

HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK IBU DENGAN LAMANYA PROSES PERSALINAN DI WILAYAH PUSKESMAS SINDANG BARANG KOTA BOGOR TAHUN 2018¹

Astry

Akademi Kebidanan Wijaya Husada

ABSTRAK

Angka kematian ibu (AKI) adalah salah satu indikator yang dapat menggambarkan kesejahteraan masyarakat di suatu negara. Organisasi kesehatan dunia (WHO) tahun 2012 sebanyak 99% kematian ibu disebabkan oleh masalah persalinan. Angka Kematian Ibu (AKI) di negara berkembang merupakan yang tertinggi dibandingkan dengan AKI di negara maju dengan jumlah 450 kematian/ 100.000 kelahiran hidup. Hal ini sangat penting, mengingat tinggi AKI yang berhubungan dengan kehamilan, persalinan, dan nifas ini selain disebabkan karena komplikasi juga disebabkan oleh beberapa faktor penyulit persalinan yang mempengaruhi lamanya persalinan antara lain faktor usia, paritas, jarak kehamilan, aktivitas selama kehamilan, dan kunjungan antenatal care.⁴

Jenis penelitian adalah metode analitik kuantitatif. Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor Tahun 2018, berjumlah 45 responden. Menggunakan teknik pengambilan sampel total sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner aktivitas fisik dan lembar partograf sedangkan teknik analisis data dengan menggunakan analisa univariat dan bivariat.

Pada uji statistik penelitian tentang hubungan antara aktivitas fisik ibu dengan lamanya proses persalinan di wilayah Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor 2018 dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat 20 (44,44%) ibu dengan Aktivitas Berat yang mengalami partus lama > 24 jam, terdapat 1 (22,2%) ibu dengan aktivitas berat yang mengalami partus normal < 24 jam, terdapat 9 (24,4%) ibu dengan aktivitas berat yang mengalami partus lama > 18 jam, terdapat 2 (4,45%) ibu dengan aktivitas berat yang mengalami < 18 jam. Terdapat 1 (2,22%) ibu dengan aktivitas ringan yang mengalami partus lama > 24 jam, terdapat 3 (6,67%) ibu dengan aktivitas ringan yang mengalami partus normal < 24 jam, terdapat 2 (4,45%) ibu dengan aktivitas ringan yang mengalami partus lama > 18 jam, terdapat 7 (15,55%) ibu dengan aktivitas ringan yang mengalami partus normal < 18 jam. Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square* didapatkan nilai *P Value* 0.000 jadi hipotesis alternatif diterima dan hipotesis nol ditolak. Sehingga terdapat Hubungan Aktivitas Fisik Ibu Dengan lamanya Proses Persalinan di Wilayah Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor Tahun 2018.

Kata kunci : Aktivitas fisik ibu, lamanya proses persalinan

ABSTRACT

The Maternal Mortality Rate (MMR) is one indicator that can describe the welfare of the community in a country. According to the World Health Organization (WHO) in 2012 as many 99% of maternal death's were caused by labor problems. The Maternal Mortality Rate (MMR) in developing countries is the highest compared to MMR in the developed countries with a total 450 deaths/ 100.000 live births. This is very important, considering the high MMR associated with pregnancy, childbirth, nifas, beside being caused due to complication also caused by several complicating factor of labor that effect the length of labor, including age, parity, distance of pregnancy, activity during pregnancy, antenatal care visit.

This type of research is quantitative analytical methods. The study was conducted at the Sindang Barang health center Bogor City in 2018, totaling with 45 respondents. Using the total sampling technique. The instrument used were physical activity questionnaires and partograph sheets while data analysis techniques used univariate and bivariate analysis.

In the statistical test of study of the relationship between maternal physical activity and the length of labor in Sindang Barang Health Center Bogor city 2018, it can be concluded that there are 20 (44,44%) mothers with long-term labor activity > 24 hours, there are 1 (22,2%) mothers with heavy activity that experience normal labor < 24 hours, there 9 (24,4%) mothers with strenuous activity who experience prolonged labor > 18 hours, there are 2 (4,45%) mothers with heavy activity who experience < 18 hours. There are 1 (2,22%) mothers with mild activity who experience prolonged labor > 24 hours, there are 3 (6,67%) mothers with mild activity who experience normal labor < 24 hours, there are 2 (4,45%) mothers with mild activity who

experience prolonged labor > 18 hours, there are 7 (15,55%) mothers with mild activity who experience normal delivery < 18 hours. Based on the results of the value of P value 0.000 is obtained so that the alternative hypothesis is accept and the null hypothesis is reject. So that there is Relationship between Mother's physical Activity and the Length of Labor in the Sindang Barang Health Center in Area Bogor City 2018.

Keywords : *Physical Activity, Length of Labor*

PENDAHULUAN

Angka kematian ibu (AKI) adalah salah satu indikator yang dapat menggambarkan kesejahteraan masyarakat di suatu negara. Menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) tahun 2012 sebanyak 99% kematian ibu disebabkan oleh masalah persalinan. Angka Kematian Ibu (AKI) di negara berkembang merupakan yang tertinggi dibandingkan dengan AKI di negara maju dengan jumlah 450 kematian/ 100.000 kelahiran hidup.

Berdasarkan data Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2008 di Indonesia, setiap jamnya ibu meninggal akibat komplikasi kehamilan. Dengan kata lain lebih dari 9.500 ibu di Indonesia meninggal setiap tahun.. Namun pada tahun 2012 AKI di Indonesia kembali naik menjadi 359/100.000 kelahiran hidup.³

Pada tahun 2015 menurut laporan Dinas kesehatan Jawa Barat dengan kasus kematian ibu melahirkan karena kehamilan, persalinan dan nifas meningkat cukup tajam dari 748 kasus ditahun 2014 menjadi 823 kasus di tahun 2015. Berdasarkan data Dinkes kota Bogor, Bima menyebutkan AKI di tahun 2014 tercatat sejumlah 6 kasus dan naik jumlahnya menjadi 21 ditahun 2015.

Persalinan normal menurut WHO adalah persalinan yang di mulai secara spontan, beresiko rendah pada awal persalinan dan tetap demikian selama proses persalinan, bayi lahir secara spontan dalam presentasi belakang kepala pada usia kehamilan 37-42 minggu lengkap, lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung 18 jam,tanpa komplikasi baik pada ibu maupun pada janin.¹

Bila persalinan dimulai, interaksi antara passanger, passege, power, dan psikis harus sinkron untuk terjadinya kelahiran pervaginam spontan.³ Keberhasilan sebuah proses persalinan sangat dipengaruhi oleh kondisi fisik ibu dan bayi, kondisi psikis maupun penolong yang membantu proses persalinan. Bila salah satu dari faktor tersebut ada yang tidak sesuai bisa terjadi masalah dalam proses persalinan, baik terhadap ibu atau bayinya. Hal ini sangat penting, mengingat tinggi AKI yang berhubungan dengan kehamilan, persalinan, dan nifas ini selain di sebabkan karna komplikasi juga di sebabkan oleh beberapa faktor penyulit

persalinan yang mempengaruhi lamanya persalinan antara lain faktor usia, paritas, jarak kehamilan, aktivitas selama kehamilan, dan kunjungan antenatal care.⁴ Dimana ibu hamil yang melakukan aktivitas fisik yang betar dan berlebihan selama kehamilan kemungkinan besar akan kelelahan dan hal ini dapat berpengaruh fatal pada perkembangan janin, serta apabila ibu melakukan aktivitas fisik yang berat akan menyebabkan menyusutnya berat janin, bahkan sampai bisa menimbulkan keguguran.⁵

Aktivitas fisik adalah setiap pergerakan otot-otot yang mengakibatkan pengeluaran energi. Jenis aktivitas fisik yang sehari-hari dilakukan antara lain berjalan, berlari, olahraga, bekerja, istirahat dan mengerjakan pekerjaan rumah lainnya. Ibu hamil yang banyak melakukan aktivitas fisik relatif ringan akan merangsang perkembangan otak janin lebih besar dan pematangan servik menjelang persalinan.Selain itu aktivitas fisik yang baik selama kehamilan dapat membantu mengurangi intervensi medis selama persalinan, misalnya amniotomi, induksi persalinan, ataupun risiko seksio sesarea dari pada ibu hamil yang sedikit melakukan aktivitas.

Oleh karena itu Aktivitas fisik saat hamil sangat mempengaruhi lamanya persalinan. wanita hamil di sarankan untuk tinggal di rumah dan menghindari upaya fisik yang berat agar tidak mengambil resiko kesehatan mereka dan kehidupan janin. Presepsi aktivitas kehamilan dan fisik telah berubah dalam tahun terakhir, dimana sebagian besar wanita bersedia tetap aktif beraktivitas selama kehamilan.

Berdasarkan hasil survey di Puskesmas Sindang Barang Bogor tahun 2015 ibu melahirkan secara normal yaitu (20%) dan yang tidak normal (80%), pada tahun 2016 ibu melahirkan secara normal yaitu (95%) dan yang tidak normal (5%).

Bedasarkan hasil penelitian Evi Soviayanti (2015) Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Lamanya Proses Persalinan di RSUD 45 Kuningan Jawa Barat menyimpulkan dalam penelitian ini adalah terdapatnya hubungan antara aktivitas fisik rumah tangga, aktivitas fisik olahraga dengan kekuatan ibu (*power*), penumpang (*passenger*), posisi(*possision*), psikologi (*psychology*), paritas dan pendidikan terhadap lama persalinan. Faktor

yang paling dominan terhadap lamanya proses persalinan adalah psikologi (*psychologi*).⁹

Maka berdasarkan study pendahuluan pada 10 responden. Terdapat 4 ibu yang beraktivitas fisik berat dan 6 orang ibu yang beraktivitas fisik ringan. Dan pada proses persalinan terdapat 3 primigravida dengan lama persalinan <18 jam dan 7 multigravida dengan lama persalinan < 24 jam.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “ Hubungan Antara Aktivitas Fisik Ibu Dengan Lamanya Proses Persalinan Di Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor Tahun 2018”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional*. *Cross sectional* study adalah penelitian yang mendesain pengumpulan datanya dilakukan pada satu titik waktu (at one point in time), fenomena yang diteliti adalah selama satu periode pengumpulan data¹⁶. Dalam penelitian ini, fenomena yang diteliti berupa variabel independen yaitu aktivitas fisik ibu dan variabel dependen yaitu proses lamanya persalinan.

Kerangka konsep atau *conceptual framework* adalah model pendahuluan dari sebuah masalah penelitian dan merupakan refleksi dari hubungan variabel-variabel yang diteliti. Tujuan dari kerangka konsep sendiri adalah untuk mensintesa dan membimbing atau mengarahkan penelitian, serta panduan untuk analisis dan intervensi¹⁷.

Variabel independent: variabel ini sering disebut sebagai variabel bebas, sebab, mempengaruhi atau variabel resiko. Variabel independent merupakan variabel resiko atau sebab. Variabel independent disini adalah aktivitas fisik ibu. Variabel dependent: variabel tergantung, terikat akibat terpengaruh atau variabel yang dipengaruhi. Variabel terikat merupakan variabel akibat atau efek variabel dependen disini adalah lamanya proses persalinan.

Dalam penelitian ini variabel terikat adalah lamanya proses persalinan. Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah dimana rumusan masalah telah dinyatakan dalam bentuk pertanyaan. Ho: adanya hubungan aktivitas fisik ibu dengan lamanya proses persalinan di Puskesmas Sindang Barang. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil trimester 3 dengan perkiraan waktu bersalin pada bulan April-

Mei di wilayah Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor yaitu sebanyak 45 ibu hamil Trimester 3.

Berdasarkan teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik Nonprobability yaitu sample jenuh atau sering disebut *total sampling*. Menurut Sugiyono (2013;124) sample jenuh yaitu teknik penentuan sample dengan cara mengambil seluruh anggota populasi sebagai responden atau sample.

Jadi sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester II dan III dengan perkiraan waktu inpartu pada bulan Mei-Juni di Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor yang berjumlah 45 responden.

Tidak ada resiko yang berarti yang mungkin timbul pada responden dan peneliti selama penelitian. Peneliti memperoleh persetujuan dari calon responden dengan cara wawancara secara verbal apakah dia bersedia menjadi responden untuk penelitian dan penyebaran lembar persetujuan menjadi responden. Dan peneliti memperoleh persetujuan dari dinas kesehatan setempat dengan melalui surat yang dikeluarkan institusi secara formal.

Berikut beberapa etika dan hak yang peneliti jamin kepada setiap responden, antara lain: *Informed consent* Merupakan cara persetujuan dengan partisipan dengan memberikan lembar persetujuan, *anonymity* Peneliti menjamin kerahasiaan subjek penelitian dan peneliti tidak mencantumkan nama dalam pengisian data, *Confidentiality* Kerahasiaan informasi dijamin oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu saja akan disajikan dan di laporkan sebagai hal riset

Instrumen penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah berupa lembar kuesioner aktivitas fisik dan lembar partograf.

Uji validitas dilakukan pada instrument Aktivitas Fisik Ibuyang terdiri dari 10 pernyataan. Uji validitas instrumen dapat menggunakan rumus korelasi. Rumus korelasi berdasarkan *Pearson Product Moment* dimana jika $r_{hit} > r_{tabel}$ yang artinya instrumen valid. Berdasarkan uji validitas yang telah dilakukan dengan menggunakan microsoft excel 2010 didapatkan hasil bahwa 45 responden pada 10 pertanyaan dinyatakan valid karena memiliki nilai di atas 0,444. berdasarkan hasil uji reabilitas yang telah dilakukan dengan perhitungan manual dengan bantuan microsoft excel 2010, berdasarkan rumus diatas, didapatkan hasil bahwa dari 45 responden menunjukkan hasil dari 10 pertanyaan kuesioner yang reliabel karena memiliki nilai diatas 0,60.

Pengolahan Data Menurut Notoatmodjo bila yang masuk sampah maka keluaranya juga sampah. Oleh karena itu pengolahan data terdiri

dari beberapa tahap yaitu.: yang pertama *Editing* merupakan suatu kegiatan untuk melakukan pemeriksaan dan perbaikan terhadap data yang sudah didapat.¹⁴

Yang kedua *Coding* Setelah semua data disunting maka langkah selanjutnya dilakukan *coding*, yaitu memberi kode data dengan cara mengubah kalimat atau huruf menjadi angka. yang ketiga *Data Entry* atau *Processing Data Entry* adalah memasukan data yang sudah dilakukan pengkodean kedalam *software computer* (SPSS). dan yang keempat *Cleaning* Setelah semua data sudah dimasukan ke dalam *software* komputer kemudian perlu dilakukan pemeriksaan kembali data yang sudah di entri apabila terjadi kesalahan atau ketidak lengkapan maka dilakukan perbaikan atau koreksi.¹⁴

Penelitian ini melalui dua kali analisa data, yang pertama Analisis *Univariat*, analisa jenis ini bertujuan tidak lain tidak bukan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan setiap variable penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan presentase dari setiap variabel.¹⁷ Yang kedua dan yang terakhir adalah Analisis *bivariat*. Analisa *Bivariat* adalah analisa yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi.¹⁴

Dalam penelitian ini menggunakan jenis uji *Chi Square* atau yang biasa juga disebut dengan Kai Kuadrat. *Chi Square* adalah merupakan sejenis uji komparatif non parametris yang biasa dilakukan dilakukan pada masing-masing ataupun kedua variabel.¹⁴

HASIL PENELITIAN

Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor pada bulan November 2018, Pengambilan data dilakukan pada tanggal 02 - 10 Januari 2018 dengan jumlah responden sebanyak 45 responden.

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Aktifitas Fisik Ibu di Wilayah Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor Tahun 2018, dari 45 responden, terdapat 32 responden (71.1%) dengan Aktivitas berat, dan 13 responden (28.9%) dengan Aktivitas ringan .

No	Aktivitas Fisik Ibu	Frekuensi	Presentase
1.	Aktivitas Berat	32	71,1%
2.	Aktivitas Ringan	13	28,9%
Total		45	100%

Sumber : SPSS Versi 20

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Lamanya Proses Persalinan di Wilayah Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor Tahun 2018. distribusi frekuensi Lamanya Proses Persalinan dari jumlah 45 responden. terdapat 21 (46.7%) ibu dengan partus lama > 24 jam.

No	Lamanya Proses Persalinan	Frekuensi	Persentase
1.	partus lama jika > 24 jam	21	46,7%
2.	normal jika < 24 jam	4	8,9%
3.	partus lama jika > 18 jam	11	24,4%
4.	normal jika < 18 jam	9	20%
Total		45	100%

Sumber: SPSS 20 tahun 2018.

Tabel 4.3 hasil analisa hubungan Aktivitas Fisik Ibu Dengan Lamanya Proses Persalinan di Wilayah Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor Tahun 2018 dari 45 responden. terdapat 20 (44,44%) ibu dengan aktivitas berat yang mengalami partus lama > 24 jam.

Aktivitas Fisik Ibu	Lamanya Proses Persalinan				Jumlah (N)	%	PValue				
	Partus Lama > 24 jam	Normal >24 jam	Partus Lama > 18 jam	Normal >18 jam							
	N	%	N	%	N	%					
Aktivitas Berat	20	44,44%	1	2,22%	9	20%	2	4,45%	32	71,1%	0,000
Aktivitas Ringan	1	2,22%	3	6,67%	2	4,45%	7	15,55%	13	28,9%	
Total	21	46,66%	4	8,89%	11	24,45%	9	20%	45	100%	

Sumber : SPSS Versi 20

Hasil uji statistik *chi-square* didapatkan nilai *P Value* 0.000 jadi hipotesis alternatif diterima dan hipotesis nol ditolak. Sehingga terdapat Hubungan Aktivitas Fisik Ibu Dengan lamanya Proses Persalinan di Wilayah Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor Tahun 2018.

PEMBAHASAN

Selanjutnya bagian pembahasan, pembahasan adalah penuturan-penuturan mengenai kesenjangan yang muncul setelah peneliti melakukan penelitian kemudian membandingkan secara teori dengan hasil penelitian yang didapati peneliti di lapangan. Penelitian ini merupakan penelitian mengenai hubungan antara aktivitas fisik ibu dengan lamanya proses persalinan di wilayah puskesmas sindang barang Kota Bogor Tahun 2018.

a. **Aktivitas Fisik Ibu**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 45 responden terdapat 32 (71,1%) ibu yang beraktivitas fisik berat dan 13 (28,9%) ibu yang beraktivitas fisik ringan di Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor Tahun 2018.

Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang membutuhkan energi untuk mengerjakannya. Sedangkan olahraga merupakan aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur serta melibatkan gerakan tubuh berulang-ulang dan bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani.⁴

Faktor-faktor yang mempengaruhi persalinan akibat terlalu banyak beraktivitas dapat memicu kontraksi, terjadinya persalinan dini, menyebabkan varises, mengeluarkan flek atau bercak darah, mengalami pendarahan, dan beresiko keguguran.¹³

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Brayshaw (2008) tentang Hubungan aktivitas fisik rumah tangga dengan lamanya persalinan. Terdapatnya hubungan antara aktivitas fisik rumah tangga dengan lamanya persalinan. Berdasarkan hasil analisa data 49 ibu pada masa kehamilan yang aktivitas fisik rumah tangganya tidak rutin, terdapat 41 (83,7%) dengan lama persalinan >18 jam, sedangkan dari 38 ibu yang melakukan aktifitas fisik rumah tangga dengan rutin saat kehamilan 13 (34,2%) dengan lama persalinan >18 jam. Hasil analisis dari p-value aktifitas fisik rumah tangga (0,001) lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$).

Berdasarkan hasil univariat, bahwa dari 45 responden yang beraktivitas fisik berat memperoleh presentase yang lebih besar dibandingkan dengan ibu yang beraktivitas fisik ringan. Hal ini dapat dilihat dari hasil aktivitas fisik berat diperoleh sebanyak 32 (71,1%) responden dan yang aktivitas fisik ringan sebanyak 13 (28,9%) responden. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ibu yang banyak extion di luar seperti survey lapangan, pembantu rumah tangga, kerja pabrik industri, berdagang dapat mempengaruhi lamanya proses persalinan.

b. **Lamanya Proses Persalinan**

Hasil penelitian di Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor menunjukkan bahwa dari 45 responden terdapat terdapat 21 (46,7%) ibu dengan lama partus > 24 jam, terdapat 4 (8,9%) ibu dengan normal < 24 jam, terdapat 11 (24,4%) dengan lama partus > 18 jam, terdapat 9 (20%) dengan normal < 18 jam.

Proses persalinan normal yaitu yang berlangsung sangat konstan terdiri dari kontraksi uterus yang teratur, penipisan dan dilatasi servix

yang progresif, dan kemajuan penurunan bagian presentasi.¹⁰

Faktor – faktor yang mempengaruhi lamanya proses persalinan adalah ukuran kepala bayi, posisi kepala bayi, bentuk dan luas rongga panggul kemampuan leher rahim untuk menipis dan terbuka, kemampuan mengedan, aktivitas fisik ibu pada saat kehamilan, pandangan ibu tentang melahirkan, dukungan dari keluarga dan tim kesehatan serta pertolongan persalinan¹⁴

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Evi Soviyanti (2015) tentang “Faktor-faktor yang mempengaruhi lamanya proses persalinan di RSUD’45 Kuningan Jawa Barat” terdapatnya hubungan antara aktivitas fisik rumah tangga, aktivitas fisik olahraga dengan kekuatan ibu (*power*), penumpang (*passengege*), posisi (*position*), psikologi (*phsycologi*), paritas dan pendidikan terhadap lama persalinan. Faktor yang paling dominan terhadap lamanya persalinan adalah psikologis (*psikologi*). Hasil analisa dari p-value psikologi ibu (0,001) lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$).

Berdasarkan hasil univariat, bahwa dari 45 responden yang mengalami partus lama memperoleh lebih besar persentasenya di banding partus normal. Hal ini dapat dilihat dari hasil observasi yang mengalami partus lama > 24 jam sebanyak 21 (46,7%) ibu dengan partus normal < 24 jam sebanyak 4(8,9%) ibu dengan partus lama >18 jam sebanyak 11 (24,4%) ibu dengan partus normal < 18 jam, terdapat 9 (20%). Sehingga dapat disimpulkan kurangnya kemampuan ibu untuk mengedan dan aktivitas fisik ibu pada saat kehamilan dapat mempengaruhi lamanya proses persalinan.

c. **Hubungan Antara Aktivitas Fisik Ibu Dengan Lamanya Proses Persalinan Di Wilayah Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor Tahun 2018.**

Hasil analisa Hubungan Antara Aktivitas Fisik Ibu Dengan Lamanya Proses Persalinan Di Wilayah Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor Tahun 2018 dari 45 responden terdapat 20 (44,44%) ibu dengan Aktivitas Berat yang mengalami partus lama > 24 jam, terdapat 1 (2,2%) ibu dengan aktivitas berat yang mengalami partus normal < 24 jam, terdapat 9 (24,4%) ibu dengan aktivitas berat yang mengalami partus lama > 18 jam, terdapat 2 (4,45%) ibu dengan aktivitas berat yang mengalami < 18 jam. Terdapat 1 (2,22%) ibu dengan aktivitas ringan yang mengalami partus lama > 24 jam, terdapat 3 (6,67%) ibu dengan aktivitas ringan yang mengalami partus normal < 24 jam, terdapat 2 (4,45%) ibu dengan aktivitas ringan yang mengalami partus lama > 18 jam, terdapat 7

(15,55%) ibu dengan aktivitas ringan yang mengalami partus normal < 18 jam.

Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang membutuhkan energi untuk mengerjakannya. Sedangkan olahraga merupakan aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur serta melibatkan gerakan tubuh berulang-ulang dan bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani.⁴

Proses persalinan merupakan proses alamiah dimana terjadi dilatasi (peregangan atau pelebaran) serviks, lahirnya bayi dan plasenta dari rahim ibu, proses alamiah persalinan disebut persalinan normal.¹¹

Faktor – faktor yang mempengaruhi lamanya proses persalinan adalah ukuran kepala bayi, posisi kepala bayi, bentuk dan luas rongga panggul kemampuan leher rahim untuk menipis dan terbuka, kemampuan mengedan, aktivitas fisik ibu pada saat kehamilan, pandangan ibu tentang melahirkan, dukungan dari keluarga dan tim kesehatan serta pertolongan persalinan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yulrina Ardhiyanti (2016) tentang “Faktor Ibu yang Berhubungan dengan kejadian persalinan lama di RSUD Arifin Achmad Pekanbaru” dalam penelitian tersebut ditemukan hubungan yang signifikan ($p < 0,05$) antara usia ibu, paritas dan his dengan kejadian persalinan lama.

Berdasarkan pembahasan diatas peneliti menganalisis bahwa antara aktivitas fisik ibu dengan lamanya proses persalinan memiliki tingkat hubungan yang signifikan. Hasil uji *Chi-Square* didapatkan nilai $p = 0,000$ yang artinya $p \text{ value} < 0,05$, maka hipotesis nol ditolak dan hipotesis peneliti diterima. Sehingga ada hubungan antara aktivitas fisik ibu dengan lamanya proses persalinan di wilayah Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor Tahun 2018.

Besar kejadian lamanya proses persalinan pada ibu di wilayah Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor, disebabkan oleh tingkat aktivitas fisik yang berat seperti survey lapangan, pembantu rumah tangga, kerja pabrik industri dan berdagang, hal tersebut cenderung akan terjadi kurangnya kemampuan ibu untuk mengedan saat melahirkan, dan karena aktivitas fisik ibu yang terlalu berat pada saat kehamilan dapat mempengaruhi lamanya proses persalinan.

KESIMPULAN

Dari hasil dan pembahasan penelitian yang dilakukan di Puskesmas Sindang Barang Kota

Bogor tahun 2018, Dapat ditarik beberapa kesimpulan yakni sebagai berikut :

Diketahui hui aktivitas Fisik Ibu di Wilayah Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor tahun 2018 dari 45 responden, didapatkan data bahwa yang mengalami aktivitas fisik berat sebanyak 32 (71,1%) ibu.

Diketahui Kejadian lamanya proses persalinan di wilayah Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor tahun 2018 dari 45 ibu, terdapat terdapat 21 (46.66%) ibu dengan lama partus > 24 jam.

Hasil analisa Aktivitas Fisik Ibu dengan Lamanya Proses Persalinan Di Wilayah Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor 2018 terdapat 45 ibu, diperoleh hasil bahwa terdapat 20 (44,44%) ibu dengan Aktivitas Berat yang mengalami partus lama > 24 jam, Hasil uji statistik didapatkan nilai $p \text{ - value}$ lebih kecil dari 0.05 ($0.000 < 0.05$), sehingga keputusan uji adalah H_0 ditolak Berdasarkan keputusan uji tersebut, maka disimpulkan terdapat Hubungan Antara Aktivitas Fisik Ibu Dengan Lamanya Proses Persalinan di Wilayah Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor Tahun 2018.

SARAN

1. Bagi ilmu pengetahuan
Dapat dijadikan sebagai bahan bacaan khasanah ilmiah dibidang ilmu kesehatan khususnya kebidanan (KIA), dapat dijadikan informasi dan digunakan untuk mengembangkan keilmuan tentang pengetahuan ibu tentang aktivitas fisik ibu selama kehamilan yang akan menjelang persalinan, serta dampak buruknya apabila aktivitas fisik ibu yang terlalu berat akan mempengaruhi lamanya proses persalinan dan bahaya lainnya, serta sebagai bahan dan sumber bahasan untuk memperluas hasil-hasil penelitian yang telah ada sebelumnya.
2. Bagi Tenaga Kesehatan Puskesmas Sindang Barang
Dapat dijadikan sebagai evaluasi dalam memberikan pembelajaran tentang aktivitas fisik yang mempengaruhi lamanya proses persalinan agar seluruh ibu dapat mencegah terjadi lamanya proses persalinan, serta dampak buruknya agar di kemudian hari tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan. Dan mengadakan penyuluhan pengetahuan ibu tentang body mekanik yang dapat membantu aktivitas fisik ibu sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization (WHO). *Angka Kematian Ibu*. Amerika: WHO 2012.

2. Biro Pusat Statistik. 2012. *Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI)*. BPS-BKKPN Depkes RI.
3. DEPKES. 2015. *Kasus Kematian Ibu*. www.depkes.co.id>12_jabar_2016
4. WHO, 2012. *Persalinan Normal* . www.Asuhan-persalinan-normal.co.id
5. Saifuddin, AB. 2002. *Persalinan Normal*.Madepurningsih.wordpress.com
6. WHO. 2016. *Faktor Resiko Aktivitas Fisik*. www.kesehatan-ibu.co.id
7. Zsafira Rachma. 2017. *Hubungan aktivitas fisik selama kehamilan dengan kejadian pre-eklamsia pada ibu hamil*.Puskesmas 1 Cilongok Kabupaten Banyumas.
8. Soviyanti Evi. 2015. *Faktor-faktor yang mempengaruhi lamanya proses kehamilan*. RSUD '45 Kuningan Jawa Barat.
9. Perry,et all. 2010. *Proses Persalinan Normal*. Yogyakarta: NuhaMedika
10. Rohani dkk. 2010. *Asuhan Pada Masa Persalinan*. Jakarta : Salemba Medika
11. Yuliatun, Laily. 2008. *Proses Persalinan*. journal.um-surabaya.ac.id
12. Sofian. 2012. *Tanda dan gejala persalinan*. abstrak.ta.uns.ac.id
13. Sondahk. 2013. *Mekanisme persalinan*. abstrak.ta.uns.ac.id
14. BundaNet. 2015. *Faktor faktor yang mempengaruhi lamanya proses persalinan*. www.BundaNet.com
15. Adisaputra. 2005. *Pengertian Aktivitas Fisik*. www.definisimenurutparaahli.com
16. World Health Organization. 2010. *Physical Activity*. in Guide to Comunity preventive Services Web site, 2008
17. Kristanti et all . 2002. *Definisi Aktivitas Fisik*. digilib.unila.ac.id
18. Andra . 2015. *9 Pola Latihan Fisik yang Cocok Untuk Ibu Hamil dalam Melancarkan Proses Kehamilan*. www.arwini.com
19. Hamil.co.id .*10 Bahaya Akibat Kelelahan Pada Ibu Hami*. [http/hamil.co.id](http://hamil.co.id)
20. Sugiono, 2015. *Statiska Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta