

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL DENGAN KEPATUHAN MELAKSANAKAN SENAM HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PERAWATAN PAGATAN TAHUN 2024

Ita Rahmi Saputriani¹, Isnaniah², Rafidah³, Vonny Khresna Dewi⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan Kebidanan/ Jurusan Kebidanan,
Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin, Indonesia

itarahmi14@gmail.com

Abstract

The register data at the Pagatan Care Health Center in July 2024 recorded 326 pregnant women, with 53% participating in prenatal exercise and 47% not engaging in it. The level of knowledge among pregnant women is suspected to influence their adherence to prenatal exercise. This study employs a quantitative approach with a cross-sectional design, involving a population of 150 pregnant women and a sample of 60 selected using the Accidental Sampling technique. Data were collected through questionnaires and secondary data and analyzed using the chi-square test at a significance level of $\alpha=0.000$. The results indicate that 65% of pregnant women adhered to prenatal exercise, while 61.7% had a good level of knowledge. Statistical analysis revealed a significant relationship between pregnant women's knowledge levels and their adherence to prenatal exercise. In conclusion, the level of knowledge among pregnant women plays a crucial role in increasing adherence to prenatal exercise. Therefore, healthcare professionals should enhance health promotion efforts to encourage pregnant women to better understand and consistently participate in prenatal exercise

Keywords: *Compliance, Knowledge, Pregnancy exercise*

Abstrak

Data register di Puskesmas Perawatan Pagatan pada Juli 2024 mencatat 326 ibu hamil, dengan 53% di antaranya melakukan senam hamil dan 47% tidak melakukannya. Tingkat pemahaman ibu hamil diduga berpengaruh terhadap ketaatan terhadap menjalankan senam hamil. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*, melibatkan 150 ibu hamil sebagai populasi, dengan sampel 60 orang yang dipilih melalui teknik *Accidental Sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran

Received: January 2025

Reviewed: January 2025

Published: January 2025

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed

under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

kuesioner dan data sekunder, kemudian dianalisis dengan uji chi-square pada level signifikansi yang ditentukan $\alpha=0,000$. Temuan penelitian mengindikasikan bahwa 65% ibu yang mengandung patuh melaksanakan senam hamil, sementara 61,7% memiliki tingkat pengetahuan yang baik. Analisis statistik menunjukkan adanya hubungan signifikan dan berkorelasi antara tingkat pemahaman ibu hamil dengan kepatuhan dalam melaksanakan senam kehamilan. Kesimpulannya, tingkat pengetahuan ibu hamil berperan penting dalam meningkatkan kepatuhan terhadap senam hamil. Oleh karena itu, tenaga kesehatan perlu meningkatkan promosi kesehatan untuk mendorong ibu hamil agar lebih memahami dan mengikuti senam hamil secara rutin.

Kata kunci: Kepatuhan, Pengetahuan, Senam Hamil

PENDAHULUAN

Senam hamil merupakan aktivitas fisik yang melibatkan latihan gerakan yang dirancang khusus untuk ibu hamil guna membantu mereka mempersiapkan diri secara fisik dan mental dalam menghadapi proses persalinan yang lancar, aman, dan alami (Amphalaza, 2019). Melakukan senam hamil pada trimester ketiga dapat meredakan berbagai ketidaknyamanan yang dialami ibu hamil, seperti kaki bengkak, nyeri pada punggung dan pinggang, kram kaki, serta kesulitan tidur. Oleh sebab itu, penting bagi ibu hamil untuk menjalani program senam hamil secara rutin guna menjaga kesehatan kehamilan dan mempersiapkan tubuh untuk persalinan. (Amphalaza, 2019).

Berdasarkan Data Register Kunjungan Peserta Senam Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Perawatan Pagatan Tahun 2024 yaitu pada Bulan Juli 2024 adalah Jumlah ibu hamil yaitu sebanyak 326 orang, di mana 172 orang ibu hamil melakukan kunjungan senam hamil (53%) dan yang tidak melakukan kunjungan senam hamil yaitu sebanyak 154 orang (47%) (Data Puskesmas Perawatan Pagatan, 2024). Dari data tersebut dapat dilihat bahwa 47% atau hampir mencapai 50% ibu hamil yang tidak melaksanakan senam hamil disebabkan oleh faktor umur ibu hamil yang terlalu tua, usia kehamilan pada TM III yang menyebabkan perut membesar sehingga ibu hamil malas dalam melakukan aktivitas termasuk senam hamil, jarak tempat tinggal ibu hamil yang berada jauh dari tempat pelaksanaan senam hamil serta status ibu hamil yang bekerja sehingga mengalami kesulitan untuk hadir dalam pelaksanaan senam hamil. (Buku Register Senam Hamil Puskesmas Perawatan Pagatan, 2024)

Hasil survei awal yang telah dilakukan terhadap 10 orang pengunjung di Puskesmas Perawatan Pagatan yang ingin memeriksa kehamilannya ke Poli KIA yaitu lima wanita hamil dan lima ibu yang telah melahirkan. Hasil dari sesi wawancara dengan ibu hamil yaitu 1 dari sekian narasumber tidak tahu apa itu senam hamil dan 4 ibu hamil mendapatkan informasi tentang senam hamil dari sosial media dan dari bidan desa saat melaksanakan kunjungan di desa.

Laporan hasil wawancara dengan lima ibu hamil yang telah melalui proses persalinan, 4 orang ibu yang telah melahirkan melalui proses persalinan secara normal dengan rentan waktu 8 sampai dengan 10 jam, dan 1 di antaranya mengalami proses persalinan secara *Sectio Caesarea* (SC), dari 5 orang ibu hamil yang sudah melahirkan tersebut hanya 1 orang yang mengetahui tentang pelaksanaan senam hamil. Faktor ini dikarenakan kurangnya wawasan ibu hamil mengenai manfaat senam hamil yang dilakukan pada trimester III di seluruh desa dalam wilayah tugas Puskesmas Perawatan Pagatan.

Berdasarkan data cakupan kunjungan kepatuhan pelaksanaan senam hamil dan pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil yang masih rendah di wilayah kerja puskesmas perawatan pagatan tahun 2024 tersebut, menjadi dasar peneliti untuk meneliti kasus tersebut.

Karena alasan tersebut, peneliti berminat untuk melaksanakan penelitian ini demi memahami keterkaitan antara tingkat pengetahuan ibu hamil dan kepatuhan mereka dalam menjalankan senam hamil di wilayah kerja Puskesmas Perawatan Pagatan Tahun 2024.

TINJAUAN PUSTAKA

Penelitian Sri Utami (2020) dengan judul Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Senam Hamil di Rumah Sakit Happy Land Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan metode Deskriptif Desain *Accidental Sampling*. Hasil dari Penelitian ini mayoritas responden berusia 20-35 tahun, yaitu sebanyak 18 orang (85,7%), dengan tingkat pendidikan tertinggi pada jenjang Pendidikan Tinggi (Diploma, Sarjana, Pascasarjana) sebanyak 18 orang (62,0%) serta memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik. Responden berusia 35 tahun berjumlah 3 orang (14,2%), menempati urutan kedua, dengan tingkat pendidikan dasar sebanyak 10 orang (34,4%) dan memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori cukup. Sementara itu, responden dengan tingkat pendidikan menengah berjumlah 1 orang (3,4%), berada di urutan ketiga, dengan tingkat pengetahuan dalam kategori rendah atau kurang.

Penelitian Yuliasari (2010) dengan judul Hubungan pengetahuan dan sikap dengan pelaksanaan senam hamil (studi pada ibu hamil trimester II dan III) di Puskesmas Ciputat Tangerang Selatan. Jenis penelitian ini menggunakan metode *analitik kuantitatif* dengan menggunakan desain *cross sectional*. Berdasarkan hasil penelitian yaitu terdapat korelasi yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan pelaksanaan senam hamil pada ibu hamil trimester II dan III di Puskesmas Ciputat Tangerang Selatan.

Penelitian Rosy Prameswari, 2023 dengan judul Pengaruh senam hamil terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan di rumah komplementer sahlah. Penelitian ini merupakan jenis penelitian yang menggunakan *Quasy Eksperimental* dengan menggunakan desain penelitian *True Eksperimental* dengan hasil penelitian Terdapat hubungan antara dampak senam hamil terhadap reduksi tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III dalam persiapan menghadapi persalinan di Rumah Komplementer Sahlah.

Penelitian Rilia Tamara Lubyanti (2020) dengan judul Pengaruh mengikuti senam hamil terhadap penurunan kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil di Kecamatan Rambang Kabupaten Muara Enim. Penelitian ini merupakan Jenis penelitian yang menerapkan metode analitik kuantitatif dengan desain *cross-sectional* untuk mengeksplorasi hubungan antara partisipasi dalam senam hamil dan tingkat penurunan kecemasan menjelang persalinan pada ibu hamil di Kecamatan Rambang, Kabupaten Muara Enim.

Penelitian Alfian Adnan dkk (2019) dengan judul Pengaruh senam hamil terhadap penurunan skala nyeri punggung pada ibu hamil primigravida trimester III di Semarang Medical Center (SMC) Telogorejo Semarang. Penelitian ini merupakan Jenis penelitian yang memanfaatkan metode *analitik kuantitatif* dengan menggunakan desain *cross sectional*. Perbedaan terletak pada Jenis Penelitian dan metode yang digunakan dalam penelitian.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan desain *cross-sectional*, yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara variabel dependen dan independen. Pengumpulan data untuk kedua variabel tersebut dilakukan secara simultan dalam satu waktu. Setiap subjek penelitian hanya diobservasi satu kali selama periode penelitian berlangsung (Nur Fadilah Amin, Dkk, 2023).

Populasi merujuk pada keseluruhan himpunan elemen, individu, atau subjek yang menjadi objek dalam suatu penelitian. Kelompok subjek yang menjadi fokus dalam penelitian ini merupakan seluruh ibu hamil yang usia kehamilannya ≥ 22 minggu-36 minggu yang ikut serta dalam senam hamil di wilayah kerja Puskesmas Perawatan Pagatan sebanyak 150 orang ibu hamil.

Metode pengambilan sampel yang diterapkan dalam penelitian ini ialah dengan menggunakan *Accidental Sampling* di mana menunggu sampel yang secara tidak sengaja berkunjung ke Wilayah Kerja Puskesmas Perawatan Pagatan selama penelitian berlangsung dan besar terpenuhi.

Pengambilan data dilakukan dari dua sumber, yakni data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh secara langsung dari responden, di mana proses pengumpulannya dilakukan dengan mengisi kuesioner melalui wawancara langsung guna memperoleh jawaban terkait pengetahuan mengenai senam hamil. Sedangkan data sekunder adalah data yang didapatkan dari pihak Puskesmas berhubungan dengan jumlah kunjungan ibu hamil yang aktif dalam melakukan senam hamil. Waktu pengumpulan data dilaksanakan mulai tanggal 1 – 31 Oktober 2024.

Analisis bivariat digunakan untuk melihat hubungan antara dua variabel, dilakukan uji statistik yang dipakai adalah uji statistik Chi-Square (χ^2), dengan derajat kemaknaan pada signifikan 0,05 dengan menggunakan program komputer (Sugiyono, 2017)

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Kepatuhan Melaksanakan Senam Hamil Pada Responden di Puskesmas Perawatan Pagatan

No	Kepatuhan Responden dalam Melaksanakan Senam Hamil	Frekuensi	%
1.	Patuh	39	65
2.	Tidak Patuh	21	35
Jumlah		60	100

Sumber: Data sekunder (Register KIA)

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa Sebagian responden patuh dalam melaksanakan senam hamil sebanyak 39 orang responden (65%).

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Responden Tentang Senam Hamil di Puskesmas Perawatan Pagatan

No	Tingkat Pengetahuan Responden Tentang Senam Hamil	Frekuensi	%
1.	Baik	37	61,7
2.	Cukup	15	25
3	Kurang	8	13,3
Jumlah		60	100

Sumber: Data sekunder (Register KIA)

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa Sebagian besar responden memiliki Tingkat pengetahuan baik sebanyak 37 orang (61,7%)

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Hubungan Tingkat Pengetahuan Responden dengan Kepatuhan Melaksanakan Senam Hamil di Puskesmas Perawatan Pagatan Tahun 2024

Tingkat Pengetahuan	Kepatuhan dalam Melaksanakan Senam Hamil				Jumlah	
	Patuh		Tidak Patuh		<i>f</i>	%
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%		
Baik	32	86,5	5	13,5	37	100
Cukup	6	40	9	60	15	100
Kurang	1	12,5	7	87,5	8	100
Jumlah	39	75	21	25	60	100

Uji *Chi-Square p value* = 0,000 ($p < \alpha = 0,05$)

Sumber: Data Sekunder 2024

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 37 orang responden yang memiliki pengetahuan baik terdapat 32 orang (86,5%), yang patuh dalam melaksanakan senam hamil dan 5 orang (13,5%) yang tidak patuh melaksanakan senam hamil, responden yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 15 orang terdapat 6 orang (40%) patuh dalam melaksanakan senam hamil dan 9 orang (60%) tidak patuh dalam melaksanakan senam hamil, responden yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 8 orang terdapat 1 orang (12,5%) patuh dalam melaksanakan senam hamil dan 7 orang (87,5%) tidak patuh dalam melaksanakan senam hamil. Hasil Uji *Chi-Square* didapat p -value = 0,000 yang artinya ada hubungan antara Tingkat pengetahuan ibu hamil dengan kepatuhan dalam melaksanakan senam hamil di Puskesmas Perawatan Pagatan Tahun 2024.

B. Pembahasan Penelitian

1) Kepatuhan Responden dalam Melaksanakan Senam Hamil di Puskesmas Perawatan Pagatan Tahun 2024

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta yang disiplin dalam menjalankan senam hamil sebanyak 39 orang responden (65%) dan partisipan yang tidak mematuhi ketentuan yaitu sebanyak 21 orang dalam kegiatan senam hamil (35%). Menurut Ratnam (2017) tingkat pendidikan, baik formal maupun nonformal, berperan dalam membentuk keputusan dan perilaku seseorang. Pendidikan membantu meningkatkan kematangan intelektual, memungkinkan individu untuk membuat keputusan yang lebih bijak dalam bertindak. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah baginya untuk memahami, menerima, dan mengembangkan pengetahuan serta teknologi,

Kepatuhan ibu hamil dalam menjalankan senam hamil bertujuan untuk memperkuat otot-otot panggul, meningkatkan sirkulasi darah, serta memastikan pasokan oksigen yang optimal bagi janin. Melalui latihan ini, ibu hamil juga dapat melatih teknik relaksasi yang berguna dalam memperlancar proses persalinan (Yana Ratman, 2017)

Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat kepatuhan dalam menjalankan senam hamil dipengaruhi salah satunya oleh pendidikan, di mana hal ini ditunjukkan dari data kuesioner dari 60 responden ibu hamil di antaranya berpendidikan menengah ke atas sebanyak 25 orang, dengan 24 orang (96%) yang patuh melaksanakan senam hamil dan 1 orang (4%) tidak patuh melaksanakan senam hamil. Maka dengan pendidikan yang tinggi pengetahuannya semakin baik, dengan pengetahuan baik maka akan semakin patuh.

2) Tingkat Pemahaman Responden Mengenai Senam Kehamilan di Puskesmas Perawatan Pagatan Tahun 2024

Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 37 responden (61,7%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik, sementara 15 responden (25%) memiliki tingkat pengetahuan yang cukup, dan 8 responden (13,3%) menunjukkan tingkat pengetahuan yang kurang

Pengetahuan tentang senam hamil sangat penting dimiliki untuk ibu hamil. Pengetahuan akan memberikan pengaruh pada tindakan yang benar dalam memilih program senam hamil sebagai salah satu olahraga yang baik untuk mempermudah proses persalinan (Sri Utami, 2020)

Menurut Notoatmodjo (2018) bahwa terbentuknya suatu perilaku baru, dimulai pada domain kognitif, dalam arti subjek tahu terlebih dahulu terhadap stimulus yang berupa materi atau objek, sehingga menimbulkan pengetahuan baru pada subjek.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Utami tahun 2020 tentang Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil di Rumah Saki Happy Land Yogyakarta ditemukan Ibu hamil dengan pemahaman terbatas mengenai senam kehamilan.

Hasil peneliti, kurangnya tingkat pengetahuan ibu dapat dipengaruhi oleh kurangnya kesadaran akan pentingnya manfaat senam hamil. Selain itu, kurangnya keinginan ibu hamil untuk mencari informasi tentang senam hamil, sehingga walaupun ibu berpendidikan tinggi apabila kurangnya minat ibu untuk mencari informasi tentang senam hamil akan menyebabkan ibu kurang memahami tentang manfaat senam hamil.

3) Korelasi antara Pengetahuan Ibu Hamil dan Kepatuhan dalam Melaksanakan Senam Kehamilan di Puskesmas Perawatan Pagatan Tahun 2024

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 60 orang responden yang berpengetahuan baik dan patuh dalam melaksanakan senam hamil sebanyak 32 orang (86,5%), responden yang memiliki pengetahuan cukup dan patuh dalam melaksanakan senam hamil hanya sebanyak 6 orang (40%) dan responden yang memiliki pengetahuan kurang tetapi patuh dalam melaksanakan senam hamil sebanyak 1 orang (12,5%). Jumlah responden yang berpengetahuan baik namun tidak patuh dalam melaksanakan senam hamil sebanyak 5 orang (13,5%), responden yang memiliki pengetahuan cukup dan tidak patuh dalam melaksanakan senam hamil sebanyak 9 orang (60%) dan responden yang memiliki pengetahuan kurang dan tidak patuh dalam melaksanakan senam hamil sebanyak 7 orang (87,5%). Dan dari hasil Uji *Chi-Square* didapat *p*-value 0,000 yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima yaitu terdapat hubungan antara Tingkat pengetahuan ibu hamil dengan kepatuhan dalam melaksanakan senam hamil di Puskesmas Perawatan Pagatan Tahun 2024.

Senam hamil merupakan latihan gerak yang berfungsi sebagai terapi untuk membantu ibu hamil dalam mempersiapkan kondisi fisik dan mental menjelang persalinan agar berlangsung cepat, aman, dan alami. Rangkaian latihan selama kehamilan bertujuan untuk mengurangi stres serta kecemasan. Fokus utama dari senam hamil adalah melatih

teknik pernapasan agar ibu tetap tenang dan mampu mengendalikan diri saat proses persalinan berlangsung. Umumnya, senam hamil dianjurkan mulai pada trimester ketiga kehamilan, yaitu sekitar usia kandungan 28–30 minggu (Amphalaza, 2019).

Pengetahuan merupakan hasil dari proses pembelajaran yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal, seperti motivasi, maupun eksternal, seperti ketersediaan sarana informasi dan kondisi sosial budaya. Pemahaman ibu hamil tentang senam hamil mencakup definisi, manfaat atau tujuan, panduan pelaksanaan, serta gerakan yang dilakukan dalam senam hamil (Notoadmodjo, 2018)

Pemahaman memiliki peran krusial dalam membentuk sikap dan keputusan seseorang. Dengan pengetahuan yang dimiliki, seorang ibu akan mempertimbangkan serta memiliki kecenderungan untuk berpartisipasi dalam senam hamil. Wawasan yang baik mengenai senam hamil menjadi faktor yang mendukung minat ibu untuk mengikutinya (Notoadmodjo, 2018)

Kepatuhan merujuk pada perilaku individu dalam mengikuti anjuran medis atau kesehatan sesuai dengan ketentuan yang ditetapkan. Pemahaman yang mendalam mengenai faktor ini sangat berguna bagi ibu hamil dan tenaga kesehatan guna meningkatkan kepatuhan dalam menjalankan senam hamil, sehingga efektivitas terapi dapat terpantau dengan baik. Kepatuhan mencerminkan sejauh mana perilaku seseorang selaras dengan arahan yang diberikan oleh tenaga kesehatan. Tingkat kepatuhan diukur berdasarkan kesesuaian pelaksanaan kegiatan dengan langkah-langkah yang telah ditentukan. Pengukuran tingkat kepatuhan dapat dikendalikan apabila program dijalankan sesuai dengan standar yang berlaku (Ratnam, 2017).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yana Ratnam Tahun 2017 Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Motivasi Ibu Hamil Dengan Kepatuhan Melaksanakan Senam Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Tahun 2017 p -value=0,000 yaitu ada hubungan antara Tingkat pengetahuan dengan kepatuhan ibu hamil dalam melaksanakan senam hamil.

Menurut peneliti, terdapatnya hubungan pengetahuan ibu hamil dengan kepatuhan melaksanakan senam hamil karena pengetahuan merupakan dasar utama dalam melakukan suatu tindakan, di mana ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik tentang senam hamil akan patuh melaksanakan senam hamil, tetapi pengetahuan kurang tentang senam hamil cenderung tidak melaksanakan senam hamil karena masih kurangnya pemahaman pentingnya senam hamil dan manfaat dari senam hamil. Selain itu, ibu hamil yang kurang mengetahui tentang senam hamil dan ketidaktahuannya tentang manfaat-manfaat atau tujuan dari senam hamil maka ibu hamil kurang tertarik untuk melakukan senam hamil.

Hasil penelitian didapatkan ibu hamil yang berpengetahuan cukup tetapi patuh dalam melaksanakan senam hamil. Keingintahuan ibu terhadap hal baru serta perhatiannya terhadap kehamilan mendorongnya untuk mencari informasi lebih lanjut. Ibu hamil dengan tingkat pengetahuan yang baik tentang senam hamil meyakini bahwa aktivitas tersebut

bermanfaat dalam mempersiapkan dan memperlancar proses persalinan, sehingga lebih cenderung melakukannya. Sebaliknya, ibu hamil dengan pemahaman yang terbatas cenderung kurang berminat untuk menjalankan senam hamil.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil dengan Kepatuhan Melaksanakan Senam Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Perawatan Pagatan Tahun 2024 dapat disimpulkan bahwa Responden yang patuh dalam melaksanakan senam hamil sebanyak 65% di wilayah kerja Puskesmas Perawatan Pagatan Tahun 2024, Responden yang memiliki pengetahuan baik dalam melaksanakan senam hamil sebanyak 61,7% di wilayah kerja Puskesmas Perawatan Pagatan Tahun 2024, Ada hubungan antara Tingkat pengetahuan ibu hamil dengan kepatuhan dalam melaksanakan senam hamil dengan p-value 0,000

DAFTAR PUSTAKA

- Alfian Adnan Abidin Amphalaza (2019). *Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Skala Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Semarang Medical Center (SMC) Telogorejo Semarang*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang
- Aliyah. (2016). *Pengaruh Pemberian Senam Hamil Terhadap Tingkat Kecemasan dan Kualitas tidur Ibu Hamil Di Puskesmas Samata Kabupaten Gowa*. Skripsi. Makassar. Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Makassar.
- Amirin, T. (2011). *Populasi dan Sampel Penelitian 4: Ukuran Sampel Rumus Slovin*. Erlangga: Jakarta
- Ardiani, N. (2020). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil dengan Pelaksanaan Senam Hamil: Sebuah Tinjauan Sistematis*. STIK Bina Husada Palembang.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*, Ed Revisi VI. *Jakarta: Penerbit PT Rineka Cipta*.
- Astriana, W. (2020). *Pengetahuan Tentang Senam Hamil terhadap Pelaksanaan Senam Hamil pada Ibu Hamil di Kelas Posyandu*. *Jurnal Kesehatan Abdurahman*, 9(1), 27-33.
- Dewi Susilawati (2017). *Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang senam hamil dengan pelaksanaan senam hamil di Kelurahan Kubu Marapalam Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Padang*. *Jurnal Menara Ilmu Volume XI*,
- Dwi Rahayu, Yuniarsih (2019). *Hubungan Pengetahuan dengan Pelaksanaan Senam Hamil Ibu Primigravida*. *Journals Of Ners Community Volume 10 Nomor 01*.
- Faradiba Jabnabillah, Dkk (2022). *Analisis Korelasi Pearson Dalam Menentukan Hubungan Antara Motivasi Belajar dengan Kemandirian Belajar Pada Pembelajaran Daring*. Institut Teknologi Batam
- Hidayat, A. A. (2017). *Metodologi Penelitian Keperawatan dan Kesehatan* (A. Suslia & T. Utami, eds.). Penerbit Salemba Medika

- Hidayati, U. (2019). Systematic Review: Senam hamil untuk masa kehamilan dan persiapan persalinan. *Placentum: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 7(2), 8-15.
- Husniyah, I. (2023). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Antenatal Care Dengan Kunjungan Antenatal Care Di Puskesmas Mijen Ii Kabupaten Demak* (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Kusnaningsih, A., Aprilia, N. A., & Heriteluna, M. (2023). Pengaruh Aktivitas Fisik Senam Hamil Dan Yoga Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil. *Jurnal Ners*, 7(1), 578-584.
- Lestari, P., Putri, R. A., & Listiyaningsih, M. D. (2019). Pengaruh Kombinasi Prenatal Yoga dan Senam Hamil Terhadap Tingkat Kecemasan dan Lama Persalinan Kala I pada Ibu Hamil Trimester III. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 2(2).
- Nikmah, K., & Muthoharoh, H. (2022). Analisis Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Keikutsertaan Senam Hamil. In *Prosiding Seminar Nasional Unimus* (Vol. 5).
- Notoadmodjo, S. (2010). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Rineka Citra: Jakarta
- Notoadmodjo, S. (2018). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Rineka Citra: Jakarta
- Nur Fadilah Amin, Dkk (2023). *Konsep Umum Populasi dan Sampel Dalam Penelitian*. Universitas Muhammadiyah Makassar
- Prameswari, R., Zuliati, Z., Kusvitasari, H., & Palimbo, A. (2023, December). P Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dalam Menghadapi Persalinan Di Rumah Komplementer "SAHlah": The Effect of Pregnancy Exercise on the Decrease in Anxiety Levels in Pregnant Mothers in the Third Trimester in Facing Childbirth at Complementary Home" SAHlah". In *Proceeding Of Sari Mulia University Midwifery National Seminars* (Vol. 5, No. 1).
- Rilia Tamara Lubyanti (2020). *Pengaruh Mengikuti Senam Hamil Terhadap Penurunan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil di Kecamatan Rambang Kabupaten Muara Enim*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang
- Sri Utami (2020). *Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Senam Hamil di Rumah Sakit Happyland Yogyakarta*. Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta
- Sugiyono, (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta
- Sugiyono, (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. (M.Dr. Ir. Sutopo, S.Pd (ed); ke2 ed)
- Umi Safaah, S.ST.,M.Kes (2023) '*Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Senam Hamil Di Rumah Sakit Musryid Ibnu Syafiudin Kecamatan Krangkeng Tahun 2023*'. Akademi Kebidanan Sayid Sabiq Indramayu
- Vepti Triana Muthmainnah, Dkk (2022). *Hubungan Senam Hamil Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Menghadapi Persalinan di RS S. STIKES Bakti Pertiwi Indonesia*
- Widyawati, F. S. (2013). Pengaruh senam hamil terhadap proses persalinan dan status kesehatan neonatus. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 1(2), 316-324.

- Yana Ratnam (2017). *Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Motivasi Ibu Hamil dengan Kepatuhan Melaksanakan Senam Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya*. Skripsi Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang
- Yuliasari (2010). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Pelaksanaan Senam Hamil (Studi Pada Ibu Hamil Trimester II dan III di Puskesmas Ciputat Tangerang Selatan*. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta