



**HUBUNGAN SENAM HAMIL TERHADAP KEJADIAN RUPTUR  
PERINEUM PADA IBU PRIMIPARA DI RSIA BUNDA JAKARTA  
TAHUN 2016**

**SKRIPSI**

**RIZKY HARSYA MAULANA**

**1310211032**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN  
2017**



**HUBUNGAN SENAM HAMIL TERHADAP KEJADIAN RUPTUR  
PERINEUM PADA IBU PRIMIPARA DI RSIA BUNDA JAKARTA  
TAHUN 2016**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Kedokteran**

**RIZKY HARSYA MAULANA**

**1310211032**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN  
2017**

## PERNYATAAN ORISINILITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Rizky Harsya Maulana

NRP : 1310211032

Tanggal : 3 April 2017

Bilamana di kemudian hari di temukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 3 April 2017

Yang Menyatakan,



Rizky Harsya Maulana

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rizky Harsya Maulana

NRP : 1310211032

Fakultas : Fakultas Kedokteran

Program Studi : Sarjana Kedokteran

Dengan mengemban ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Hubungan Senam Hamil Terhadap Kejadian Ruptur Perineum Pada Ibu Primipara Di RSIA Bunda Jakarta Tahun 2016

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 3 April 2017

Yang Menyatakan,



Rizky Harsya Maulana

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Rizky Harsya Maulana  
NRP : 1310211032  
Program Studi : Sarjana Kedokteran  
Judul Skripsi : Hubungan Senam Hamil Terhadap Kejadian Ruptur Perineum

Pada Ibu Primipara Di RSIA Bunda Jakarta Tahun 2016

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



dr. Adi Sukrisno, SpOG, FMAS  
Ketua Penguji



dr. Mariono Reksoprodjo SpOG, SpKP (K)

Pembimbing I



dr. Mariono Reksoprodjo SpOG, SpKP (K)  
Dekan Fakultas Kedokteran



dr. Luh Eka Purwani, M.Kes, SpGK

Pembimbing II



dr. Niniek Hardini Sp.PA  
Ka. Prodi Sarjana Kedokteran

Ditetapkan di : Jakarta  
Tanggal Ujian : 3 April 2017

# HUBUNGAN SENAM HAMIL TERHADAP KEJADIAN RUPTUR PERINEUM PADA IBU PRIMIPARA DI RSIA BUNDA JAKARTA TAHUN 2016

*Rizky Harsya Maulana*

## Abstrak

Data Kementerian Kesehatan (2014), menunjukkan bahwa penyebab terbesar kematian ibu selama tahun 2010 – 2013 salah satunya adalah perdarahan (30,3%). Perdarahan yang cukup banyak dapat terjadi dari robekan yang dialami selama proses melahirkan baik yang normal maupun dengan tindakan. Perdarahan yang berasal dari jalan lahir salah satu sumber perdarahan dapat berasal dari perineum. Ruptur perineum adalah luka pada perineum yang diakibatkan oleh rusaknya jaringan secara alamiah karena proses desakan kepala janin atau bahu pada saat persalinan. Mengikuti senam hamil dapat bermanfaat dalam proses persalinan yaitu ibu dapat menjaga kondisi otot-otot dan persendian yang berperan dalam proses persalinan, meningkatkan kesehatan fisik dan psikis wanita hamil serta kepercayaan pada diri sendiri dan penolong dalam menghadapi persalinan.

Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara senam hamil terhadap kejadian ruptur perineum pada ibu primipara di RSIA Bunda Jakarta pada tahun 2016. Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian *cross sectional* yaitu pengambilan subjek penelitian secara random dari populasi primipara yang mengikuti senam hamil dan tidak mengikuti senam hamil, kelompok tersebut diidentifikasi berdasarkan rekam medik, apakah mengalami ruptur perineum atau tidak. Sampel penelitian ini berjumlah 54 orang yang dipilih dengan metode *random sampling*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu primipara yang mengikuti senam hamil dan tidak mengalami ruptur perineum sebanyak 22,2% , dan sebanyak 77,8% orang mengalami ruptur perineum pada derajat 2 dan 3. Sementara itu ibu primipara yang tidak mengikuti senam hamil, seluruhnya (100%) mengalami ruptur perineum mulai dari derajat 1 sampai dengan derajat 4. Hasil analisis bivariat diperoleh data bahwa sesuai uji Fisher diperoleh nilai Exact Sig. 2-sided 0,023. Karena nilai  $0.023 < 0.05$  ( $p < \alpha$ ), maka dapat diambil kesimpulan bahwa “terdapat hubungan antara senam hamil dengan kejadian ruptur perineum pada ibu primipara”.

**Kata kunci:** Senam hamil, ruptur perineum, primipara

**RELATIONSHIP BETWEEN PREGNANCY EXERCISES WITH  
PERINEAL RUPTURE TO PRIMIPARA WOMEN AT RSIA  
BUNDA JAKARTA  
YEAR 2016**

*Rizky Harsya Maulana*

**Abstract**

Data from the Ministry of Health that was released in 2014 indicates that bleeding is one of the major causes of maternal mortality during 2010 – 2013 almost (30,3%). Major bleeding can happen from tear experienced during the birth process, either normal or with action. One source of bleeding can be derived from the perineum that causes bleeding in the birth canal. Rupture perineum is perinea wounds caused by tissue damage naturally because of the insistence of the fetal head or shoulder during birth. Following pregnancy exercise can be useful in the delivery process that mothers can maintain the condition of the muscles and joints that play a role in the birth process, improve physical and psychological health of pregnant women as well as self-confidence and support in the face of labor.

This study is conducted to analyze the relationship between pregnancy exercises on the incidence of perineal rupture in primipara mothers in RSIA Bunda Jakarta in 2016. The objective of this research is to analyze relationship between pregnancy exercises with perineal rupture to primipara women at RSIA Bunda Jakarta year 2016. The research design was a cross sectional study that is taking the research subjects at random from the primipara population who follow and did not follow the pregnancy exercise, the group identified based on medical records, whether ruptured perineum or did not. The research samples are 54 people chosen by random sampling method.

The results showed that primipara mothers who follow pregnancy exercise and do not experiencing rupture perineum almost 22.2%, and almost 77.8% of the rupture perineum in grade 2 and 3. Primipara mothers who do not follow the pregnancy exercise, all (100%) experiencing rupture perineum ranging from degree 1 to degree 4. The results of the bivariate analysis of data showed that the appropriate test values obtained Fisher Exact Sig. 2-sided 0,023. Because the 0.023 value of  $<0.05$  ( $p < \alpha$ ), it can be concluded "there is a relationship between pregnancy exercise with ruptur perineum in primipara mothers at RSIA Bunda Jakarta year 2016".

**Keyword:** Pregnancy exercise, perineal rupture, primipara

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah Hubungan Senam Hamil Terhadap Kejadian Ruptur Perineum Pada Ibu Primipara Di RSIA Bunda Jakarta Tahun 2016.

Penulisan skripsi ini tidak mungkin selesai tanpa bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan rasa terimakasih kepada:

1. dr. Mariono Reksoprodjo, Sp.OG, Sp.KP (K), Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, sekaligus sebagai Pembimbing 1
2. dr. Luh Eka Purwani, SpGK, sebagai Pembimbing 2 penulisan skripsi ini
3. dr. Adi Sukrisno, SpOG, FMAS sebagai ketua penguji skripsi.
4. Ibu Naniek Indriani Ibrahim, Direktur Utama PT Bundamedik.
5. dr. Arie A. Polim, Sp.OG (K), Direktur IRSI (*Indonesian Reproductive Science Institute*) PT Bundamedik.
6. drg. Susi Ramadhani, MARS, Direktur RSIA Bunda Jakarta
7. dr. Wydia Paramita, Kepala Bidang Medis dan Penunjang RSIA Bunda
8. Ibu Lisma Meliana, Penanggung Jawab Senam Hamil, sekaligus sebagai instruktur Senam Hamil RSIA Bunda Jakarta
9. Ibu Galuh Dian Elsyane, Penanggung Jawab Rekam Medis RSIA Bunda Jakarta.

Disamping itu ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Bapak Galuh Wijaya Kusuma, Manager SDM PT Bundamedik, dan Bapak Syukron Effendy, PIC Training and Development Head Office Corporate serta tim Senam Hamil dan tim Rekam Medik di RSIA Bunda yang telah memberikan bantuan kepada penulis dalam proses penelitian dan pengumpulan data.



Penulis juga sampaikan terimakasih kepada para Dosen dan Staf Administrasi di Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta dan teman-teman yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Secara khusus penulis ucapkan terima kasih kepada Ayah dan Ibu serta seluruh keluarga yang tidak henti-hentinya memberikan dorongan semangat dan doa yang tulus buat penulis.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran konstruktif akan penulis terima sebagai perbaikan selanjutnya.

Jakarta, April 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINILITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b>	
I.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian.....	5
I.4 Manfaat Penelitian.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
II.1 Landasan Teori.....	7
II.1.1 Ruptur Perineum.....	7
II.1.2 Primipara.....	24
II.1.3 Senam Hamil.....	26
II.2 Kerangka Teori.....	43
II.3 Kerangka Konsep.....	44
II.4 Hipotesis.....	44
II.5 Penelitian Yang Relevan.....	44
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
III.1 Jenis Penelitian.....	47
III.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	47
III.3 Subjek Penelitian.....	47
III.3.1 Populasi.....	47
III.3.2 Sampel.....	47
III.4 Identifikasi Variabel.....	49
III.5 Definisi Operasional.....	49
III.6 Instrumen Penelitian.....	50
III.7 Pengelolaan Data.....	50
III.8 Analisis Data.....	51
III.9 Protokol Penelitian.....	52

<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
IV.1	Profil RSIA Bunda Jakarta.....53
IV.2	Analisis Univariat .....54
IV.2.1	Jumlah Ibu Primipara yang Mengikuti Program Senam Hamil.....54
IV.2.2	Sebaran Usia Kehamilan Primipara Peserta Senam Hamil Pada Saat Awal Mengikuti Senam Hamil .....55
IV.2.3	Frekuensi Kehadiran Senam Hamil .....55
IV.2.4	Metode Pilihan Ibu Primipara Peserta Senam Hamil Dalam Persalinan .....56
IV.2.5	Gambaran Kejadian Ruptur Perineum .....57
IV.3	Analisis Bivariat.....58
IV.3.1	Pengujian Hipotesis .....58
IV.3.2	Hubungan Senam Hamil Terhadap Kejadian Ruptur Perineum Pada Ibu Primipara di RSIA Bunda Jakarta.....60
IV.4	Pembahasan.....60
IV.5	Keterbatasan Penelitian.....63
 <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
V.1	Kesimpulan .....65
V.2	Saran .....67
 <b>DAFTAR PUSTAKA .....68</b>	
<b>RIWAYAT HIDUP</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Ruptur Perineum Derajat 1 .....	10
Gambar 2.	Ruptur Perineum Derajat 2.....	11
Gambar 3.	Ruptur Perineum Derajat 3.....	11
Gambar 4.	Ruptur Perineum Derajat 4.....	12
Gambar 5.	Jahitan Mukosa Vagina .....	17
Gambar 6.	Jahitan Otot .....	18
Gambar 7.	Jahitan Kulit .....	19
Gambar 8.	Jahitan Dinding Rektum.....	20
Gambar 9.	Jahitan Sfingter Ani.....	21
Gambar 10.	Latihan 1.....	30
Gambar 11.	Latihan 2.....	31
Gambar 12.	Latihan 3.....	32
Gambar 13.	Latihan 4.....	33
Gambar 14.	Latihan 5.....	34
Gambar 15.	Latihan 6.....	35
Gambar 16.	Latihan 7.....	36
Gambar 17.	Latihan Pernapasan .....	38
Gambar 18.	Latihan Relaksasi Kombinasi.....	39
Gambar 19.	Latihan Relaksasi Duduk Telungkup .....	40
Gambar 20.	Latihan Menurunkan dan Memasukkan Kepala Janin ke Pintu Atas Panggul.....	41
Gambar 21.	Latihan Koordinasi Persalinan .....	42

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Keuntungan Dan Kerugian Episiotomi Medial dan Mediolateral .....	23
Tabel 2	Perbedaan Ibu Primipara dan Multipara .....	25
Tabel 3	Penelitian Yang Relevan .....	44
Tabel 4	Definisi Operasional .....	49
Tabel 5	Peserta Senam Hamil Berdasarkan Paritas .....	54
Tabel 6	Data Mulai Aktivitas Senam Hamil Primipara .....	55
Tabel 7	Data Frekuensi Senam Hamil .....	56
Tabel 8	Data Persalinan Primipara Peserta Senam Hamil .....	56
Tabel 9	Perbandingan Kejadian Ruptur Perineum.....	57
Tabel 10	Tingkatan Ruptur Perineum.....	57
Tabel 11	Tabulasi silang Antara Status Senam dan Status Ruptur .....	59
Tabel 12	Tabel Uji Fisher .....	59

## DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka Teori .....	43
Bagan 2. Kerangka Konsep.....	44
Bagan 3. Protokol Penelitian.....	52

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Surat-Surat Terkait Penelitian
- Lampiran 2. Data Senam Hamil Periode Mei – Desember 2016
- Lampiran 3. Data Sampel Primipara Peserta Senam Hamil dan Ruptur Perineum yang Dialaminya
- Lampiran 4. Data Sampel Primipara yang Tidak Mengikuti Senam Hamil dan Ruptur Perineum yang Dialaminya
- Lampiran 5. Langkah-Langkah Pengujian Hipotesis dengan Uji Chi-Square dan Uji Fisher
- Lampiran 6. Proses Pengujian Hipotesis Melalui Aplikasi SPSS
- Lampiran 7. Contoh Aktivitas Senam Hamil di RSIA Bunda Jakarta