

**TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG SENAM HAMIL
DI RUMAH BERSALIN AMANDA GAMPING SLEMAN YOGYAKARTA
TAHUN 2011**

Ajeng Vioni P.¹, Ummu Hanif², Nurallailiyah³

INTISARI

Latar Belakang: Varney (1997) dan Hanton (2001) menjelaskan bahwa senam hamil akan memberikan suatu produk kehamilan atau *outcome* persalinan yang lebih baik, dibandingkan pada ibu-ibu hamil yang tidak melakukan senam hamil. Kegunaan senam hamil dilaporkan akan mengurangi terjadinya berat badan bayi lahir rendah, adanya penurunan kelainan denyut jantung, tali pusat dan mekonium, penurunan penggunaan tenaga, berkurangnya rasa sakit, mengurangi terjadinya persalinan premature, mengurangi insiden operasi *section caesar*, serta memperbaiki skor Apgar dan psikomotor janin.

Senam hamil juga dapat mengurangi resiko stress dan nyeri pada saat persalinan. Selain itu inti dari senam hamil sendiri adalah melatih pernafasan menjelang persalinan. Sehingga pada saat menjelang kelahiran bayi, ibu bisa rileks dan menguasai keadaan (Ammilliya, 2007).

Tujuan: Untuk mengetahui bagaimana gambaran tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil di RB Amanda Gamping Sleman Yogyakarta.

Metode: Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian dilakukan terhadap p ibu hamil yang melakukan kunjungan senam hamil di RB Amanda Gamping Sleman Yogyakarta dengan total sampel sebanyak 40 ibu hamil. Data menggunakan data primer yang diperoleh dengan memberikan kuisioner pada ibu hamil.

Hasil: Ibu hamil sebagian besar yaitu berumur 20-35 tahun (67,5%), dengan pendidikan rata-rata SMA 24 tahun (60%), dan yang tidak bekerja sebanyak 25 ibu hamil (62,5%). Sebagian responden memiliki tingkat pengetahuan cukup baik/sedang sebanyak 19 (47,5%).

Kesimpulan: Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil di R umah Bersalin Amanda Gamping Sleman Yogyakarta dikategorikan cukup baik/sedang yaitu sebanyak 19 (47,5%).

Kata Kunci: Pengetahuan, Senam Hamil.

Jumlah Halaman: xiii, 45 halaman

Kepustakaan: 15

1 Mahasiswi Prodi DIII Kebidanan Stikes Alma Ata Yogyakarta

2 Dosen Prodi DIII Kebidanan Stikes Alma Ata Yogyakarta

3 Dosen Prodi DIII Kebidanan Stikes Alma Ata Yogyakarta

**KNOWLEDGE LEVELS OF PREGNANT WOMEN IN MATERNITY HOME
PREGNANCY EXERCISE AMANDA LIMESTONE SLEMAN
YOGYAKARTA YEAR 2011**

ABSTRACT

Ajeng Vioni PP¹, Umm Hani², Nurallailiyah³

Background: Varney (1997) and Hanton (2001) explains that pregnancy exercise will provide a product of pregnancy or childbirth outcomes better, compared to pregnant mothers who did not doing gymnastics pregnant. Usefulness of reported pregnancy exercise will reduce the occurrence of low birth weight infants, a decrease in heart rate abnormalities, umbilical cord and meconium, decreased use of energy, reduced pain, reduced occurrence of premature delivery, reduce the incidence of caesarean section operation, and improving fetal Apgar scores and psychomotor . Gymnastics pregnant can also reduce the risk of stress and pain during childbirth. Besides the core of the pregnancy exercise itself is a breathing exercise before delivery. So at the moment of birth, mothers can relax and in control (Ammilliya, 2007).

Objective: To determine how the image of the knowledge level of pregnant women about pregnancy exercise in Dalkeith Sleman Yogyakarta. Metode RB Amanda: This type of research is descriptive. Research conducted on pregnant women visiting pregnancy exercise at RB Amanda Dalkeith Sleman Yogyakarta with a total sample of 40 pregnant women. Data using primary data obtained by giving the questionnaire to the mother hamil.

Results: Pregnant women are mostly aged 20-35 years (67.5%), with an average high school education 24 years (60%), and that does not work as much 25 pregnant women (62.5%). Most respondents have a fairly good level of knowledge / being as much as 19 (47.5%).

Conclusion: The level of knowledge of pregnant women about pregnancy exercise at the maternity hospital in Yogyakarta Sleman Amanda Dalkeith categorized fairly good / moderate as many as 19 (47.5%).

Keywords: Knowledge, Pregnancy Exercise.

Number Of Pages: xiii, 45 pages.

Referensi : 15

-
- 1 DIII Midwifery Student Prodi Stikes of Alma Ata Yogyakarta
 - 2 Lecturer Midwifery Prodi DIII Stikes Alma Ata Yogyakarta
 - 3 Lecturer Midwifery Prodi DIII Stikes Alma Ata Yogyakarta