkan insidensi partus lama, mengurangi rasa sakit dan menrunkan kecemasan ibu dalam menghadapi proses persalinan karena latihan senam hamil yang rutin dapat mepengaruhi elastisitas otot dan ligamen yang ada di panggul, mengatur teknik pernafasan serta memperbaiki sikap tubuh. Manfaat senam hamil selama kala II dapat membantu ibu menjalani persalinan yang normal dengan lama persalinan yang normal pula, karena pada senam hamil ibu telah dibimbing cara mengejan dan mengatur nafas, mengatur kontraksi dan relaksasi serta melatih kelenturan otot-otot dinding perut dan dasar panggul sehingga memudahkan proses persalinan. Selama persalinan kala III dan kala IV latihan senam hamil sangat bermanfaat dalam mencegah perdarahanberlebihan, karena dapat meningkatkan kemampuan mengkoordinasikan kekuatan kontraksi otot rahim.(5)

Dari hasil penelitian Jatining (2018) Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Motivasi Ibu Hamil Mengikuti Kelas Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukoharjo Kabupaten Sukoharjo bahwa Jenis penelitian adalah kuantitatif obsesvasional dan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian sejumlah 122 ibu hamil per bulan dengan jumlah sampel 110 orang.Pengambilan sampel dengan menggunakan *Exhaustive sampling*. Analisis yang digunakan adalah *chi-square*.Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan antara tingkat pengetahuan sikap dengan motivasi ibu dalam mengikuti kelas ibu hamil.

Berdasarkan penelitian Niwayan (2018), Pengaruh Senam Yoga Ibu Hamil Terhadap Kesiapan Fisik dan Psikologis dalam Menghadapi Persalinan di BPM

Lasmitari, S.ST tahun 2016. Penelitian ini dilakukan terhadap 40 responden ibu hamil yang mengikuti senam yoga hamil. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* menunjukkan bahwa dengan $\alpha<0,05$ didapatkan $\rho=0,00$ yang berarti yang berarti kurang dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima yang artinya ada pengaruh senam yoga ibu hamil terhadap kesiapan fisik dan psikologis dalam menghadapi persalinan persalinan di BPM Lasmitasari, S.ST tahun 2016.(6)

Faktor yang mepengaruhi ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil ada 4 yaitu faktor Pengetahuan, pekerjaan, sikap dan dukungan suami. Pengetahuan adalah hasil dari "tahu", dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil sangat penting, agar ibu lebih mudah dalam mengikuti senam hamil ini, oleh sebab itu tenaga kesehatan atau pun ibu klinik tersebut perlu meberitahu apa manfaat, tujuan serta bagaimana cara melakukan senam hamil yang baik pada ibu, agar pada saat persalinan dapat berjalan dengan lancar.

Pekerjaan adalah aktivitas sehari-sehari yang dilakukan ibu diluar pekerjaan rutin rumah tangga yang tujuannya untuk mencari nafkah dan membantu suami. Pekerjaan merupakan suatuSikap merupakan reaksi atau respon seseorang terhadap suatu objek. Sikap ibu dalam menanggapi senam hamil ini masih belum bisa menerima, maka agar dapat menguasai tehnik pernafasan dengan baik dan latihan pernafasan itu untuk memperlancar suplai oksigen bagi bayi mereka, tehnik pernafasan ini dapat melakukan dan membantu ibu hamil ketika menjalani persalinannya dan perlunya tenaga kesehatan/bidan untuk dapat

memberikan arahan kepada ibu hamil agar dapat mengikuti kelas ibu hamil ataupun kelas ibu hamil ini. Sikap merupakan reaksi atau respon seseorang terhadap suatu objek.

Sikap ibu dalam menanggapi senam hamil ini masih belum bisa menerima, maka agar dapat menguasai tehnik pernafasan dengan baik dan latihan pernafasan itu untuk memperlancar suplai oksigen bagi bayi mereka, tehnik pernafasan ini dapat melakukan dan membantu ibu hamil ketika menjalani persalinannya dan perlunya tenaga kesehatan/bidan untuk dapat memberikan arahan kepada ibu hamil agar dapat mengikuti kelas ibu hamil ataupun kelas ibu hamil ini.

Dukungan suami merupakan bentuk peran serta suami dan hubungan baik yang memberi kontribusi penting bagi kesehatan. Adanya kehadiran orang terdekat dapat mempengaruhi emosional atau efek prilaku bagi ibu dalam dalam menerima kehamilan serta akses terhadap pelayanan kesehatan. Peran suami upaya meningkatkan kesehatan ibu selama hamil seperti mendukung istri agar mendapatkan pelayanan antenatal yang baik, salah satu contohnya yaitu senam hamil, menganjurkan ataupun memilihkan tempat pelayanan serta bidan atau dokter sekaligus mengantarkan istrinya ketika konsultasi. Ketika suami mengantarkan istrinya untuk pemeriksaan dan konsultasi, suami dapat belajar untuk mengenal tanda-tanda komplikasi kehamilan sehingga ketika kondisi istri membutuhkan pertolongan kesehatan, suami dapat ikut berperan dalam hal tersebut.(7)

Dari hasil survey awalyang dilakukan oleh peneliti pada Maret 2019 di puskesmas hamparan perak tahun 2019 wawancara dengan 10 orang ibu hamil, 6 di antaranya mengatakan bahwa mereka melakukan senam hamil setiap 2 minggu

sekali, sementara 4 orang lainnya mengatakan mereka mengikuti senam hamil tidak rutin setiap minggunya, dari 10 orang ibu yang dilakukan wawancara semua mengetahui tentang senam hamil namun mereka hanya mampu menyebutkan bahwa senam hamil adalah senam yang dilakukan menjelang persalinan, dan sikap ibu dengan melakukan senam hamil masih belum menerima karena banyak cerita mengatakan senam hamil tidak perlu dilakukan karena tanpa melakukan senam hamil ibu bisa melahirkan normal, dan dukungan suami terhadap ibu untuk melakukan senam hamil sangat kurang, karena menurut suami melakukan senam hamil itu tidak perlu dilakukan sehingga suami tidak ada respon terhadap program senam hamil tersebut, dikarenakan suami yang sibuk bekerja, dimana ibu mengatakan apabila ibu ingin melakukan senam hamil suami tidak mempunyai waktu untuk mengantarkan ibu ke Puskesmas dan suami khawatir terjadi sesuatu pada janinnya nanti jika mengikuti senam hamil.

Berdasarkan data dan uraian diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul "Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Hamil Trimester III Dalam Melakukan Senam Hamil Di PuskesmasHamparan Perak Tahun 2019".

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat di rumuskan "Apakah Ada Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Hamil Trimester III Dalam Melakukan Senam Hamil III dipuskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian ini adalah

1. Untuk mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan ibu hamil trimester III terhadap pelaksanaan senam hamil dipuskesmasHamparan PerakTahun 2019.
2. Untuk mengetahui distribusi frekuensi pekerjaan ibu hamil terhadap pelaksanaan hamil trimester tiga dipuskesmas Hamparan PerakTahun 2019.
3. Untuk mengetahui distribusi frekuensi sikap terhadap pelaksanaan ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.
4. Untuk mengetahui distribusi frekuensi dukungan suami terhadap pelaksanaan ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil di PuskesmasHamparan Perak Tahun 2019.
5. Untuk mengetahui hubungan pengetahuan terhadap pelaksanaan ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.
6. Untuk mengetahui hubungan pekerjaan terhadap pelaksanaan ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil di PuskesmasHamparan Perak Tahun 2019.
7. Untuk mengetahui hubungan sikap terhadap pelaksanaan ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil di PuskesmasHamparan Perak Tahun 2019
8. Untuk mengetahui hubungan dukungan suami terhadap pelaksanaan ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritas

Secara teoritas diharapkan mampu menjadi landasan untuk promosi kesehatan dalam rangka memberikan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan informasi dan pengetahuan ibu dalam melakukan senam hamil.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Responden

   Berguna untuk meningkatkan wawasan dan ilmu pengetahuan tentang ibu hamil dalam melakukan senam hamil.

2. Bagi Tempat Penelitian

   Sebagain bahan masukan bagi tempat penelitian serta memberikan informasi pentingnya melakukan senam hamil

3. Bagi Insituti

   Sebagai referensi dan pebendarahan keputusan insituti kesehatan Helvetia Medan serta menjadi bahan masukan dan perbandingan bagi peneliti selanjutnya khususnya tentang melakukan senam hamil

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Untuk menambah wawasan peneliti selanjutnya dan hasil penelitian dapat digunakan sebagai sumber informasi untuk penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi ibu hamil dalam trimester III dalam melakukan senam hamildi Puskesmas Hamparan PerakTahun 2019.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Tinjauan Peneliti Terdahulu

1. Berdasarkan Penelitianjones (2015) yang berjudul "Pengaruh Senam Hamil Teratur pada Primigravida terhadap Perubahan Psikofisiologis Ibu dan Berat Badan Lahir Bayi di Puskesmas Pagarsih Dan Padasukah Bandung tahun (2015" Jenis penelitian yang dilakukan adalah *quasi eksperimental* dengan rancangan *pretest-posttestcontror grop design* dengan tehnik *non-random* sampling menunjukkkan adanya pengaruh senam hamil teratur terhadap penurunan skor kecemasan (nilai *P*=0,026) perubahan tekanan dara diastolik (nilai *p*=0,014) dan perubahan pernafasan (nilai *P*<0,001) yang memperlihatkan adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Tetapi tidak terdapat perbedaaan yang bermakna pada tekanan darajh sistolik (*p*>0,05), penambahan berat badan ibu (*P*>0,05), dan berat badan lahir bayi (*P*>0,05). Disarankan kepada ibu hamil khususnya trimester III untuk menambah wawasan ataupun pengetahuan tentang manfaat senam hamil bagi ibu hamil trimester III.7
2. Berdasarkan penelitian Risma fadila (2019) yang berjudulHubungan Dukungan suami mengikuti senam hamil.Senam hamil adalah latihan gerak untuk mempersiapkan ibu hamil, secara fisik atau mental, pada persalinan cepat, aman dan spontan. Senam hamil terbukti baik bagi ibu maupun janin selama dilakukan dengan tepat dan tidak ada kondisi lain yang membahayakan. Senam hamil merupakan salah satu kegiatan dalam pelayanan

antenatal care yang bertujuan untuk mempersiapkan fisik dan mental ibu hamil. Tujuan untuk mengetahui hubungan dukungan suami dan motivasi bidan dengan keikutsertaan ibu mengikuti senam hamil di Klinik Rimasdalifah Arumy Kota Binjai Tahun 2018. Metode**;** desain penelitian menggunakan survei analitik dengan pendekatan cross sectional, dengan kuesioner. Teknik pengambilan sampel dengan accidental sampling yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan kebetulan bertemu dengan peneliti dan dapat digunakan sebagai sampel yang berjumlah 35 orang ibu hamil, dan teknik analisis yang dilakukan menggunakan analisis Univariat dan analisis Bivariat**.** Hasil berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji Chi–squaredengan α= 0,05 di peroleh dukungan suami p- value 0,031> 0,05 dan motivasi bidan p-value 0,031> 0,05. Kesimpulan ada hubungan antara dukungan suami dan motivasi bidan dengan keikutsertaan ibu mengikuti senam hamil di Klinik Rimasdalifah Arumy Kota Binjai Tahun 2018. Diharapkan pada seluruh tenaga kesehatan khususnya bidan di klinik dengan memberikan informasi tentang senam hamil agar ibu hamil selalu rutin untuk mengikuti kegiatan senam hamil, sehingga lancar pada saat persalinan.(8)

3. Dari hasil penelitian Evi Lina Rahayu (2018) yang berjudul“Hubungan Senam Hamil Tentang Manfaat Senam Hamil Dengan Tindakan Senam Hamil Di Klinik Hj.Mera Medan Tahnu 2018’’ Jenis penelitian ini adalah dengan besar sample 36 orang dengan metode pengabilan sample.Penilitian ini dilakukan pada tanggal 31 Mei 2018 sampai 2 juni 2018. Hhasil Penelitian menunjukan mayoritas ibu hamil berpengetahuan baik sebanyak 29 orang (80,6%) dan

yang melkukan tindakan senam haml sebanyak 19 orang (52,8%) Hal ini melihat penelitian yang dilakukam mengenai hubungan pengetahuan ibu hamil tentang manfaat senam hamil dengan tindakan senam hamil. Di pengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pengetahuannya.(9)

4. Dari hasil penelitian Nur Aini Rahmawati (2016) yang berjudul"Hubungan Senam Hamil Terhadap Lamanya Proses Persalinan Pada Ibu Bersalinan Di Wilayah Puskesmas Bayat Kalten. Jenis penelitian yang dilakukan adalah observasional (non eksperimental) dengan rancangan case control pendekataan retrosfektif. Populasi penelitian adalah semua ibu bersalin di puskesmas bayat kabupaten klaten pada periode Januari-Desember 2013 sebanyak 885 orang. Penggunaan sampel penelitian ini adalah 22 ibu yang mengalami persalinan lama dan 22 ibu yang tidak mengalami persalinan lama. Pengambilan sampel dengan purposive sampling, Insrumen yang digunakan adalah lembar observasi. Data dianalisis menggunakan uji chi-sqiuare, Hasil penelitian menunjukkan bahwa p-value sebesar 0,012 ($p<0,05$).(10)
5. Menurut penelitian Atika (2016) yang bejudul "Hubungan Rutinitas Senam Hamil dengan Waktu Persalinan Pervaginam pada Primigravida di Rumah Sakit Panti Wilasa Semarang". Jenis penelitian yang dilakukan studi observasional dengan design penelitian cross sectional yang dianalisis dengan uji ststistik Chi Square/Fisher's Exart Test. Cara pengambilan sampel dilakukan secara consecutive sampling, dengan memperhatikan kriteria inklusi dan eksklusi dari 47 responden di Unit Rawat Inap Bagian Obstetri dan

Ginekologi di Rumah Sakit Panti Wilasa Citarum Semarang. Hasil analisis uji ststistik Chi Square dengan tingkat kemaknaan 95 % (= 0,05) diperoleh p=0,003 (p<0,005). Pada responden yang rutin mengiuti senam hamil sebagian besar termasuk dalam kategori persalinan normal (91,4%). Dan dinyatakan adanya hubungan antara rutinitas senam hamil dengan waktu persalinan pervagina primigravida di Rumah Sakit Panti Wilasa Semarang.(11)

2.2. Senam Hamil

1. Defenisi

Senam Hamil merupakan suatu program latihan fisik yang sangat penting bagi calon ibu untuk mempersiapkan saat persalinan. Senam hamil juga merupakan terapi latihan gerak untuk mempersiapkan ibu hamil, secara fisik atau mental, pada persalinan cepat, aman dan spontan.

Disisi lain fleksibilitas dan latihan kekuatan juga baik untuk wanita hamil, contohnya yaitu senam yoga, peregangan dan latihan beban. Latihan ini Latihan ini membantu kehamilan serta memperkuat otot. Yoga juga membantu otot, membangun kekuatan, meningkatkan stamina dan menjaga dan mengurangi rasa sakit dan nyeri.(5)

2. Etiologi

Dilakukannya senam hamil merupakan salah satu indikasi untuk memperlancar ibu dalam proses persalinan, dimana ibu yang melakukan senam hamil agar dapat menjaga kondisi otot-otot dan persendian yang berperan dalam proses mekanisme persalinan. Dan itu merupakan suatu upaya untuk memperlancar sebuah persalinan dengan adanya senam hamil tersebut. (5)

3. Tujuan Senam Hamil

1) Tujuan Umum

Senam hamil dapat menjaga kondisi otot-otot dan persendian yang berperan dalam proses mekanisme persalinan. Mempertinggi kesehatan fisik, psikis serta kepercayaan pada diri sendiri dan penolong dalam menghadapi persalinan, Membimbing wanita menuju suatu persalinan yang fisiologis.

2) Tujuan Khusus

(1) Memperkuat dan mempertahankan elastisitas otot-otot dinding perut, otot-otot dasar panggul, ligament dan jaringan serta fasia yang berperan dalam mekanisme persalinan.

(2) Melonggarkan persendian-persendian yang berhubungan dengan proses persalinan.

(3) Membentuk sikap tubuh yang prima, sehingga dapat membantu mengatasi keluhan-keluhan letak janin dan mengurangin sesak nafas.

(4) Memperoleh cara melakukan kontraksi dan rileksasi yang sempurna.

(5) Menguasai teknik-teknik pernafasan dalam persalinan.

(6) Dapat mengatur diri kepada ketenangan. (5)

4. Manfaat Senam Hamil

1) Manfaat Senam Hamil

Kehamilan merupakan saat-saat yang indah bagi wanita. Aktifitas fisik selama kehamilan membantu ibu untuk melalui kehamilan dengan nyaman dan

mengurangi masalah ketidaknyamanan. Berikut ini beberapa manfaat senam hamil :

Menyiapkan fisik menjelang persalinan

1) Melatih serta mempersiapkan pernafasan saat kehamilan dan persalinan
2) Mempertahankan elastisitas otot pada bagian tubuh tertentu, misalnya abdomen, paha, panggul.
3) Melatih sikap tubuh yang benar selama kehamilan sehingga mencegah timbulnya keluhan yang muncul (nyeri pinggang, nyeri punggung, dan kram pada kaki), karena perubahan bentuk tubuh.
4) Untuk relaksasi tubuh, mencegah terjadinya varises, serta mengatasi rasa nyeri dan bengkak pada kaki.
5) Mengurangi kecemasan, memberikan ketenangan dan meningkatkan ketenangan, dan meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam melakukan persalinan. (5)

5. Jumlah atau frekuensi Dilakukan Senam Hamil

Jumlah atau frekuensi dilakukannnya senam hamil yaitu sekali dalam seminggu, waktu yang dugunakan untuk latihan ini yaitu kurang lebih sekitar 30 menit, dan ini tidak boleh dilakukan secara berlebihan.Adapun langkah-langkah dalam melakukan latihan senam hamil ini adalah :

1) Selalu lakukan pemanasan sebelum senam, dan laukanlah pendinginan setelahnya.
2) Minum air putih secukupnya

3) Jika anda mengikuti kelas senam hamil, sesuaikan usia kehamilan anda terlebih dahulu untuk memilih gerakan-gerakan senamnya.(1)

6. Syarat Mengikuti Senam Hamil

Telah dilakukan pemeriksan kesehatan kehamilan oleh Dokter atau Bidan, Latihan dilakukan setelah kehamilan mencapai 6 bulan keatas.Latihan dilakukan secara teratur dan disiplin.Sebaiknya latihan dilakukan dirumah sakit atau klinik bersalin dibawah pimpinan instruktur senam hamil. Ibu yang tidak bisa mengikuti senam hamil seperti preklamsia, kpd ketuban pecah dini), melahirkan prematur, anemia, Riwayat perdarahan dan lain sebagainya.(12)

7. Waktu Yang Tepat Melakukan Senam Hamil

1) Jika kandungan sudah mencapai 6 bulan keatas, senam hamil dapat dilakukan kecuali ada kelainan tertentu.
2) Perempuan hamil yang mengikuti senam hamil diharapkan dapat menjalani persalinan dengan lancar, dapat memanfaatkan tenaga dan kemampuan yang sebaik-baiknya sehingga proses persalinan normal berlangsung relatif cepat.
3) Sebelum memulai senam hamil, lakukan dulu gerakan pemanasan sehingga peredaran darah dalam tubuh akan meningkat dan oksigen yang diangkut ke otot-otot dan jaringan tubuh bertambah banyak, serta dapat mengurangi kemungkinan terjadinya kejang/luka karena telah disiapkan sebelumnya untuk melakukan gerakan yang lebih aktif.

8. Bentuk dan Cara Melakukan Senam Hamil

Pelaksanaan senam hamil meliputi cara pelaksanaan senam hamil,pelaksanaan atau tahap-tahap senam hamil dan hal-hal yang perlu diperhatikan dalam senam hamil,sebagai berikut ini :

1. Latihan Pernafasan
    a. Posisi tidur terlentang kedua lutut ditekuk, kedua tangan diatas
    b. Tarik nafas perlahan-lahan perlahan-lahan melalui hidung dengan mengembungkan perut
    c. Keluarkan nafas melalui mulut dan mengempiskan perut
    d. Dlakuka dengan frekuensi 12-14 x/menit
    e. Dilakukan 8 kali setiap latihan
2. Latihan Penguatan Panggul dan Otot Perut
    a. Tidur terlentang dengan kedua lutut ditekuk
    b. Kedua lutut ditekuk
    c. Angkat sedikit bagian panggul
    d. Lakukan latihan atau gerakan 2-8 kali
    e. Tujuan latihan adalah
        a) Menguatkan otot perut
        b) Mengurangi sakit pinggang
        c) Membantu postur yang benar
3. Latihan Relaksasi
    a. Tidur miring, lengan yang dibawah diletakkan dibelakang
    b. Tangan yang diatas diletakkan diatas bantal

c. Lutut dan pergelangan kaki dibengkokkan

d. Tahan sejenak lemaskan

e. Bernafas teratur konsentrasikan fikiran pada irama nafas

f. Tujuan latihan relaksasi ini adalah untuk :

a) Mempermudahkan proses melahirkan

b) Saat persalinan supaya serabut otot rahim bekerja bebas untuk membuka serviks(5)

9. Manfaat Senam Hamil Berdasarkan 5P

a. Mempersingkat kala I dan II

b. Mengurangi kelelahan fisik pada ibu

c. Mengurangi beban psikologi ibu

d. Memudahkan penolong dalam proses persalinan

10. Peran Bidan dalam Melakukan Senam Hamil

a. Bidan harus melakukan pengkajian lingkungan untuk mempermudah senam hamil

b. Memberikan informasi tentang manfaat senam hamil dan caranya

c. Memberikan dukungan kepada ibu

2.2.1. Pengertian Kehamilan

Kehamilan merupakan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan menurut kalender internasional.(5)

1. Kehamilan Trimester III

Pada Trimester terakhir kehamilan ini, beban kandungan akan mencapai bobot maksimalnya, membuat postur tubuh yang lebih baik dan kuat semakin diperlukan. Gerakan janin akan semakin jelas, dan pertumbuhan janin akan semakin mendorong dan menekan ke rongga dada, menyebabkan calon ibu semakin sulit bernafas nyaman juga membebani serta menekan ginjal dan kandung kemih, membuat ibu hamil sering buang air kecil. (13)

2.2.2. Kebutuhan Fisik Ibu Hamil

1) Oksigen

Kebutuhan oksigen pada ibu hamil meningat 20%, itu sebab nya seorang ibu hamil di anjurkan untuk tidak berada di tempat yang terlalu ramai dan penuh sesak, karena akan mengurangi masukan oksigen.

2) Nutrisi

Kebutuhan energi pada kehamilan sangat dibutuhkan untuk memenuhi kebutuhan fisik ibu hamil.

3) Personal Hygiene

Kebersihan diri selama kehamilan penting untuk dujaga oleh seorang ibu hamil. Personal hygiene yang buruk dapat berdampak terhadap kesehatan ibu dan janin.

4) Pakaian

Pakaian yang baik bagi wanita hamil adalah :

a. Longgar, nyaman, dan mudah dikenakan.

b. Gunakan kutang/BH dengan ukuran sesuai ukuran payudara dan mampu menyangga seluruh payudara.
c. Untuk kasus kehamilan menggantung, perlu disangga dengan stagen atau kain bebat dibawah perut.
d. Tidak memakai sepatu bertumit tinggi. Sepatu berhak rendah baik untuk punggung dan postur tubuh dan dapat mengurangi tekanan pada kaki.

5) Eliminasi

Ibu hamil sering buang air kecil terutama pada trimester I dan III kehamilan. Kebutuhan ibu hamil akan rasa aman dan nyaman terhadap masalah eliminassi juga perlu mendapat perhatian.

6) Seksual

Wanita hamil dapat tetap melakukan hubungan seksual dengan suaminya sepanjang hubungan seksual tersebut tidak mengganggu kehamilan.

7) Mobilisasi

Pertumbuhan rahim yang membesar akan menyebabkan peregangan ligamen-ligamen atau otot-otot sehingga pergerakan ibu hamil menjadi terbatas dan kadaang kala menimbulkan rasa nyeri. Mobilisasi untuk ibu hamil harus memperhatikan cara-cara yang benar antara lain :

a. Melakukan latihan/ senam hamil agar otot-otot tidak kaku.
b. Jangan melakukan gerakan tiba-tiba/ spontan
c. Jangan mengangkat secara langsung benda-benda yang cukup berat.
d. Apabila bangun tidur, miring dulu baru kemudian bangkit.

8) Exercise/senam hamil (olahraga ibu hamil)
9) Istirahat/Tidur (yoga, tidur, mendengaran musik, meditasi dan berdoa, dan pijat)
10) Persiapan Laktasi
    a. Dukungan bidan dalam pemberian ASI (Air Susu Ibu)
    b. Manfaat pemberian ASI
11) Memantau kesehatan janin

    Penilaian keadaan janin dalam uterus untu mendeteksi masalah yang selalu timbul.

12) Pekerjaan. (13)

2.2.3. Faktor yang Mempengaruhi Ibu Hamil Trimester III dalam Melakukan Senam Hamil

1. Pengetahuan

1) Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil "tahu", dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia yakni: indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang karena dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasarkan oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.

Penelitian Rongers (1974) yang dikutip oleh Notoadmodjo (2017) mengungkapkan bahwa sebelum orang mengadopsi perilaku baru,dalam diri

seseorang tersebut terjadi proses yang berurutan, yaitu : Awareness (kesadaran), di mana orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui terlebih dahulu terhadap stimulus (objek).Interest (merasa tertarik), terhadap stimulus atau objek, di sini sikap subjek sudah mulai timbul.Evaluation (menimbang-nimbang) terhadap baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya, hal ini berarti sikap responden sudah lebih baik lagi.Trial, dimana subjek mulai mencoba melakukan sesuatusesuai dengan apa yang dikehendaki oleh stimulus. Adaption, dimana subjek telah berperilaku baru seseuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikapnya terhadap stimulusi

2) Tingkatan Pengetahuan

a. Tahu (Know)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya.Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (recall) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima.

b. Memahami (comprehension)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasi materi tersebut secara benar.

c. Aplikasi (application)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya.

d. Analisis (analysis)

Analisis diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi tersebut, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

e. Sintesis (synthesis)

Sintesis menunjukkan pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam suatu bentukkeseluruhan yang baru.

f. Evaluasi (evaluation)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek.(7)

3) CaraPengukuran Aspek Kategori Pengetahuan

Pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu :

a. Baik : hasil persentase 76%-100%

b. Cukup : hasil persentase 56%-75%

c. Kurang : hasil persentase < 56%

2. Pekerjaan

1) Pengertian pekerjaan

Menurut Thomas yang dikutip oleh narasumber pekerjaan an adalah kegitan rutin yang rutin yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarganya. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah yang membosankan, berulang dan banyak tantangan. Sedangkan bekerja umumnya

merupakan kegiatan yang menyita waktu. Bekerja bagi ibu-ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga.

2) Cara Pengukur Aspek Pekerjaan.

Pekerjaan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu :

a. Tidak bekerja : (0)

b. Bekerja : (1)

3. Sikap (attitude)

1) Pengertian Sikap

Sikap merupakan reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup suatu stimulus atau objek. Manifestasi sikap itu tidak dapat langsung dilihat, tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup.

2) Komponen Pokok Sikap

a. Kepercayaan (keyakinan), ide dan konsep terhadap suatu objek

b. Kehidupan emosional atau evaluasi emosional terhadap suatu objek.

c. Kecenderungan untuk bertindak.

3) Tingkatan Sikap

a. Menerima (receiving)

Menerima diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang dibetikan (objek).

b. Merespon (responding)

Merespon diartikan memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan.

c. Menghargai (valving)

Menghargai diartikan bahwa individu mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan dengan orang lain terhadap suatu masalah.

d. Bertanggung Jawab (responsible)

Bertanggung jawab yaitu sikap yang paling tinggi dengan segala resiko atas segala sesuatu yang telah dipilihnya.

4) Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Sikap

Faktor-faktor yang mempengaruhi sikap yaitu :

a. Pengalaman Pribadi

Untuk dapat menjadi dasar pembentukan sikap, pengalaman pribadi haruslah meninggalkan kesan karena sikap akan lebih mudah terbentuk apabila pengalaman pribadi tersebut terjadi dalam situasi yang melibatkan faktor emosional.

b. Pengaruh orang lain yang dianggap penting

Individu cenderung untuk memiliki sikap yang searah dengan sikap orang yang dianggap penting.

c. Pengaruh Kebudayaan

Tanpa disadari kebudayan telah menanamkan garis pengarah sikap terhadap berbagai masalah, karena kebudayaanlah yang memberi corak pengalaman individu - individu di masyarakat.

d. Media Massa

Dalam pemberitahuan surat kabar maupun radio atau media komunikasi lainnya, berita yang seharusnya faktual disampaikan secara obyektif cenderung dipengaruhi oleh sikap penulisnya, akibatnya berpengaruh terhadap sikap konsumennya.

e. Lembaga Pendidikan dan Lembaga Agama

Konsep moral dan ajaran dari lembaga pendidikan dan lembaga agama sangat menentukan sistem kepercayaan tidaklah mengherankan jika kalau pada gilirannya konsep tersebut mempengaruhi sikap.

f. Faktor Emosional

Suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari emosi berfungsi sebagai semacam penyaluran frustasi atau pengalihan bentuk.

5) Cara Pengukuran Sikap

Pengukuran sikap dapat dilakukan dengan menilai pernyataan sikap seseorang. Pernyataan sikap adalah rangkaian kalimat yang mengatakan sesuatu mengenai obyek sikap yang hendak diungkap. Pernyataan sikap berisi hal–hal yang positif mengenai obyek sikap, yaitu kalimatnya bersifat mendukung atau memihak pada obyek sikap.Pernyataan ini disebut dengan pernyataan yang favorable. Pernyataan seperti ini dengan pernyataan yang tidak favorable. Sebaliknya pernyataan sikap berisi hal–hal negatif mengenai obyek sikap yang bersifat tidak mendukung maupun kontra terhadap obyek sikap. Adapun skala yang digunakan untuk pengukuran sikap ini yaitu skala likert yaitu suatu skala sikap sedapat mungkin diusahakan agar terdiri atas pernyataan favorable dan

tidak favorable dalam jumlah yang seimbang. demikian pernyataan yang disajikan tidak semua positif dan tidak semua negatif dengan pernyataan (SS : Sangat Setuju, S : Setuju, TS : Tidak Setuju, STS : Sangat Tidak Setuju). (7)

Adapun aspek kategori cara pengukuran sikap adalah :

1) Sikap positif adalah jika total skor responden ≥ 21
2) Sikap negatif adalah jika total skor responden < 21

4. Dukungan Suami

1) Pengertian Dukungan Suami

Orang yang paling penting bagi seorang wanita hamil adalah suaminya. Banyaknya bukti yang ditunjukkan bahwa wanita yang diperhatikan dan dikasihi oleh pasangannya selama kehamilan akan menunjukkan lebih sedikit gejala emosi dan fisik, lebih mudah melakukan penyesuaian diri selama kehamilan dan sedikit resiko komplikasi persalinan. Hal ini diyakini karena ada 2 kebutuhan utama yang ditunjukkan wanita selama hamil yaitu menerima tanda-tanda bahwa ia dicintai dan dihargai serta kebutuhan akan penerimaan pasangan terhadap anaknya.Ada empat jenis dukungaan yang dapat diberikan suami sebagai calon ayah bagi anaknya antara lain :

a. Dukungan emosi yaitu suami sepenuhnya memberikan dukungan secara pisikologis kepada istrinya dengan menunjukkan kepedulian dan perhatian kepada kehamilannya serta peka terhadap kebutuhan dan perubahan emosi ibu hamil.
b. Dukungan instrumental yaitu dukungan suami yang diberikan untuk memenuhi kebutuhan fisik ibu hamil dengan bantuan keluarga lainnya.

c. Dukungan informasi yatu dukungan suami dalam memberikan informasi yang diperolehnya mengenai kehamilan.

d. Dukungan penilaian yaitu memberikan keputusan yang tepat untuk perawatan kehamilan istrinya.(7)

2) CaraPengukuran Aspek Kategori Dukungan Suami

Adapun aspek kategori pengukuran dukukungan suami yaitu :

a. Dukungan Baik : hasil persentase > 50%

b. Dukungan Kurang : hasil persentase < 50%

2.3. Hipotesis

Hipotesis merupakan pernyataan tentatif (sementara) mengenai kemungkinan dari suatu penelitian.Hipotesis merupakan jawaban yang sifatnya sementara terhadap permasalahan yang diajukan dalam penelitian.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah

1. Ada pengaruhpengetahuan ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.
2. Ada pengaruhpekerjaan ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.
3. Ada pengaruh sikap yang mempengaruhi ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.
4. Ada pengaruhdukungan suami ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1. Desain Penelitian

Jenis penelitian yang diganakan dalam penelitian ini adalah survei analitik yaitu penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena itu terjadi. Penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional atau bedah lintang dengan ciri : sampel diambil dari populasi, dari sampel kemudian dibagi beberapa, kemudian dicari faktor penyebab, dan penghitungan faktor penyebab dan faktor akibat dilakukan bersamaan yaitu untuk mengetahui Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Hamil Trimester III Dalam Melakukan Senam Hamil Di Puskesmas Sosopan,Kecamatan Sososan,Kabupaten Padang Lawas Tahun 2019. Pada penelitian ini menggunakan kuesioner sebagai alat penggambilan data.

3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian

3.2.1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di Puskesmas Sosopan,Kecamatan Sosopan, Kabupaten Padang LawasTahun 2019, dikarenakan program senam hamil di puskesmas kurang baik tidak sesuai dengan cakupan dan target.

3.2.2. Waktu Penelitian

Penelitian yang dilakukan dari bulan juni sampai juli 2019 dimulai dari pengajuan judul, survei awal, pengumpulan data, dan penyusunan hasil penelitian.

3.3. Populasi dan Sampel

3.3.1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang akan diteliti.Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019 yang berjumlah47 orang.

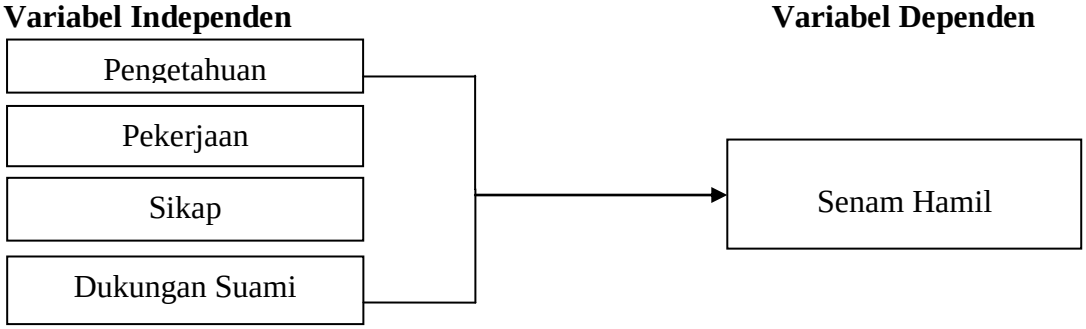
3.3.2. Sampel

Sampel adalah sebagiandari keseluruhan obyek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi.Teknik pengambilan sampel dalam penelitain ini menggunakan Total Populasi yaitu seluruh ibu hamil Trimester III Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019 yang berjumlah 47 orang.

3.4. Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah alur penelitian yang memperlihatkan variabel–variabel yang mempengaruhi dan yang dipengaruhi, atau dengan kata lain dalam kerangka konsep akan terlihat faktor–faktor yang terdapat dalam variabel penelitian.

Sebagai variabel independen (variabel bebas) adalah pengetahuan, sikap dan dukungan suami dan variabledependen (terikat) senam hamil.



Gambar 3.1 Kerangkap Konsep

3.5. Defenisi Operasional dan Aspek Pengukuran

3.5.1. Defenisi Operasional

Defenisi operasional adalah batasan yang digunakan untuk mendefenisikan variabel - variabel atau faktor-faktor yang mempengaruhi variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati, memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap satu objek atau fenomena.Dalam definisi operasional ini variabel independen pengetahuan, sikap, dan dukungan suami, dan variabel dependen senam hamil yaitu :

1. Variabel Independen

1) Pengetahuan : Merupakan segala sesuatu yang diketahui ibu hamil trimester III yang mengikuti senam hamil dipuskemas Hamparan perak.
2) Pekerjaan : Merupakan kegiatan rutin ibu hamil yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarganya Hamparan perak.
3) Sikap : Merupakan respon atau reaksi Ibu hamil dalam melakukan senam hamil dipuskesmas Hamparan perak.
4) Dukungan Suami : Merupakan suport atau motivasi dari suami tentang senam hamil sehingga memicu ibu untuk melakukan senam hamil dipuskemas Hamparan Perak.

2. Variabel Dependen

1. Senam hamil : Merupakan senam yang dilakukan ibu hamil untuk meningkatkan kesehatan ibu hamil dan mempercepat proses persalinan dipuskemas Hamparan Perak.

3.5.2. Aspek Pengukuran Variabel Penelitian

Tabel 3.1 Aspek Pengukuran Variabel Penelitian

No	Nama Variabel	Jumlah Pertanyaan	Caradan Alat Ukur	Skala Pengukuran	Value	Skala Ukur
	Variabel X					
1	Pengetahuan	12	Kuesioner Skor Max: 12	Jika menjawab benar 9-12 (76%-100%) Jika menjawab benar 7-8 (56%-75%) Jika menjawab benar <7(<56%)	Baik(3) Cukup(2) Kurang(1)	Ordinal
2	Pekerjaan	1	Kuesioner	1 0	Bekerja(1) Tidak Bekerja(0)	Nominal
3	Sikap	12	Kuesioner Skor sikap pernyataan 48 positif SS = 4 S = 3 TS = 2 STS =1 Negatif SS = 1 S = 2 TS = 3 STS = 4	Positif≥ Mean Negatif<Mean	Positif (2) Negatif (1)	Ordinal

4	Dukungan Suami	13	Kuesioner	1. Baik Skor:7-13 2. Tidak baik Skor:1-6	Baik(2) Kurang(1)	Ordinal
	Variabel Y					
1	Senam Hamil	1	Kuesioner	4 kali <4 kali	Rutin (1) Tidak Rutin(0)	Ordinal

3.6. Metode Pengumpulan Data

3.6.1. Jenis Data

1. Data Primer

   Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung dengan memberikan kuesioner terhadap responden.

2. Data Sekunder

   Data sekunder adalah data yang diperoleh selain dari responden penelitian dan bukan dilakukan oleh peneliti sendiri.Sumber data dalam penelitian ini adalah dokumen (data ibu hamil).

3. Data Tersier

   Data tersier adalah data yang diperoleh dari naskah yang sudah dipublikasikan (data menurut para ahli).

3.6.2. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilaksanakan dengan menggunakan kuesioner terhadap sejumlah responden yang terdiri dari 3 jenis yaitu :

1. Data Primer

Data primer diperoleh dengan melakukan wawancara kepada ibu hamil trimester III dengan menggunakan kuesioner yang telah disiapkan.

2. Data Sekunder

Data sekunder data yang diperoleh dari Puskesmas Hamparan Perak yaitu mengenai data-data ibu hamil trimester III.

3. Data Tersiers

Data tersier diperoleh dari data riset yang sudah dipublikasikan secara resmi seperti jurnal, dan laporan penelitian misalnya WHO, Profil Kesehatan Indonesia.(14)

3.6.3. Uji Validitas dan Reabilitas

a. Uji Validitas

Uji Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kehandalan atau keahlian suatu alat ukur.Alat ukur yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah. Uji validitas terhadap kuesioner adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang diukur, sehingga dapat diketahui kuesioner yang kita susun tersebut mampu mengukur apa yang hendak kita ukur dengan menggunakan Uji Korelasi pada setiap pertanyaan. Semua pertanyaan mempunyai korelasi yang bermakna (construct validity) yang berarti pertanyaan didalam kuesioner dapat mengukur yang ingin kita ukur.

Uji Validitas digunakan korelasi Product Moment dengan Software Statistical and Service Solutions (SPSS), dengan 20 responden cara skor pada tiap pernyataan dari semua variabel jika mempunyai r hasil (Corrected item-Total Correlation) untuk alpha 0,05 yaitu 0,444. Item yang dikatakan valid jika koefisien korelasi diatas dari nilai r hitung > r tabel(r=0,444), dapat disimpulkan bahwa hasil kuesioner valid atau bermakna. Uji validitas pada penelitian ini

dilakukan di Puskesmas Terjun dengan responden 20 orang dengan 15 butir pertanyaan.

Hasil uji validitas dikatakan valid jika koefisien korelasi diatas dari nilai r hitung > r tabel(r=0,444).

Tabel 3.2. Hasil Uji Validitas Kuesioner Variabel Penelitian

No	Variabel	r_{tabel}	r_{hitung}	Keterangan
1	Pengetahuan – 1	0,444	0,674	Valid
2	Pengetahuan – 2	0,444	0,846	Valid
3	Pengetahuan – 3	0,444	0,327	Tidak Valid
4	Pengetahuan – 4	0,444	0,758	Valid
5	Pengetahuan – 5	0,444	0,654	Valid
6	Pengetahuan – 6	0,444	0,627	Valid
7	Pengetahuan – 7	0,444	0,709	Valid
8	Pengetahuan – 8	0,444	0,731	Valid
9	Pengetahuan – 9	0,444	0,532	Valid
10	Pengetahuan – 10	0,444	0,544	Valid
11	Pengetahuan – 11	0,444	0,531	Valid
12	Pengetahuan – 12	0,444	0,723	Valid
13	Pengetahuan – 13	0,444	0,719	Valid
14	Pengetahuan – 14	0,444	-0,302	Tidak Valid
15	Pengetahuan – 15	0,444	-0,414	TidakValid
1	Sikap – 1	0,444	0,720	Valid
2	Sikap – 2	0,444	0,631	Valid
3	Sikap – 3	0,444	0,481	Valid
4	Sikap – 4	0,444	0,232	Tidak Valid
5	Sikap – 5	0,444	0,446	Valid
6	Sikap – 6	0,444	-0,099	Tidak Valid
7	Sikap – 7	0,444	0,111	Tidak Valid
8	Sikap – 8	0,444	0,752	Valid
9	Sikap – 9	0,444	0,571	Valid
10	Sikap – 10	0,444	0,721	Valid
11	Sikap – 11	0,444	0,618	Valid
12	Sikap – 12	0,444	0,656	Valid
13	Sikap – 13	0,444	0,711	Valid
14	Sikap – 14	0,444	0,674	Valid
15	Sikap – 15	0,444	0,480	Valid
1	Dukungan Suami – 1	0,444	0,747	Valid
2	Dukungan Suami – 2	0,444	0,847	Valid
3	Dukungan Suami – 3	0,444	0,561	Valid
4	Dukungan Suami – 4	0,444	0,580	Valid
5	Dukungan Suami – 5	0,444	0,757	Valid

6	Dukungan Suami – 6	0,444	0,675	Valid
7	Dukungan Suami – 7	0,444	0,715	Valid
8	Dukungan Suami – 8	0,444	0,252	TidakValid
9	Dukungan Suami – 9	0,444	0,542	Valid
10	Dukungan Suami – 10	0,444	0,725	Valid
11	Dukungan Suami – 11	0,444	0,834	Valid
12	Dukungan Suami – 12	0,444	0,609	Valid
13	Dukungan Suami – 13	0,444	0,699	Valid
14	Dukungan Suami – 14	0,444	0,004	Tidak Valid
15	Dukungan Suami – 15	0,444	0,649	Valid

Hasil uji validitas variabel penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu, dari 15 soal dinyatakan valid 12 soal, sedangkan 3 soal tidak valid, sikap ibu dari 15 pernyataan soal dinyatakan valid 12 soal, sedangkan 3 soal tidak valid dan dukungan suami dengan 15 pernyataan dinyatakan valid 13 soal, sedangkan 2 soal tidak valid.

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Hal ini berarti menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran itu tetap konsisten bila dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama dengan menggunakan alat ukur yang sama.

Hasil uji reliabilitas menggunakan Alpha Crounbach dinyatakan reliabel jika $r_{hitung} > r_{tabel}$.(14)

Tabel 3.3. Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner Variabel Penelitian

No	Variabel	Nilai Alpha Cronbach	Batas Alpha Cronbach	Ket
1	Pengetahuan	0,901	0,561	Reliabel
2	Sikap	0,863	0,561	Reliabel
3	Dukungan suami	0,912	0,561	Reliabel

Hasil uji reliabilitas variabel penelitian menunjukkan bahwa nilai reliabilitas variabel pengetahuan, sikap ibu dan dukungan suami pada ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamildiperoleh nilai Cronbach Alpha pada variabel pengetahuan sebesar 0,901, variabel sikap 0,863 dan dukungan suami 0,912 sehingga dinyatakan bahwa variabel reliabel.

3.7. Metode Pengolahan Data

Data yang terkumpul diolah dengan komputerisasi melalui langkah sebagai berikut :

1. Collecting

   Mengumpulkan data yang berasal dari kuesioner, angket maupun observasi

2. Checking

   Dilakukan dengan memeriksa kelenngkapan jawaban kuesioner atau lembar observasi dengan tujuan agar data diolah secara benar sehingga pengelolahan data memberikan hasil yang valid dan reliabel, dan terhindar dari bias.

3. Coding

   Pada langkag ini penulis melakukan pemberian kode pada variabel-variabel yang diteliti misalnya nama responden diubah menjadi nomor 1, 2, 3,.....,4.

4. Entering

   Data entring, yakni jawaban dari masing-masing responden yang masih dalam bentuk “kode” (angka atau huruf) dimasukkan kedalam program komputer yang digunakan peneliti yaitu SPSS (*Statistical Package For The Social Scienses*).

5. Data Processing

   Semua data yang telah di input kedalam aplikasi komputer akan diolah sesuai dengan kebutuhan dari peneliti.(14)

3.8. Analisa Data

Data yang telah terkumpul di analisis dengan menggunakan program komputer, data yang dilakukan adalah analisis univariat, bivariat dan mutivariat :

3.8.1. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk mendistribusikan frekwensi data yang dilakukan pada tiap variabel dari hasil penelitian.data yang terkumpul disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekwensi dan persentase dari tiap variabel yaitu pengetahuan, sikap, dukungan suami dan senam hamil.

3.8.2. Analisis Bivariat

Setelah diketahui masing-masing variabel pada penelitian ini maka anlisis dilanjutkan pada tingkat bivariat untuk mengetahui hubungan (korelasi) antara variabel independen denagan variabel dependen. Untuk mengetehui adanya hubungan yang signifikan antara variabel independen dengan variabel dependen digunakan analisis Chi-square, Pada batas kemaknaan perhitungan statistik p-value(0,05). Apabila hasil perhitungan menunjukkan nilai p<p value(0,05) maka dikatakan (Ho) ditolak, artinya kedua variabel secara statistik mempunyai hubungan yang signifikan. Kemudian untuk menjelaskan adanya asosiasi (hubungan) antara variabel depanden dengan variabel independen digunakan analisis tabulasi.(14)

3.8.3. Analisis Multivariat

Alisis multivariate dalam penelitian ini dengan menggunakan uji regresi binary (loistic binary), uji ini digunakan untuk memperediksi nilai probabilitas suatu indevendent variabel ini the equation .kemudian dilihat nilai p value, jika nilai p value lebih kecil dari a =0,05 maka variabel indenvenden. Untuk mengetahui besarnya peluang peran variabel indenvendent, maka dapat dilihat dari nilai Exp(B).(15)

.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Gambaran Lokasi Penelitian

4.1.1. Keadaan Geografi

Kecamatan Hamparan Perak memiliki batas wilayah sebagai berikut:

a. Sebelah Utara berbatasan dengan wilayah kerja Puskesmas Labuhan Deli
b. Sebelah Timur berbatasan dengan wilayah kerja Puskesmas Labuhan Deli
c. Sebelah Selatan berbatasan dengan wilayah kerja Puskesmas Sunggal
d. Sebelah Barat berbatasan dengan wilayah kerja Puskesmas Binjai

Ketinggian wilayah berkisar 4 – 30 meter diatas permukaan laut. WilayahKecamatan Hamparan Perak berbatasan dengan Kecamatan Medan Marelan,Medan Sunggal dan Kota Binjai. Ibukota Kecamatan Hamparan Perak adalah Hamparan Perak. Secara administratif Kecamatan Hamparan Perak terdiri dari 13desa dan 122 dusun.

4.1.2. Identitas Puskesmas Hamparan Perak Kecamatan Hamparan Perak

Wilayah kerja Puskesmas Hamparan Perak Kecamatan Hamparan Perak yaitu Jumlah desa 13 desa dan dengan jumlah penduduk sebanyak 111.059jiwa. Letak administratif yaitu terletak di ibu Kota Kecamatan, letak geografis terletak di dataran rendah dan rawa pantai dan kondisi Puskesmas termasuk jenis Puskesmas perawatan dengan kondisi bangunan baik.

4.1.3. Tugas, Visi, Motto, Misi dan Fungsi Puskesmas Hamparan Perak

Tugas Puskesmas Hamparan Perak adalah untuk menigkatkan derajat kesehatan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Hamparan Perak. Sebagai tugas

tambahan lainnya adalah tugas promosi kesehatan yaitu untuk mengupayakan kesehatan lingkungan, KIA, KB, UKS Gizi dan pelayanan gizi masyarakat untuk pencegahan dan pemberantasan penyakit menular dengan cara pelayanan kesehatan ataupun pengobatan.

Puskesmas Hamparan Perak Kabupaten Deli Serdang mempunyai Motto, Visi dan Misi Puskesmas yaitu:

Motto : Memberi pelayanan kesehatan secara tepat, cepat, tulus dan ikhlas.

Visi : Mewujudkan masyarakat yang sehat, mandiri dan berkualitas dalam lingkungan yang sehat serta menjadikan Puskesmas Hamparan Perak sebagai pusat pelayanan kesehatan yang berkualitas dan bermutu.

Misi :
1. Meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan dan sebagai pusat pembangunan kesehatan sebagai penggerak peran serta masyarakat dalam pemecahan dan penanganan masalah kesehatan
2. Meningkatkan profesionalisme tenaga kesehatan
3. Memelihara dan meningkatkan kerja sama yang lain dengan lintas sektoral, lintas program dalam rangka meningkatkan derajat kesehatan masyarakat yang optimal. Sebagai sasarannya adalah seluruh lapisan masyarakat. 27. Olahraga Senam Seluruh keluarga, kader Petugas Olah ragaSetiap jumat Puskesmas H.Perak

Fungsi Puskesmas Hamparan Perak sebagai berikut :

1. Sebagai pusat kesehatan pengembangan masyarakat di wilayah yang berjaya
2. Membina masyarakat dalam rangka meningkatkan pengetahuan untuk hidup sehat

3. Memberikan pelayanan kesehatan secara menyeluruh dan terpadu kepada masyarakat.

4.2. Hasil Penelitian

4.2.1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden adalah ciri – ciri khusus yang ada di dalam diri responden yang membedakan dirinya dengan orang lain seperti umur, pendidikan, pekerjaan, dan lain sebagainya. Unuk melihat karakteristik ibu dalam penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut:

a. Umur

Tabel. 4.1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur ibu di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

No	Umur	f	%
1	17-25	17	36.2
2	26-35	25	53.2
3	36-45	5	10.6
	Total	47	100

Dari tabel 4.1 diatas diketahui bahwa dari 47 responden terdapat 17 responden (36,2%) dalam kelompok umur 17 – 25 tahun, 25 responden (53,2%) dalam kelompok umur 26 -35, 5 responden (10,6%) dalam kelompok umur 36-45.

b. Pendidikan

Tabel. 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan ibu di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

No	Pendidikan	f	%
1	Dasar (SD/ SMP)	3	6.4
3	Menengah (SMA)	31	66
4	Tinggi (PT)	13	27.6
	Total	47	100

Dari tabel 4.2 diatas diperoleh bahwadari 47 responden dapat diketahui pendidikan responden yang terbanyak pada responden lulusan SMA sebanyak 31 responden (66%).

c. Jumlah Anak

Tabel. 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Paritas di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

No	Jumlah Anak	F	%
1	1	17	36.1
2	2-3	20	42.6
3	>3	10	21.3
	Total	47	100

Dari tabel 4.3 diatas diketahui bahwa dari 47 responden dapat diketahui responden terbanyak adalah ibu yang memiliki anak 2-3 anak sebanyak 20 responden (42,6%), danibu yang memiliki 1 anak 17 responden (36,1%) yang terkecil ibu yang memiliki anak >3 anak sebanyak 10 responden (21,3 %).

4.2.2. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk menjelaskan atau mendiskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian, dan hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari setiap variabel.

a. Pengetahuan

Tabel. 4.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pemgetahuan Ibu di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

No	Pengetahuan	f	%
1	Baik	13	27,7
2	Cukup	18	38.3
3	Kurang	16	34.0
	Total	47	100

Dari tabel 4.5 diatas diperoleh dari hasil jawaban responden atas kuesioner pengetahuan ibu tentang senam hamil diketahui bahwa dari 47 responden mayoritas berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 18 responden (38,3%), berpengetahuan kurang sebanyak 16 responden (34,0%) dan minoritas berpengetahuan baik yaitu sebanyak 13 responden yang (27,7%).

b. Pekerjaan

Tabel. 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan ibu di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

No	Pekerjaan	f	%
1	Bekerja	30	63.8
2	Tidak Bekerja	17	36.2
	Total	47	100

Dari tabel 4.4 diatas diperoleh bahwa dari 47 responden mayoritas responden tidak bekerja yaitu sebanyak 30 responden (63,8%).

c. Sikap

Tabel. 4.6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap Ibu di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

No	Sikap	f	%
1	Positif	18	38.3
2	Negatif	29	61,7
	Total	47	100

Dari tabel 4.6 diatas diperoleh bahwadari 47 responden terdapat 29 responden (61,7%) memiliki sikap negatif terhadap senam hamil,dan 18responden (38,3%) memiliki sikap positif terhadap senam hamil.

d. Dukungan Suami

Tabel. 4.7. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Suami di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

No	Dukungan Suami	f	%
1	Baik	18	38.3
2	Kurang	29	61.7
	Total	47	100.0

Dari tabel 4.7 diatas diperoleh bahwadari 47 responden terdapat 29 responden (61,7%) yang mendapat dukungan kurang dari suami tentang senam hamil dan 18 responden (38,3%) yang mendapat yang dukungan baik dari suami tentang senam hamil.

e. Senam Hamil

Tabel. 4.8. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Senam Hamil di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

No	Senam Hamil	f	%
1	Rutin	18	38.3
2	Tidak Rutin	29	61.7
	Total	47	100

Dari tabel 4.8 diatas diperoleh bahwa dari 47 responden terdapat 29 responden (61,7%) yang tidak rutin melakukan senam hamildan 18 responden (38,3%) yang rutin melakukan senam hamil.

4.2.3. Analisis Bivariat

Analisis bivariat yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkolerasi. Analisis bivariat pada penelitian ini berhubungan untuk mengetahuifaktor yang mempengaruhi ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil di puskesmas hamparan perak tahun 2019. Teknik analisa yang dilakukan dengan Uji square.

1. Pengaruh Pengetahuan IbuDengan Melakukan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

Tabel. 4.10. Tabulasi Silang Antara Pengetahuandengan Senam Hamil di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

Pengetahuan	SenamHamil				Jumlah		p value
	Rutin		Tidakrutin				
	f	%	f	%	F	%	
Baik	10	21,3	3	6,4	13	27,7	0,000
Cukup	8	17,0	10	21,3	18	38,3	
Kurang	0	0	16	34,0	16	34.0	
Total	18	38,3	29	61,7	47	100	

Berdasarkan tabel 4.10 dari 47 responden dapat diketahui bahwa terdapat 16 responden (34%) yang berpengetahuan kurang tentang senam hamildimana seluruh ibu tidak rutin melakukan senam hamil, yang berpengetahuan cukup ada sebanyak 18 responden (38,3%)dimana mayoritas tidak rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 10 responden (21,3%) dan minoritas rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 8 responden (17%), dan yang berpengetahuan baik ada sebanyak 13 responden (27,7%)dimana mayoritas rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 10 responden (21,3%) dan minoritas tidak rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 3 responden (6,4%).

Hasil uji statistik lebih lanjut diperoleh nilai p value adalah 0,000< 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuanibudengan melakukan senam hamil pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.

2. Pengaruh Pekerjaan Ibu Hamil Trimester III Dalam Melakukan Senam Hamil Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

Tabel. 4.9. Tabulasi Silang Antara Pekerjaan Ibu Hamil Dalam Melakukan Senam Hamil Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

No	Pekerjaan	Senam Hamil				Jumlah		p value
		Rutin		Tidak rutin				
		f	%	f	%	F	%	
1	TidakBekerja	15	31,8	2	4,3	17	36,2	0,000
2	Bekerja	3	6,4	27	57,4	30	63,8	
	Total	18	38,3	29	61,7	47	100,0	

Berdasarkan tabel 4.9 dari 47 respondenbahwamayoritas responden bekerja yaitu sebanyak 30 responden (63,8%) dengan 3 responden (6,4%) rutin melakukan senam hamil, 27 responden (57,4%) tidakrutin melakukan senam hamil dan minoritas responden tidak bekerja yaitu sebanyak 17 responden (36,2%). dengan 15 responden (31,8%) rutin melakukan senam hamil, 2 responden (4,3%) tidak rutin melakukan senam hamil.

Hasil uji statistik lebih lanjut diperoleh nilai p value adalah 0,000< 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara faktorpekerjaan yang mempengaruhi ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.

3. Pengaruh Sikap Ibu Dengan Melakukan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

Tabel. 4.11. Tabulasi Silang Antara Sikap dengan Senam Hamil di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

Sikap	SenamHamil				Jumlah		p value
	Rutin		Tidak rutin				
	f	%	f	%	f	%	
Positif	12	25.5	6	12.8	18	38.3	0,004
Negatif	6	12.8	23	48.9	29	61.7	
Total	18	38,3	29	61,7	43	100	

Berdasarkan tabel 4.11 dari 47 responden dapat diketahui bahwa terdapat 29 responden (61,7%) memiliki sikap negatif terhadap senam hamil dengan mayoritas responden tidak rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 23 responden (48,9%) dan minoritas rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 6 responden (12,8%), memiliki sikap positif terhadap senam hamil terdapat 18 responden (38,3%) dengan mayoritas respondenrutinmelakukan senam hamil yaitu sebanyak 12 responden (25,5%) dan minoritas tidak rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 6 responden (12,8%).

Hasil uji statistik lebih lanjut diperoleh nilai p value adalah 0,002< 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan sikap dengan melakukan senam hamil pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.

4. Pengaruh Dukungan SuamiDengan Melakukan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

Tabel. 4.12. Tabulasi Silang Antara Dukungan Suami dengan Senam Hamil di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

Dukungan Suami	SenamHamil				Jumlah		p value
	Rutin		Tidakrutin				
	f	%	f	%	f	%	
Baik	15	31.9	3	6.4	18	38.3	0,000
Kurang	3	6.4	26	55.3	29	61.7	
Total	18	38,3	29	61,7	43	100	

Berdasarkan tabel 4.12 dari 47 responden dapat diketahui bahwa terdapat 29 responden (61,7%) mendapat dukungan kurang dari suami untuk melakukan senam hamil dengan mayoritas responden tidak rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 26 responden (55,3%) dan minoritas rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 3 responden (6,4%), dan mendapat dukunganbaik dari suami untuk melakukan senam hamil yaitu sebanyak 18 responden (38,3%) dengan mayoritas

responden rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 15 responden (31,9%) dan minoritas tidak rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 3 responden (6,4%).

Hasil uji statistik lebih lanjut diperoleh nilai p value adalah 0,000< 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan suami dengan melakukan senam hamil pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.

4.2.4. Analisis Multivariat

Setelah dilakukan analisis bivariat untuk melihat pengaruh masing – masing variabel terhadap senam hamil pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019, maka dilakukan analisis multivariat dengang menggunakan Uji Regresi Berganda Binary Logistic.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas normal adalah sebagai pengujian tentang kenormalan distribusi data penggunaan uji normalitas karena pada digunakan pada analisis statistic parametric, asumsi yang harus dimiliki oleh data tersebut terdistribusi secara normal. Hasil dari uji dengan menggunakan uji statistik kolmograv – smimov (K-S) adalah sebagai berikut oleh memastikan bahwa nilai residual dari variabel penelitian tersebut benar-benar terdistribusi secara normal

Hasil uji normalitas data dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3.6. Hasil Uji Normalitas Kolmograv-smirnov faktor yang Mempengaruhi Ibu Hamil Trimester III Dalam Melakukan Senam Hamil

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pekerjaan	KAT_P	KAT_S	Kat_D	senam_hamil
N		47	47	47	47	47
Normal Parameters[a,,b]	Mean	.64	1.94	1.38	1.38	.38
	Std. Deviation	.486	.791	.491	.491	.491
Most Extreme Differences	Absolute	.410	.222	.399	.399	.399
	Positive	.267	.222	.399	.399	.399
	Negative	-.410	-.192	-.278	-.278	-.278
Kolmogorov-Smirnov Z		2.811	1.522	2.736	2.736	2.736
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000	.019	.000	.000	.000

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Pada uji normalitas Kolmograov –smirnov menunjukkan angka 0,000 dengan tingkat signifikansi yang berarti < dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel tidak terdistribusikan normal dan dapat dilanjutkan dengan menggunakan uji regresi binary logistic.

2. Uji Kandidat

Dalam langkah ini kita akan menyeleksi, variabel independen unuk menentukan variabel yang layak masuk uji multivariat, dimana variabel yang layak memiliki signifikan (sig) atau p value<0,25 dengan metode “enter” dalam regresi binary logistik yaitu dengan melakukan satu persatu regresi logistik antara masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen.

Tabel. 4.13. Uji Kandidat Variabel Independen Faktor Mempengaruhi Ibu Hamil Trimester III Dalam Melakukan Senam Hamil Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

No	Subvariabel	P Value
1	Pengetahuan	0,000
2	Pekerjaan	0,000
2	Sikap	0,004
3	Dukungan Suami	0,000

Hasil analisa menunjukkan nilai p value variabel pekerjaan (0,000), pengetahuan (0,000), sikap (0,002), dukungan suami (0,000). Kemudian memasukkan semua variabel yang nilai P value <0,25 ke dalam uji regresi berganda binary (logistic regression)tahap pertama.

3. Uji Regresi Berganda Binary (logistic regression) Tahap Pertama

Adapun variabel yang diuji pada regresi berganda binary (logistic regression)tahap pertama ini adalah seluruh variabel independen yang dinyatakan signifikan p<0,05 pada analisis bivariat. Hasil analisis variabel dengan di uji regresi binary (logistic regression), tahap pertama dapat dilihat pada tabel 4.13 di bawah ini:

Tabel. 4.14. Tahap Pertama Uji Regresi Berganda Binary

No	Variabel Penelitian	B	S.E	Wald	df	Sig.	Exp (B)
1	Pekerjaan	-3.175	1.472	4.655	1	.031	.042
2	Pengetahuan	3.101	1.727	3.226	1	.072	22.224
3	Sikap	.814	1.325	.377	1	.539	2.257
4	Dukungan Suami	3.152	1.498	4.423	1	.035	23.373
	Constant	-11.406	6.026	3.583	1	.058	.000

Berdasarkan tabel 4.14 dapat diketahui, bahwa terdapat variabel yang telah signifikan. Variabel tersebut antara lain pekerjaan diperoleh nilai p 0,031 dan dukungan suamidiperoleh nilai p 0,035. Hal ini menunjukkan bahwa faktor

pekerjaan dan dukungan suami memiliki nilai sig.<0,05, yang artinya kedua faktor tersebut signifikan, sedangkan pengetahuan diperoleh nilai p 0,072 dan sikap nilai p 0,539 artinya kedua faktor lainnya memiliki nilai sig.>0,05 berarti tidak signifikan sehingga dikeluarkan dari uji regresi berganda binary (logistic regression), selanjutnya yang telah di nyatakan signifikan akan di uji kembali dengan uji brganda binary (logistic regression) tahap dua.

4. Uji Regresi Berganda Binary (logistic regression) Tahap Kedua

Berdasarkan analisis tahap pertama terdapat 2 faktor yang memenuhi syarat (nilai p< 0,05) untuk dilakukan uji tahap kedua yaitu faktor pekerjaan, dan dukungan suami. Adapun hasil analisis dengan ujiregresi binary berganda (logistic regression) tahap kedua antara lain dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel. 4.15. Tahap Kedua Uji Regresi Berganda Binary

No	VariabelPenelitian	B	S.E	Wald	Df	Sig.	Exp (B)
1	Pekerjaan	-3.228	1.079	8.947	1	.003	.040
2	Dukungan suami	2.655	1.057	6.316	1	.012	14.232
	Constant	-2.377	1.774	1.796	1	.180	.093

Berdasarkan tabel 4.15dapat diketahui, bahwa seluruh variabel elah signifikan. Variabel tersebut antara lain pekerjaan diperoleh nilai p 0,003 dan dukungan suamidiperoleh nilai p 0,012. Selanjutnya dapat dilihat bahwa faktor dukungan suami paling dominan mempengaruhi ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil di PuskesmasHamparan Perak Tahun 2019dengan nilai Exp (B) 14,232 yang artinya responden yang menyatakan dukungan suami dengan melakukan senam hamil mempunyai peluang 14,232 kali lebih besar mempengaruhi ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil

dibandingkan dengan responden yang menyatakan bahwa pekerjaan dengan mempengaruhi ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil.

4.3. Pembahasan

4.3.1. Pengaruh Pengetahuan Ibu Dengan Melakukan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

Hasil analisis hubungan antara pengetahuan ibu dengan melakukan senam hamil pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019 dapat diketahui bahwa dari 47 responden terdapat 16 responden (34%) yang berpengetahuan kurang tentang senam hamil dimana seluruh ibu tidak rutin melakukan senam hamil, yang berpengetahuan cukup ada sebanyak 18 responden (38,3%) dimana mayoritas tidak rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 10 responden (21,3%) dan minoritas rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 8 responden (17%), dan yang berpengetahuan baik ada sebanyak 13 responden (27,7%) dimana mayoritas rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 10 responden (21,3%) dan minoritas tidak rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 3 responden (6,4%).

Hasil uji statistik lebih lanjut diperoleh nilai p value adalah 0,000 < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan ibu dengan melakukan senam hamil pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang karena dari pengalaman dan penelitian ternyata

perilaku yang didasarkan oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.

Faktor pengetahuan memegang peranan penting dalam menentukan perilaku karena pengetahuan akan membentuk kepercayaan yang selanjutnya akan memberikan pandangan pada manusia dalam mempersiapkan kenyataan, memberikan dasar bagi pengambilan keputusan dan menentukan perilaku terhadap obyek tertentu.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan penelitian Annisa Dwi Yuniastari, dkk dengan judul Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pelaksanaan Senam Hamil Di Wilayah Puskesmas Purwokerto Barat Tahun 2013yang mendapatkan hasil uji Chi Square diperoleh nilai p=0,005, yang artinya ada hubungan antara pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil dengan keikutsertaan ibu hamil dalam melakukan senam hamil.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan penelitian Rinawati, dkk dengan judul Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Keikutsertaan Ibu Hamil Mengikuti Senam Hamil Di Klinik Sunggal Medan Tahun 2016 yang mendapatkan hasil uji Chi Square diperoleh nilai p=0,002, yang artinya ada hubungan antara pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil dengan keikutsertaan ibu hamil dalam melakukan senam hamil.

Menurut asumsi peneliti dari penelitian ini bahwa pengetahuan terdapat tidak selalu didapat dari tingginya pendidikan, karena pengetahuan juga dapat diperoleh dari media massa, pengalaman pribadi maupun pengalaman orang lain, dan juga partsipasi dari petugas kesehatan. Ibu yang memilikipengetahuan yang

baik tentangsenam hamil akan lebih rutin melakukan senam hamil. Sedangkan ibu yang mempunyai pengetahuan baik tetapi tidak melakukan senam hamil dikarenakan beberapa faktor yang mempengaruhi salah satunya faktor lingkungan, begitu juga dengan sebaliknya.(16)

4.3.2. Pengaruh Pekerjaan Ibu Dengan Melakukan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

Hasil analisis hubungan antara pekerjaan ibu dengan melakukan senam hamil pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019 dapat diketahui bahwa dari 47 responden bahwa mayoritas responden bekerja yaitu sebanyak 30 responden (63,8%) dengan 3 responden (6,4%) rutin melakukan senam hamil, 27 responden (57,4%) tidakrutin melakukan senam hamildan minoritas responden tidak bekerja yaitu sebanyak 17 responden (36,2%). dengan 15 responden (31,8%) rutin melakukan senam hamil, 2 responden (4,3%) tidak rutin melakukan senam hamil.

Hasil uji statistik lebih lanjut diperoleh nilai p value adalah 0,000< 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara faktor pekerjaan yang mempengaruhi ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.

Pekerjaan dalam arti luas adalah aktivitas utama yang dilakukan oleh manusia. Dalam arti sempit, istilah pekerjaan digunakan untuk suatu tugas atau kerja yang menghasilkan uang bagi seseorang. Dalam pembicaraan sehari-hari istilah ini sering dianggap sinonim dengan profesi.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan pendapat (Walyani) yang mengatakan bahwa dengan beralasan turut membantu perekonomian keluarga

hingga aktualisasi diri, para ibu ikut terjun ke dunia kerja tanpa melupakan kodratnya untuk menjadi seorang ibu.

Menurut peneliti, sejumlah ibu yang hamil mengaku tidak ada waktu untuk mengikuti senam hamill secara rutin karena harus bekerja. Sementara ibu yang bekerja melakukan snam hamil dngan rutin dengan alasan bisa mengambil atau membagi waktu antara pekerjaan dengan kebutuhan kehamilannya sehingga tidak ada gangguan dengan senam hamil ibu tersebut. Ibu yang tidak bekerja tidak rutin melakukan senam hamil dengan alasan kurangnya pengetahuan ibu tentang senam hamil.(16)

4.3.3. Pengaruh Sikap ibu Dengan Melakukan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

Hasil analisis hubungan antara sikap dengan melakukan senam hamil pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019dapat diketahui bahwa dari 47 responden dapat diketahui bahwa terdapat 29 responden (61,7%) memiliki sikap negatif terhadap senam hamil dengan mayoritas respondentidak rutinmelakukan senam hamil yaitu sebanyak 23 responden (48,9%) dan minoritas rutinmelakukan senam hamil yaitu sebanyak 6 responden (12,8%), memiliki sikap positif terhadap senam hamil terdapat 18 responden (38,3%) dengan mayoritas respondenrutinmelakukan senam hamil yaitu sebanyak 12 responden (25,5%) dan minoritas tidak rutinmelakukan senam hamil yaitu sebanyak 6 responden (12,8%).

Hasil uji statistik lebih lanjut diperoleh nilai p value adalah 0,002 < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan sikap dengan melakukan senam hamil pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan penelitian Annisa Dwi Yuniastari, dkk dengan judul Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pelaksanaan Senam Hamil Di Wilayah Puskesmas Purwokerto Barat Tahun 2013yang mendapatkan hasil uji Chi Square diperoleh nilai p=0,001, yang artinya ada hubungan antara sikap ibu hamil tentang senam hamil dengan keikutsertaan ibu hamil dalam melakukan senam hamil.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Yuliasari dengan judul penelitiannya Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Pelaksanaan Senam Hamil (Studi Pada Ibu Hamil Trimester III) Di Puskesmas Ciputat Tangerang Selatan. Hasil uji chi- square diperoleh nilai 0,036. Kesimpulannya terdapat hubungan antara sikap ibu hamil terhadap senam hamil Dengan Pelaksanaan Senam Hamil (Studi Pada Ibu Hamil Trimester III) Di Puskesmas Ciputat Tangerang Selatan.

Sikap merupakan reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup suatu stimulus atau objek.Manifestasi sikap itu tidak dapat langsung dilihat, tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup.

Menurut asumsi peneliti sikap ibu hamil tentang senam hamil dipengaruhi tingkat di lakukannya senam hamil, semakin baik respon ibu terhadap senam hamil maka sem(17)akin berarah respon positif ibu tentang senam hamil. Hal ini jelas di dapatkan bahwa sikap menetukan perilaku seseorang dalam bertindak. Sama halnya dengan pengetahuan sikap juga dapat dipengaruhi oleh faktor lingkungan sosial. Dimana memiliki sikap negatif terhadap senam hamil tapi melakukan senam hamil.(17)

4.3.4. Pengaruh Dukungan Suami Dengan Melakukan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019

Hasil analisis hubungan antara dukungan suami dengan melakukan senam hamil pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019dapat diketahui bahwa dari 47 responden dapat diketahui bahwa terdapat 29 responden (61,7%) mendapat dukungan kurang dari suami untuk melakukan senam hamil dengan mayoritas responden tidak rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 26 responden (55,3%) dan minoritas rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 3 responden (6,4%), dan mendapat dukungan baik dari suami untuk melakukan senam hamil yaitu sebanyak 18 responden (38,3%) dengan mayoritas responden rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 15 responden (31,9%) dan minoritas tidak rutin melakukan senam hamil yaitu sebanyak 3 responden (6,4%).

Hasil uji statistik lebih lanjut diperoleh nilai p value adalah 0,000 < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan suami dengan melakukan senam hamil pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.

Dukungan suami merupakan bentuk peran serta suami dan hubungan baik yang memberi kontribusi penting bagi kesehatan. Orang yang paling penting bagi seorang wanita hamil adalah suaminya. Banyaknya bukti yang ditunjukkan bahwa wanita yang diperhatikan dan dikasihi oleh pasangannya selama kehamilan akan menunjukkan lebih sedikit gejala emosi dan fisik, lebih mudah melakukan penyesuaian diri selama kehamilan dan sedikit resiko komplikasi persalinan. Hal ini diyakini karena ada 2 kebutuhan utama yang ditunjukkan wanita selama hamil yaitu

menerima tanda-tanda bahwa ia dicintai dan dihargai serta kebutuhan akan penerimaan pasangan terhadap anaknya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan penelitian oleh Risma fadila (2019) yang berjudul Hubungan Dukungan suami mengikuti senam hamil. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji Chi–square dengan α= 0,05 di peroleh dukungan suami p- value 0,031> 0,05 Sehingga disimpulkan ada hubungan antara dukungan suami dan motivasi bidan dengan keikutsertaan ibu mengikuti senam hamil di Klinik Rimasdalifah Arumy Kota Binjai Tahun 2018.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan penelitian Vivin Yunik Astuti, dkk dengan judul hubungan senam hamil, dukungan suami dan dukungan bidan dengan tingkat kecemasan ibu menjelang persalinan yang mendapatkan hasil ada hubungan antara dukungan suami tentang senam hamil dengan tingkat kecemasan ibu menjelang persalinan.

Menurut peneliti dukungan suami berpengaruh untuk seorang ibu dalam melakukan hal yang berkaitan dengan reproduksinya seperti meakukan senam hamil. Dukungan dari suami sangat dibutuhkan seorang ibu yang ingin melakukan senam hamil Adanya dukungan suami terhadap istri untuk melakukan senam hamil, maka tingkat keikutsertaan ibu melakukan senam hamil semakin meningkat. Dukungan suami yang kurang menyebabkan istri tidak melakukan senam hamil. (18)

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian yang berjudul "Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Hamil Trimester III Dalam Melakukan Senam Hamil Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019" dapat disimpulkan bahwa :

1. Pengetahuan mempengaruhi ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil chisiquer menunjukkan bahwa p= 0,000 < 0,05. pengetahuan mempengaruhi ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil dikarenakan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang karena dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasarkan oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.
2. Pekerjaan mempengaruhi ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil chisiquer menunjukkan bahwa p= 0,000 < 0,05. Pekerjaan mempengaruhi ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil mengatakan karna seorang ibu beralasan turut membantu perekonomian keluarga hingga aktualisasi diri, para ibu ikut terjun ke dunia kerja tanpa melupakan kodratnya untuk menjadi seorang ibu.
3. Sikap mempengaruhi ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil chisiquer menunjukkan bahwa p= 0,002 < 0,05. Pekerjaan mempengaruhi ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil sikap ibu hamil tentang senam hamil dipengaruhi tingkat di lakukannya senam hamil, semakin baik

respon ibu terhadap senam hamil maka semakin berarah respon positif ibu tentang senam hamil

4. Dukungan suami mempengaruhi ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil chisiquer menunjukkan bahwa p= 0,002 < 0,05. Pekerjaan mempengaruhi ibu hamil trimester III dalam melakukan senam hamil. Dukungan suami sangat mempengaruh tentang senam hamil dikarenakan peran serta suami dan hubungan baik yang memberi kontribusi penting bagi kesehatan. Orang yang paling penting bagi seorang wanita hamil adalah suaminya. Banyaknya bukti yang ditunjukkan bahwa wanita yang diperhatikan dan dikasihi oleh pasangannya selama kehamilan akan menunjukkan lebih sedikit gejala emosi dan fisik, lebih mudah melakukan penyesuaian diri selama kehamilan dan sedikit resiko komplikasi persalinan

5.2. Saran

Saran yang dapat peneliti sampaikan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

5.2.1. Aspek Teoritis

Diharapkan dapat menambah wawasan,pengetahuan atau informasi bagi penelitian selanjutnya dan mengembngkan ilmu pengetahuan, pekerjaan, sikap, dukungan suami pada ibu hamil trimester tiga dalam melakukan senam hamil.

5.2.2. Aspek Praktis

Diharapkan petugas kesehatan memberikan kesehatan memberikan pengetahuan tentang manfaat senam hamil bagi seluruh ibu hamil dan melakukan kegiatan senam hamil setiap minggunya serta bagi ibu-ibu hamil agar dapat

meluangkan waktu untuk mengikuti senam hamil untuk mendapatkan manfaat senam hamil tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

1. Nirwana AB. Kapita Selekta Kehamilan. kedua. ade benih nirwana, editor. Cetakan I. Yogyakarta: Nuha Medika. yogyakarta: Nuha medika; 2011. 199 p.
2. Propil Kesehatan Indonesi. Provil Kesehatan Indonesia. 2017;
3. Senam Hamil Dan Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester Ketiga. 2014;561–5.
4. Agustama. Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. Profil Dinas Kesehat Provinsi Sumatera Utara. 2017;1.
5. Maryunani A, Sukaryati Y. Senam Hamil, Senam Nifas, dan Terapi Musik [Internet]. 2nd ed. Jakarta: Trans Info Media. jakarta: trans info media,; 2018. 185 p.
6. Widya NWK. Pengaruh Senam Yoga terhadap Kesiapan Fisik dan Psikologis dalam Menghadapi Persalinan di BPM Lasmitasari, S. ST. J Kedokt dan Kesehat. 2018;14(1):39–47.
7. A.Wawan dan dewi M, editor. Teori & pengukuran Pengtahuan,Sikap, Dan Prilaku Manusia. 2nd ed. Yogyakarta: Nuha medika; 2018.
8. Triyani. Hubungan Dukungan Suami dan Motivasi Bidan dengan Keikutsertaan Ibu mengikuti Senam Hamil di Klinik Eka Sri Wahyuni Medan Tahun 2018. 2018.
9. Rahayu EL, Siregar DN. Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Manfaat Senam Hamil Dengan Tindakan Senam Hamil Di Klinik Hj. Mera Medan Tahun 2018. J Ilm Pannmed Vol. 2018;13(2).
10. Rahmawati NA, Lestari S. Hubungan Senam Hamil Terhadap Lamanya Proses Persalinan Pada Ibu Bersalin Di Wilayah Kerja Puskesmas Bayat Klaten. Involusi J Ilmu Kebidanan (Journal Midwifery Sci. 2016;6(11).
11. Senam Hamil Mempengaruhi Lama Persalinan Normal pada Primigravida. J Kedokt Muhammadiyah. 2016;5(1).
12. Muhimah N, Safe'i A. Panduan Lengkap Senam Sehat Khusus Ibu Hamil [Internet]. Cetakan pertama. jkt-tim: ai yeyeh,lia yulianti,hj maemunah hj lilik sulianti; 2018. Available from: https://scholar.google.co.id/scholar?start=10&q=senam+hamil&hl=id&as_sdt=0,5&as_ylo=2010&as_yhi=2015#2
13. Megasari M, Triana A, Andriyanti R, Ardhiyanti Y, Damayanti IP. Asuhan Kebidanan 1 [Internet]. jakarta: ai yeyeh,lia yulianti,hj maemunah hj lilik sulianti; 2018. Available from: cv.trans info media
14. Hidayat. Metode Penelitian Kebidanan. kedua. Aziz alimun hidayat, editor. jakarta: salemba medika; 2014. 66 p.
15. Iman Muhammad, Editor. Metode Penelitian Kebidanan Teknik AnalisisData. Keenam. Jln Kapten Sumarsono, Medan: Citapustaka Media Perintis; 2016. 100 p.
16. Puskesmas W, Barat P, Yuniastari AD, P SF, P DR. Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pelaksanaan Senam Hamil Di. 2014;2:283–91.

17. Ibu P, Trimester H, Dan II, Di III, Ciputat P, Selatan T. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Pelaksanaan Senam HAMIL (STUDI Pada Ibu Hamil Trimester II Dan III) Di Puskesmas Ciputat. 2010;
18. Karakteristik H, Usia Ibu, Dan P, Sosial D, Dengan S, Senam K, et al. Hubungan karakteristik ibu (usia, paritas, pendidikan) dan dukungan sosial suami dengan keikutsertaan senam hamil di desa pandanmulyo. 2019;(November 2018):30–40.

KUESIONER PENELITIAN

FAKTOR YANG MEMPENGARUHI IBU HAMIL TRIMESTER III PADA DALAM MELAKUKAN SENAM HAMIL DIPUSKESMAS HAMPARAN PERAK TAHUN 2019

Karakteristik Responden

No. Responden :
Nama :
Umur :
Pendidikan :
Pekerjaan :1.Tidak bekerja
2. Bekerja
Anak Ke :
Petunjuk Pengisian :

A. Pengetahuan Responden Tentang Senam Hamil

- Bacalah dengan teliti setiap pertanyaan dibawah ini
- Berilah tanda silang (X) pada jawaban yang dianggap benar

1. Apakah yang dimaksud dengan senam hamil.....
   a. Latihan khusus untuk meningkatkan kesehatan ibu hamil
   b. Latihan yang umum dilakukan oleh semua ibu hamil
   c. Latihan yang bisa dilakukan kapan saja

2. Berapa kali dilakukan senam hamil
   a. 1 kali
   b. 2 kali
   c. 4 kali

3. Tujuan senam hamil adalah.....
   a. Relaksasi
   b. Mengendorkan otot perut
   c. Memperbaiki regangan otot

4. Salah satu cara kegiatan untuk membantu persalinan yang fisiologis (alami) adalah.....
   a. Senam hamil
   b. Senam setelah melahirkan
   c. Istirahat

5. Melatih pernafasan dan relaksasi, menguatkan otot-otot pnggul dan perut serta melatih cara mengejan yang benar merupakan.....senam hamil
   a. Defenisi senam hamil
   b. Tujuan senam hamil
   c. Manfaat senam hamil

6. Senam hamil sebaiknya dilakukan pada usia kehamilan…
   a. 4-6 bulan dan 7-9 bulan (Trimester II dan III)
   b. 4 sampai dengan 6 bulan (Trimester I)
   c. 1 sampai dengan 3 bulan (Trimester I)

7. Terapi latihan gerak untuk mempersiapkan ibu hamil, secara fisik atau mental, pada persalinan cepat, aman dan spontan merupakan…
   a. Pengertian senam hamil
   b. Tujuan senam hamil
   c. Manfaat senam hamil

8. Meningkatkan sirkulasi, khususnya aliran balik vena merupakan…. Senam hamil
   a. Tujuan
   b. Manfaat
   c. Indikasi

9. Untuk meningkatkan dan memperbaiki tonus otot menghadapi kehamilan, persalinan, dan masa nifas merupakan… senam hamil
   a. Tujuan
   b. Manfaat
   c. Indikasi

10. Manfaat dilakukannya senam hamil adalah …
    a. Memudahkan persalinan normal sehingga tidak menimbulkan rasa sakit yang amat sangat, karena ibu sudah dapat melakukan pernapasan untuk mengejan dengan baik
    b. Meningkatkan sirkulasi, khususnya aliran balik vena
    c. Untuk melatih persendian tulang panggul dan pinggul, dan mengembalikan kekencangan perut

11. Kondisi yang tidak boleh dilakukan senam hamil pada ibu hamil, kecuali…
    a. Riwayat melahirkan prematur, dan riwayat penyakit jantung
    b. Riwayat ketuban pecah dini
    c. Keadaan ibu baik-baik saja

12. Mudah sesak nafas, mudah lelah, mual dan muntah, nyeri pinggang, dan tidak bisa tidur adalah ketidaknyamanan fisik yang dirasakan pada ibu hamil, maka ibu hamil dianjurkan….
    a. Aerobic
    b. Senam hamil
    c. Berjalan kaki dipagi hari

B. Sikap Responden Tentang Senam Hamil

Berilah tanda (√) pada jawaban yang dipilih

Keterangan :

SS : Sangat Setuju
S : Setuju
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Setiap ibu hamil tidak perlu untuk melakukan senam hamil.				
2	Senam hamil dilakukan minimal satu kali dalam seminggu				
3	Seorang ibu hamil harus mempersiapkan diri dengan melakukan berbagai upaya agar proses persalinan yang dialaminya dapat berjalan dengan lancer				
4	Senam hamil dapat dilakukan tanpa memeriksakan kehamilan sebelumnya				
5	Manfaat dari senam hamil adalah untuk memperbaiki sirkulasi darah dan mengurangi terjadinya bengkak-bengkak pada kaki				
6	Dengan senam hamil, nyeri saat proses persalinan akan berkurang				
7	Dengan melakukan senam hamil, ibu dapat lebih mudah mengenali tanda-tanda bahaya selama kehamilan				
8	Suami selalu menyarankan untuk melakukan senam hamil karena meningkatkan proses persalinan berjalan normal				
9	Suami selalu menyarankan untuk melakukan fokus dalam melakukan senam hamil demi proses persalinan				
10	Suami selalu mencari informasi tentang senam hamil diklinik ataupun dipuskesmas				
11	Suami selalu mencari informasi dimedia sosial				
12	Suami selalu memberikan uang untuk melakukan kegiatan senam hamil				

C. Dukungan suami tentang senam hamil pada ibu trimester III

Berilah tanda ceklis (√) pada jawaban yang dipilih :

No	Pernyataan	Ya	Tidak
	Dukungan Emosional		
1	Suami menganjurkan untuk melakukan senam hamil		
2	Suami selalu mengingatkan agar fokus untuk melakukan senam hamil		

3	Suami selalu mengingatkan jadwal dalam melakukan senam hamil		
4	Suami memberikan perhatian penuh tentang kegiatan senam hamil		
	Dukungan instrumental		
5	Suami selalu menemani dalam melakukan kegiatan senam hamil		
6	Suami selalu bersedia dan memberikan fasilitas dalam melakukan senam hamil di klinik		
7	Suami selalu memberikan uang untuk melakukan kegiatan senam hamil		
	Dukungan Informasi		
8	Suami selalu memberi informasi tentang senam hamil dari buku dan majalah		
	Dukungan Penilaian		
9	Suami menyarankan untuk melakukan senam hamil karena menginginkan proses persalinan berjalan normal		
10	Senam hamil mengurangi kram pada kaki		
11	Jalan saat hamil terutama pada pagi hari dapat menguatkan otot panggul		
12	Senam hamil dilakukan trimester III		
13	Dengan senam hamil rasa nyeri ibu rasakan bisa hilang		

MASTER TABEL UJI VALID VARIABEL PENGETAHUAN

No	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	TOT_P
1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	7
2	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	10
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	14
4	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	6
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	13
6	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	5
7	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	5
8	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	5
9	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	6
10	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	5
11	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	12
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	13
13	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	8
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	12
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	12
16	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2
17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	13
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	13
19	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	6
20	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	6

MASTER TABEL UJI VALID VARIABEL SIKAP

NO	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13	S14	S15	TOT_S
1	4	3	3	4	1	3	4	4	3	3	1	2	3	2	3	43
2	3	3	2	3	1	3	4	3	3	4	1	3	4	2	3	42
3	2	4	3	4	3	3	3	2	1	2	1	1	2	3	3	37
4	3	2	3	3	3	2	2	1	2	1	2	2	3	4	4	37
5	3	2	3	2	2	3	2	4	3	3	3	3	2	3	4	42
6	4	1	4	3	2	2	1	4	2	3	3	3	3	4	4	43
7	4	3	2	2	4	2	4	3	3	4	4	4	4	4	3	50
8	3	4	3	3	4	2	4	3	3	4	4	3	3	3	2	48
9	3	4	4	1	1	2	4	2	1	2	3	2	2	3	2	36
10	3	2	1	2	3	3	3	2	1	2	2	1	2	2	1	30
11	2	1	1	2	2	4	3	1	2	1	1	2	3	2	1	28
12	2	1	2	3	4	1	2	1	2	1	2	3	3	2	1	30
13	4	4	3	3	4	2	2	4	3	4	3	3	4	3	2	48
14	4	4	4	3	4	2	3	4	3	3	4	4	4	3	2	51
15	4	4	1	2	2	1	1	4	3	2	4	4	3	3	3	41
16	3	3	4	1	2	2	1	3	4	1	4	4	3	3	4	42
17	3	3	4	1	3	2	4	3	4	4	3	3	3	4	3	47
18	2	2	3	2	3	3	4	3	4	4	2	2	3	3	2	42
19	2	2	3	2	1	3	3	2	3	2	1	1	2	2	1	30
20	2	1	2	1	1	1	3	2	2	2	2	2	1	1	2	25

MASTER TABEL UJI VALID VARIABEL DUKUNGAN SUAMI

NO	DS1	DS2	DS3	DS4	DS5	DS6	DS7	DS8	DS9	DS10	DS11	DS12	DS13	DS14	DS15	TOT_S
1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	11
2	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	5
3	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	12
4	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	13
5	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	7
6	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	4
7	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	12
8	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	11
9	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2
10	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	6
11	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	3
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	14
13	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	12
14	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	5
15	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
17	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
18	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	11
20	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	3

MASTER TABEL PENELITIAN

No	Umur	Pend	Pekerjaan	Paritas	Pengetahuan (P)												Total P	Kat_P	Sikap (S)												Total S	Kat_S	Dukungan Suami (DS)													Total DS	Kat DS	Kat_ Senam hamil
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13			
1	3	2	1	3	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	6	1	2	2	1	2	2	1	2	3	2	2	1	1	21	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	6	1	0
2	1	3	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	10	3	3	2	2	4	1	1	2	3	0	3	3	3	27	2	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	6	1	0
3	2	2	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	8	2	2	3	2	3	1	2	1	2	1	2	2	2	23	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	7	2	1
4	2	2	1	2	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	8	2	2	3	4	2	2	2	3	3	3	2	3	3	32	2	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	8	2	0
5	1	3	0	2	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	3	2	2	2	1	4	3	2	2	4	2	2	2	28	2	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	9	2	1
6	2	2	1	3	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	8	2	1	2	3	2	1	1	2	1	3	1	2	2	21	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	5	1	0
7	2	2	0	2	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	7	2	4	2	2	2	1	1	2	3	3	3	2	2	27	2	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	10	2	1
8	2	2	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	8	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	21	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	5	1	0
9	1	2	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	7	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	29	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	5	1	1
10	1	3	1	3	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	9	3	4	2	2	3	3	1	2	1	1	1	1	2	23	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	5	1	0
11	2	2	0	2	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	7	2	4	2	2	2	4	2	2	3	3	2	2	2	30	2	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	5	1	0
12	1	3	1	3	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	6	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	3	4	3	24	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	6	1	0
13	2	1	0	2	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	11	3	4	3	2	2	3	2	3	2	1	2	4	2	30	2	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	9	2	1
14	2	2	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	8	2	4	3	4	2	2	2	1	3	3	2	2	2	30	2	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	8	2	1
15	2	3	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	6	1	1	2	2	2	2	2	2	1	3	1	1	1	20	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	5	1	0
16	3	2	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	6	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	2	2	23	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	6	1	0
17	1	2	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	7	2	1	3	3	3	2	1	1	2	1	2	3	2	24	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	8	2	1
18	1	3	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	5	1	2	1	1	1	2	1	3	2	2	2	2	3	22	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	5	1	0
19	2	1	0	2	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9	3	1	3	3	3	1	4	3	2	2	3	1	1	27	2	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	7	2	1
20	2	2	0	2	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	3	1	1	1	2	1	2	1	1	3	3	2	2	20	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	6	2	1
21	2	2	1	3	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	8	2	2	1	1	1	2	2	2	2	3	1	1	1	19	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	5	1	0
22	2	2	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	7	2	3	3	3	2	1	2	2	1	2	2	1	1	23	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	5	1	0
23	1	3	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	7	2	1	1	2	3	1	2	3	3	2	2	2	2	24	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	6	1	0

No	Umur	Pend	Pekerjaan	Paritas	Pengetahuan (P)												Total P	Kat_P	Sikap (S)												Total S	Kat_S	Dukungan Suami (DS)													Total DS	Kat DS	Kat_ Senam hamil
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13			
24	2	2	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	7	2	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	36	2	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	9	2	0
25	2	2	1	3	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	6	1	1	2	2	1	3	4	1	2	1	2	1	1	21	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	4	1	0
26	3	2	1	3	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	11	3	1	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	28	2	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	9	2	1
27	1	2	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9	3	1	2	1	2	1	3	1	2	1	2	2	3	21	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	6	1	0
28	1	2	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	6	1	1	2	2	1	3	1	3	1	2	2	2	2	22	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	5	1	0
29	2	2	0	3	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	10	3	3	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	22	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	9	2	1
30	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	7	2	1	2	2	1	1	2	3	3	2	3	1	2	23	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	5	1	0
31	2	3	1	2	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	6	1	1	2	3	2	1	1	2	2	3	3	1	1	22	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	6	1	0
32	2	2	1	2	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	5	1	3	1	2	2	1	2	3	1	1	1	3	3	23	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	6	1	0
33	2	3	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	6	1	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	24	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	4	1	0
34	1	2	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	9	3	2	2	4	4	2	3	3	3	4	3	1	3	34	2	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	6	1	1
35	2	1	1	2	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	6	1	1	4	3	1	1	3	3	4	3	4	2	2	31	2	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	5	1	0
36	1	2	1	2	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	29	2	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	6	1	1
37	3	3	1	2	0	1	2	0	1	1	1	1	1	0	0	0	8	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	20	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	5	1	0
38	2	2	1	3	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	6	1	3	1	3	1	3	2	2	4	4	3	2	3	31	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	4	1	0
39	1	2	0	2	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	8	2	3	2	3	4	3	3	1	2	3	2	1	2	29	2	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	7	2	1
40	3	2	1	3	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	4	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	22	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	6	1	0
41	1	2	1	2	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	6	1	2	2	3	3	1	2	1	2	2	2	3	1	24	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	5	1	0
42	1	2	0	2	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	9	3	2	3	3	2	2	1	2	2	2	3	3	3	28	2	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	8	2	1
43	2	3	0	2	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	7	2	2	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	33	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	8	2	1
44	1	2	0	2	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	7	2	3	2	3	3	3	1	2	1	2	1	1	1	23	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	7	2	1
45	2	3	1	2	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	5	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	23	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	6	1	0
46	2	2	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	10	3	4	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	32	2	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	7	2	1
47	2	2	1	2	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	6	1	2	3	3	2	2	2	1	2	1	2	1	2	23	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	8	2	0

Keterangan

Pengetahuan		**Sikap**		**Dukungan Suami**		**Senam Hamil**	
1	= Kurang	1	= Negatif	1	= Kurang	0	= Tidak Bekerja
2	= Cukup	2	= Positif	2	= Baik	1	= Bekerja
3	= Baik						

HASIL OUTPUT UJI VALID VARIABEL PENGETAHUAN

Correlations

		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	TOT_P
P1	Pearson Correlation	1	.811**	,157	.471*	,390	,390	,179	,341	,157	.545*	,341	.524*	,385	-,341	-,206	.674**
	Sig. (2-tailed)		,000	,508	,036	,089	,089	,450	,142	,508	,013	,142	,018	,094	,142	,384	,001
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
P2	Pearson Correlation	.811**	1	,302	.698**	,394	,394	,394	.601**	,302	,406	,390	.503*	.533*	-,179	-,066	.846**
	Sig. (2-tailed)	,000		,196	,001	,086	,086	,086	,005	,196	,076	,089	,024	,015	,450	,783	,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
P3	Pearson Correlation	,157	,302	1	,102	-,201	,050	,302	,157	,375	,000	,419	,000	,153	-,157	,055	,327
	Sig. (2-tailed)	,508	,196		,669	,395	,833	,196	,508	,103	1,000	,066	1,000	,519	,508	,819	,159
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
P4	Pearson Correlation	.471*	.698**	,102	1	.492*	,287	.492*	.471*	,357	,236	,043	,408	.667**	,171	-,134	.758**
	Sig. (2-tailed)	,036	,001	,669		,027	,220	,027	,036	,122	,317	,858	,074	,001	,471	,574	,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
P5	Pearson Correlation	,390	,394	-,201	.492*	1	.798**	.596**	.601**	,050	,406	,179	.905**	,328	-,390	-.724**	.654**
	Sig. (2-tailed)	,089	,086	,395	,027		,000	,006	,005	,833	,076	,450	,000	,158	,089	,000	,002
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
P6	Pearson Correlation	,390	,394	,050	,287	.798**	1	.596**	,390	,050	,406	,390	.905**	,328	-.601**	-.724**	.627**
	Sig. (2-tailed)	,089	,086	,833	,220	,000		,006	,089	,833	,076	,089	,000	,158	,005	,000	,003
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
P7	Pearson Correlation	,179	,394	,302	.492*	.596**	.596**	1	.601**	,302	,174	,390	.704**	.533*	-,390	-.504*	.709**

	Sig. (2-tailed)	,450	,086	,196	,027	,006	,006		,005	,196	,463	,089	,001	,015	,089	,023	,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
P8	Pearson Correlation	,341	.601**	,157	.471*	.601**	,390	.601**	1	,419	.545*	,341	.524*	,385	-,341	-,435	.731**
	Sig. (2-tailed)	,142	,005	,508	,036	,005	,089	,005		,066	,013	,142	,018	,094	,142	,055	,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
P9	Pearson Correlation	,157	,302	,375	,357	,050	,050	,302	,419	1	.577**	.681**	,000	,408	-,157	-,218	.532*
	Sig. (2-tailed)	,508	,196	,103	,122	,833	,833	,196	,066		,008	,001	1,000	,074	,508	,355	,016
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
P10	Pearson Correlation	.545*	,406	,000	,236	,406	,406	,174	.545*	.577**	1	.545*	,346	,236	-.545*	-.630**	.544*
	Sig. (2-tailed)	,013	,076	1,000	,317	,076	,076	,463	,013	,008		,013	,135	,317	,013	,003	,013
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
P11	Pearson Correlation	,341	,390	,419	,043	,179	,390	,390	,341	.681**	.545*	1	,314	,171	-.560*	-,435	.531*
	Sig. (2-tailed)	,142	,089	,066	,858	,450	,089	,089	,142	,001	,013		,177	,471	,010	,055	,016
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
P12	Pearson Correlation	.524*	.503*	,000	,408	.905**	.905**	.704**	.524*	,000	,346	,314	1	,408	-.524*	-.655**	.723**
	Sig. (2-tailed)	,018	,024	1,000	,074	,000	,000	,001	,018	1,000	,135	,177		,074	,018	,002	,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
P13	Pearson Correlation	,385	.533*	,153	.667**	,328	,328	.533*	,385	,408	,236	,171	,408	1	,043	-,089	.719**
	Sig. (2-tailed)	,094	,015	,519	,001	,158	,158	,015	,094	,074	,317	,471	,074		,858	,709	,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
P14	Pearson Correlation	-,341	-,179	-,157	,171	-,390	-.601**	-,390	-,341	-,157	-.545*	-.560*	-.524*	,043	1	.663**	-,302
	Sig. (2-tailed)	,142	,450	,508	,471	,089	,005	,089	,142	,508	,013	,010	,018	,858		,001	,196

	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
P15	Pearson Correlation	-,206	-,066	,055	-,134	-.724**	-.724**	-.504*	-,435	-,218	-.630**	-,435	-.655**	-,089	.663**	1	-,414
	Sig. (2-tailed)	,384	,783	,819	,574	,000	,000	,023	,055	,355	,003	,055	,002	,709	,001		,070
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
TOT_P	Pearson Correlation	.674**	.846**	,327	.758**	.654**	.627**	.709**	.731**	.532*	.544*	.531*	.723**	.719**	-,302	-,414	1
	Sig. (2-tailed)	,001	,000	,159	,000	,002	,003	,000	,000	,016	,013	,016	,000	,000	,196	,070	
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20

Reliability
Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	20	100,0
	Excluded[a]	0	,0
	Total	20	100,0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,901	12

HASIL OUTPUT UJI VALID VARIABEL SIKAP

Correlations

		S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13	S14	S15	TOT_S
S1	Pearson Correlation	1	.466*	,195	,213	,173	-,248	-,182	.743**	,211	,406	.577**	.599**	.570**	.477*	,441	.720**
	Sig. (2-tailed)		,038	,410	,368	,465	,292	,442	,000	,371	,076	,008	,005	,009	,034	,052	,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
S2	Pearson Correlation	.466*	1	,284	,171	,222	-,110	,210	,444	,158	,373	,424	,289	,339	,311	,154	.631**
	Sig. (2-tailed)	,038		,225	,471	,347	,645	,373	,050	,507	,105	,063	,217	,144	,182	,516	,003
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
S3	Pearson Correlation	,195	,284	1	-,014	,023	-,097	,012	,326	,274	,226	,293	,156	,079	.495*	,417	.481*
	Sig. (2-tailed)	,410	,225		,954	,925	,685	,960	,161	,242	,338	,211	,512	,739	,026	,067	,032
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
S4	Pearson Correlation	,213	,171	-,014	1	,270	,204	,003	,145	-,192	,138	-,320	-,125	,350	,027	,080	,232
	Sig. (2-tailed)	,368	,471	,954		,249	,388	,991	,542	,418	,561	,170	,600	,130	,910	,736	,324
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
S5	Pearson Correlation	,173	,222	,023	,270	1	-,229	-,021	,021	,098	,241	,440	,323	.480*	,440	-,131	.446*
	Sig. (2-tailed)	,465	,347	,925	,249		,331	,930	,929	,682	,306	,052	,165	,032	,052	,582	,049
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
S6	Pearson Correlation	-,248	-,110	-,097	,204	-,229	1	,356	-,092	-,042	,080	-.573**	-.502*	-,008	-,142	-,125	-,099
	Sig. (2-tailed)	,292	,645	,685	,388	,331		,124	,699	,861	,736	,008	,024	,973	,551	,600	,679
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
S7	Pearson Correlation	-,182	,210	,012	,003	-,021	,356	1	-,124	,041	.499*	-,274	-,301	,033	-,151	-,345	,111

	Sig. (2-tailed)	,442	,373	,960	,991	,930	,124		,602	,863	,025	,243	,197	,891	,526	,137	,640
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
S8	Pearson Correlation	.743**	,444	,326	,145	,021	-,092	-,124	1	.523*	.646**	.493*	.544*	,378	,295	.445*	.752**
	Sig. (2-tailed)	,000	,050	,161	,542	,929	,699	,602		,018	,002	,027	,013	,100	,207	,050	,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
S9	Pearson Correlation	,211	,158	,274	-,192	,098	-,042	,041	.523*	1	.480*	,342	.551*	.468*	,228	,266	.571**
	Sig. (2-tailed)	,371	,507	,242	,418	,682	,861	,863	,018		,032	,141	,012	,037	,333	,257	,009
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
S10	Pearson Correlation	,406	,373	,226	,138	,241	,080	.499*	.646**	.480*	1	,241	,269	,442	,298	,131	.721**
	Sig. (2-tailed)	,076	,105	,338	,561	,306	,736	,025	,002	,032		,306	,252	,051	,201	,581	,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
S11	Pearson Correlation	.577**	,424	,293	-,320	,440	-.573**	-,274	.493*	,342	,241	1	.784**	,311	.550*	,306	.618**
	Sig. (2-tailed)	,008	,063	,211	,170	,052	,008	,243	,027	,141	,306		,000	,183	,012	,190	,004
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
S12	Pearson Correlation	.599**	,289	,156	-,125	,323	-.502*	-,301	.544*	.551*	,269	.784**	1	.638**	,406	,403	.656**
	Sig. (2-tailed)	,005	,217	,512	,600	,165	,024	,197	,013	,012	,252	,000		,002	,075	,078	,002
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
S13	Pearson Correlation	.570**	,339	,079	,350	.480*	-,008	,033	,378	.468*	,442	,311	.638**	1	,420	,154	.711**
	Sig. (2-tailed)	,009	,144	,739	,130	,032	,973	,891	,100	,037	,051	,183	,002		,066	,517	,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
S14	Pearson Correlation	.477*	,311	.495*	,027	,440	-,142	-,151	,295	,228	,298	.550*	,406	,420	1	.601**	.674**
	Sig. (2-tailed)	,034	,182	,026	,910	,052	,551	,526	,207	,333	,201	,012	,075	,066		,005	,001

	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
S15	Pearson Correlation	,441	,154	,417	,080	-,131	-,125	-,345	.445*	,266	,131	,306	,403	,154	.601**	1	.480*
	Sig. (2-tailed)	,052	,516	,067	,736	,582	,600	,137	,050	,257	,581	,190	,078	,517	,005		,032
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
TOT_S	Pearson Correlation	.720**	.631**	.481*	,232	.446*	-,099	,111	.752**	.571**	.721**	.618**	.656**	.711**	.674**	.480*	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,003	,032	,324	,049	,679	,640	,000	,009	,000	,004	,002	,000	,001	,032	
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	20	100,0
	Excluded[a]	0	,0
	Total	20	100,0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,863	12

HASIL OUTPUT UJI VALID VARIABEL DUKUNGAN SUAMI

Correlations

		DS1	DS2	DS3	DS4	DS5	DS6	DS7	DS8	DS9	DS10	DS11	DS12	DS13	DS14	DS15	TOT_DS
DS1	Pearson Correlation	1	.503*	,302	,314	.816**	.503*	.503*	,101	.612**	,400	.600**	,302	,408	-,204	.704**	.747**
	Sig. (2-tailed)		,024	,196	,177	,000	,024	,024	,673	,004	,081	,005	,196	,074	,388	,001	,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
DS2	Pearson Correlation	.503*	1	.596**	.601**	.492*	,414	.596**	,192	.533*	.704**	.704**	,414	.533*	,123	,394	.847**
	Sig. (2-tailed)	,024		,006	,005	,027	,069	,006	,418	,015	,001	,001	,069	,015	,605	,086	,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
DS3	Pearson Correlation	,302	.596**	1	,390	,287	,212	,192	-,010	,123	.503*	.503*	,212	,328	,328	,192	.561*
	Sig. (2-tailed)	,196	,006		,089	,220	,369	,418	,966	,605	,024	,024	,369	,158	,158	,418	,010
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
DS4	Pearson Correlation	,314	.601**	,390	1	.471*	,242	,179	-,242	,171	.734**	.524*	.453*	,385	-,257	,390	.580**
	Sig. (2-tailed)	,177	,005	,089		,036	,303	,450	,303	,471	,000	,018	,045	,094	,274	,089	,007
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
DS5	Pearson Correlation	.816**	.492*	,287	.471*	1	.533*	.492*	,082	.458*	,408	.612**	,328	.458*	-,167	.698**	.757**
	Sig. (2-tailed)	,000	,027	,220	,036		,015	,027	,731	,042	,074	,004	,158	,042	,482	,001	,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
DS6	Pearson Correlation	.503*	,414	,212	,242	.533*	1	.616**	,212	,082	,302	.503*	.596**	,287	,082	.616**	.675**
	Sig. (2-tailed)	,024	,069	,369	,303	,015		,004	,369	,731	,196	,024	,006	,220	,731	,004	,001
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
DS7	Pearson Correlation	.503*	.596**	,192	,179	.492*	.616**	1	,394	.533*	,302	.503*	,414	.533*	-,082	,394	.715**
	Sig. (2-tailed)	,024	,006	,418	,450	,027	,004		,086	,015	,196	,024	,069	,015	,731	,086	,000

	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
DS8	Pearson Correlation	,101	,192	-,010	-,242	,082	,212	,394	1	,328	-,101	,101	,010	,123	,123	-,010	,252
	Sig. (2-tailed)	,673	,418	,966	,303	,731	,369	,086		,158	,673	,673	,966	,605	,605	,966	,285
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
DS9	Pearson Correlation	.612**	.533*	,123	,171	.458*	,082	.533*	,328	1	,204	,408	,082	,375	-,250	,328	.542*
	Sig. (2-tailed)	,004	,015	,605	,471	,042	,731	,015	,158		,388	,074	,731	,103	,288	,158	,013
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
DS10	Pearson Correlation	,400	.704**	.503*	.734**	,408	,302	,302	-,101	,204	1	.600**	.704**	.612**	,000	,302	.725**
	Sig. (2-tailed)	,081	,001	,024	,000	,074	,196	,196	,673	,388		,005	,001	,004	1,000	,196	,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
DS11	Pearson Correlation	.600**	.704**	.503*	.524*	.612**	.503*	.503*	,101	,408	.600**	1	.503*	.816**	-,204	.503*	.834**
	Sig. (2-tailed)	,005	,001	,024	,018	,004	,024	,024	,673	,074	,005		,024	,000	,388	,024	,000
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
DS12	Pearson Correlation	,302	,414	,212	.453*	,328	.596**	,414	,010	,082	.704**	.503*	1	.492*	-,123	,212	.609**
	Sig. (2-tailed)	,196	,069	,369	,045	,158	,006	,069	,966	,731	,001	,024		,027	,605	,369	,004
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
DS13	Pearson Correlation	,408	.533*	,328	,385	.458*	,287	.533*	,123	,375	.612**	.816**	.492*	1	-,250	,328	.699**
	Sig. (2-tailed)	,074	,015	,158	,094	,042	,220	,015	,605	,103	,004	,000	,027		,288	,158	,001
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
DS14	Pearson Correlation	-,204	,123	,328	-,257	-,167	,082	-,082	,123	-,250	,000	-,204	-,123	-,250	1	-,082	,004
	Sig. (2-tailed)	,388	,605	,158	,274	,482	,731	,731	,605	,288	1,000	,388	,605	,288		,731	,985
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20

DS15	Pearson Correlation	.704**	,394	,192	,390	.698**	.616**	,394	-,010	,328	,302	.503*	,212	,328	-,082	1	.649**
	Sig. (2-tailed)	,001	,086	,418	,089	,001	,004	,086	,966	,158	,196	,024	,369	,158	,731		,002
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
TOT_DS	Pearson Correlation	.747**	.847**	.561*	.580**	.757**	.675**	.715**	,252	.542*	.725**	.834**	.609**	.699**	,004	.649**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,010	,007	,000	,001	,000	,285	,013	,000	,000	,004	,001	,985	,002	
	N	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20

Reliability
Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	20	100,0
	Excluded[a]	0	,0
	Total	20	100,0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,912	13

HASIL OUTPUT PENELITIAN

1. ANALISIS UNIVARIAT

Frequencies

Statistics

		Umur	Pendidikan	Pekerjaan	Anak_ke	KAT_P	KAT_S	Kat_D	senam_hamil
N	Valid	47	47	47	47	47	47	47	47
	Missing	0	0	0	0	0	0	0	0

Frequency Table

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	17-25	17	36.2	36.2	36.2
	26-35	25	53.2	53.2	89.4
	36-45	5	10.6	10.6	100.0
	Total	47	100.0	100.0	

Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Dasar(SD-SMP)	3	6.4	6.4	6.4
	Menengah (SMA)	31	66.0	66.0	72.3
	Tinggi (PT)	13	27.7	27.7	100.0
	Total	47	100.0	100.0	

Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak bekerja	17	36.2	36.2	36.2
	Bekerja	30	63.8	63.8	100.0
	Total	47	100.0	100.0	

Anak_ke

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	17	36.2	36.2	36.2
	2-3	20	42.6	42.6	78.7
	>3	10	21.3	21.3	100.0
	Total	47	100.0	100.0	

KAT_P

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	16	34.0	34.0	34.0
	Cukup	18	38.3	38.3	72.3
	Baik	13	27.7	27.7	100.0
	Total	47	100.0	100.0	

KAT_S

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Negatif	29	61.7	61.7	61.7
	Positif	18	38.3	38.3	100.0
	Total	47	100.0	100.0	

Kat_D

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	29	61.7	61.7	61.7
	Baik	18	38.3	38.3	100.0
	Total	47	100.0	100.0	

senam_hamil

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak rutin	29	61.7	61.7	61.7
	rutin	18	38.3	38.3	100.0
	Total	47	100.0	100.0	

2. ANALISIS BIVARIAT

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Pekerjaan * senam_hamil	47	100.0%	0	.0%	47	100.0%
KAT_P * senam_hamil	47	100.0%	0	.0%	47	100.0%
KAT_S * senam_hamil	47	100.0%	0	.0%	47	100.0%
Kat_D * senam_hamil	47	100.0%	0	.0%	47	100.0%

Pekerjaan * senam_hamil

Crosstab

			senam_hamil		
			tidak rutin	rutin	Total
Pekerjaan	Tidak bekerja	Count	2	15	17
		% within Pekerjaan	11.8%	88.2%	100.0%
		% within senam_hamil	6.9%	83.3%	36.2%
		% of Total	4.3%	31.9%	36.2%
	Bekerja	Count	27	3	30
		% within Pekerjaan	90.0%	10.0%	100.0%
		% within senam_hamil	93.1%	16.7%	63.8%
		% of Total	57.4%	6.4%	63.8%
Total		Count	29	18	47
		% within Pekerjaan	61.7%	38.3%	100.0%
		% within senam_hamil	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	61.7%	38.3%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	28.106[a]	1	.000		
Continuity Correction[b]	24.893	1	.000		
Likelihood Ratio	30.737	1	.000		
Fisher's Exact Test				.000	.000
Linear-by-Linear Association	27.508	1	.000		
N of Valid Cases	47				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 6.51.

b. Computed only for a 2x2 table

KAT_P * senam_hamil

Crosstab

			senam_hamil		
			tidak rutin	rutin	Total
KAT_P	Kurang	Count	16	0	16
		% within KAT_P	100.0%	.0%	100.0%
		% within senam_hamil	55.2%	.0%	34.0%
		% of Total	34.0%	.0%	34.0%
	Cukup	Count	10	8	18
		% within KAT_P	55.6%	44.4%	100.0%
		% within senam_hamil	34.5%	44.4%	38.3%
		% of Total	21.3%	17.0%	38.3%
	Baik	Count	3	10	13
		% within KAT_P	23.1%	76.9%	100.0%
		% within senam_hamil	10.3%	55.6%	27.7%
		% of Total	6.4%	21.3%	27.7%
Total		Count	29	18	47
		% within KAT_P	61.7%	38.3%	100.0%
		% within senam_hamil	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	61.7%	38.3%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	18.426[a]	2	.000
Likelihood Ratio	23.781	2	.000
Linear-by-Linear Association	17.870	1	.000
N of Valid Cases	47		

a. 1 cells (16.7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.98.

KAT_S * senam_hamil

Crosstab

			senam_hamil		
			tidak rutin	rutin	Total
KAT_S	Negatif	Count	23	6	29
		% within KAT_S	79.3%	20.7%	100.0%
		% within senam_hamil	79.3%	33.3%	61.7%
		% of Total	48.9%	12.8%	61.7%
	Positif	Count	6	12	18
		% within KAT_S	33.3%	66.7%	100.0%
		% within senam_hamil	20.7%	66.7%	38.3%
		% of Total	12.8%	25.5%	38.3%
Total		Count	29	18	47
		% within KAT_S	61.7%	38.3%	100.0%
		% within senam_hamil	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	61.7%	38.3%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	9.935[a]	1	.002		
Continuity Correction[b]	8.085	1	.004		
Likelihood Ratio	10.074	1	.002		
Fisher's Exact Test				.002	.002
Linear-by-Linear Association	9.724	1	.002		
N of Valid Cases	47				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 6.89.

b. Computed only for a 2x2 table

Kat_D * senam_hamil

Crosstab

			senam_hamil		
			tidak rutin	rutin	Total
Kat_D	Kurang	Count	26	3	29
		% within Kat_D	89.7%	10.3%	100.0%
		% within senam_hamil	89.7%	16.7%	61.7%
		% of Total	55.3%	6.4%	61.7%
	Baik	Count	3	15	18
		% within Kat_D	16.7%	83.3%	100.0%
		% within senam_hamil	10.3%	83.3%	38.3%
		% of Total	6.4%	31.9%	38.3%
Total		Count	29	18	47
		% within Kat_D	61.7%	38.3%	100.0%
		% within senam_hamil	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	61.7%	38.3%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	25.038[a]	1	.000		
Continuity Correction[b]	22.045	1	.000		
Likelihood Ratio	27.047	1	.000		
Fisher's Exact Test				.000	.000
Linear-by-Linear Association	24.506	1	.000		
N of Valid Cases	47				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 6.89.

b. Computed only for a 2x2 table

3. ANALISIS MULTIVARIAT

UJI REGRESI BINARY LOGISTIK

TAHAP 1
Logistic Regression

Case Processing Summary

Unweighted Cases[a]		N	Percent
Selected Cases	Included in Analysis	47	100.0
	Missing Cases	0	.0
	Total	47	100.0
Unselected Cases		0	.0
Total		47	100.0

a. If weight is in effect, see classification table for the total number of cases.

Dependent Variable Encoding

Original Value	Internal Value
tidak rutin	0
rutin	1

Block 0: Beginning Block

Classification Table[a,b]

Observed			Predicted		
			senam_hamil		Percentage Correct
			tidak rutin	rutin	
Step 0	senam_hamil	tidak rutin	29	0	100.0
		Rutin	18	0	.0
	Overall Percentage				61.7

a. Constant is included in the model.

b. The cut value is .500

Variables in the Equation

		B	S.E.	Wald	df	Sig.	Exp(B)
Step 0	Constant	-.477	.300	2.526	1	.112	.621

Variables not in the Equation

			Score	df	Sig.
Step 0	Variables	Pekerjaan	28.106	1	.000
		KAT_P	18.259	1	.000
		KAT_S	9.935	1	.002
		Kat_D	25.038	1	.000
	Overall Statistics		34.140	4	.000

Block 1: Method = Enter

Omnibus Tests of Model Coefficients

		Chi-square	df	Sig.
Step 1	Step	45.500	4	.000
	Block	45.500	4	.000
	Model	45.500	4	.000

Model Summary

Step	-2 Log likelihood	Cox & Snell R Square	Nagelkerke R Square
1	17.057[a]	.620	.843

a. Estimation terminated at iteration number 8 because parameter estimates changed by less than .001.

Classification Table[a]

			Predicted		
			senam_hamil		Percentage Correct
	Observed		tidak rutin	rutin	
Step 1	senam_hamil	tidak rutin	28	1	96.6
		rutin	3	15	83.3
	Overall Percentage				91.5

a. The cut value is .500

Variables in the Equation

		B	S.E.	Wald	df	Sig.	Exp(B)	95% C.I.for EXP(B)	
								Lower	Upper
Step 1[a]	Pekerjaan	-3.175	1.472	4.655	1	.031	.042	.002	.748
	KAT_P	3.101	1.727	3.226	1	.072	22.224	.754	655.446
	KAT_S	.814	1.325	.377	1	.539	2.257	.168	30.278
	Kat_D	3.152	1.498	4.423	1	.035	23.373	1.239	440.770
	Constant	-11.406	6.026	3.583	1	.058	.000		

a. Variable(s) entered on step 1: Pekerjaan, KAT_P, KAT_S, Kat_D.

TAHAP 2

Logistic Regression

Case Processing Summary

Unweighted Cases[a]		N	Percent
Selected Cases	Included in Analysis	47	100.0
	Missing Cases	0	.0
	Total	47	100.0
Unselected Cases		0	.0
Total		47	100.0

a. If weight is in effect, see classification table for the total number of cases.

Dependent Variable Encoding

Original Value	Internal Value
tidak rutin	0
rutin	1

Block 0: Beginning Block

Classification Table[a,b]

Observed			Predicted		
			senam_hamil		Percentage Correct
			tidak rutin	rutin	
Step 0	senam_hamil	tidak rutin	29	0	100.0
		rutin	18	0	.0
	Overall Percentage				61.7

a. Constant is included in the model.

b. The cut value is .500

Variables in the Equation

		B	S.E.	Wald	df	Sig.	Exp(B)
Step 0	Constant	-.477	.300	2.526	1	.112	.621

Variables not in the Equation

			Score	df	Sig.
Step 0	Variables	Pekerjaan	28.106	1	.000
		Kat_D	25.038	1	.000
	Overall Statistics		31.705	2	.000

Block 1: Method = Enter

Omnibus Tests of Model Coefficients

		Chi-square	df	Sig.
Step 1	Step	37.116	2	.000
	Block	37.116	2	.000
	Model	37.116	2	.000

Model Summary

Step	-2 Log likelihood	Cox & Snell R Square	Nagelkerke R Square
1	25.442[a]	.546	.742

a. Estimation terminated at iteration number 6 because parameter estimates changed by less than .001.

Classification Table[a]

Observed			Predicted		
			senam_hamil		Percentage Correct
			tidak rutin	rutin	
Step 1	senam_hamil	tidak rutin	27	2	93.1
		rutin	3	15	83.3
	Overall Percentage				89.4

a. The cut value is .500

Variables in the Equation

		B	S.E.	Wald	df	Sig.	Exp(B)	95% C.I.for EXP(B)	
								Lower	Upper
Step 1[a]	Pekerjaan	-3.228	1.079	8.947	1	.003	.040	.005	.329
	Kat_D	2.655	1.057	6.316	1	.012	14.232	1.794	112.881
	Constant	-2.377	1.774	1.796	1	.180	.093		

a. Variable(s) entered on step 1: Pekerjaan, Kat_D.

INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Farmasi dan Kesehatan

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) http://helvetia.ac.id
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

Nomor : 127/EXT/IKN/FFK/IKH/VIII/2019
Lampiran :
Hal : Permohonan Survei Awal

Kepada Yth,
Pimpinan PUSKESMAS HAMPARAN PERAK
di-Tempat

Dengan hormat,

Bersama ini datang menghadap, mahasiswa Program Studi D4 KEBIDANAN di INSTITUT KESEHATAN HELVETIA:

Nama	: SONDANG MARIA BULAN HARAHAP
NPM	: 1801032116

Yang bermaksud akan mengadakan survei/ wawancara/ menyebar angket/ observasi, dalam rangka memenuhi kewajiban tugas-tugas dalam melakukan/ menyelesaikan studi pada Program Studi D4 KEBIDANAN di INSTITUT KESEHATAN HELVETIA.

Sehubungan dengan ini kami sangat mengharapkan bantuannya, agar dapat memberikan keterangan-keterangan, brosur-brosur, buku-buku, dan penjelasan lainnya yang akan digunakan dalam rangka menyusun Skripsi dengan judul:

FAKTOR YANG MEMPENGARUHI IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MELAKUKAN SENAM HAMIL DI PUSKESMAS HAMAPRAN PERAK TAHUN 2019

Segala bahan dan keterangan yang diperoleh akan digunakan semata-mata demi perkembangan Ilmu Pengetahuan dan tidak akan diumumkan atau diberitahukan pada pihak lain. Selanjutnya setelah mahasiswa bersangkutan yang akan menyelesaikan peninjauan/ riset/ wawancara, kami akan menyerahkan 1 (satu) eksemplar Skripsi yang dibuat mahasiswa kami.

Atas bantuan dan kerja sama yang baik, Kami ucapkan terima kasih.

Medan, 05/08/2019

Hormat Kami,
DEKAN FAKULTAS FARMASI DAN KESEHATAN
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

DARWIN SYAMSUL, S.Si, M.Si, Apt
NIDN. (0125096601)

Tembusan :
- Arsip

PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
DINAS KESEHATAN
UPT.PUSKESMAS HAMPARAN PERAK
KECAMATAN HAMPARAN PERAK
Jalan Perintis Kemerdekaan (Jalan Besar Hamparan Perak) Kode Pos – 20374
E-mail : puskhp@yahoo.co.id

Hamparan Perak, 08 Agustus 2019

No : 2224/TU/PHP/VIII/2019
Lamp : -
Hal : Balasan Izin Survei Awal

Kepada Yth :
Dekan Fakultas Farmasi dan Kesehatan
Institut Kesehatan Helvetia
Di -
Tempat

Dengan Hormat,

Berdasarkan surat dari Dekan fakultas Farmasi dan Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia di Medan Nomor :127/EXT/DKN/FFK/VIII/2019 Tanggal 05 Agustus 2019 perihal "Permohonan Survei Awal".

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pihak kami tidak menaruh keberatan dan mengizinkan mahasiswa Fakultas Farmasi dan Kesehatan tersebut dibawah ini untuk melakukan "Izin Survei Awal" yang dilaksanakan di Puskesmas Hamparan Perak Kabupaten Deli Serdang yaitu :

Nama	: Sondang Maria Bulan Harahap
NPM	: 1801032116
Jenis Kelamin	: Perempuan
Judul KTI	: Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Hamil Trimester III Dalam Melakukan Senam Hamil Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.

Perlu ditambahkan, setelah selesai melaksanakan kegiatan tersebut agar menyampaikan jhasil laporan kegiatan yang telah dilaksanakan.

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan atas perhatian Bapak diucapkan terima kasih.

Ka. UPT Puskesmas Hamparan Perak
Kecamatan Hamparan Perak

dr. Aulia Agustin, M.Kes
Nip.19690517 200701 1 043

INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Farmasi dan Kesehatan

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) http://helvetia.ac.id
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

Nomor : 893/EXT/DKH/FFK/IKM/VIII/2019
Lampiran :
Hal : Permohonan Uji Validitas

Kepada Yth,
Pimpinan PUSKESMAS TERJUN
di-Tempat

Dengan hormat,
Bersama ini datang menghadap, mahasiswa Program Studi D4 KEBIDANAN di INSTITUT KESEHATAN HELVETIA:

Nama	: SONDANG MARIA BULAN HARAHAP
NPM	: 1801032116

Yang bermaksud akan mengadakan penelitian/ wawancara/ menyebar angket/ observasi, dalam rangka Uji Validitas dan Reliabilitas kuesioner pada penelitian yang berjudul:
FAKTOR YANG MEMPENGARUHI IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MELAKUKAN SENAM HAMIL DI PUSKESMAS HAMPARAN PERAK TAHUN 2019

Sehubungan dengan ini kami sangat mengharapkan bantuannya, agar dapat memberikan keterangan-keterangan, brosur-brosur, buku-buku, penggunaan laboratorium dan penjelasan lainnya yang akan digunakan dalam rangka menyusun Skripsi dengan judul:
FAKTOR YANG MEMPENGARUHI IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MELAKUKAN SENAM HAMIL DI PUSKESMAS HAMPARAN PERAK TAHUN 2019

Segala bahan dan keterangan yang diperoleh akan digunakan semata-mata demi perkembangan Ilmu Pengetahuan dan tidak akan diumumkan atau diberitahukan pada pihak lain.

Atas bantuan dan kerja sama yang baik, Kami ucapkan terima kasih.

Medan, 29/08/2019

Hormat Kami,
DEKAN FAKULTAS FARMASI DAN KESEHATAN
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

DARWIN SYAMSUL, S.Si, M.Si, Apt
NIDN. (0125096601)

Tembusan :
- Arsip

PEMERINTAH KOTA MEDAN
DINAS KESEHATAN
UPT PUSKESMAS TERJUN
JALAN KAPTEN RAHMAD BUDDIN No. 188 MEDAN - 20256
Email : puskterjunmedan@gmail.com

Nomor : 800/501 /Pusk/Tjn/VIII/2019
Lamp : -
Perihal: **Permohonan Uji Validitas**

Medan,
Kepada Yth:
Dekan Fakultas Farmasi Dan Kesehatan Institut kesehatan Helvetia
Di –
T e m p a t

Dengan hormat,

Sehubungan dengan surat Dekan Fakultas Farmasi Dan Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia, Nomor: 893/EXT/DKN/FFK/IKH/VIII/2019 Tanggal 29 Agustus 2019, Perihal : Permohonan Uji Validitas, atas:

Nama	: **Sondang maria Bulan Harahap**
NIM	: **1801032116**
Judul	:**FAKTOR YANG MEMPENGARUHI IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MELAKUKAN SENAM HAMIL DI PUSKESMAS HAMPARAN PERAK TAHUN 2019**

Berkenaan hal tersebut, kami dari pihak UPT Puskesmas Terjun tidak menaruh keberatan dan menyetujui untuk melakukan kegiatan Uji Validitas di Wilayah Kerja UPT Terjun kepada mahasiswa tersebut sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.

Demikianlah surat ini kami perbuat, atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Kepala UPT Puskesmas Terjun

dr. Tissa Rildayanti Hasibuan
Penata Tk. I
NIP. 19770109 200701 2 004

INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Farmasi dan Kesehatan

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) http://helvetia.ac.id
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

Nomor : 894/EXT/DKN/FFK/HKN/VIII/2019
Lampiran :
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth,
Pimpinan PUSKESMAS HAMPARAN PERAK
di-Tempat

Dengan hormat,
Bersama ini datang menghadap, mahasiswa Program Studi D4 KEBIDANAN di INSTITUT KESEHATAN HELVETIA:

Nama : SONDANG MARIA BULAN HARAHAP
NPM : 1801032116

Yang bermaksud akan mengadakan penelitian/ wawancara/ menyebar angket/ observasi, dalam rangka memenuhi kewajiban tugas-tugas dalam melakukan/ menyelesaikan studi pada Program Studi D4 KEBIDANAN di INSTITUT KESEHATAN HELVETIA.

Sehubungan dengan ini kami sangat mengharapkan bantuannya, agar dapat memberikan keterangan-keterangan, brosur-brosur, buku-buku, dan penjelasan lainnya yang akan digunakan dalam rangka menyusun Skripsi dengan judul:

FAKTOR YANG MEMPENGARUHI IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MELAKUKAN SENAM HAMIL DI PUSKESMAS HAMPARAN PERAK TAHUN 2019

Segala bahan dan keterangan yang diperoleh akan digunakan semata-mata demi perkembangan Ilmu Pengetahuan dan tidak akan diumumkan atau diberitahukan pada pihak lain. Selanjutnya setelah mahasiswa bersangkutan yang akan menyelesaikan peninjauan/ riset/ wawancara, kami akan menyerahkan 1 (satu) eksemplar Skripsi yang dibuat mahasiswa kami.

Atas bantuan dan kerja sama yang baik, Kami ucapkan terima kasih.

Medan, 29/08/2019

Hormat Kami,
DEKAN FAKULTAS FARMASI DAN KESEHATAN
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

DARWIN SYAMSUL, S.Si, M.Si, Apt
NIDN. (0125096601)

Tembusan :
- Arsip

PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
DINAS KESEHATAN
UPT.PUSKESMAS HAMPARAN PERAK
KECAMATAN HAMPARAN PERAK
Jalan Perintis Kemerdekaan (Jalan Besar Hamparan Perak) Kode Pos – 20374
E-mail : puskhp@yahoo.co.id

Hamparan Perak, 11 September 2019

No : 2506/TU/PHP/IX/2019
Lamp : -
Hal : Izin Penelitian

Kepada Yth :
Dekan Fakultas Farmasi dan Kesehatan
Institut Kesehatan Helvetia
Di -
Tempat

Sehubungan dengan surat Dekan fakultas Farmasi dan Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia tanggal 29 Agustus 2019 nomor 894/EXT/DKN/FFK/IKH/VIII/2019, perihal izin penelitian dalam rangka penyusunan KTI sebagai salah satu syarat penyelesaian studi pada Program Studi D-4 Kebidanan di Institut Kesehatan Helvetia Tahun Akademik 2018/2019.

Sehubungan dengan hal tersebut maka kami memberikan Izin Penelitian pada Mahasiswa yang namanya :

Nama	: SONDANG MARIA BULAN HARAHAP
N P M	: 1801032116.
Program Studi	: D-4 Kebidanan.
Judul Skripsi	: Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Hamil Trimester III Dalam Melakukan Senam Hamil Di Puskesmas Hamparan Perak Tahun 2019.

Demikianlah kami sampaikan agar dapat dipergunakan dan dilaksanakan seperlunya.

Ka. UPT Puskesmas Hamparan Perak
Kecamatan Hamparan Perak

dr. Aulia Agustin, M.Kes
Nip.19690517 200701 1 043

INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Farmasi dan Kesehatan

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) http://helvetia.ac.id

Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

PERMOHONAN PENGAJUAN JUDUL SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama	: SONDANG MARIA BULAN HARAHAP
NPM	: 1801032116
Program Studi	: KEBIDANAN / D4

Judul yang telah di setujui :

FAKTOR YANG MEMPENGARUHI IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MELAKUKAN SENAM HAMIL DI PUSKESMAS HAMPARAN PERAK TAHUN 2019

Diketahui,

Ketua Program Studi
D4 KEBIDANAN
FAKULTAS FARMASI DAN KESEHATAN
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

(ELVI ERA LIESMAYANI, S.Si.T, M.Keb)

Pemohon

(SONDANG MARIA BULAN HARAHAP)

diteruskan kepada Dosen Pembimbing

1. Dr. dr. ARIFAH DEVI FITRIANI, M.Kes. (0002068502) (No.HP : 0812-6391-4998)
2. ROSLINA YULIANTY, SST, M.Kes (0110077901) (No.HP : 0852-6127-1561)

Catatan Penting bagi Dosen Pembimbing:

1. Pembimbing-I dan Pembimbing-II wajib melakukan koordinasi agar tercapai kesepahaman.
2. Diminta kepada dosen pembimbing untuk tidak mengganti topik yang sudah disetujui.
3. Berilah kesempatan kepada mahasiswa untuk mengeksplorasi permasalahan penelitian.
4. Mohon tidak menerima segala bentuk gratifikasi yang diberikan oleh mahasiswa.

INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Farmasi dan Kesehatan

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) http://helvetia.ac.id
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

LEMBAR PERSETUJUAN PERBAIKAN (REVISI)

Identitas Mahasiswa :

Nama	:	SONDANG MARIA BULAN HARAHAP
NIM	:	1801032116
Program Studi	:	KEBIDANAN / D4
Judul	:	FAKTOR YANG MEMPENGARUHI IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MELAKUKAN SENAM HAMIL DI PUSKESMAS HAMPARAN PERAK TAHUN 2019
Tanggal Ujian Sebelumnya	:	.....

Telah dilakukan perbaikan oleh mahasiswa sesuai dengan saran dosen pembimbing. Oleh karenanya mahasiswa tersebut diatas diperkenankan untuk melanjutkan pada tahap berikutnya yaitu: PENELITIAN/JILID LUX*) Coret yang tidak perlu.

No	Nama Pembimbing 1 dan 2	Tanggal Disetujui	Tandatangan
1.	Dr. dr. ARIFAH DEVI FITRIANI, M.Kes.	.....	.....
2.	ROSLINA YULIANTY, SST, M.Kes	.....	.....

Medan, ...

KAPRODI
D4 KEBIDANAN
FAKULTAS FARMASI DAN KESEHATAN
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

ELVI ERA LIESMAYANI, S.Si.T, M.Keb

Catatan:
- Lembar persetujuan revisi dibawa setiap konsul revisi.
- Print warna menggunakan kertas A4 (Rangkap 1).
- Tanda *) silahkan dicoret yang tidak perlu.
- Isi tanggal ujian, tanggal disetujui, dan ditandatangai oleh pembimbing bila disetujui.

INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Farmasi dan Kesehatan

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) http://helvetia.ac.id
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

LEMBAR PERSETUJUAN PERBAIKAN (REVISI)

Identitas Mahasiswa :

Nama	:	SONDANG MARIA BULAN HARAHAP
NIM	:	1801032116
Program Studi	:	KEBIDANAN / D4
Judul	:	FAKTOR YANG MEMPENGARUHI IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MELAKUKAN SENAM HAMIL DI PUSKESMAS HAMPARAN PERAK TAHUN 2019
Tanggal Ujian Sebelumnya	:	.....

Telah dilakukan perbaikan oleh mahasiswa sesuai dengan saran dosen pembimbing. Oleh karenanya mahasiswa tersebut diatas diperkenankan untuk melanjutkan pada tahap berikutnya yaitu: PENELITIAN/JILID LUX*) Coret yang tidak perlu.

No	Nama Pembimbing 1 dan 2	Tanggal Disetujui	Tandatangan
1.	Dr. dr. ARIFAH DEVI FITRIANI, M.Kes.	4/11/19	.....
2.	ROSLINA YULIANTY, SST, M.Kes	4/11/19	.....

Medan, ...

KAPRODI
D4 KEBIDANAN
FAKULTAS FARMASI DAN KESEHATAN
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

ELVI ERA LIESMAYANI, S.Si.T, M.Keb

Catatan:
- Lembar persetujuan revisi dibawa setiap konsul revisi.
- Print warna menggunakan kertas A4 (Rangkap 1).
- Tanda *) silahkan dicoret yang tidak perlu.
- Isi tanggal ujian, tanggal disetujui, dan ditandatangai oleh pembimbing bila disetujui.

INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Farmasi dan Kesehatan

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) http://helvetia.ac.id
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa/i : SONDANG MARIA BULAN HARAHAP
NPM : 1801032116
Program Studi : KEBIDANAN / D4

Judul : FAKTOR YANG MEMPENGARUHI IBU HAMILTRIMESTER III DALAM MELAKUKAN SENAM HAMIL

Nama Pembimbing 1 : Dr. dr. ARIFAH DEVI FITRIANI, M.Kes.

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Saran	Paraf
1	sabtu/16/02/2019		judul Acc	
2	selasa/18/03/2019		data belum Acc	
3	sabtu/23/03/2019		data Acc	
4	sabtu/13/04/2019		Bab I. II. III perbaikan	
5	kamis/02/05/2019		Bab I. II. III perbaikan	
6	sabtu/4/05/2019		Bab I. II. III perbaikan	
7			Acc Proposal	
8				

Diketahui,
Ketua Program Studi
D4 KEBIDANAN
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

(ELVI ERA LIESMAYANI, S.Si.T, M.Keb)

Medan, 13/02/2019
Pembimbing 1 (Satu)

Dr. dr. ARIFAH DEVI FITRIANI, M.Kes.

KETENTUAN:

1. Lembar Konsultasi diprint warna pada kertas A4 rangkap 2 (dua).
2. Satu (1) lembar untuk Prodi.
3. Satu (1) lembar untuk Administrasi Sidang (Wajib dikumpulkan sebelum sidang).
4. Lembar Konsultasi WAJIB DIISI Sebelum ditandatangan Dosen Pembimbing.
5. Mahasiswa DILARANG MEMBERIKAN segala bentuk GRATIFIKASI/Suap terhadap Dosen.
6. Dosen DILARANG MENERIMA segala bentuk GRATIFIKASI/Pemberian dari Mahasiswa.
7. Pelanggaran ketentuan No 5 dan 6 berakibat PEMBATALAN HASIL UJIAN & Penggantian Dosen.

INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Farmasi dan Kesehatan

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) http://helvetia.ac.id
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa/i : SONDANG MARIA BULAN HARAHAP
NPM : 1801032116
Program Studi : KEBIDANAN / D4

Judul : FAKTOR YANG MEMPENGARUHI IBU HAMILTRIMESTER III DALAM MELAKUKAN SENAM HAMIL

Nama Pembimbing 2 : ROSLINA YULIANTY, SST, M.Kes

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Saran	Paraf
1	sabtu/16/02/2019		Judul ACC	
2	Rabu/20/05/2019		konsul Bab I, II, III perbaikan	
3	senin/25/05/2019		konsul Bab. I. II. III Perbaikan	
4	senin/17/05/2019		konsul Bab. I. II. III Perbaikan	
5	Jumat/31/1/2019		~~Acc~~ konsul Bab I, II, III	
6	senin/20/05/2019		ACC	
7				
8				

Diketahui,
Ketua Program Studi
D4 KEBIDANAN
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

(ELVI ERA LIESMAYANI, S.Si.T, M.Keb)

Medan, 13/02/2019
Pembimbing 2 (Dua)

ROSLINA YULIANTY, SST, M.Kes

KETENTUAN:

1. Lembar Konsultasi diprint warna pada kertas A4 rangkap 2 (dua).
2. Satu (1) lembar untuk Prodi.
3. Satu (1) lembar untuk Administrasi Sidang (Wajib dikumpulkan sebelum sidang).
4. Lembar Konsultasi WAJIB DIISI Sebelum ditandatangan Dosen Pembimbing.
5. Mahasiswa DILARANG MEMBERIKAN segala bentuk GRATIFIKASI/Suap terhadap Dosen.
6. Dosen DILARANG MENERIMA segala bentuk GRATIFIKASI/Pemberian dari Mahasiswa.
7. Pelanggaran ketentuan No 5 dan 6 berakibat PEMBATALAN HASIL UJIAN & Penggantian Dosen.

INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Farmasi dan Kesehatan

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) http://helvetia.ac.id
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa/i : SONDANG MARIA BULAN HARAHAP
NPM : 1801032116
Program Studi : KEBIDANAN / D4

Judul : FAKTOR YANG MEMPENGARUHI IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MELAKUKAN SENAM HAMIL DI PUSKESMAS HAMPARAN PERAK TAHUN 2019

Nama Pembimbing 1 : Dr. dr. ARIFAH DEVI FITRIANI, M.Kes.

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Saran	Paraf
1	07/09/2019	konsul Bab 4, 5	Tambahkan uji normalitas	
2	10/09/2019	konsul Bab 4,5	Perbaikan uji normalitas	
3	11/09/2019	konsul Bab 4,5	Acc	
4				
5				
6				
7				
8				

Diketahui,
Ketua Program Studi
D4 KEBIDANAN
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

(ELVI ERA LIESMAYANI, S.Si.T, M.Keb)

Medan, 06/09/2019
Pembimbing 1 (Satu)

Dr. dr. ARIFAH DEVI FITRIANI, M.Kes.

KETENTUAN:

1. Lembar Konsultasi diprint warna pada kertas A4 rangkap 2 (dua).
2. Satu (1) lembar untuk Prodi.
3. Satu (1) lembar untuk Administrasi Sidang (Wajib dikumpulkan sebelum sidang).
4. Lembar Konsultasi WAJIB DIISI Sebelum ditandatangan Dosen Pembimbing.
5. Mahasiswa DILARANG MEMBERIKAN segala bentuk GRATIFIKASI/Suap terhadap Dosen.
6. Dosen DILARANG MENERIMA segala bentuk GRATIFIKASI/Pemberian dari Mahasiswa.
7. Pelanggaran ketentuan No 5 dan 6 berakibat PEMBATALAN HASIL UJIAN & Penggantian Dosen.

INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Farmasi dan Kesehatan

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) http://helvetia.ac.id
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa/i : SONDANG MARIA BULAN HARAHAP
NPM : 1801032116
Program Studi : KEBIDANAN / D4

Judul : FAKTOR YANG MEMPENGARUHI IBU HAMIL TRIMESTER III DALAM MELAKUKAN SENAM HAMIL DI PUSKESMAS HAMPARAN PERAK TAHUN 2019

Nama Pembimbing 2 : ROSLINA YULIANTY, SST, M.Kes

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Saran	Paraf
1	06/09/2019	konsul Bab 4 5		
2				
3			Acc Sidang dengan	
4				
5				
6				
7				
8				

Diketahui,
Ketua Program Studi
D4 KEBIDANAN
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

(ELVI ERA LIESMAYANI, S.Si.T, M.Keb)

Medan, 05/09/2019
Pembimbing 2 (Dua)

ROSLINA YULIANTY, SST, M.Kes

KETENTUAN:

1. **Lembar Konsultasi diprint warna pada kertas A4 rangkap 2 (dua).**
2. **Satu (1) lembar untuk Prodi.**
3. **Satu (1) lembar untuk Administrasi Sidang (Wajib dikumpulkan sebelum sidang).**
4. **Lembar Konsultasi WAJIB DIISI Sebelum ditandatangan Dosen Pembimbing.**
5. **Mahasiswa DILARANG MEMBERIKAN segala bentuk GRATIFIKASI/Suap terhadap Dosen.**
6. **Dosen DILARANG MENERIMA segala bentuk GRATIFIKASI/Pemberian dari Mahasiswa.**
7. **Pelanggaran ketentuan No 5 dan 6 berakibat PEMBATALAN HASIL UJIAN & Penggantian Dosen.**

DOKUMENTASI PENELITIAN