

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU HAMIL TENTANG
SENAM HAMIL DI KLINIK PRATAMA KASIH BUNDA
KAMPUNG LALANG KABUPATEN DELI SERDANG
SUMATERA UTARA TAHUN 2023**



OLEH:

FISTAS TALENTA WAOMA
NPM: 2219201921

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)
MITRA HUSADA MEDAN
T.A 2022/2023**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU HAMIL TENTANG
SENAM HAMIL DI KLINIK PRATAMA KASIH BUNDA
KAMPUNG LALANG KABUPATEN DELI SERDANG
SUMATERA UTARA TAHUN 2023**

SKRIPSI



OLEH :

FISTAS TALENTA WAOMA
NPM: 2219201921

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)
MITRA HUSADA MEDAN
T.A 2022/2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU HAMIL TENTANG SENAM
HAMIL DI KLINIK PRATAMA KASIH BUNDA KAMPUNG LALANG
KABUPATEN DELI SERDANG SUMATERA UTARA TAHUN 2023**

OLEH :

FISTAS TALENTA WAOMA

NPM: 2219201921

Telah Diperiksa dan Disetujui untuk Diseminarkan di Hadapan
Dewan Penguji Skripsi Prodi Kebidanan Program Sarjana
STIKes Mitra Husada Medan

Pembimbing I

Bd. Nurmalina Hutahaeen, STr.Keb., MKM
NIDN: 0106087906

Pembimbing II

Retno Wahyuni, STr.Keb., MTr.Keb
NIDN: 0108029301

**Menyetujui,
Prodi Kebidanan Program Sarjana
Ka. Prodi,**



Febriana Sari, SST, M.Keb

**Mengetahui,
STIKes Mitra Husada Medan
Ketua**



Dr. Siti Nurmawan Sinaga, SKM, M.Kes

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU HAMIL TENTANG SENAM HAMIL DI KLINIK PRATAMA KASIH BUNDA KAMPUNG LALANG KABUPATEN DELI SERDANG SUMATERA UTARA TAHUN 2023

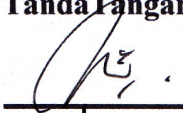
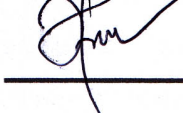
Dipersiapkan dan disusun oleh :

FISTAS TALENTA WAOMA
NPM: 2219201921

Diterima dan Disahkan oleh Dewan Penguji Skripsi
Prodi Kebidanan Program Sarjana
STIKes Mitra Husada Medan

Hari : Sabtu
Tanggal : 17 Juni 2023

Susunan Dewan Penguji

Dewan Penguji	Nama Dewan Penguji	Tanda Tangan
Penguji I	Bd. Nurmalina Hutahaean, STr.Keb., MKM	
Penguji II	Retno Wahyuni, STr.Keb., MTr.Keb	
Penguji III	Yasrida Nadeak, STr.Keb., MKM	

Menyetujui,
Prodi Kebidanan Program Sarjana
Ka. Prodi,



Febriana Sari, SST, M.Keb

Mengetahui,
STIKes Mitra Husada Medan
Ketua



Dr. Siti Nurmawan Sinaga, SKM, M.Kes

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis sampaikan kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat dan berkahnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Senam Hamil Di Klinik Pratama Kasih Bunda kampung Lalang Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara Tahun 2023.**

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Drs Imran Saputra Surbakti, M.M, selaku Ketua pengurus Yayasan Mitra Husada Medan yang telah memberikan fasilitas selama menempuh pendidikan di STIKes Mitra Husada Medan.
2. Dr. Siti Nurmawan Sinaga, SKM, M.Kes, selaku Ketua STIKes Mitra Husada Medan yang telah memberikan arahan dan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.
3. Febriana Sari, SST, M.Keb, selaku Kepala Prodi Kebidanan Program Sarjana STIKes Mitra Husada Medan yang telah memberikan arahan serta motivasi dalam penyelesaian proposal.
4. Bd. Nurmalina Hutahaeen, STr.Keb., MKM, selaku Pembimbing yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, motivasi dan mengarahkan dengan penuh kesabaran kepada penulis sehingga pada akhirnya penulis dapat menyusun skripsi ini.
5. Retno Wahyuni, STr.Keb., MTr.Keb, selaku penguji II yang telah memberikan saran dan masukan untuk perbaikan skripsi ini.
6. Yasrida Nadeak, STr.Keb., MKM, selaku penguji III yang telah memberikan saran dan masukan untuk perbaikan skripsi ini.
7. Seluruh staff dosen STIKes Mitra Husada Medan yang telah sabar dalam memberikan bimbingan dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.

8. Teruntuk Ayahanda Syukur Waoma dan Ibu cantik Anaria Dakhi tercinta, Terimakasih telah memberikan banyak dukungan, doa, serta semangat yang sangat berarti bagi penulis dalam proses menyelesaikan pendidikan sarjana Kebidanan.
9. Teruntuk adik, Serlin Sri Lestari Waoma. Terimakasih sudah ikut serta dalam segala hal. Terimakasih atas semangat, doa, dan cinta yang selalu diberikan kepada pihak penulis. Tumbuhlah menjadi adik yang hebat serta takut akan Tuhan.
10. Teruntuk Desman Putra Jaya Gulo, Terimakasih untuk dukungan, semangat, serta telah menjadi tempat berkeluh kesah penulis dari awal perkuliahan sampai proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini sangat jauh dari kesempurnaan karna keterbatasan pengetahuan maupun pengalaman. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun demi kesempurnaan penulis skripsi ini.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua yang membaca, akhir kata penulis ucapkan terima kasih.

Medan, 17 Juni 2023

Penulis



FISTAS TALENTA WAOMA
NPM: 2219201921

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Fistas Talenta Waoma
Tempat, Tanggal Lahir : Hiliaurifa, 14 April 1998
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Anak : 1 (satu) **dari** 2 (dua) bersaudara
No HP : 0813-7882-7509
Alamat Email : fistaswaoma@gmail.com

Riwayat Pendidikan

Tahun 2003 - 2009 : SD Negeri Hiliaurifa
Tahun 2009 - 2012 : SMP Swasta Citra Sakti Hilisimaetano
Tahun 2012 - 2015 : SMA Negeri 1 Maniamolo
Tahun 2015 - 2018 : Akademi Kebidanan Helvetia Medan

PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi saya ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik baik di STIKes Mitra Husada Medan maupun di Perguruan Tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan hasil penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan pembimbing dan masukan dewan penguji.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di STIKes Mitra Husada Medan.

Medan, 17 Juni 2023
Yang Membuat Pernyataan,



FISTAS TALENTA WAOMA
NPM: 2219201921

ABSTRAK

Nama : Fistas Talenta Waoma
NPM : 2219201921
Judul : Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Senam Hamil Di Klinik Pratama Kasih Bunda kampung Lalang Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara Tahun 2023.

Latar belakang: Senam hamil adalah latihan fisik berupa gerakan-gerakan tertentu yang dilakukan khusus untuk meningkatkan Kesehatan ibu hamil. Senam hamil merupakan bagian dari salah satu kegiatan dalam kelas antenatal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Senam Hamil Di Klinik Pratama Kasih Bunda.

Metode: Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, dengan desain penelitian analitik. Populasi adalah semua ibu hamil Di Klinik Pratama Kasih Bunda dengan sampel penelitian berjumlah 34 orang. Teknik analisis data menggunakan chi square.

Hasil: Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah bahwa Sebagian besar ibu hamil yang berpengetahuan cukup dan kurang memiliki jumlah yang sama yaitu sebanyak 14 orang (41,2%). Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner. Diperoleh hasil Analisa bivariat, Ada Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Manfaat Senam Hamil dengan nilai $p\text{ value } (0,001) < 0,05$.

Kesimpulan: Disarankan agar petugas kesehatan memberikan edukasi serta latihan senam hamil sehingga dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil serta mampu melakukan latihan senam hamil secara rutin untuk mempertahankan kesehatan dan kebugaran selama proses kehamilan dan kelancaran dalam proses persalinan.

Kata Kunci : Pengetahuan, Sikap, Senam Hamil

ABSTRACT

Name : Fistas Talenta Waoma
NPM : 2219201921
Title : *Relationship Between Knowledge and Attitude of Pregnant Women About Pregnancy Exercise at the Kasih Bunda Primary Clinic, Lalang Village, Deli Serdang Regency, North Sumatra in 2023.*

Background: *Pregnancy gymnastics is physical exercise in the form of certain movements that are carried out specifically to improve the health of pregnant women. Pregnancy exercise is part of one of the activities in the antenatal class. This study aims to determine the Relationship Between Knowledge and Attitude of Pregnant Women About Pregnancy Exercise at the Kasih Bunda Primary Clinic.*

Method: *The type of research used is quantitative, with an analytic research design. The population is all pregnant women at the Pratama Kasih Bunda Clinic with a research sample of 34 people. Data analysis technique using chi square.*

Results: *The results obtained in this study were that the majority of pregnant women who had sufficient knowledge and less had the same number, namely 14 people (41.2%). Methods of data collection using a questionnaire. The results of bivariate analysis were obtained, there was a relationship between knowledge of pregnant women about the benefits of pregnancy exercise with a p value (0.001) <0.05.*

Conclusion: *It is recommended that health workers provide pregnancy exercise education and training so that they can increase the knowledge of pregnant women and be able to carry out routine pregnancy exercise to maintain health and fitness during pregnancy and smooth delivery.*

Keywords : *Knowledge, Attitude, Pregnancy Exercise*

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
 BAB 1 PENDAHULUAN	 1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah	3
1.3. Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1. Tujuan Umum	4
1.3.2. Tujuan Khusus	4
1.4. Manfaat Penelitian.....	4
1.5. Hipotesis	5
 BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	 6
2.1. Kehamilan.....	6
2.1.1. Pengertian Kehamilan	6
2.1.2. Tanda-Tanda Kehamilan.....	7
2.1.3. Perubahan Pada Kehamilan.....	8
2.1.4. Tanda Bahaya Kehamilan	10
2.2. Senam Hamil	13
2.2.1. Pengertian Senam Hamil.....	13
2.2.2. Syarat Mengikuti Senam Hamil	15
2.2.3. Manfaat Senam Hamil.....	15
2.2.4. Gerakan Senam Hamil	16
2.3. Pengetahuan.....	19
2.3.1. Pengertian Pengetahuan	19
2.3.2. Tingkat Pengetahuan.....	20
2.3.3. Faktor Pengaruh Pengetahuan.....	22
2.3.4. Pegukuran Pengetahuan	26

2.4. Sikap	26
BAB 3 METODE PENELITIAN	27
3.1. Jenis dan Desain Penelitian	27
3.2. Kerangka Konsep	27
3.3. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	27
3.3.1. Lokasi Penelitian.....	27
3.3.2. Waktu Penelitian	28
3.4. Populasi dan Sampel.....	28
3.5. Etika Penelitian.....	28
3.6. Instrumen Penelitian.....	29
3.7. Prosedur Pengumpulan Data	29
3.8. Definisi Operasional Variabel Penelitian.	30
3.9. Pengolahan dan Analisa Data.....	31
3.9.1. Pengolahan Data.....	31
3.9.2. Analisa Data	32
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	33
4.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	33
4.1.1. Profil Klinik Pratama Kasih Bunda.....	33
4.2. Analisa Univariat.....	33
4.3. Analisa Bivariat	35
4.4. Pembahasan	36
4.4.1. Umur	36
4.4.2. Pendidikan.....	38
4.4.3. Hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang senam hamil.....	40
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	44
5.1. Kesimpulan.....	44
5.2. Saran	44
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian	27

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional	30
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan Pendidikan di Klinik Pratama Kasih Bunda Kampung Lalang, Kab. Deli Serdang, Sumatera Utara Tahun 2023.....	33
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi pengetahuan ibu hamil di Klinik Pratama Kasih Bunda Kampung Lalang, Kab. Deli Serdang, Sumatera Utara Tahun 2023	34
Tabel 4.3 Distribusi frekuensi sikap Ibu hamil di Klinik Pratama Kasih Bunda Kampung Lalang, Kab. Deli Serdang, Sumatera Utara Tahun 2023	34
Tabel 4.4. Distribusi frekuensi hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang senam hamil di Klinik Pratama Kasih Bunda Kampung Lalang, Kab. Deli Serdang, Sumatera Utara Tahun 2023	35

DAFTAR LAMPIRAN

		Halaman
Lampiran 1	Permohonan Menjadi Responden	47
Lampiran 2.	Formulir Persetujuan Menjadi Responden (Informed Consent).....	48
Lampiran 3.	Kuesioner Penelitian	49
Lampiran 4.	Master Tabel Penelitian	54
Lampiran 5.	Hasil Output SPSS.....	59
Lampiran 6.	Dokumentasi	68
Lampiran 7.	Surat Izin Penelitian	69
Lampiran 8.	Surat Balasan Izin Penelitian	70
Lampiran 9.	Surat Komite Etik Penelitian	71