BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Jalannya Penelitian

Penelitian ini berjudul "Hubungan senam hamil dengan kejadian ruptur perineum pada ibu bersalin normal di PMB Kota Bengkulu tahun 2025". Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 11 juni s.d 13 Juni 2025 di PMB Kota Bengkulu yang aktif mengadakan senam hamil dan memiliki pencatatan rekam medis dan register senam hamil yang lengkap.

Adapun langkah-langkah persiapan sebelum melakukan penelitian yaitu melakukan koordinasi dengan pimpinan PMB dan meminta izin untuk melakukan penelitian dengan membawa surat izin yang telah di persiapkan sebelumnya. Penelitian pertama dilakukan pada tanggal 11 Juni 2025 di PMB R, pada tanggal 12 Juni 2025 di PMB SL dan pada tanggal 13 Juni 2025 di PMB S. penelitian dilakukan dengan cara menyalin semua data yang dibutuhkan dari rekam medis ke dalam lembar checklist yang telah disiapkan oleh peneliti, dari ketiga PMB tersebut didapatkan jumlah sampel 85 ibu bersalin. Dari 85 ibu bersalin terdapat 38 ibu yang mengalami ruptur pernieum, selanjutnya sisanya sebanyak 47 orang ibu yang tidak mengalami ruptur perineum diurutkan kembali dan diambil secara acak dengan menggunakan undian nomor urut sampai terpenuhi 38 orang ibu yang tidak ruptur perineum untuk dijadikan kelompok kontrol, hal ini dikarenakan sampel diambil dengan perbandingan 1:1 antara kelompok kasus dan kontrol sehingga semua ibu yang diteliti berjumlah 76 ibu bersalin.

Selanjutnya peneliti mengumpulkan data dengan lembar checklist

sesuai dengan variabel penelitian. Data yang telah terkumpul, data dicek kelengkapannya dan diolah dengan tahapan *editing, coding, entry* dan *cleaning.* Selanjutnya data diolah dengan menggunakan system komputerisasi.

B. Hasil Penelitian

1. Analisis Univariat

1) Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Karakteristik Responden

Variabel	Ruptur		Tidak Ruptur	
	F	%	F	%
Usia				
- Beresiko (<20 atau >35 tahun)	5	13.2	2	5.3
- Tidak Beresiko (20-35 tahun)	33	86.8	36	94.7
Paritas				
- Primipara	20	52.6	12	31.6
- Multipara dan Grande multipara	18	47.4	26	68.4
Berat Lahir Bayi				
- Berisiko (≥3500 gr)	8	21.1	10	26.3
- Tidak berisiko (<3500 gr)	30	78.9	28	73.7
Total	38	100.0	38	100.0

Dari tabel 4.1 diatas diketahui dari 38 responden pada kelompok kasus sebagian besar (86.8%) sebanyak 33 responden dengan usia tidak berisiko, sebagian besar (52.6%) sebanyak 20 responden dengan paritas primipara, sebagian besar (78.9%) sebanyak 30 responden dengan berat badan lahir bayi tidak berisiko (< 3500 gram). Sementara dari 38 responden pada kelompok kontrol sebagian besar (94,7%) sebanyak 36

responden dengan usia tidak berisiko, sebagian besar (68.4%) sebanyak 26 responden dengan paritas multipara, sebagian besar (73.7%) sebanyak 28 responden dengan berat badan lahir bayi tidak berisiko (<3500 gram).

2) Distribusi Frekuensi Senam Hamil di PMB Kota Bengkulu Tahun 2025

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Senam Hamil di PMB Kota Bengkulu Tahun 2025

Senam Hamil	Ruptur		Tidak Ruptur	
	F	%	F	%
Tidak Teratur	28	73.7	9	23.7
Teratur	10	26.3	29	76.3
Total	38	100.0	38	100.0

Dari tabel 4.2 diatas diketahui dari 38 responden pada kelompok ruptur perineum sebagian besar (73,7%) sebanyak 28 responden dengan senam hamil tidak teratur. Sementara dari 38 responden pada kelompok tidak ruptur perineum sebagian besar (76.3%) sebanyak 29 responden dengan senam hamil teratur.

2. Analisis Bivariat

1) Hubungan Senam Hamil Dengan Kejadian Rupture Perineum Pada Ibu Bersalin Di PMB Kota Bengkulu Tahun 2025

Tabel 4.5 Hubungan Senam Hamil Dengan Rupture Perineum Pada Ibu Bersalin di PMB Kota Bengkulu Tahun 2025

Senam Hamil	Ruptur Perineum				Total		*p value*	OR
	Ya		Tidak					
	F	%	F	%	F	%		
Tidak Teratur	28	73.7	9	23.7	37	48.7	0.000	9.022
Teratur	10	26.3	29	76.3	39	76.3		
Total	38	100	38	100	39	100		

Berdasarkan tabel 4.5 diatas dapat dilihat hasil uji statistic *Chi-square (Continuity correction)* didapat p=0,000< 0,05 berarti terdapat hubungan

yang signifikan antara senam hamil dengan kejadian Kejadian Ruptur Perineum pada ibu bersalin di PMB Kota Bengkulu. Selain itu diperoleh nilai OR= 9.022 yang artinya ibu dengan senam hamil tidak teratur berisiko 9.022 kali mengalami kejadian ruptur perineum dibandingkan dengan ibu yang teratur melakukan senam hamil.

C. Pembahasan

1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden pada kelompok kasus dan kontrol memiliki usia dalam kategori tidak berisiko. Hal ini sesuai dengan teori Manuaba (2018), yang menyatakan bahwa usia reproduksi sehat berkisar antara 20–35 tahun, di mana risiko komplikasi obstetri seperti ruptur perineum lebih rendah karena elastisitas jaringan masih optimal. Dalam hal paritas, sebagian besar kelompok kasus adalah primipara, sedangkan kelompok kontrol sebagian besar adalah multipara. Menurut teori Saifuddin (2018), wanita dengan paritas pertama (primipara) memiliki risiko lebih tinggi mengalami ruptur perineum karena jaringan perineum belum pernah mengalami peregangan sebelumnya.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa mayoritas responden kelompok kasus sebagian besar dan kelompok kontrol dengan berat badan lahir bayi tidak berisiko (< 3500 gram). Teori dari Prawirohardjo (2018) menyatakan bahwa berat bayi yang besar dapat meningkatkan risiko ruptur perineum karena tekanan yang lebih besar pada jalan lahir.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Perineum yang belum pernah mengalami peregangan lebih rentan terhadap robekan. Terkait berat lahir bayi, karena hampir semua bayi lahir dengan berat normal, maka berat badan bayi tidak menjadi faktor utama yang memengaruhi kejadian ruptur perineum dalam penelitian ini. Ini memperkuat fokus bahwa faktor-faktor lain seperti keaktifan senam hamil, aktivitas fisik ibu dan kondisi jaringan perineum lebih relevan untuk dikaji dalam konteks ini.

Secara keseluruhan, meskipun karakteristik responden berada dalam kategori yang sebagian besar "tidak berisiko", masih terdapat kemungkinan tinggi mengalami ruptur perineum. Oleh karena itu, intervensi seperti senam hamil menjadi sangat penting untuk mencegah ruptur melalui peningkatan elastisitas otot panggul dan perineum.

2. Distribusi Frekuensi Senam Hamil di PMB Kota Bengkulu Tahun 2025

Berdasarkan hasil penelitian pada kelompok kasus sebagian besar responden dengan senam hamil tidak teratur. Sementara pada kelompok kontrol sebagian besar responden dengan senam hamil teratur. Senam hamil selama kehamilan adalah salah satu jenis perawatan prenatal yang membuat para ibu merasa lebih nyaman dengan membantu mereka bergerak dan merelaksasi otot-otot mereka untuk menyesuaikan diri dengan perubahan fisiologis. Wanita hamil yang bersantai juga akan merasa kurang stres dan cemas, yang akan membantu mereka mempersiapkan diri untuk persalinan. Latihan secara teratur selama kehamilan akan meningkatkan efektivitasnya. Senam hamil yang teratur

dan intens akan meningkatkan kesehatan janin serta ibu yang mengharapkan (Kasmiati, 2023).

Senam hamil terbukti bermanfaat dalam meningkatkan elastisitas otot dasar panggul dan perineum serta mempersiapkan ibu secara fisik dan psikologis untuk proses persalinan (Supiani, et al, 2023). Penelitian oleh Sari, et al (2022) menyebutkan bahwa ibu hamil yang melakukan senam hamil secara teratur memiliki risiko yang lebih rendah mengalami ruptur perineum karena otot-otot perineum menjadi lebih lentur dan mampu beradaptasi selama proses persalinan.

Ketidakteraturan dalam mengikuti senam hamil dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan ibu, terbatasnya akses fasilitas senam hamil, atau kurangnya dukungan dari keluarga dan tenaga kesehatan. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan promosi kesehatan mengenai pentingnya senam hamil sebagai bagian dari persiapan menghadapi persalinan.

3. Hubungan Senam Hamil dengan Rupture Perineum Pada Ibu Bersalin di PMB Kota Bengkulu Tahun 2025

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan antara senam hamil dengan kejadian Kejadian Ruptur Perineum pada ibu bersalin di PMB Kota Bengkulu diperoleh bahwa ibu bersalin yang mengalami kejadian ruptur perineum sebagian besar dengan senam hamil tidak teratur.

Terdapat hubungan yang signifikan antara senam hamil dengan kejadian Kejadian Ruptur Perineum pada ibu bersalin di PMB Kota Bengkulu. Selain itu diperoleh nilai OR= 9.022 yang artinya ibu dengan

senam hamil tidak teratur berisiko 9.022 kali mengalami kejadian ruptur perineum dibandingkan dengan ibu yang teratur melakukan senam hamil

Senam hamil merupakan salah satu bentuk latihan fisik ringan yang dirancang khusus untuk ibu hamil dengan tujuan meningkatkan kebugaran, memperkuat otot dasar panggul, serta mempersiapkan tubuh untuk persalinan. Menurut (Varney, 2018), senam hamil memiliki manfaat dalam meningkatkan tonus otot dasar panggul serta membantu ibu dalam relaksasi otot selama proses persalinan, yang pada akhirnya dapat mencegah terjadinya robekan perineum. Selain itu, senam hamil juga mengajarkan ibu teknik pernapasan dan cara mengejan yang benar, yang sangat berpengaruh dalam mencegah trauma jalan lahir.

Lebih lanjut, Marmi (2015) menegaskan bahwa senam hamil membantu meningkatkan kekuatan dan elastisitas otot-otot perineum serta memperbaiki koordinasi otot-otot tersebut saat persalinan. Kegiatan ini sangat efektif terutama jika dilakukan secara rutin minimal dua kali dalam seminggu sejak trimester kedua kehamilan. Dalam hal ini, keteraturan pelaksanaan menjadi faktor kunci, karena senam hamil yang dilakukan secara sporadis tidak memberikan manfaat maksimal bagi kebugaran ibu maupun persiapan otot-otot panggul.

Sejalan dengan penelitian dari Dewi, et al (2018), yang menunjukkan bahwa senam hamil dapat membantu mengoptimalkan posisi janin dan memperbaiki sirkulasi darah di daerah panggul. Latihan ini juga mengurangi ketegangan otot panggul dan meningkatkan kemampuan ibu

dalam mengontrol kontraksi otot selama mengejan. Keadaan ini sangat penting dalam mencegah robekan spontan pada jaringan perineum.

Hasil penelitian (Ardiana et al., (2020) ditemukan bahwa 43 (63,2%) ibu masih tidak melakukan senam hamil selama kehamilan mereka. Ruptur perineum lebih umum terjadi pada ibu yang tidak melakukan senam hamil selama kehamilan dan lebih jarang terjadi pada ibu yang melakukan senam hamil selama kehamilan. Hasil uji *chi-square* mengungkapkan nilai p sebesar 0,006 ($p<0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan antara ruptur perineum dan senam hamil.

Penelitian oleh Kolifah (2021) juga memperkuat temuan ini, dengan menyebutkan bahwa ibu yang rutin melakukan senam hamil memiliki risiko yang lebih rendah untuk mengalami ruptur perineum karena kemampuan otot panggul yang lebih fleksibel dan adaptif terhadap proses penekanan selama persalinan. Senam hamil juga terbukti mempercepat fase kala dua persalinan, sehingga mengurangi kemungkinan robekan akibat tekanan berkepanjangan.

Penelitian Indriyani et al., (2024) dengan Rasio Odds (OR) sebesar 4,455 dan nilai p sebesar 0,011 < 0,05, ini menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara senam hamil dan kejadian ruptur perineum. Ini berarti bahwa ibu yang tidak secara teratur melakukan senam hamil memiliki kemungkinan 4,455 kali lebih besar untuk mengalami ruptur perineum dibandingkan dengan mereka yang melakukannya.

Penelitian Zumrotin et al., (2020) menunjukkan bahwa ibu-ibu yang secara rutin melakukan senam hamil selama kehamilan hampir tidak pernah mengalami ruptur perineum, sementara ibu-ibu yang tidak senam hamil secara konsisten selama kehamilan mengalami rupture perineum. Terdapat korelasi antara senam hamil dan kejadian ruptur perineum pada wanita primipara di Puskesmas Baureno, Kabupaten Bojonegoro, menurut hasil penelitian yang menunjukkan nilai p 0.041 < 0.05.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dari 37 ibu bersalin yang tidak melakukan senam hamil secara teratur terdapat sebagian kecil tidak mengalami ruptur perinuem. Hal ini dikarenakan beberapa faktor lain yang turut memengaruhi kondisi perineum saat persalinan, seperti elastisitas jaringan perineum yang baik, posisi persalinan yang tepat, teknik mengejan yang benar, serta keterampilan tenaga kesehatan dalam melakukan penatalaksanaan persalinan. Menurut (Prawirohardjo, 2018), ruptur perineum tidak hanya dipengaruhi oleh aktivitas fisik selama kehamilan, seperti senam hamil, tetapi juga oleh faktor individual seperti usia ibu, paritas, ukuran bayi, dan intervensi obstetri. Oleh karena itu, meskipun senam hamil berperan dalam meningkatkan fleksibilitas otot-otot panggul dan perineum, tidak melakukannya secara teratur tidak serta merta menjadi penyebab langsung terjadinya ruptur perineum, karena multifaktorial dalam proses persalinan juga turut berkontribusi.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dari 39 orang ibu bersalin yang melakukan senam hamil secara teratur terdapat sebagian kecil yang

mengalami ruptur perineum. hal ini disebabkan oleh faktor-faktor lain yang tidak dapat sepenuhnya dicegah hanya dengan senam hamil. Faktor-faktor tersebut antara lain adalah ukuran janin yang besar (makrosomia), proses persalinan yang berlangsung cepat (partus presipitatus), ketidaktepatan teknik mengejan, usia ibu yang lebih tua, serta kelenturan jaringan perineum yang rendah. Menurut Prawirohardjo (2018), ruptur perineum juga dapat terjadi meskipun ibu telah melakukan upaya preventif, karena adanya keterbatasan elastisitas jaringan, malposisi janin, atau intervensi obstetri seperti episiotomi yang tidak sesuai indikasi.

Peran bidan sangat penting dalam mendorong ibu hamil untuk aktif mengikuti senam hamil. Bidan merupakan tenaga kesehatan terdepan dalam memberikan pelayanan kebidanan di tingkat primer, termasuk di Praktik Mandiri Bidan (PMB). Menurut Permenkes RI Nomor 28 Tahun 2017 tentang Izin dan Penyelenggaraan Praktik Bidan, salah satu tugas bidan adalah memberikan penyuluhan kesehatan kepada ibu hamil, termasuk mengenai pentingnya latihan fisik seperti senam hamil.

Menurut peneliti, senam hamil merupakan salah satu faktor protektif yang signifikan dalam mencegah ruptur perineum. Meskipun terdapat beberapa responden yang tidak mengalami ruptur meskipun tidak mengikuti senam hamil, dan sebaliknya, kejadian ruptur tetap dapat terjadi meskipun senam dilakukan, namun secara statistik keteraturan senam memberikan efek preventif yang kuat.Implikasi praktis dari hasil ini adalah perlunya integrasi program senam hamil ke dalam layanan antenatal secara

lebih sistematis di PMB, dengan pendekatan promotif dan preventif. Peneliti juga mengasumsikan bahwa kualitas pelaksanaan senam hamil, termasuk instruktur, frekuensi, dan teknik latihan mempengaruhi efektivitasnya. Oleh karena itu, pelatihan bagi bidan sebagai fasilitator senam hamil menjadi penting agar manfaat senam dapat diperoleh secara maksimal oleh ibu hamil.

Dalam jangka panjang, peningkatan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya senam hamil tidak hanya berdampak pada pencegahan ruptur perineum, tetapi juga meningkatkan pengalaman persalinan yang lebih nyaman dan minim intervensi. Hal ini sejalan dengan pendekatan kebidanan yang berorientasi pada *woman centered care* dan pelayanan holistik.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dari 38 orang ibu hamil yang mengalami kejadian ruptur pernieum terdapat sebagian kecil (26.3%) yang teratur melakukan semal hamil. Hal ini dikarenakan faktor lain yang mungkin mempengaruhi seperti cara mengejan dan kondisi elastitisitas perineum.

Secara teori mengungkapkan bahwa faktor risiko maternal yang dapat menyebabkan terjadinya ruptur perineum diantaranya cara mengehan dan kondisi elastitistias perineum. Cara mengejan dimana pengeluaran kepala secara mendadak dapat menyebabkan luka yang parah dan asimetris yang dapat menyebar ke rektum dan sfingter anal, oleh karena itu, petugas harus menghindari hal ini. Kontraksi uterus dan gaya dorong merupakan

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

dua kekuatan yang menyebabkan bayi lahir, oleh karena itu, instruksi dorongan yang tepat sangat penting. Sementara persalinan akan terhambat dan janin mungkin berada dalam bahaya yang lebih besar jika perineum kaku dan tidak elastis. Selain itu, hal ini dapat mengakibatkan cedera perineum yang parah hingga tingkat 3 (Kurniawati et al., 2022).

Sejalan dengan penelitian (Faiqoh, 2022) menunjukkan bahwa ada hubungan kondisi perineum (p value=0,005) dan teknik mengejan (p value= 0,000) dengan kejadian ruptur perineum. Semakin kondisi perineum bierisko maka akan terjadi ruptur perineum, begitujuga dengan teknik mengejan yang kurang baik maka akan terjadi ruptur perineum.

D. Keterbatasan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu disampaikan agar menjadi pertimbangan dalam menginterpretasikan hasil penelitian maupun untuk penelitian selanjutnya, diantaranya :

1. Variabel lain yang tidak diteliti

   Penelitian ini hanyak memfokuskan pada beberapa faktor resiko seperti kegiatan senam hamil, paritas, usia, dan berat badan bayi lahir. Faktor lain seperti posisi persalinan, pengunaan episiotomi, faktor bidan/penolong persalinan tidak di analisis dengan lanjut, padahal faktor tersebut juga memiliki potensi mempengaruhi kejadian ruptur perineum.

2. Potensi Data Bias

   Dalam pengambilan data sekunder terdapat potensi bias yang dapat mempengaruhi hasil penelitian.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu