

INTISARI

HUBUNGAN KEIKUTSERTAAN PROGRAM SENAM HAMIL TERHADAP KECEMASAN PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DALAM MENGHADAPI PERSALINAN DI KLINIK PRATAMA PANCASILA KECAMATAN BATURETNO

Monica Diana Gita Lestari¹, Vitri Dyah H², Ahmad Syamsul Bahri³.

Latar Belakang: Kecemasan pada ibu primigravida muncul karena masa panjang saat menanti kelahiran pertama yang penuh ketidakpastian dan juga bayangan tentang hal-hal menakutkan saat proses persalinan. Salah satu upaya yang bisa dilakukan ibu hamil agar persalinan berjalan lancar dapat dikendalikan dengan melakukan olah raga yaitu senam hamil. Gerakan senam hamil terkandung efek relaksasi yang dapat menstabilkan emosi ibu hamil sehingga dapat mengurangi kecemasan dan rasa takut menghadapi persalinan.

Tujuan: 1) Mendeskripsikan keikutsertaan senam hamil primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan, 2) Mendeskripsikan kecemasan primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan, dan 3) Menganalisis hubungan keikutsertaan senam hamil terhadap kecemasan primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan di Klinik Pratama Pancasila Kecamatan Baturetno.

Metode: Jenis penelitian ini adalah observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah semua ibu hamil primigravida trimester III yang memeriksakan kehamilan di Klinik Pratama Pancasila Kecamatan Baturetno. Teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling* diperoleh sampel sebanyak 40 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Teknik analisis yang digunakan *chi square*.

Hasil : 1) Keikutsertaan senam hamil sebanyak 34 responden (85,0%) termasuk kategori teratur; 2) Kecemasan primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan sebagian besar tidak mengalami kecemasan 16 responden (40,0%); dan 3) Ada hubungan keikutsertaan senam hamil terhadap kecemasan primigravida trimester III dalam menghadapi persalinan diperoleh *p value* 0,000.

Kesimpulan: Ada hubungan keikutsertaan senam hamil terhadap kecemasan primigravida di Klinik Pratama Pancasila Kecamatan Wonogiri.

Kata kunci : keikutsertaan senam hamil, kecemasan, primigravida

¹ Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

² Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

³ Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta