

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

*World Health Organization* (WHO) memperkirakan sekitar 585.000 atau 80% kematian maternal merupakan akibat dari meningkatnya komplikasi selama kehamilan, persalinan, dan setelah melahirkan (BKKBN, 2007). Hampir semua kasus kematian ini sebenarnya dapat dicegah.

Di Indonesia, angka kematian maternal dan perinatal masih cukup tinggi yang merupakan indikator keberhasilan pelayanan kesehatan, khususnya pelayanan kebidanan dan perinatal. Berdasarkan hasil SDKI (2013) dan Riskesdas (2013) menunjukkan Angka Kematian Ibu (AKI) sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup. Sedangkan hasil laporan kota/kabupaten di wilayah Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2012 mencapai 116,34 per 100.000 jumlah kelahiran hidup (Depkes RI, 2012).

Kehamilan adalah masa dimana terdapat janin di dalam rahim seorang wanita yang disebabkan oleh adanya pembuahan yang ditandai dengan bertemunya sperma dan sel telur. Kehamilan akan menimbulkan banyak perubahan yang baik, yaitu perubahan fisik, fungsi tubuh, dan psikologis. Perubahan tersebut terjadi karena adanya perubahan *system humoral* dalam tubuh yang akan mempengaruhi *system* organ lain, sehingga wanita hamil memerlukan adaptasi penyesuaian pola hidup selama proses kehamilan terjadi (Coad, 2006; Kemenkes RI, 2012; Manuba, 2010).

Perubahan fisiologis pada kehamilan terjadi dengan adanya peningkatan berat badan sekitar 25% dari sebelum hamil (rata-rata 12,5 kg) peningkatan tersebut dipengaruhi oleh

pertumbuhan janin, pembesaran organ maternal, penyimpanan lemak dan protein, serta peningkatan volume darah dan cairan interstitial pada maternal. Sistem musculoskeletal juga mengalami perubahan, seperti nyeri di bagian punggung dan pinggang karena mempertahankan posisi stabil, beban meningkat pada otot punggung dan columna vertebra. Sedangkan perubahan psikologis kehamilan pada primigravida dan multigravida, yaitu kecemasan (Hutahaean, 2013).

Perempuan yang dependen, mengalami cemas dan ketakutan menurut Widiyanti (2010) akan memiliki risiko persalinan lama. Respon stres, yaitu stres psikologis yang memiliki efek fisik yang kuat pada persalinan. Saat menghadapi persalinan, ibu primigravida dan multigravida mengalami kecemasan dan panik. Data Depkes RI (2008) menunjukkan bahwa 373.000.000 ibu hamil dan yang mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan ada sebanyak 107.000.000 orang (28,7%).

Hasil penelitian PIHG (2010) mengatakan bahwa untuk menghadapi proses persalinan, setiap wanita harus dipersiapkan secara mental dan fisik. Hal ini akan lebih efektif jika dikombinasikan dengan tindakan relaksasi untuk menghilangkan ketakutan dan kecemasan yang dialami. Menurut Rukiyah (2013) salah satu intervensi keperawatan yang dilakukan, yaitu dengan melakukan senam hamil.

Senam hamil menurut Hendrati & Hapsari (2007), merupakan pelayanan prenatal yang efektif untuk mempersiapkan dan melatih otot-otot sehingga dapat dimanfaatkan secara optimal dalam persalinan normal. Latihan senam hamil terdiri dari latihan pendahuluan, latihan inti berupa latihan bentuk sikap tubuh, latihan kontraksi dan relaksasi serta latihan pernapasan yang bertujuan untuk melatih teknik-teknik pernapasan. Latihan terakhir, yaitu latihan penenang (Brayshaw, 2008). Latihan dan gerakan yang benar akan menimbulkan

efek relaksasi yang bermanfaat untuk mengurangi kecemasan dan ketegangan yang dirasakan selama kehamilan berlangsung (Wulandari, 2006).

Motivasi menurut Sardiman (2011) merupakan tanggapan terhadap adanya tujuan akibat adanya perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya "*feeling*". Terdapat tiga elemen motivasi, yaitu perubahan setiap energi manusia, munculnya rasa, dan adanya tujuan.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang diperoleh dari 10 ibu hamil baik primigravida dan multigravida yang diwawancarai, yang teratur melakukan senam hamil sesuai jadwal 3 orang (30%), yang tidak teratur melakukan senam hamil 4 orang (50%) dan yang tidak melakukan senam hamil 3 orang (20%).

Hambatan pelayanan senam hamil dikemukakan di antaranya karena senam hamil dianggap tidak bermanfaat bagi ibu sehingga belum semua ibu yang ingin mengikutinya. Hal ini dapat disebabkan oleh kurangnya sosialisasi ataupun pendidikan kesehatan tentang senam hamil sehingga kebanyakan dari ibu hamil belum termotivasi untuk melakukan senam hamil. Motivasi merupakan semua penggerak, alasan atau dorongan yang berasal dari dalam maupun dari luar individu yang kecenderungan timbul pada diri seseorang secara sadar atau tidak sadar melakukan tanpa mengharap atau meminta imbalan (Notoatmodjo, 2010; Sardiman, 2011). Senam hamil merupakan terapi aktifitas fisik ibu hamil, dilakukan untuk mempersiapkan kondisi fisik dan psikis dalam menghadapi persalinan yang dapat berlangsung secara cepat, aman, dan spontan (Surwono, 2006). Oleh sebab itu, penelitian ini dilakukan untuk mengidentifikasi perbedaan motivasi ibu primigravida dan multigravida terhadap keikutsertaannya dalam melakukan senam hamil.

## **B. Rumusan Masalah**

Kehamilan akan menimbulkan banyak perubahan baik perubahan fisik, fungsi tubuh dan psikologis. Salah satu akibat dari adanya perubahan tersebut maka ibu primigravida maupun multigravida akan membutuhkan intervensi keperawatan untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam menghadapi persalinan, kesehatan fisik dan psikis, yaitu dengan melakukan senam hamil. Hambatan pelayanan senam hamil dikemukakan di antaranya karena senam hamil dianggap tidak bermanfaat bagi ibu sehingga belum semua ibu yang ingin mengikutinya. Hal ini dapat disebabkan oleh kurangnya sosialisasi ataupun pendidikan kesehatan tentang senam hamil sehingga kebanyakan dari ibu hamil belum termotivasi untuk melakukan senam hamil. Salah satu cara untuk mencapai suatu tujuan yang senantiasa dibutuhkan oleh ibu primigravida dan multigravida adalah adanya dorongan yang ada dalam diri seseorang untuk melakukan aktivitas tersebut. Adanya usaha yang tekun terutama didasari dengan adanya motivasi. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti merumuskan permasalahan penelitian ini sebagai berikut. “Bagaimana perbedaan motivasi ibu primigravida dan multigravida terhadap keikutsertaannya dalam melakukan senam hamil?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengidentifikasi perbedaan motivasi ibu primigravida dan multigravida terhadap keikutsertaannya dalam melakukan senam hamil.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diidentifikasinya karakteristik responden (umur, tingkat pendidikan, pekerjaan, paritas, dan usia kehamilan responden).

- b. Diidentifikasinya motivasi ibu primigravida terhadap keikutsertaannya dalam melakukan senam hamil.
- c. Diidentifikasinya motivasi ibu multigravida terhadap keikutsertaannya dalam melakukan senam hamil.
- d. Diidentifikasinya perbedaan motivasi ibu primigravida dan multigravida terhadap keikutsertaannya dalam melakukan senam hamil.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Bagi Pendidikan dan Perkembangan Ilmu Keperawatan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan profesi keperawatan tentang pentingnya tindakan keperawatan maternitas yang holistik dan komprehensif tentang perbedaan motivasi ibu primigravida dan multigravida terhadap keikutsertaannya dalam melakukan senam hamil.

##### **2. Bagi Pelayanan Kesehatan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi tempat pelayanan kesehatan maternitas dalam meningkatkan pelayanan keperawatan pada ibu hamil, sehingga diharapkan para pemberi pelayanan kesehatan mengetahui bahwa ada perbedaan yang bermakna antara motivasi ibu primigravida dan multigravida terhadap keikutsertaannya dalam melakukan senam hamil.

##### **3. Bagi Penelitian Keperawatan**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya, menambah pengetahuan, memperluas wawasan dan mengaplikasikan berbagai teori dan konsep yang didapatkan terutama berkaitan tentang perbedaan motivasi ibu

primigravida dan multigravida terhadap keikutsertaannya dalam melakukan senam hamil.