



BAB I

PENDAHULUAN

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Persalinan merupakan proses pembukaan serta penipisan serviks yang diikuti dengan penurunan janin ke dalam jalan lahir. Dalam kondisi optimal, ibu hamil dapat menjalani persalinan secara spontan tanpa memerlukan intervensi medis. Namun demikian, dalam beberapa tahun terakhir terjadi peningkatan angka persalinan dengan tindakan *sectio caesarea* (SC). Salah satu faktor yang berperan dalam mendukung kelancaran persalinan normal adalah aktivitas fisik selama kehamilan, terutama pada trimester ketiga. Aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dapat meningkatkan kebugaran, memperkuat otot panggul, membantu memperbaiki posisi janin, serta mempercepat proses pembukaan jalan lahir. Meskipun demikian, banyak ibu hamil cenderung mengurangi aktivitas fisik pada akhir masa kehamilan karena kekhawatiran terhadap kelelahan atau risiko tertentu. Padahal, kurangnya aktivitas dapat menyebabkan kelemahan otot, posisi janin yang kurang optimal, serta meningkatkan kemungkinan persalinan dengan intervensi medis (Wathina *et al.*, 2023).

Dalam lima tahun terakhir, angka persalinan *sectio caesarea* (SC) di Indonesia menunjukkan tren peningkatan. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI), prevalensi persalinan SC secara nasional meningkat dari 17,6% menjadi 25,9% pada tahun 2023. Angka tersebut berarti bahwa dari setiap empat ibu hamil, satu di antaranya melahirkan melalui prosedur SC. Dalam dekade mendatang, jumlah persalinan SC diperkirakan akan terus mengalami peningkatan.

Di Provinsi Lampung, prevalensi persalinan SC pada tahun 2023 tercatat sebesar 24% (Kemenkes, 2023). Secara global, perubahan peningkatan terbesar terjadi di wilayah Amerika Latin dan Karibia, yakni sebesar 19,4%, dari 22,8% menjadi 42,2%. Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan bahwa secara internasional, khususnya di beberapa negara maju, persentase tindakan persalinan dengan metode *sectio caesarea* berada pada kisaran 5%. Namun demikian, lebih dari 50% ibu hamil menyatakan keinginan untuk melahirkan dengan metode tersebut. Pada ibu hamil trimester ketiga, tingkat aktivitas fisik umumnya mengalami penurunan dibandingkan trimester sebelumnya. Penurunan ini dipengaruhi oleh berbagai perubahan fisiologis, seperti peningkatan berat badan, keluhan nyeri punggung, sesak napas, serta keterbatasan gerak. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan untuk ibu hamil melakukan aktivitas fisik minimal 150 menit per minggu. Namun, penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa hanya sekitar 25%–35% ibu hamil trimester ketiga yang memenuhi rekomendasi tersebut, sedangkan studi internasional melaporkan angka sebesar 20%–40%. Pelaksanaan aktivitas fisik secara teratur pada fase ini terbukti dapat menurunkan risiko preeklamsia, diabetes gestasional, nyeri punggung bawah, serta depresi selama kehamilan, sekaligus meningkatkan kemungkinan terjadinya persalinan normal (Wojtyla *et al.*, 2020).

Penelitian yang teliti oleh Calbara dan Budiono pada tahun 2023 mendapatkan hasil adanya hubungan positif dengan kekuatan sedang antara aktivitas fisik selama kehamilan dan kejadian persalinan *sectio caesarea* (SC), meskipun secara statistik hubungan tersebut tidak signifikan. Ibu hamil dengan intensitas aktivitas fisik yang rendah memiliki kemungkinan 1,63 kali lebih besar

untuk menjalani persalinan SC dibandingkan dengan ibu hamil yang memiliki intensitas aktivitas fisik baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa aktivitas fisik selama kehamilan tetap memiliki peran penting. Aktivitas fisik ringan, seperti berjalan kaki adalah salah satu bentuk aktivitas ringan yang aman dan dapat dilakukan oleh ibu hamil (Calbara & Budiono, 2023). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Nazhifa Zalfa, Lilik Indahwati, Indriati Dwi, dan Tatis Nursera di fasilitas kesehatan di Malang mendapatkan hasil adanya hubungan antara aktivitas fisik pada ibu hamil trimester ketiga dengan kejadian persalinan normal. Hubungan tersebut terlihat pada ibu hamil yang secara rutin melakukan aktivitas fisik selama trimester ketiga dengan durasi yang memadai (Jundyah *et al.*, 2024).

Hasil uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian hubungan antara aktivitas fisik pada ibu hamil primigravida trimester ketiga di RS PKU Muhammadiyah Surabaya. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan memberikan informasi yang lebih mendalam mengenai faktor yang memengaruhi persalinan normal serta menjadi dasar dalam upaya meningkatkan motivasi dan penyediaan informasi terkait pentingnya aktivitas fisik selama kehamilan.

Berdasarkan hasil pemaparan diatas, peneliti tertarik untuk menganalisis hubungan antara aktifitas fisik pada ibu hamil trimester 3 dengan proses persalinan di RS PKU Muhammadiyah Surabaya. Yang nantinya akan memahami faktor yang mempengaruhi persalinan normal, dan besar harapannya akan mendapatkan hasil yang lebih baik dalam upaya memotivasi serta memberikan informasi akan pentingnya aktivitas fisik pada ibu hamil.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara aktivitas fisik yang dilakukan oleh ibu hamil trimester 3 dengan persalinan normal di RS PKU Muhammadiyah Surabaya?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan umum

Tujuan umum penelitian ini mengetahui Hubungan antara Aktivitas Fisik Pada Ibu Hamil Trimester 3 Dengan Persalinan Normal di RS PKU Muhammadiyah.

1.3.2 Tujuan khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini adalah:

1. Mengetahui karakteristik ibu hamil primigravida trimester 3 di RS PKU Muhammadiyah Surabaya.
2. Mengetahui aktivitas fisik ibu hamil primigravida trimester 3 di RS PKU Muhammadiyah Surabaya.
3. Mengetahui gambaran jenis persalinan ibu hamil primigravida trimester 3 di RS PKU Muhammadiyah Surabaya.
4. Menganalisis apakah dengan melakukan keteraturan fisik pada ibu hamil primigravida trimester 3 dapat meningkatkan peluang ibu hamil dalam bersalin secara normal di RS PKU Muhammadiyah Surabaya.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat teoritis

Manfaat teoretis dari penelitian ini adalah untuk menambah wawasan dan informasi ilmiah mengenai hubungan antara aktivitas fisik pada ibu hamil trimester

3 dengan persalinan normal, sehingga dapat menjadi bahan perbandingan maupun referensi bagi penelitian selanjutnya. Selain itu, penelitian ini juga memiliki tujuan untuk memahami mekanisme bagaimana aktivitas fisik dapat memengaruhi terjadinya persalinan normal di RS PKU Muhammadiyah Surabaya.

1.4.2 Manfaat praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini memiliki harapan dapat menjadi sumber informasi tambahan dalam pelaksanaan edukasi kepada masyarakat mengenai pentingnya aktivitas fisik selama kehamilan guna mendukung kelancaran persalinan normal pada ibu hamil.

