

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Derajat kesehatan sangat ditentukan oleh kesehatan ibu dan anak. World Health Organization (WHO) memperkirakan di seluruh dunia setiap tahunnya lebih dan 585.000 meninggal saat hamil atau bersalin (Kepmenkes, 2012). Hasil penelusuran Departemen Kesehatan tahun 2011, Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia adalah 214 per 100.000 kelahiran hidup (Ekayanthi,2014).

Tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) di Indonesia disebabkan oleh adanya perdarahan eklampsia, aborsi tidak aman (*unsafe abortion*), partus lama, dan infeksi. Partus lama disebabkan oleh lima macam faktor (kelainan 5P), yaitu: *power* (kekuatan yang mendorong janin keluar), *passanger* (kelainan janin itu sendiri), *passage* (kelainan ukuran maupun bentuk panggul/jalan lahir), psikologi ibu bersalin dan penolong persalinan. Lamanya persalinan yang terjadi pada kala II dan suatu persalinan yang berlangsung terlalu lama bisa menyebabkan dehidrasi, infeksi, kelelahan ibu serta asfiksia dan kematian janin dalam kandungan (*Intra uterin Fetal Death*) (Eniyah, 2013).

Kelainan pada faktor tenaga bisa disebabkan karena terjadinya inersia (his yang tidak sesuai fasenya), inkoordinir (his tidak teratur, tidak ada koordinasi dan sinkronisasi antara kontraksi bagian-bagiannya) dan tetanik (his yang terlampau kuat dan terlalu sering sehingga tidak ada relaksasi rahim). Hal tersebut di atas dapat menyebabkan kemacetan persalinan jika tidak segera ditangani maka akan menyebabkan gawat janin, dan rahim ibu pecah. Upaya yang bisa dilakukan ibu hamil agar persalinan berjalan lancar dapat dikendalikan dengan melakukan senam hamil (Achmad, 2008).

Senam hamil merupakan suatu program latihan bagi ibu hamil sehat untuk mempersiapkan kondisi fisik ibu dengan menjaga kondisi otot-otot dan persendian yang berperan dalam proses persalinan, serta mempersiapkan kondisi psikis ibu

terutama menumbuhkan kepercayaan diri dalam menghadapi persalinan. Senam hamil memberikan manfaat terhadap komponen biomotorik otot yang dilatih. Olahraga atau senam yang teratur selama kehamilan dihubungkan dengan atau berperan menurunkan angka kesakitan, kematian ibu, dan bayi yang lahir (Eniyah, 2013).

Senam hamil akan memberikan kehamilan atau *outcome* persalinan yang lebih baik, dibandingkan pada ibu-ibu hamil yang tidak melakukan senam hamil. Kegunaan senam hamil dilaporkan akan mengurangi terjadinya berat badan bayi lahir rendah, adanya penurunan kelainan denyut jantung, tali pusat dan mekonium, penurunan penggunaan tenaga, berkurangnya rasa sakit, dan mengurangi terjadinya persalinan prematur. Senam hamil juga dapat mengurangi risiko stres dan nyeri pada saat melahirkan. Selain itu inti dari senam sendiri adalah melatih pernapasan menjelang persalinan, sehingga pada saat menjelang kelahiran bayi ibu bisa rileks dan menguasai keadaan (Roosytasari, 2009).

Anjuran senam hamil terutama ditujukan pada ibu hamil dengan kondisi normal, atau dengan kata lain tidak terdapat keadaan-keadaan yang mengandung risiko baik bagi ibu maupun bagi janin, misalnya perdarahan preeklamsi berat, penyakit jantung, kelainan letak, panggul sempit, dan lain lain (Manuaba, 2010).

Jika senam dilakukan untuk mencapai kualitas hidup yang lebih sehat, lebih bugar, tidak mudah sakit, tahan terhadap perubahan cuaca yang ekstrim, mengobati jenis-jenis penyakit tertentu, dan target-target yang semakna dengan ini, maka senam hukumnya *mubah*.

Dalam hal ini peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai Hubungan Senam Hamil dengan Proses Persalinan Normal di Puskesmas Cempaka Putih pada Tahun 2016 Serta Tinjauannya dari Sisi Islam.

1.2. Perumusan Masalah

Tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) di Indonesia salah satunya disebabkan oleh partus lama. Kelainan pada faktor tenaga dapat menyebabkan kemacetan persalinan. Upaya yang bisa dilakukan ibu hamil agar persalinan berjalan lancar dengan melakukan senam hamil. Olahraga

atau senam yang teratur selama kehamilan berperan menurunkan angka kesakitan, kematian ibu, dan bayi yang lahir.

1.3. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana hubungan senam hamil dengan lamanya proses persalinan di puskesmas Cempaka putih pada tahun 2016?
2. Apakah ibu hamil sudah melakukan senam hamil secara teratur?
3. Bagaimana hukum melakukan senam dalam pandangan islam?
4. Apakah manfaat melakukan senam hamil secara teratur pada proses persalinan normal?

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan Umum

Mengetahui tingkat hubungan antara senam hamil dengan lamanya proses persalinan normal di puskesmas Cempaka Putih pada tahun 2016.

Tujuan Khusus

1. Mengetahui apakah ibu hamil sudah melakukan senam hamil secara teratur.
2. Mengetahui hukum-hukum islam tentang senam hamil.
3. Mengetahui apakah ibu hamil di puskesmas Cempaka Putih pada tahun 2016 mengetahui manfaat senam hamil dengan proses persalinan normal.

1.5. Manfaat Penelitian

Penelitian mengenai hubungan antara senam hamil dengan lamanya proses persalinan normal, diharapkan dapat memberikan manfaat:

1. Bagi penulis, Diharapkan dapat menambah pengetahuan penulis tentang hubungan senam hamil dengan lamanya proses persalinan normal.
2. Bagi institusi (petugas kesehatan), Untuk menambah pengetahuan tentang pengaruh senam hamil dengan lamanya proses persalinan normal sehingga petugas kesehatan dapat memberikan penyuluhan ke masyarakat.

3. Bagi masyarakat khususnya ibu hamil, adalah dengan senam hamil yang efektif diharapkan proses persalinan normal dapat berlangsung tanpa komplikasi.