

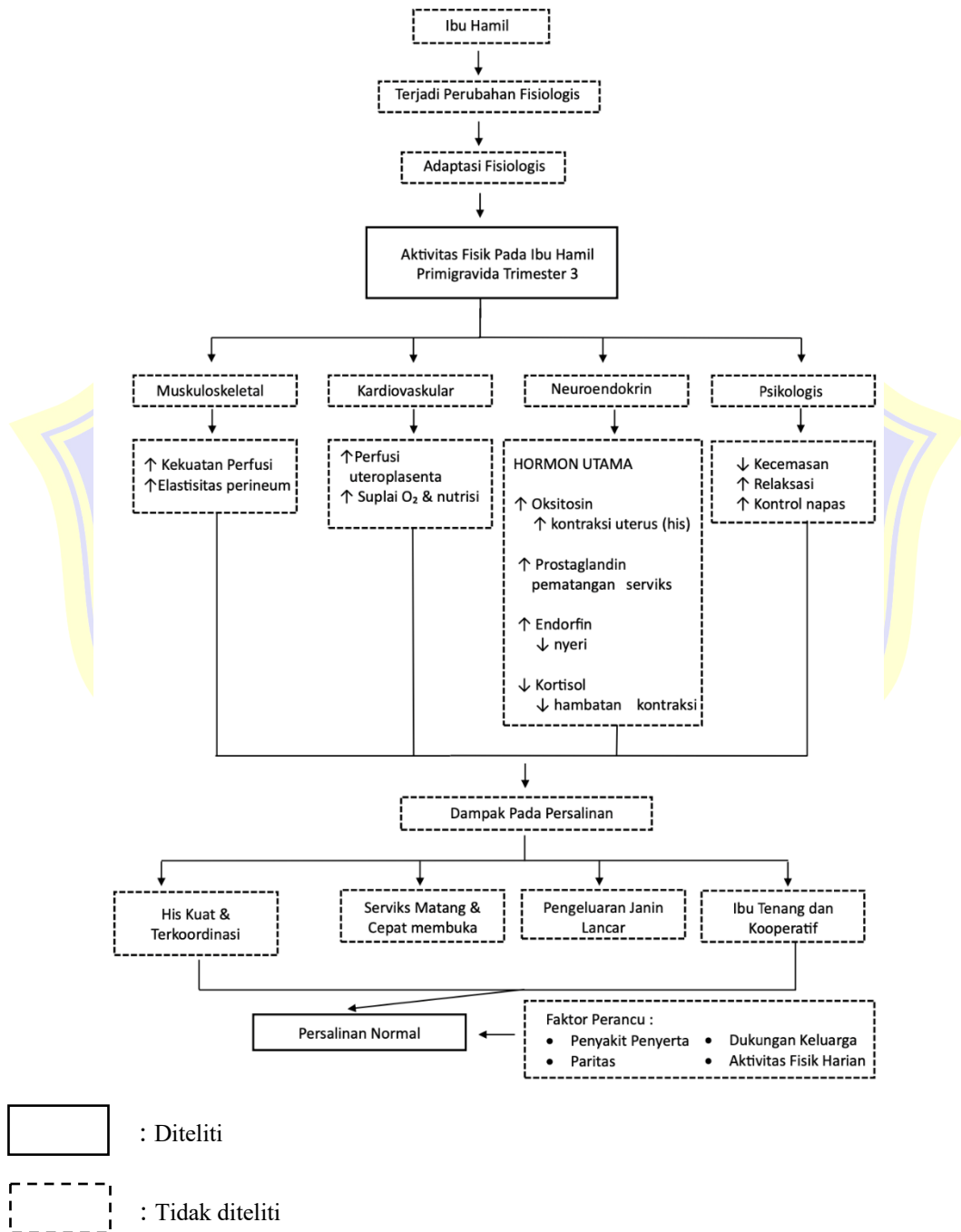


**BAB III**  
**KERANGKA KONSEPTUAL DAN**  
**HIPOTESIS PENELITIAN**

### BAB III

## KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN

### 3.1 Kerangka Konseptual



Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Penelitian

### 3.2 Penjelasan Kerangka Konseptual

Pada masa kehamilan, tubuh ibu mengalami perubahan fisiologis pada sistem muskuloskeletal, kardiovaskular, neuroendokrin dan psikologis yang memerlukan adaptasi tubuh ibu. Salah satu upaya yang dapat mendukung proses adaptasi tersebut adalah melalui aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dan sesuai kondisi ibu hamil. Aktivitas fisik berperan dalam meningkatkan keadaan otot dasar panggul dan elastisitas perineum, serta memperbaiki perfusi uroplasenta sehingga suplai oksigen dan nutrisi kepada janin lebih optimal.

Selain itu, aktivitas fisik juga mempengaruhi sistem neuroendokrin dengan meningkatkan hormone oksitosin yang berperan dalam kontraksi uterus, serta prostaglandin yang membantu pematangan serviks. Aktivitas fisik juga dapat meningkatkan endorphin yang menurunkan persepsi nyeri dan menurunkan kadar kortisol sehingga mengurangi stress yang dapat menghambat kontraksi. Dari aspek psikologis, aktivitas fisik membantu menurunkan kecemasan, meningkatkan relaksasi, serta memperbaiki *control* pernafasan, sehingga ibu menjadi lebih tenang dan kooperatif dalam menghadapi persalinan.

Melalui mekanisme tersebut, aktivitas fisik dapat meningkatkan efektivitas kontraksi, mempercepat pembukaan serviks, dan memperlancar penurunan janin sehingga meningkatkan peluang terjadinya persalinan normal. Namun, apabila terdapat hambatan dalam proses persalinan atau dipengaruhi oleh faktor lain seperti penyakit penyerta, paritas dan kondisi ibu maupun janin, maka persalinan dapat berakhir dengan tindakan *section caesarea* (SC). Dengan demikian, aktivitas fisik merupakan salah satu faktor pendukung yang berperan dalam menentukan iuran persalinan.

### 3.3 Hipotesis Penelitian

H0: Tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik yang di lakukan oleh Ibu Hamil Trimester 3 dengan Proses Persalinan di RS PKU Muhammadiyah Surabaya.

H1: Terdapat hubungan antara Aktivitas Fisik yang di lakukan oleh Ibu Hamil Trimester 3 dengan Proses Persalinan di RS PKU Muhammadiyah Surabaya.

