

HUBUNGAN KEBIASAAN SENAM HAMIL DENGAN KEJADIAN RUPTUR PERINEUM PADA IBU BERSALIN DI RB RACHMI YOGYAKARTA TAHUN 2009¹

Ismiyati², Farida Kartini³

INTISARI : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan senam hamil dengan kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin di RB RACHMI Yogyakarta tahun 2009. Metode yang digunakan adalah *survey* dengan pendekatan waktu *Retrospektif*. Populasi dalam penelitian ini ada 60 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan sampel jenuh. Data penelitian diambil secara sekunder dari rekam medik. Analisis datanya menggunakan uji statistik *Chi Kuadrat* (X^2) dan *Odds Rasio* (OR) untuk mengetahui korelasi dan seberapa besar risiko terjadinya ruptur perineum pada ibu bersalin yang tidak senam hamil. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan senam hamil dengan kejadian ruptur perineum yang diketahui dari nilai $P = 0,009$, nilai $OR = 4,125$, dan nilai koefisien kontingensi sebesar 0,319. Nilai – nilai tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang rendah antara senam hamil dengan kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin. Ibu bersalin yang tidak senam hamil memiliki risiko 4 kali lebih besar untuk mengalami ruptur perineum dari pada ibu bersalin yang senam hamil.

Kata kunci : senam hamil dan ruptur perineum

PENDAHULUAN

Angka kematian ibu (AKI) di Indonesia masih cukup tinggi. Berdasarkan Survey Demografi Kependudukan Indonesia (SDKI) tahun 2007, AKI sebesar 248 per 100.000 kelahiran hidup atau setiap jam terdapat 2 orang ibu bersalin meninggal dunia karena berbagai sebab. AKI Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2006 khususnya kematian ibu bersalin ada 25 orang yang terbagi atas Kota Yogyakarta 9 orang,

Bantul 3 orang, Kulonprogo 5 orang, Gunung Kidul 8 orang (Dinkes. Prop. DIY, 2007). Oleh karena itu, perhatian terhadap peristiwa kehamilan dan persalinan sangat penting. Melalui upaya pelayanan kesehatan ibu dan anak (KIA) yang berkualitas, menyeluruh, dan terpadu. Hal itu diharapkan dapat meningkatkan cakupan pelayanan yang pada gilirannya akan menurunkan angka kematian ibu (Harian Kompas, 2008).

Pemerintah menggunakan *Safe Motherhood* sebagai salah satu upaya untuk mengatasi kompleksitas tingginya angka kematian ibu. *Safe Motherhood* tersebut akan memberikan pelayanan berupa kesehatan dasar, *Antenatal Care*, persalinan bersih dan

¹ Judul Karya Tulis Ilmiah

² Mahasiswa D III Prodi Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

³ Dosen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

aman, pelayanan nifas, pelayanan KB, dan pelayanan *obstetri esensial* (Depkes RI, 2002). Pelayanan-pelayanan dari *Safe Motherhood* tersebut diharapkan dapat mencapai target dari pemerintah dalam menurunkan angka kematian ibu sehingga, pada tahun 2010 angka kematian ibu menjadi 125 per 100.000 kelahiran hidup (18 September 2008, www.depkes.go.id).

Telah disebutkan di atas bahwa *Antenatal Care* merupakan bentuk dari *Safe Motherhood*, dimana pelayanan *Antenatal Care* salah satunya berupa senam hamil. Senam hamil tersebut mempunyai manfaat dalam menjaga kesehatan ibu selama hamil dan membantu ibu dalam mempersiapkan proses persalinan. Secara fisik, manfaat dari senam hamil dalam mempersiapkan persalinan salah satunya adalah memperkuat dan mempertahankan kelenturan otot-otot dasar panggul yang berperan penting dalam proses persalinan. Senam hamil atau olahraga *Kegel* yang dilakukan pada minggu kedelapan sebelum persalinan ini akan membantu daerah perineum untuk lebih elastis sehingga mengurangi risiko terjadinya luka goresan atau ruptur (Heidi Murkoff, 2007). Senam hamil tetap menjadi faktor penting dalam mempengaruhi terjadinya ruptur perineum meskipun ada faktor lain yang bisa mempengaruhi ruptur perineum seperti kelainan presentasi pada bayi, berat bayi yang dilahirkan dengan berat badan besar, jenis persalinan, dan persalinan cepat (Vicky Chapman, 2006).

Terjadinya ruptur perineum akan menambah angka kesakitan dan

angka kematian ibu. Sekitar 70 % perempuan yang melahirkan *pervagina* mempunyai risiko mengalami trauma perineum. Ibu-ibu yang mengalami ruptur perineum tersebut banyak mengeluhkan ketidaknyamanan selama masa nifasnya. Ketidaknyamanan yang dirasakan adalah rasa nyeri di daerah luka perineum terutama pada saat duduk, berjalan, buang air kecil, buang air besar, dan rasa sakit tersebut meningkat pada saat batuk serta bersin. Sedangkan dari segi emosionalnya akan muncul kekhawatiran terhadap luka yang tidak kunjung sembuh akibat dari banyaknya gerakan dalam sehari – hari (Heidi Murkoff, 2007).

Ruptur perineum yang terjadi dalam persalinan dibedakan dengan derajat perlukaan, mulai dari ruptur perineum derajat 1 sampai dengan derajat 4, sehingga luka yang terjadi pun sangat bervariasi dari luka kecil dengan tepi rata sampai luka besar tepi tidak rata. Robekan perineum yang terjadi tersebut dapat mengakibatkan perdarahan, infeksi, timbulnya jaringan parut, inkontinensia rektal, dan lain-lain.

Perdarahan yang timbul pada *post partum* dini bisa disebabkan karena derajat ruptur yang besar ataupun ruptur menge nai pembuluh darah disekitar perineum. Untuk Luka yang terjadi pada derajat 2 sampai derajat 4 akan dilakukan penjahitan. Penjahitan yang tidak benar akan menimbulkan terjadinya masalah saat buang air besar dan jaringan parut pada kemudian hari. Jaringan parut tersebut akan mengganggu saat berhubungan seksual sehingga timbul nyeri. Luka jahitan yang tidak dilakukan perawatan dengan baik akan menimbulkan terjadinya infeksi (David T.Y. LIU, 2008)

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di RB RACHMI yang terletak di pusat kota Yogyakarta dan salah satu RB yang mempunyai program Senam Hamil, pada pertengahan bulan November 2008 didapatkan 8 ibu-ibu bersalin terdapat 6 orang yang mengalami ruptur perineum. Dari 8 ibu bersalin tersebut, 3 diantaranya mengikuti senam hamil dimana 2 tidak terjadi ruptur dan 1 terjadi ruptur perineum.

Dengan adanya masalah tersebut maka, penulis berkeinginan untuk melakukan penelitian dengan judul " Hubungan Kebiasaan Senam Hamil dengan Kejadian Ruptur Perineum Pada Ibu Bersalin di RB RACHMI Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode Survey analitik. Pendekatan waktu yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Retrospektif*, dimana masalah ruptur perineum diidentifikasi dengan melihat kebiasaan ibu pada saat hamil kaitannya dalam melakukan senam hamil atau tidak. Penelitian ini menggunakan *Odds Ratio* sebagai perbandingan pajanan antara kelompok kasus dengan kontrol.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah ibu – ibu bersalin yang ada di RB RACHMI Yogyakarta pada bulan Januari 2008 sampai bulan Februari 2009 dengan karakteristik jenis persalinan normal tanpa episiotomi, berat bayi lahir 2500 gram sampai 4000 gram, presentasi belakang kepala, partus bukan presipitatus. Pengambilan sampel dilakukan dengan *Sampling jenuh* dimana sampel diambil dari

semua anggota populasi (A. A. Alimut Hidayat, 2007). Sampel dalam penelitian ini ada 60 ibu bersalin.

Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar isian yang di dalamnya berupa kejadian ruptur perineum derajat 1, 2, 3, 4, dan perineum utuh, serta kebiasaan senam hamil dengan kriteria senam dan tidak senam. Penelitian ini diambil dari data sekunder kemudian dikumpulkan dengan metode pendokumentasian. Dimana data tersebut diperoleh dari daftar hadir peserta senam hamil dan buku register persalinan responden, kemudian di masukkan kedalam lembar isian tersebut yang berisi beberapa karakteristik sebagai panduan.

Analisis data dilakukan secara komputerisasi dengan program SPSS 16.00 dan uji statistik yang digunakan adalah *Chi-Kuadrat* karena analisis datanya *non parametrik* dengan skala data yang digunakan adalah *skala nominal dan nominal*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

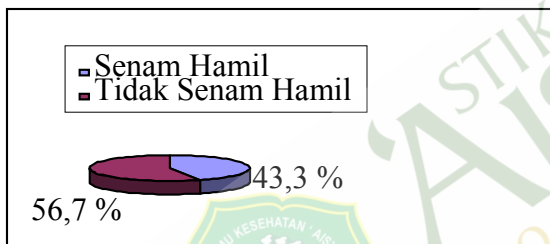
Tabel 1. Distribusi frekuensi berdasarkan berat badan bayi lahir pada ibu bersalin di RB RACHMI

Berat Bayi Lahir (Gram)	Perineum Ruptur		Perineum Utuh		Kebiasaan Senam Hamil	
	Σ	(%)	Σ	(%)	Σ	(%)
2500-2999	8	26,7	14	46,7	8	30,8
3000-3499	10	33,3	9	30	9	34,6
3500-4000	12	40	7	23,3	9	34,6
Jumlah	30	100	30	100	26	100

Berdasarkan data di atas dapat diketahui bahwa ruptur perineum paling banyak terdapat pada responden yang mempunyai berat bayi lahir 3500 – 4000 gram yaitu 12 (40%) responden dan responden yang mengalami ruptur perineum dalam jumlah sedikit terjadi pada responden yang mempunyai berat

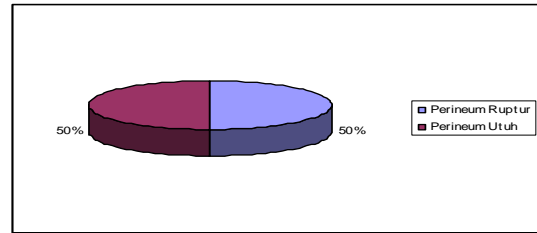
bayi lahir 2500 – 2999 gram yaitu 8 (26,7%) responden. Begitu sebaliknya, untuk tingkat keutuhan perineum paling banyak terjadi pada responden yang mempunyai berat bayi lahir 2500 – 2999 gram sebesar 14 (46,7%) responden dan jumlah terkecil pada responden yang mempunyai berat bayi lahir 3500 – 4000 gram yaitu sebesar 7 (23,3%) responden

Jumlah minimal responden yang mengikuti senam hamil terdapat pada responden yang mempunyai berat bayi lahir 2500 – 2999 gram yaitu 8 (30,8%) responden. Sedangkan responden yang mempunyai berat bayi lahir 3000 – 3499 gram dan 3500 – 4000 gram masing – masing ada 9 (34,6%) responden yang ikut senam hamil.



Gambar 1 Diagram Kebiasaan Senam Hamil pada Ibu Bersalin di RB RACHMI Yogyakarta Tahun 2009

Berdasarkan gambar 1 dapat diketahui bahwa responden yang tidak mengikuti senam hamil dan responden yang mengikuti senam hamil mempunyai jumlah yang hampir sama.



Gambar 2 Kejadian Ruptur Perineum pada Ibu Bersalin di RB RACHMI Yogyakarta

Berdasarkan gambar di atas dapat diketahui bahwa antara perineum utuh dengan perineum ruptur memiliki jumlah yang sama yaitu masing – masing 30 responden (50%)

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Derajat Ruptur Perineum pada Ibu Bersalin di RB RACHMI

Derajat Ruptur Perineum	Jumlah	Presentase (%)
Derajat 1	9	30
Derajat 2	14	46,7
Derajat 3	7	23,3
Derajat 4	0	0
Jumlah	30	100,0

Berdasarkan data diatas dapat diketahui bahwa tidak ada responden yang mengalami ruptur perineum derajat 4 (0 %) dan angka kejadian ruptur perineum paling banyak terjadi pada derajat 2 yaitu sebesar 46,7 % (14 orang).

Tabel 3. Data Kebiasaan Senam Hamil dan Kejadian Ruptur Perineum pada Ibu Bersalin di RB RACHMI Yogyakarta

Kejadian Ruptur \ Kebiasaan Senam Hamil	Perineum Ruptur				Total	
	Σ	%	Σ	%	Σ	%
Tidak Senam	22	64,7	12	35,3	34	100
Senam	8	30,8	18	69,2	26	100
Total	30	50	30	50	60	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa mayoritas responden yang tidak mengikuti senam hamil mengalami ruptur perineum sebanyak 22 (64,7 %) responden sedangkan responden yang mengikuti senam hamil mayoritas memiliki perineum utuh yaitu sebesar 18 (69,2%) responden.

Tabel 4. Data Kebiasaan Senam Hamil dan Derajat Ruptur Perineum pada Ibu Bersalin di RB RACHMI Yogyakarta

Kejadian Ruptur \ Kebiasaan Senam Hamil	Derajat Ruptur Perineum								Total	
	1		2		3		4		Σ	%
	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%		
Senam	3	37,5	4	50	1	12,5	0	0	8	100
Tidak Senam	6	27,3	10	45,4	6	27,3	0	0	22	100
Jumlah	9	30	14	46,7	7	23,3	0	0	30	100

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa mayoritas ruptur perineum terjadi pada derajat 2, baik itu pada ibu-ibu yang mengikuti senam hamil maupun yang tidak mengikuti senam hamil.

Tabel 5. Hasil Nilai Perhitungan Chi – Square Test

	Chi-Square Tests			Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)		
Pearson Chi-Square	6.787 ^a	1	.009		
Continuity Correction ^b	5.498	1	.019		
Likelihood Ratio	6.932	1	.008		
Fisher's Exact Test				.018	.009
Linear-by-Linear Association	6.674	1	.010		
N of Valid Cases ^b	60				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 13.00.

b. Computed only for a 2x2 table

Tabel 6. Hasil Perhitungan Nilai Odds Rasio

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Kebiasaan Senam Hamil (tidak senam / senam)	4.125	1.387	12.270
For cohort Perineum = ruptur	2.103	1.123	3.940
For cohort Perineum = utuh	.510	.302	.859
N of Valid Cases	60		

Tabel 7. Hasil Perhitungan Koefisien Kontingensi

		Value	Approx. Sig.
Nominal by Nominal	Contingency Coefficient	.319	.009
N of Valid Cases		60	

Pada uji statistik koefisien kontingensi (C) dan Odds Rasio, hasil perhitungan menunjukkan adanya hubungan yang rendah antara senam

hamil dengan kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin di RB RACHMI Yogyakarta tahun 2009 yang ditunjukkan oleh nilai signifikan (P) = 0,009 nilai koefisien kontingensi 0,319 dan nilai *Odds Ratio* sebesar 4,125. Menurut Handoko Riwidikdo (2007), besarnya nilai *Odds Ratio* tersebut diartikan bahwa ibu bersalin yang tidak senam hamil akan memiliki risiko 4 kali lebih besar mengalami ruptur perineum dari pada ibu bersalin yang mengikuti senam hamil.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kejadian ruptur perineum mayoritas terjadi pada ibu bersalin yang sewaktu hamil tidak melakukan senam hamil yaitu sebanyak 22 (64,7%) responden dari 34 responden yang tidak mengikuti senam hamil sedangkan pada ibu – ibu yang mengikuti senam hamil mayoritas tidak mengalami ruptur perineum (perineum utuh) yaitu sebesar 18 (69,2 %) responden dari 26 responden yang mengikuti senam hamil. Hal ini membuktikan bahwa senam hamil berpengaruh terhadap terjadinya ruptur perineum pada ibu bersalin. Sesuai dengan pendapat Ida Bagus Gde Manuaba (1998) yang mengatakan bahwa senam hamil ditujukan untuk mempersiapkan dan melatih otot – otot yang berperan dalam proses persalinan secara optimal. Otot – otot yang sering digerakkan dengan gerakan – gerakan senam hamil akan menjadi lebih elastis ataupun lentur. Keelastisan otot – otot tersebut (terutama otot dasar panggul) akan berguna dalam proses persalinan agar kejadian laserasi jalan lahir atau

perineum dapat berkurang maupun dihindari (Hardi, 2005).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Pertama, ada hubungan yang rendah antara kebiasaan senam hamil dengan kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin di RB RACHMI Yogyakarta tahun 2009 yang ditunjukkan dengan nilai signifikansi 0,009 dan nilai koefisien kontingensi 0,319. **Kedua**, jumlah ibu bersalin yang mengikuti senam hamil ada 26 orang (43,3 %) dari responden yang ada. **Ketiga**, angka kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin yang mengikuti senam hamil sebesar 30,8 % (8 orang). **Keempat**, angka kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin yang tidak mengikuti senam hamil sebesar 64,7 % (22 orang). **Kelima**, ibu bersalin yang tidak mengikuti senam hamil memiliki risiko 4 kali lebih besar mengalami ruptur perineum dari pada ibu bersalin yang mengikuti senam hamil

Saran

Untuk tenaga kesehatan yang terkait terutama bidan dapat meningkatkan mutu pelayanan senam hamil serta memotifasi ibu – ibu hamil untuk mengikuti senam hamil yang ditujukan dalam mempersiapkan fisik ibu, psikis ibu, dan mempermudah proses persalinan sehingga menurunkan angka kesakitan pada ibu. Selain itu untuk peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian secara eksperimen dengan pengumpulan data secara observasi langsung untuk mengetahui cara meneran ibu bersalin dan cara bidan melindungi perineum

saat kepala bayi keluar, sehingga data yang didapat akan lebih lengkap.

DAFTAR RUJUKAN

- Anonim, 1998, *Kamus Saku Kedokteran Dorland*, EGC, Jakarta
- , 2007, *Asuhan Persalinan Normal revisi 2007*, Jakarta
- , 2008, *Harian Kompas*
- Arikunto, 2002, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, PT. Rineka Cipta, Jakarta
- Ariyanti,
www.anggrekideia.blogspot.com, 25 Oktober 2008
- Chapman, Vicky, 2006, *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Kelahiran*, EGC, Jakarta
- DepKes RI, 2002, *Buku Acuan Pelatihan Asuhan Persalinan Normal*, Jakarta
- Hidayat, A.A.Alimut, 2007, *Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisis Data*, Salemba Medika, Jakarta
- Huliana, Mellyana, 2001, *Panduan Menjalani Kehamilan Sehat*, Puspa Swara, Jakarta
- Kushartanti, BM Wara, 2004, *Senam Hamil Menyamankan Kehamilan, Mempermudah Persalinan*, Lintang Pustaka, Yogyakarta
- Liu, David T.Y., 2008, *Manual Persalinan*, EGC, Jakarta
- Manuaba, Chandranita, Manuaba, Fajar, Manuaba, I.B.G., 2008, *Gawat Darurat Obstetri Ginekologi dan Obstetri Ginekologi Sosial untuk Profesi Bidan*, EGC, Jakarta
- , Ida Bagus Gde, 1998, *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB*, EGC, Jakarta
- Mochtar, Rustam, 1998, *Sinopsis Obstetri (Obstetri Operatif Obstetri Sosial)*, Edisi 2, EGC, Jakarta
- Murkoff, Heidi, 2007, *Mengatasi Trauma Pasca Persalinan*, Image Press, Klaten
- Notoatmodjo, S., 2002, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Edisi Revisi, Rineka Cipta, Jakarta
- Nurdahlia, Beta, 2004, *Hubungan Pelaksanaan Perawatan Perineum dengan Penyembuhan Luka Jahitan Pada Ibu Nifas di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta Tahun 2004*, STIKes Aisyiyah Yogyakarta, Yogyakarta
- Oxorn, Harry, 2003, *Patologi dan Fisiologi Persalinan Human Labour and Birth*, Yayasan Bina Pustaka, Jakarta
- Prawirohardjo, 2005, *Ilmu Kandungan*, Yayasan Bina Pustaka Sarwono, Jakarta
- Riwidikdo, Handoko, 2007, *Statistik Kesehatan*, Mitra Cendikia Press, Yogyakarta
- Rochmawati, Devi Nur, 2005, *Studi Komparasi Pertolongan Asuhan Persalinan Normal Terhadap Terjadinya Ruptur Perineum Pada Ibu Bersalin di Puskesmas Tegalrejo dan Puskesmas Mergangsan Tahun 2005*, STIKes Aisyiyah Yogyakarta, Yogyakarta
- Salmah, dkk, 2006, *Asuhan Kebidanan Antenatal*, EGC, Jakarta
- Sani, Rochman, 2001, *Menuju Kehamilan yang Alami*, Raja Grafindo Persada, Jakarta

Wikncjosastro, Hanifa, 2000, *Ilmu Bedah Kebidanan*, Yayasan Bina Pustaka Sarwono, Jakarta
www.depkes.go.id , 18 September 2008
www.kuliahbidanwordpress.com , 18 Oktober 2008



STIKES
Aisyiyah
YOGYAKARTA