

**SKRIPSI**

**EFEKTIFITAS SENAM HAMIL PADA IBU RESIKO KEJADIAN PRE  
EKLAMSI DI RSUD DR. MOEWARDI SURAKARTA**

Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Guna Mencapai Derajat Sarjana



Oleh :

**MU'THI NURDIN**  
**NIM: 2011.122025**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA  
2013**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**EFEKTIFITAS SENAM HAMIL PADA IBU RESIKO KEJADIAN PRE  
EKLAMSI DI RSUD DR. MOEWARDI SURAKARTA**

Disusun Oleh:

**MU'THI NURDIN**  
NIM: 2011.122025

Telah Disetujui untuk Diujikan di Hadapan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta  
Pada Hari : Selasa, tanggal 2 Juli 2013

Penguji I



Dr. Siti Fatmahan, SE, MM.

Penguji II



Sukardi, S,Kep.,MM.

Penguji III




dr. H. Soemarsono, M.Kes.

Mengetahui,

Universitas Sahid Surakarta

Rektor



  
Prof. Dr. Ir. Kohar Sulistyadi, MSIE

## MOTTO

Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.

(Ar-Ra'ad: 11)

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kami telah selesai dari suatu urusan kerjakanlah dengan sungguh-sungguh urusan yang lain, dan hanya kepada Allah kamu berharap”.

(QS. Al Insyirah : 6-8)



## PERSEMBAHAN



Karya ini kupersembahkan kepada:

1. Kedua orang tua yang terhormat dan tercinta.
2. Istri dan keluargaku yang telah menemani hidupku dalam penuh rasa kasih dan sayang.
3. Semua rekan-rekan seprofesi yang telah membantu terselesainya skripsi ini.
4. Almamater dan pembaca yang budiman.

## PRAKATA

Puji syukur kehadirat Allah SWT., dengan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Penyusunan skripsi ini mengambil judul “Efektifitas senam hamil pada ibu resiko kejadian Pre Eklampsi di RSUD Dr. Moewardi Surakarta” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh kelulusan Sarjana Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak atas arahan, bimbingan, masukan dan bantuannya sehingga penyusunan skripsi ini dapat selesai. Dengan segala keikhlasan dan kerendahan hati penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Ir. Kohar Sulistyadi, MSIE, selaku Rektor Universitas Sahid Surakarta, yang telah memberikan kesempatan untuk studi di Universitas Sahid Surakarta.
2. H. Hartanto, SH.,M.Hum., selaku Pembantu Rektor, yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti perkuliahan di Universitas Sahid Surakarta.
3. dr. H. Sumarsono, M.Kes, selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta, yang telah memberikan arahan dalam proses penyusunan skripsi.
4. Dr. Siti Fatonah, SE.,MM., selaku Pembimbing dan Penguji I yang telah memberikan bimbingan dan saran dengan penuh kesabaran kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Sukardi, S.Kep.,MM., selaku Pembimbing dan Penguji II yang dalam kesibukannya telah memberikan bimbingan dan saran dengan penuh kesabaran kepada penulis.

6. dr. H. Soemarsono, M.Kes, selaku Penguji III yang telah memberikan saran dan masukan demi kesempurnaan skripsi ini.
7. drg. Basoeki Soetardjo, M.MR., selaku Direktur Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Moewardi, atas ijin yang diberikan untuk melakukan penelitian.
8. Bagian Diklat Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Moewardi, atas ijin dan sarannya yang diberikan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
9. Seluruh responden yang bersedia bekerja sama menjadi responden dalam penelitian ini, terima kasih atas bantuan dan atensinya.
10. Semua rekan-rekanku, betapa banyak pengorbanan kalian dan begitu mulianya hati kalian.
11. Semua pihak yang telah membantu dan memberikan dorongan kepada penulis, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih adanya beberapa kekurangan. Untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun. Harapan penulis, semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat dan menambah khasanah ilmu pengetahuan bagi pembaca umumnya dan bagi penulis khususnya.

Surakarta, Juni 2013

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
MOTTO .....	iii
PERSEMBAHAN .....	iv
PRAKATA .....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL .....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
INTISARI .....	xii
<i>ABSTRACT</i> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Tinjauan Teori .....	12
1. Konsep Dasar Kehamilan .....	12
2. Konsep Senam Hamil .....	16
3. Pre Eklamsi.....	24

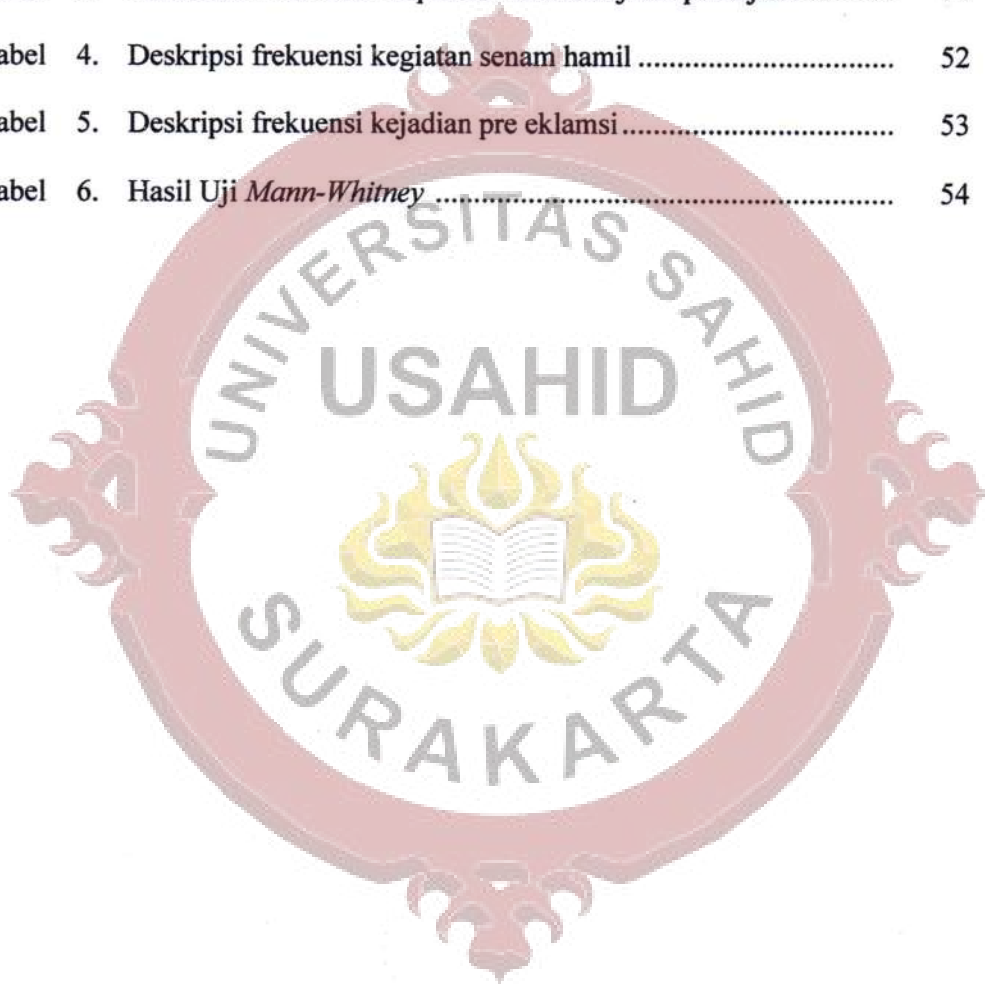
B. Kerangka Teori .....	34
C. Kerangka Konsep .....	35
D. Hipotesis .....	35
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	36
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	36
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	36
D. Variabel Penelitian .....	38
E. Definisi Operasional .....	39
F. Instrumen Penelitian .....	40
G. Teknik Pengumpulan Data .....	40
H. Analisis Data .....	41
I. Jalannya Penelitian .....	42
J. Etika Penelitian .....	44
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Gambaran Umum Objek Penelitian .....	46
B. Hasil Penelitian.....	49
C. Pembahasan .....	58
D. Keterbatasan Penelitian .....	64
<b>BAB V. PENUTUP</b>	
A. Simpulan .....	65
B. Saran .....	65

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

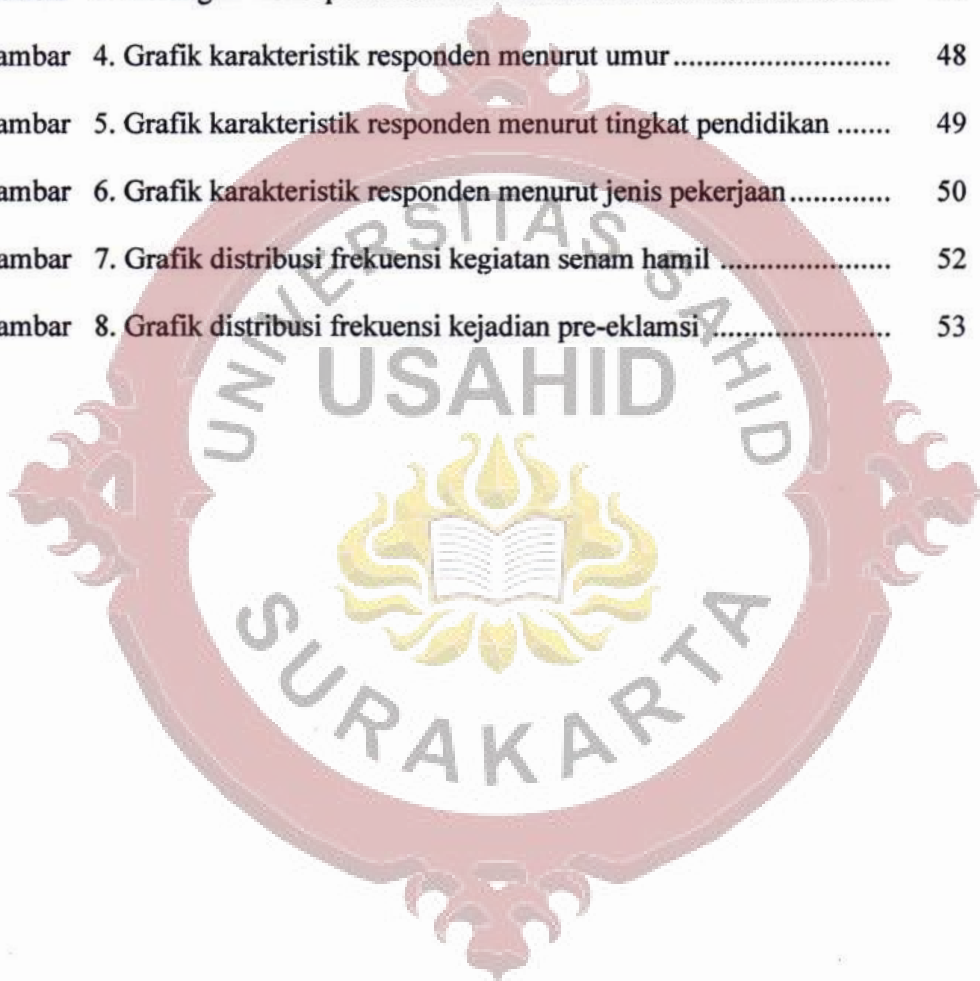
## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Distribusi Frekuensi responden menurut umur .....	48
Tabel 2. Distribusi Frekuensi responden menurut tingkat pendidikan .....	49
Tabel 3. Distribusi Frekuensi responden menurut jenis pekerjaan.....	51
Tabel 4. Deskripsi frekuensi kegiatan senam hamil .....	52
Tabel 5. Deskripsi frekuensi kejadian pre eklamsi .....	53
Tabel 6. Hasil Uji <i>Mann-Whitney</i> .....	54



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Etiologi preeklampsia menurut teori iskemik plasenta.....	26
Gambar 2. Kerangka Teori.....	34
Gambar 3. Kerangka Konsep .....	35
Gambar 4. Grafik karakteristik responden menurut umur .....	48
Gambar 5. Grafik karakteristik responden menurut tingkat pendidikan .....	49
Gambar 6. Grafik karakteristik responden menurut jenis pekerjaan .....	50
Gambar 7. Grafik distribusi frekuensi kegiatan senam hamil .....	52
Gambar 8. Grafik distribusi frekuensi kejadian pre-eklamsi .....	53



## DAFTAR LAMPIRAN

1. Permohonan Menjadi Responden
2. Surat Pernyataan Persetujuan Menjadi Responden
3. Lembar Observasi Penelitian
4. Rekapitulasi Hasil Penelitian
5. Hasil Analisis Data Penelitian
6. Jadwal Penelitian
7. Surat Pengantar Ijin Penelitian dari Universitas Sahid Surakarta
8. Surat Ijin Penelitian dari RSUD Dr. Moewardi
9. Lembar Konsultasi



## INTISARI

### Efektifitas Senam Hamil pada Ibu Resiko Kejadian Pre Eklampsia di RSUD Dr. Moewardi Surakarta

Mu'thi Nurdin.<sup>1</sup> Sukardi.<sup>2</sup> Siti Fatonah.<sup>3</sup>

**Latar Belakang:** Di rumah RSUD Dr. Moewardi, jumlah kunjungan wanita hamil bulan Januari 2011 s/d Desember 2012 sebanyak 1.490 orang, bulan Oktober 2012 ada 99 orang dan bulan Nopember 2012 ada 112 orang, jadi rata-rata per bulannya ada 105 orang. Data bulan Nopember 2012 diketahui bahwa jumlah kunjungan ibu hamil sebanyak 112, dari jumlah tersebut yang melakukan senam hamil sebanyak 43 orang (38,39%). Dengan peningkatan jumlah kunjungan ibu hamil diharapkan terjadi juga peningkatan jumlah ibu hamil yang mengikuti senam hamil.

**Tujuan:** Untuk mengetahui efektifitas senam hamil pada ibu resiko kejadian pre eklampsia di RSUD Dr. Moewardi Surakarta.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian dengan pendekatan eksperimen semu/*quasi eksperimen* dengan rancangan *one group pre and post test design*. Populasi dalam penelitian ini semua ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya pada bulan April 2012 di RSUD Dr. Moewardi berjumlah 105 orang dan diambil sampel 50 orang dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Teknik analisis data yang digunakan dengan uji Z-test pada tingkat signifikan 0,05..

**Hasil:** (1) Kegiatan senam hamil kebanyakan melakukan senam hamil yaitu 28 orang (56,0%) dan yang tidak melakukan ada 22 orang (44,0%); (2) Kejadian pre eklamsia diketahui bahwa kebanyakan responden tidak terjadi pre-eklamsia yaitu sebanyak 26 orang (52,0%) dan yang terjadi pre eklamsia sebanyak 24 orang (48,0%); (3) Senam hamil cukup efektif mengurangi resiko kejadian pre eklamsia pada ibu hamil di RSUD Dr. Moewardi Surakarta ( $Z = -4,200; p = 0,000$ ).

**Simpulan:** Senam hamil cukup efektif mengurangi resiko kejadian pre eklampsia pada ibu hamil di RSUD Dr. Moewardi Surakarta.

Kata Kunci : Senam hamil, pre eklamsia, ibu hamil.

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.

<sup>2</sup> Program Studi Ilmu keperawatan Universitas Sahid Surakarta.

<sup>3</sup> Program Studi Ilmu keperawatan Universitas Sahid Surakarta.

## ABSTRACT

### *Effectiveness Gymnastics Risk Pregnancy at Genesis Capital Pre eclampsia in Hospital Dr. Moewardi Surakarta*

Mu'thi Nurdin.<sup>1</sup> Sukardi.<sup>2</sup> Siti Fatonah.<sup>3</sup>

**Background:** Hospital Dr. Moewardi, the number of visits a pregnant woman in January 2011 - December 2012 as many as 1.490 people, the month of October 2012 there are 99 people in November 2012 and there are 112 people, so on average there are 105 people per month. Data in November 2012 indicates that the visits were 112 pregnant women, of that number are doing pregnancy exercise as many as 43 people (38.39%). With the increase in the number of visits of pregnant women are expected to take place also increase the number of pregnant women who take pregnancy exercise.

**Objective:** To determine the effectiveness of pregnancy exercise on the incidence of pre-eclampsia risk mothers in hospitals Dr. Moewardi Surakarta.

**Method:** This study is a quasi-experimental approach / quasi-experimental design with one group pre and post test design. The population in this study all pregnant women checkups in April 2012 at the Hospital Dr. Moewardi totaling 105 people and taken samples of 50 people with purposive sampling technique. Data analysis techniques are used to test the Z-test significant at the 0.05 level.

**Result:** (1) Activities mostly doing pregnancy exercise pregnancy exercise ie 28 people (56.0%) and that did not do as many as 22 people (44.0%), (2) incidence of pre eclampsia note that most respondents did not happen pre-eclampsia as many as 26 people (52.0%) and pre-eclampsia occurring as many as 24 people (48.0%), (3) pregnancy exercise quite effective in reducing the incidence of pre-eclampsia risk in pregnant women in hospitals Dr. Moewardi Surakarta ( $Z = -4.200$ ,  $p = 0.000$ ).

**Conclusion:** Pregnancy exercise is quite effective in reducing the incidence of pre-eclampsia risk in pregnant women in hospitals Dr. Moewardi Surakarta.

**Keywords:** Gymnastics pregnant, pre-eclampsia, pregnant women.

---

<sup>1</sup> Student Program Nursing Science Sahid University of Surakarta.

<sup>2</sup> Nursing Science Program Sahid University of Surakarta.

<sup>3</sup> Nursing Science Program Sahid University of Surakarta.