

Optimalisasi Pemberian Edukasi Senam Ibu Hamil terhadap Pengetahuan Kejadian Rupture Perineum di Situasi Krisis Kesehatan di Puskesmas Antang Perumnas Tahun 2024

Optimizing Pregnancy Exercise Education on Perineal Rupture Knowledge in Health Crisis Situations at the Antang Perumnas Community Health Center in 2024

¹Kiki Riskianti Nanda, ²Agus Salim, ³Fajar Dhini Yahya, ⁴Suriyani

¹²³⁴Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Kesdam XIV Hasanuddin

¹kikiriskiantinandapelamonia@gmail.com, ²agusalimgassing12@gmail.com, ³fajardhini17@gmail.com

Article Info

Article History

Received: 08-07-2025

Revised : 25-07-2025

Accepted : 15-08-2025

Published : 30-08-2025

ABSTRACT / ABSTRAK

Childbirth often causes perineal tears (perineal rupture) which can cause bleeding, where perineal tears are caused by rupture of the tissue of the birth canal. One way to prevent perineal rupture is to strengthen and maintain the elasticity of the perineum through pregnancy exercises. This study aims to determine the optimization of providing exercise education for pregnant women regarding knowledge of perineal rupture incidents in health crisis situations at the Antang Perumnas Community Health Center. Research design used in this research is observational analytics using quantitative data using a cross sectional approach which aims to determine the effect of providing pregnancy exercise education on knowledge of perineal rupture incidents at the Antang Perumnas Community Health Center. Research results shows that the p-value of the influence of pregnancy exercise education on the level of knowledge of perineal rupture in crisis situations is 0.000. Because $p < 0.05$, H_a is accepted. H_0 is rejected. So it can be concluded that there is an influence of pregnancy exercise education on the level of knowledge of perineal rupture in health crisis situations at the Antang Perumnas Health Center in 2024.

Keywords: Pregnancy Exercise, Knowledge, Perineal Rupture.

Persalinan sering kali menyebabkan robekan perineum (rupture perineum) yang dapat menyebabkan pendarahan, dimana robekan perineum disebabkan karena rupture jaringan jalan lahir terputus. Salah satu cara untuk mencegah terjadinya rupture perineum adalah dengan memperkuat dan mempertahankan elastisitas perineum melalui senam hamil. Penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui Optimalisasi Pemberian Edukasi Senam Ibu Hamil Terhadap Pengetahuan Kejadian Rupture perineum Di Situasi Krisis Kesehatan di Puskesmas Antang perumnas. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik observasional dengan menggunakan data kuantitatif melalui pendekatan cross sectional yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi senam hamil terhadap pengetahuan kejadian rupture perineum di Puskesmas Antang Perumnas. Hasil penelitian ini didapatkan nilai p-Value pengaruh edukasi senam hamil terhadap tingkat pengetahuan rupture perineum di situasi krisis sebesar 0,000 Karena $p < 0,05$ maka H_a diterima H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi senam hamil terhadap tingkat pengetahuan rupture perineum di situasi krisis kesehatan di Puskesmas Antang Perumnas Tahun 2024.

Kata Kunci: Senam Hamil, Pengetahuan, Rupture perineum

Corresponding Author:

Name : Kiki Riskianti Nanda
Afiliate : Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Kesdam XIV/Hsn
Address : Jl. Garuda No 3 Kecamatan Mariso, Kota Makassar, Prov. Sulawesi Selatan 90121
Email : kikiriskiantinandapelamonia@gmail.com

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan rangkaian peristiwa keluarnya bayi yang sudah cukup berada dalam rahim ibunya, dengan disusul oleh keluarnya plasenta dan selaput janin dari tubuh ibu (Fitriana, 2021). Persalinan sering kali menyebabkan robekan perineum (rupture perineum) yang dapat menyebabkan pendarahan, dimana robekan perineum disebabkan karena rupture jaringan jalan lahir terputus. Salah satu cara untuk mencegah terjadinya rupture perineum adalah dengan memperkuat dan mempertahankan elastisitas perineum melalui senam hamil. Karena senam hamil merupakan suatu program latihan bagi ibu hamil untuk mempersiapkan kondisi fisik ibu dengan tujuan memperkuat dan mempertahankan kelenturan otot-otot dinding perut dan mengatasi nyeri bokong di perut bagian bawah dan dasar panggul yang penting dalam proses persalinan, dan dapat mengurangi kecemasan dan ketegangan selama kehamilan agar persalinan dapat berjalan secara alamiah dengan lancar dan mengurangi krisis yang terjadi selama proses persalinan, (Sulistyawati, A. 2017).

Sebagai seorang bidan kita sebaiknya sering memberikan edukasi tentang senam hamil agar dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang manfaat senam hamil dalam mengurangi resiko rupture perineum. Pemberian edukasi senam hamil yang diberikan secara teratur dapat mengurangi peradangan perineum dan dapat meningkatkan kesejahteraan fisik dan mental ibu. Kematian ibu dapat dicegah dengan penanganan tepat waktu oleh tenaga kesehatan terampil yang bekerja di lingkungan yang mendukung (*Word Health Organization*).

Prawirohardjo dalam (Ninda Sari L, et al, 2022). Mengatakan bahwa sebanyak 45% pendarahan pasca persalinan yang dapat menyebabkan kematian ibu terjadi pada 24 jam pertama dan 68-73% terjadi satu minggu setelah melahirkan, sedangkan 82-88% terjadi dalam waktu 2 minggu setelah melahirkan, yang dimana robekan jalan lahir merupakan salah satu penyebabnya.

Berdasarkan penelitian pendahulunya Ika Esti Anggraini Dan Tri Agustina Hardiningsi, pada tahun 2023 pemberian edukasi kesehatan tentang senam hamil, ibu dapat mengetahui dan paham senam hamil, bersedia menerapkan senam hamil secara berkelanjutan sehingga dapat membuat elastis pada bagian perenium dan kejadian rupture perenium dapat di hindari.

Perdarahan postpartum dan infeksi merupakan penyebab utama kematian ibu, dimana rupture perenium merupakan salah satu penyebab terjadinya perdarahan postpartum. Perempuan berusia 25-30 tahun melahirkan dengan robekan perineum, yaitu 24% dari seluruh kelahiran pada kelompok usia ini dan 62% ibu berusia 32-39 tahun (Defi Lestari, et al. 2023). Berdasarkan laporan profil kesehatan Ibu dan anak didapatkan jumlah persalinan selama tahun 2020 sebanyak 6 juta kelahiran, dari angka tersebut 30% diantaranya persalinan yang mengalami perdarahan, dan penyebab perdarahan salah satunya karena robekan perineum sebesar 30% (Kemenkes RI, 2020). Rupture perenium dapat

menyebabkan pendarahan pada tingkat derajat 2 dan 3. Pada tingkat derajat 2, robekan melibatkan otot-otot perineum, sedangkan pada tingkat 3, robekan dapat meluas ke anus dan menyebabkan pendarahan yang lebih hebat.

Pemberian edukasi senam hamil diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pelaksanaan Optimalisasi pemberian edukasi senam ibu hamil terhadap kejadian rupture perineum. Pemberian edukasi senam hamil dapat menjadi upaya efektif dalam mengurangi rupture perineum. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh dini ulang sari, 2017 menunjukan bahwa dari 43 orang (71,7%) ibu yang melakukan senam hamil, sebanyak 27 ibu post partum (45,0%) tidak mengalami robekan pada persalinan normal. Karena pemberian edukasi yang tepat dan terarah dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang manfaat senam hamil dan memotivasi mereka untuk melakukan senam hamil secara teratur selama masa kehamilan.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik meneliti tentang optimalisasi pemberian edukasi senam ibu hamil terhadap pengetahuan kejadian repture perenium di Puskesmas Antang Perumnas pada kondisi krisis kesehatan.

BAHAN DAN METODE

Jenis Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik observasional dengan menggunakan data kuantitatif melalui pendekatan cross sectional yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi senam hamil terhadap pengetahuan kejadian rupture perenium di Puskesmas Antang Perumnas. Desain penelitian yang digunakan adalah desain one group pre- test-posttest. Desain ini melibatkan satu kelompok yang diberi pre-test, diberi treatment dan diberi post-test.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Antang Perumnas, Kota Makassar. Adapun pelaksanaan penelitian dilakukan pada bulan September tahun 2024.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang melakukan kunjungan Antenatal Care di Puskesmas Antang Perumnas selama periode penelitian. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu metode pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti. Teknik ini dipilih untuk memastikan bahwa responden yang terlibat sesuai dengan tujuan dan kebutuhan penelitian.

Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Adapun kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi ibu hamil yang melakukan pelayanan antenatal di wilayah Puskesmas Antang Perumnas, berada dalam kondisi sehat baik secara fisik maupun psikologis, serta bersedia menjadi responden dalam penelitian. Sementara itu, kriteria eksklusi mencakup ibu hamil yang tidak bersedia menjadi responden dan/atau tidak berada dalam kondisi sehat secara fisik maupun psikologis.

Variabel Penelitian

Berdasarkan hubungan fungsional antara variabel- variabel satu dengan yang lainnya, variabel dibedakan menjadi dua, yaitu variabel tergantung, terikat, akibat terpengaruh atau variabel dependen, dan variabel bebas, sebab, mempengaruhi atau variabel independen (Notoatmodjo, 2014). Berdasarkan pendapat diatas, dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas adalah edukasi senam hamil dan variabel terikat adalah Pengetahuan Rupture perineum.

Prosedur Penelitian

Sebelum pelaksanaan penelitian, peneliti mengikuti tahapan-tahapan sesuai dengan etika penelitian.

Prosedur pengumpulan data dilakukan dalam tiga tahap. Tahap pertama adalah *pretest*, yaitu pengumpulan data awal dari ibu hamil mengenai pengetahuan dan persepsi mereka tentang senam hamil, serta pencatatan kejadian rupture perineum sebelum edukasi diberikan. Tahap kedua adalah *intervensi*, di mana peneliti memberikan edukasi senam hamil secara terstruktur kepada kelompok intervensi. Tahap ketiga adalah *posttest*, yang bertujuan mengumpulkan data setelah intervensi untuk menilai perubahan pengetahuan dan mencatat kejadian rupture perineum pasca-edukasi.

Analisis Data

Analisis data yang dilakukan terdiri dari pengelompokan data menurut berbagai variabel dan jenis responden, mengubah data menjadi tabel menurut variabel semua responden yang telah dilakukan penelitian, penyajian data setiap variabel yang telah dipelajari dan melakukan perhitungan, untuk menjawab rumusan masalah pertanyaan dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang diajukan.

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan karakteristik setiap variabel penelitian. Analisis univariat dilakukan menurut jenis data baik kategorik maupun numerik. Untuk data kategorik dapat berupa distribusi frekuensi : persentase dari setiap variabel yang diteliti dan Hasil akhir analisis data numerik pada tahap analisis univariat dapat berupa ukuran tengah dan ukuran variasi. Analisis bivariat adalah analisis statistik yang dilakukan untuk menguji hipotesis antara dua variabel, untuk

memperoleh jawaban apakah kedua variabel tersebut ada hubungan, berkorelasi, ada perbedaan, ada pengaruh dan sebagainya sesuai dengan hipotesis yang telah dirumuskan.

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui data yang dikumpulkan berdistribusi normal atau tidak, agar dapat menentukan uji statistik dan melanjutkan uji selanjutnya. Uji normalitas data pada penelitian ini menggunakan Kolmogorov- Smirnov ($p > 0,05$) yang dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 22.0 for windows untuk pengujian normalitas. Untuk metode One-Sample Kolmogorov-Smirnov pedoman pengambilan keputusannya adalah jika nilai signifikansi (sig) $< 0,05$ maka data tidak berdistribusi normal. Tetapi jika nilai signifikansi (sig) $> 0,05$ maka data berdistribusi normal. Adapun data yang diuji normalitas adalah hasil pretest dan posttest tingkat peningkatan pengetahuan kejadian rupture perenium di Puskesmas Antang Perumnas.

Setelah melakukan uji normalitas peneliti melakukan uji hipotesis yaitu apabila data berdistribusi normal maka menggunakan uji T berpasangan (paired t test) dan apabila data tidak berdistribusi normal maka menggunakan uji wilcoxon pada program SPSS 22.0.

HASIL

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Umur	Jumlah Responden	Persentase
15-20	2	6.7
21-25	10	33.3
26-30	8	26.7
31-35	4	13.3
36-40	6	20.0
Total	30	100.0

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan distribusi frekuensi umur responden didapatkan kelompok ibu hamil paling banyak yang berusia 21-25 tahun yaitu 10 orang (33.3%).

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan 2024

Pendidikan	Jumlah Responden	Persentase
S1	9	30.0
SMA	12	40.0
SMP	9	30.0
Total	30	100.0

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan distribusi frekuensi Pendidikan responden didapatkan ibu hamil yang paling banyak adalah lulusan SMA yaitu sebanyak 12 orang (40%).

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Kehamilan

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Kehamilan

Usia Kehamilan	Jumlah Responden	Persentase
2	4	13.3
3	4	13.3
4	6	20.0
5	9	30.0
6	7	23.3
Total	30	100.0

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan distribusi frekuensi usia kehamilan responden didapatkan ibu hamil yang paling banyak adalah dengan usia kehamilan 5 bulan yaitu sebanyak 9 orang (30%).

4. Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas

Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas

Paritas	Jumlah Responden	Persentase
PERTAMA	15	50.0
KEDUA	11	36.7
KETIGA	3	10.0
KEEMPAT	1	3.3
Total	30	100.0

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan distribusi frekuensi Paritas responden didapatkan ibu hamil yang paling banyak adalah paritas Pertama yaitu sebanyak 15 orang (50%).

5. Pengetahuan Rupture perineum Di Situasi Krisis Kesehatan Sebelum Diberikan Edukasi Senam Hamil Di Puskesmas Antang Perumnas Tahun 2024

Tabel 5. Pengetahuan Rupture perineum Di Situasi Krisis Kesehatan Sebelum Diberikan Edukasi Senam Hamil Di Puskesmas Antang Perumnas Tahun 2024

Pengetahuan	(n)	(%)
Pengetahuan Kurang	27	90
Pengetahuan Cukup	3	10
Total	30	100.0

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan edukasi senam hamil yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 27 orang (90%), pengetahuan cukup sebanyak 3 orang (10%).

6. Pengetahuan Rupture perineum Di Situasi Krisis Kesehatan Sesudah Diberikan Edukasi Senam Hamil Di Puskesmas Antang Perumnas Tahun 2024

Tabel 6. Pengertian Rupture perineum Di Situasi Krisis Kesehatan sesudah Diberikan Edukasi Senam Hamil Di Puskesmas Antang Perumnas Tahun 2024

Pengetahuan	(n)	(%)
Pengetahuan Kurang	-	-
Pengetahuan Cukup	8	26,7
Pengetahuan Baik	22	73,3
Total	30	100.0

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa pengetahuan ibu hamil yang telah diberikan edukasi senam hamil yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 8 orang (26,7%) pengetahuan baik sebanyak 22 orang (73,3%).

7. Analisis Univariat

Uji data normalitas pada penelitian ini adalah uji Shapiro-Wilk karena sudah memenuhi syarat yaitu 30 sampel.

Tabel 7. Uji Normalitas

Pengetahuan Shapiro-Wilk (Sig.)		Keterangan
<i>Pre Test</i>	0,003	Distribusi Data Tidak Normal
<i>Post Test</i>	0,004	Distribusi Data Tidak Normal

Hasil uji pengaruh edukasi senam hamil terhadap tingkat 6. Pengetahuan Rupture perineum Di Situasi Krisis Kesehatan Sebelum Diberikan Edukasi Senam Hamil Di Puskesmas Antang Perumnas Tahun 2024 di dapatkan nilai pretest $0,02 < 0,05$, dan nilai post test sebesar $0,03 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan data penelitian ini tidak memenuhi asumsi normalitas. Maka dari itu pengujian paired sample t test tidak dapat dilakukan pada penelitian ini. Sehingga dalam penelitian ini menggunakan Uji Wilcoxon untuk menguji pengaruh edukasi senam hamil terhadap tingkat pengetahuan rupture perineum di situasi krisis kesehatan di Puskesmas Antang Perumnas Tahun 2024.

Analisa bivariat dalam penelitian ini dilakukan dengan membandingkan pretest dan posttest. Edukasi senam hamil dikatakan berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan rupture perineum di situasi krisis kesehatan apabila terdapat rata-rata peningkatan (selisih positif) yang signifikan. Uji perbedaan dilakukan dengan metode nonparametrik Wilcoxon.

Tabel 8. Pengaruh Edukasi Senam Hamil Terhadap Tingkat Pengetahuan Rupture Perineum Di Situasi Krisis Kesehatan Di Puskesmas Antang Perumnas Tahun 2024

	Mean	(n)	Std. Deviation	Sig.
Pre Test	35,33	30	13,581	0.000
Post Test	83,07	30	8,971	

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan uji statistik terdapat perbedaan antara sebelum dilakukan edukasi dan setelah dilakukan edukasi, sebelum dilakukan jumlah mean pengetahuan ibu hamil sebesar 35,3 dengan standar Deviasi 13,581 setelah dilakukan edukasi jumlah mean pengetahuan meningkat menjadi 8,07 atau dalam pengetahuan baik dengan standar Deviasi 8,971.

Berdasarkan uji statistic wilcoxon didapatkan nilai p-Value sebesar 0,000 Karena $p < 0,05$ maka H_0 diterima H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi senam hamil terhadap tingkat pengetahuan rupture perineum di situasi krisis kesehatan di Puskesmas Antang Perumnas Tahun 2024.

PEMBAHASAN

Dari Senam hamil merupakan terapi latihan gerak dan salah satu kegiatan dalam pelayanan selama kehamilan atau prenatal care yang bertujuan untuk mempersiapkan ibu hamil secara fisik dan mental saat menghadapi persalinan agar persalinan normal dapat berlangsung dengan cepat, aman, dan spontan. Senam hamil ini hanya bisa dilakukan ketika kandungan berusia 22-36 minggu, ada juga yang menganjurkan bila kehamilan sudah mencapai 28 minggu ke atas.

Senam hamil memiliki tujuan-tujuan yang baik untuk ibu hamil, salah satunya adalah elastisitas otot-otot dinding perut akan lebih baik sehingga dapat mencegah atau mengatasi keluhan nyeri di bokong, di perut bagian bawah dan keluhan wasir dan memperkuat serta mempertahankan kelenturan otot-otot dinding perut dan dasar panggul yang penting dalam proses persalinan.

Senam hamil ini dianjurkan untuk ibu hamil sebagai upaya preventif agar proses kehamilan dan persalinan dapat berjalan secara alamiah dengan lancar dan mengurangi) Kelenturan otot – otot dinding perut dan dasar panggul dapat mengurangi risiko ruptur (robekan) perineum. Ruptur perineum merupakan perlukaan pada jalan lahir yang terjadi pada proses persalinan pervaginam, ruptur perineum ini disebabkan pada saat persalinan perineum mengalami tekanan yang kuat dan mengalami peregangan yang dapat menyebabkan terjadinya ruptur perineum yang disertai dengan adanya perlukaan vagina dengan derajat ruptur yang bervariasi (Syamsiah & Malinda, 2018).

Perineum yang kaku menghambat persalinan kala II yang meningkatkan risiko kematian bagi janin, dan menyebabkan kerusakan- kerusakan jalan lahir yang luas. Dengan kita memberikan penyuluhan dan melakukan senam hamil diharapkan pengetahuan ibu hamil dapat meningkat dan akan mencegah terjadinya rupture pada persalinan, hal ini sangat penting sekali untuk disosialisasikan kepada ibu - ibu hamil yang lain supaya lebih bersemangat jika hamil lebih baik melakukan senam hamil. Senam hamil ini bisa dilakukan dimana saja dan kapan saja sebab tidak perlu menggunakan

alat - alat yang sulit didapatkan, gerakan - gerakannya juga mudah untuk dilakukan dan waktu yang dibutuhkan juga tidak terlalu lama.

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan uji statistik terdapat perbedaan antara sebelum dilakukan edukasi dan setelah dilakukan edukasi, sebelum dilakukan jumlah mean pengetahuan ibu hamil sebesar 35,3 dengan standar Deviasi 13,581 setelah dilakukan edukasi jumlah mean pengetahuan meningkat menjadi 8,07 atau dalam pengetahuan baik dengan standar Deviasi 8,971. Hal ini menunjukkan bahwa dengan dibrikannya edukasi tentang senam hamil dapat meningkatkan pengetahuan pengetahuan rupture perineum di situasi krisis

Berdasarkan uji statistic wilcoxon didapatkan nilai p-Value sebesar 0,000 Karena $p < 0,05$ maka H_a diterima H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pengaruh edukasi senam hamil terhadap tingkat pengetahuan rupture perineum di situasi krisis kesehatan di Puskesmas Antang Perumnas Tahun 2024.

Penelitian ini sejalan dengan Penelitian Nikma et al (2021) Senam hamil sangat penting dilakukan oleh ibu hamil yang ingin benar - benar tidak mengalami rupture perineum bila ibu hamil mau melakukan senam hamil secara rutin dan mematuhi aturan yang telah diterapkan kemungkinan pada waktu persalinan tidak akan terjadi rupture perineum

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa sebelum diberikan edukasi senam hamil, sebagian besar ibu hamil memiliki pengetahuan yang kurang, yaitu sebanyak 27 orang (90%), dan hanya 3 orang (10%) yang memiliki pengetahuan cukup. Setelah diberikan edukasi, terjadi peningkatan tingkat pengetahuan, di mana sebanyak 8 orang (26,7%) memiliki pengetahuan cukup dan 22 orang (73,3%) memiliki pengetahuan baik. Hasil uji statistik Wilcoxon menunjukkan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh edukasi senam hamil terhadap tingkat pengetahuan tentang rupture perineum di situasi krisis kesehatan di Puskesmas Antang Perumnas Tahun 2024. Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat disampaikan yaitu Puskesmas Antang diharapkan memberikan edukasi kepada ibu hamil mengenai bahaya kehamilan, ibu hamil diharapkan memahami tentang rupture perineum serta cara pencegahannya, dan bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti variabel lain dengan cakupan lokasi yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, A., Nurpratiwi, N., Amaludin, M., Hidayat, U. R., Alfikrie, F., Hatmalyakin, D., & Arisandi, D. (2023). Kesiapsiagaan Masyarakat dalam Penanggulangan Krisis Kesehatan. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(7), 3026-3032.
- Amdadi, Z. A., & Hidayati, H. Pengaruh Senam Hamil dengan Kejadian Rupture Perimeum di Puskesmas Minasaupa Makassar Tahun 2021. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(11), 3787-3794.
- Ariandini, S., Nurjanah, I., Awalia, M., Silviani, R., Akmali, H. N., & Kholisoh, S. N. (2023). Edukasi Kesehatan Ibu Hamil Melalui Kelas Ibu Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor. *JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT*, 50-53.
- Asiyah, N., Irawati, I., & Nurwulan, D. M. (2023). Pengaruh Kegel Exercise Terhadap Tingkat Ruptur Perineum Pada Ibu Bersalin Primipara. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 14(1), 235-244.
- Buku panduan senam hamil, 2015, program studi propesi NERS universitas andalas.
- Daifa, D., Happy Nurmalita Sari, M., Rasumawati, R., & Saepullah, S. (2019). Efektifitas Latihan Senam Hamil Terhadap Proses Persalinan di Puskesmas Pancoran Mas Depok.
- Dayani, T. R. (2023). Edukasi Senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester III Sebagai Persiapan Persalinan Di TPMB Lia Maria Bandar Lampung. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bina Usada (ABDINUSA)*, 1(1), 47-50.
- Eti D. S., & aprilya T. D (2022,) pengaruh senam hamil terhadap kelancaran proses persalinan kala II di bidan praktek swasta anikl hanifa winong gempol pasuruan, *jurnal ilmiah obsgin*, 14 (4.)
- Hardini, D., Marfu'ah, S., & Muriana, E. A. (2023). Perbedaan Ibu Bersalin Yang Melakukan Senam Hamil Dengan Yang Tidak Melakukan Senam Hamil Terhadap Lamanya Proses Persalinan. *Jurnal Penelitian Pendidikan Bidan (Midwife Education Research Journal)*, 1(01), 1-6.
- Hardiyanti, R., Islamy, N., & Sayuti, M. (2022). Ruptur Perineum Grade 3A Post Trauma: Laporan Kasus. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 2(1), 11- 24.
- Herlina, I., Kusmintarti, A., Jayanti, K., & Prima, S. (2023). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Ruptur Perineum Pada Persalinan Pervaginam. *Jurnal Bidan Srikandi*, 1(1).
- Hidayati, U. (2019). Systematic Review: Senam hamil untuk masa kehamilan dan persiapan persalinan. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 7(2), 8-15.
- Hindun, S. (2012). Senam Hamil Pada Primigravida dan Lama Persalinan. Palembang: Politeknik Kesehatan Palembang.

- Indrayani, T., Holilah, S., & Choirunnisa, R. (2021). Pemberian Edukasi dan Pelatihan Senam Hamil Untuk Mengoptimalkan Persalinan di Klinik Khalifah Tangerang. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(2), 413-417.
- Lubis, P. (2023). Zonasi Pembangunan Lingkungan yang Baik Cegah Lahirnya Anak Berkebutuhan Khusus. *Journal of Dissability Studies and Research (JDSR)*, 2(1), 12-20.
- Maha, I. K., & Susilawati, S. (2023). Dampak Pencemaran Lingkungan Terhadap Kesehatan Masyarakat Pesisir. *Zahra: Journal Of Health And Medical Research*, 3(4), 315-322.
- MARPAUNG, A. P. (2022). Pengaruh Kualitas Lingkungan Perumahan Terhadap Kesehatan Dan Gizi Ibu Hamil Di Kota Medan. *Jurnal Ilmiah Kohesi*, 6(4), 62-66.
- Muchtar, A. S., Handayani, T., & Novianti, I. (2023). A Manajemen Asuhan Kebidanan Intrapartum Ny “E” Dengan Ruptur Perineum Tingkat II di UPT BLUD Puskesmas Watampone Kabupaten Bone. *Jurnal Midwifery*, 5(2), 149-158.
- Mutmainah, H., Yuliasari, D., & Mariza, A. (2019). Pencegahan rupture perineum pada ibu bersalin dengan pijat perineum. *Jurnal Kebidanan*, 5(2), 137-143.
- Nikmah, K., Ningsih, E. S., & Yushofa, V. (2021). Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil terhadap Senam Hamil sebagai upaya mengurangi kejadian Ruptur Perineum. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(2), 295-297.
- Novitasari, R., & Nufus, H. (2023). Hubungan Hubungan Senam Hamil Ibu Hamil Trimester III dengan Lama Proses Persalinan. *Jurnal Kebidanan*, 13(2), 160-165.
- Nuraida, I., & Putri, D. L. (2024). Edukasi Kesehatan Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil dan Kesehatan Balita. *TAAWUN*, 4(01), 85-92.
- Nurlaelah, N., Jasmawati, J., & Setiadi, R. (2020). Efektifitas pelaksanaan senam hamil terhadap kelancaran proses persalinan pada ibu bersalin di Klinik Masitah Muara Jawa.
- Putri, R. P. (2023). Analisis Faktor Lingkungan Fisik Terhadap Risiko Stunting Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Batu Kabupaten Bogor (Doctoral dissertation, Universitas Nasional).
- Rahayu, T., Wahyuni, S., & Asphian, M. (2019). Intervensi senam hamil sebagai upaya meningkatkan kesiapan ibu menghadapi persalinan normal. In *Unissula Nursing Conference Call for Paper & National Conference* (Vol. 2, No. 1, pp. 47-52).
- Rahayu, T., Wahyuni, S., & Asphian, M. (2019). Intervensi senam hamil sebagai upaya meningkatkan kesiapan ibu menghadapi persalinan normal. In *Unissula Nursing Conference Call for Paper & National Conference* (Vol. 2, No. 1, pp. 47-52).

- Riyanti, N., Devita, R., & Huwaida, N. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Ruptur Perineum pada Persalinan Normal. *Jurnal'Aisyiyah Medika*, 8(1).
- SAPUTRI, D. (2022). Asuhan Keperawatan Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman Nyeri Luka Episiotomi Pada Ibu Post Partum Di Rs Bhayangkara Kota Bengkulu Tahun 2022 (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Bengkulu).
- Sari, R. D. P., Sutarto, S., Utama, W. T., & Pratiwi, D. (2023). Rutinitas Senam Hamil dengan Melahirkan Spontan. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 2(2), 85-93.
- Siregar, M. S. (2023). Asuhan Kebidanan Persalinan Dengan Ruptur Perineum Derajat Ii Di Pmb Mona Kecamatan Padang Sidempuan Utara Di Kota Padang Sidempuan Tahun 2023.
- Suryani, A. S. (2018). Pengaruh Kualitas Lingkungan Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Dasar di Provinsi Banten. *Jurnal Aspirasi*, 9(1), 35-63.
- Ulya, Y., Herlina, S. M., & Pratiwi, Y. S. (2022). Date juice accelerates labor in the first stage. *Journal for Quality in Public Health*, 5(2), 613-618. 2.
- Zumrotun, S. (2020). Hubungan Senam Hamil Dengan Kejadian Robekan Perineum Pada Ibu Primipara Di Puskesmas Baureno Kabupaten Bojonegoro (Doctoral dissertation, STIKes Insan Cendekia Medika Jombang).