

**PERBEDAAN PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG
SENAM HAMIL MENGGUNAKAN METODE DEMONSTRASI
DENGAN MEDIA *AUDIO VISUAL* DAN MEDIA *LEAFLET*
TERHADAP LAMA KALA II PADA IBU PRIMIGRAVIDA
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PUHJARAK
KABUPATEN KEDIRI**

SKRIPSI



**DISUSUN OLEH :
NUR CAHYA WATI
NIM. 1502460023**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEBIDANAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN KEDIRI
TAHUN 2019**

SKRIPSI

PERBEDAAN PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG SENAM HAMIL MENGGUNAKAN METODE DEMONSTRASI DENGAN MEDIA *AUDIO VISUAL* DAN MEDIA *LEAFLET* TERHADAP LAMA KALA II PADA IBU PRIMIGRAVIDA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PUHJARAK KABUPATEN KEDIRI

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar
Sarjana Terapan Kebidanan



**DISUSUN OLEH :
NUR CAHYA WATI
NIM. 1502460023**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEBIDANAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN KEDIRI
TAHUN 2019**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nur Cahya Wati
NIM : 1502460023
Judul Skripsi : Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi Dengan Media *Audio Visual* dan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjark Kabupaten Kediri.

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tulisan dalam skripsi ini adalah benar-benar asli hasil pemikiran kami sendiri, sepanjang pengetahuan kami belum ada karya ilmiah yang serupa yang ditulis oleh orang lain. Apabila nanti terbukti bahwa skripsi ini tidak asli atau disusun oleh orang lain atau hasil menjiplak karya orang lain baik sebagian atau seluruhnya, maka kami bersedia untuk menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Kediri,

Yang membuat pernyataan,
Mahasiswa



Nur Cahya Wati
NIM. 1502460023

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi Dengan Media *Audio Visual* Dan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri oleh Nur Cahya Wati NIM : 1502460023 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Kediri, 20 Juni 2019

Pembimbing Utama



Triatmi Andri Yanuarini, M.Keb.
NIP. 19810128 200501 2 002

Kediri, 21 Juni 2019

Pembimbing Pendamping



Ratih Novitasari, S.ST., M.PH.
NIP. 19871120 201012 2 004

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi Dengan Media *Audio Visual* dan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri Oleh Nur Cahya Wati NIM : 1502460023 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Ujian Skripsi Pada tanggal 25 Juni 2019

Dewan Penguji

Ketua Penguji



Dwi Estuning Rahayu, S.Pd., S.Kep., Ns., M.Sc.
NIP. 19660313 198903 2 003

Penguji Anggota I



Triatmi Andri Y, M.Keb.
NIP. 19810128 200501 2 002

Penguji Anggota II



Ratih Novitasari, S.ST., M.PH.
NIP. 19871120 201012 2 004

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan
Poltekkes Kemenkes Malang



Herawati Mansur, S.ST., M.Pd., M.Psi.
NIP. 19650110 198503 2 002

Ketua Program Studi
Sarjana Terapan Kebidanan Kediri



Susanti Pratamaningtyas, M.Keb.
NIP. 19760115 200212 2 001

v

v

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat dan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan tentang senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* dan media *leaflet* terhadap lama kala II pada ibu primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri”, sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang.

Dalam hal ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan banyak banyak terima kasih kepada :

1. Budi Susatia, S.Kp, M.Kes., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.
2. Herawati Mansur, S.ST., M.Pd, M.Psi., selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.
3. Susanti Pratamaningtyas, M.Keb., selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri.
4. dr. Adi Laksono, MMRS., selaku Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri.
5. dr. Dewi Retno P, selaku Kepala UPTD Puskesmas Puhjarak.

6. Ibu Rina Bidadari, S.Tr.Keb., selaku Bidan Koordinator UPTD Puskesmas Puhjarak.
7. Ibu Rita Puji Asmara, Amd.Keb., selaku Bidan Desa Mejono.
8. Ibu Sunartiani, Amd.Keb., selaku Bidan Desa Sidowarek.
9. Triatmi Andri Yanuarini, M.Keb., selaku pembimbing utama.
10. Ratih Novitasari, S.ST., M.PH., selaku pembimbing pendamping.
11. Seluruh dosen dan staff karyawan di Poltekkes Kemenkes Malang Kampus IV Kediri.
12. Responden yang terlibat dalam penelitian ini.
13. Orang tua dan seluruh keluarga saya yang telah memberikan dukungan doa, materi, dan semangat yang tak terhingga.
14. Teman – teman Sarajana Terapan Kebidanan Kediri angkatan ke-3 serta pihak lain yang sangat membantu, memberikan do”a, dan semangat yang luar biasa
15. Sahabat dan teman-teman lainnya yang telah memberikan semangat, motivasi dan do’a yang begitu banyak.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan pahala atas segala amal baik yang telah diberikan dan semoga skripsi ini berguna bagi semua pihak yang memanfaatkan.

Kediri, Mei 2019

Peneliti

ABSTRAK

Wati, Nur Cahya. 2019. *Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi Dengan Media Audio Visual Dan Metode Leaflet Terhadap Lama Kala II Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri*. Skripsi. Pembimbing Utama : Triatmi Andri Yanuarini, M.Keb. Pembimbing Pendamping : Ratih Novitasari, S.ST., M.PH.

Audio visual dan *visual* merupakan sebuah media yang banyak digunakan dalam sebuah pendidikan kesehatan. Senam hamil merupakan kebutuhan ibu hamil yang dapat membantu mempermudah proses persalinan kala II. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan tentang senam hamil menggunakan media *audio visual* dengan media *leaflet* terhadap lama kala II pada ibu primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri. Desain penelitian yang digunakan yaitu penelitian *pra experiment* jenis *post-test only grup design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dengan sampel sebanyak 20 responden yang memenuhi kriteria inklusi. Instrumen yang digunakan berupa video dan *leaflet* untuk senam hamil serta lembar observasi dan stopwatch untuk mengetahui lama kala II saat bersalin. Hasil uji *Mann Whitney U-Test* untuk n_1 dan n_2 dengan $\alpha = 0,05$ (nilai $U=23$) didapatkan hasil U hitung $< U$ tabel, yaitu $20 < 23$ berarti H_a diterima yaitu ada perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan tentang senam hamil menggunakan media *audio visual* dengan media *leaflet* terhadap lama kala II pada ibu primigravida.

Kata Kunci : primigravida, senam hamil, *audio visual*, *leaflet*, lama kala II

ABSTRACT

Wati, Nur Cahya. 2019. *The Differences of Health Education's Effect about Exercise During Pregnancy Using Demonstration Method by Audio Visual and Leaflet to the Long of Second Stage of Labor on Primigravida Mothers in Puhjarak Health Center Kediri Regency.* Essay. Main Advisor: Triatmi Andri Yanuarini, M.Keb. Counselor Advisor: Ratih Novitasari, S.ST., M.PH.

Audio visual and visual is a media that is widely used in health education. Pregnant exercise is a must for women who can help facilitate the second stage of labor. The purpose of this study was to determine the differences of health education's effect about exercise during pregnancy using demonstration method by audio visual and leaflet to the long of second stage of labor on primigravida mothers in Puhjarak Health Center Kediri Regency. The study design used was a pre-experimental study type post-test only group design. The sampling technique used simple random sampling with a sample of 20 respondents who met the inclusion criteria. The instruments used were in the form of videos and leaflets for pregnancy exercises as well as observation sheets and stopwatches to determine the duration of the second time during labor. The Mann Whitney U-Test test results for n_1 and n_2 with $\alpha = 0.05$ (U value = 23) showed that U count $<$ U table, which is $20 < 23$ means H_a is accepted ie there are differences of health education's effect about exercise during pregnancy using demonstration method by audio visual and leaflet to the long of second stage of labor on primigravida mothers.

Keywords: primigravida, pregnancy exercise, audio visual, leaflet, the long of second stage of labor

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
DAFTAR SINGKATAN	iii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6

1.4.2. Manfaat Praktis	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Pendidikan Kesehatan	7
2.1.1 Definisi	7
2.1.2 Tujuan.....	7
2.1.3 Media Dalam Pendidikan Kesehatan.....	8
2.2 Senam Hamil.....	10
2.2.1 Definisi	10
2.2.2 Manfaat Senam Hamil	10
2.2.3 Fase Senam Hamil	11
2.2.4 Kontraindikasi Senam Hamil.....	12
2.2.5 Langkah – Langkah Senam Hamil	13
2.3 Metode Demonstrasi	20
2.3.1 Definisi	20
2.3.2 Tujuan.....	21
2.3.3 Manfaat	21
2.3.4 Kelebihan.....	22
2.3.5 Kelemahan	22
2.3.6 Pelaksanaan	22
2.4 Media <i>Leaflet</i>	24
2.4.1 Definisi	24
2.4.2 Ciri-ciri dari <i>leaflet</i>	24
2.4.3 Kelebihan.....	25

2.4.4 Kelemahan	25
2.4.5 Penggunaan <i>Leaflet</i>	26
2.4.6 Hal-hal yang harus diperhatikan dalam membuat <i>leaflet</i>	26
2.5 Media <i>Audio Visual</i>	26
2.5.1 Definisi	26
2.5.2 Tujuan Penggunaan Media <i>Audio Visual</i>	27
2.5.3 Manfaat Penggunaan Media Video (<i>Audio Visual</i>).....	28
2.5.4 Kelebihan.....	29
2.5.5 Kelemahan	30
2.6 Konsep Teori Persalinan	30
2.6.1 Definisi	30
2.6.2 Faktor Yang Mempengaruhi Proses Persalinan.....	31
2.6.3 Konsep Kala II.....	32
2.7 Konsep Ibu Hamil	37
2.7.1 Definisi	37
2.7.2 Proses Kehamilan	38
2.7.3 Lama Kehamilan.....	38
2.7.4 Kebutuhan Ibu Hamil	39
2.8 Pengaruh Pendidikan Kesehatan Senam Hamil Terhadap Persalinan Kala II.....	43
2.9 Kerangka Konsep.....	45
2.10 Hipotesis	46
BAB 3 METODE PENELITIAN	47

3.1	Desain Penelitian.....	47
3.2	Kerangka Operasional.....	49
3.3	Populasi, Sampel, dan Sampling.....	50
3.3.1	Populasi	50
3.3.2	Sampel	50
3.3.3	Sampling.....	51
3.4	Kriteria Sampel	52
3.4.1	Kriteria Inklusi.....	52
3.4.2	Kriteria Eksklusi	52
3.5	Variabel Penelitian.....	52
3.6	Definisi Operasional Variabel.....	53
3.7	Lokasi dan Waktu Penelitian	55
3.7.1	Lokasi	55
3.7.2	Waktu Penelitian.....	55
3.8	Alat Pengumpulan Data	55
3.9	Metode Pengumpulan Data.....	55
3.10	Metode Pengolahan Data dan Analisis Data.....	58
3.10.1	Teknik Mengolah Data	58
3.10.2	Analisis Data.....	61
3.11	Penyajian Hasil	63
3.12	Etika Penelitian.....	64
	BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	66
4.1	Hasil Penelitian	66

4.2 Pembahasan.....	70
4.3 Keterbatasan.....	80
BAB 5 PENUTUP	82
5.1 Kesimpulan	82
5.2 Saran.....	82
DAFTAR PUSTAKA	85
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi dengan Media Audio Visual dan Media Leaflet Terhadap Lama Kala II pada Ibu Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri.....	54
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Data Umum Karakteristik Responden.....	67
Tabel 4.2 Kategori Lama Kala II menggunakan Metode Demonstrasi Dengan <i>Media Audio Visual</i>	68
Tabel 4.3 Kategori Lama Kala II menggunakan Metode Demonstrasi Dengan <i>Media Leaflet</i>	68
Tabel 4.4 Perbedaan Pengaruh Pendidikan Senam hamil Menggunakan Metode Demonstrasi Dengan <i>Media Audio Visual</i> Dan <i>Media Leaflet</i> Terhadap Lama Kala II	69

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Gerakan Kaki.....	14
Gambar 2. 2 Gerakan Pembentukan Sikap Tubuh 1	15
Gambar 2. 3 Gerakan Pembentukan Sikap Tubuh 2	15
Gambar 2. 4 Gerakan Latihan Pernapasan	16
Gambar 2. 5 Gerakan Pembentukan Sikap Tubuh	17
Gambar 2. 6 Gerakan Latihan Kontraksi Dan Relaksasi	18
Gambar 2. 7 Gerakan Pembentukan Sikap Tubuh	18
Gambar 2. 8 Gerakan Latihan Pernapasan	19
Gambar 2. 9 Gerakan Latihan Penenangan	20
Gambar 2. 10 Kerangka Konsep Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi dengan Media <i>Audio Visual</i> dan Media <i>Leaflet</i> Terhadap Lama Kala II pada Ibu Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri.....	45
Gambar 3. 1 Kerangka Operasional “Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi dengan Media <i>Audio Visual</i> dan Media <i>Leaflet</i> Terhadap Lama Kala II pada Ibu Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri.”	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan.....	90
Lampiran 2 Formulir Persetujuan Judul Skripsi	91
Lampiran 3 Pernyataan Kesiediaan Pembimbing I.....	92
Lampiran 4 Pernyataan Kesiediaan Pembimbing II.....	93
Lampiran 5 Ethical Clearance	94
Lampiran 6 Surat Permohonan Izin Penelitian Dari Kampus	95
Lampiran 7 Surat Permohonan Izin Penelitian Dari PPSDMK	96
Lampiran 8 Surat Permohonan Izin Penelitian Dari Bakesbangpol.....	97
Lampiran 9 Surat Balasan Izin Penelitian Dari Puskesmas Puhjarak	98
Lampiran 10 Surat Izin Penelitian Dari Dosen Pembimbing.....	99
Lampiran 11 Lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP).....	100
Lampiran 12 Lembar Persetujuan Menjadi Responden (<i>Informed Consent</i>)...	101
Lampiran 13 Standar Operasional Prosedur Senam Hamil.....	102
Lampiran 14 Leaflet Senam Hamil	104
Lampiran 15 CD-ROM Senam Hamil	106
Lampiran 16 Intrumen Penelitian.....	107
Lampiran17 Lembar Data Umum Responden	108
Lampiran 18 Lembar Data Khusus Responden	109
Lampiran 19 Hasil Penghitungan Komputerisasi	110
Lampiran 20 Critical Values of the Mann-Whitney U.....	111
Lampiran 21 Lembar Konsultasi I	112
Lampiran 21 Lembar Konsultasi II.....	115

DAFTAR SINGKATAN

AKI	: Angka Kematian Ibu
ASI	: Air Susu Ibu
CD-ROM	: <i>Compact Disk – Read Only Memory</i>
HPL	: Hari Perkiraan Lahir
INFID	: <i>International NGO Forum on Indonesian Development</i>
LCD	: <i>Liquid Crystal Display</i>
NST	: <i>Nonstress Test</i>
OHP	: <i>Over Head Projector</i>
OHT	: <i>Over Head Transparency</i>
PMB	: Pratik Mandiri Bidan
SDGs	: <i>Sustainable Development Goals</i>
SOP	: Standar Operasional Prosedur
SUPAS	: Survei Penduduk Antar Sensus
TM	: Trimester
TT	: <i>Tetanus Toxoid</i>

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Persalinan merupakan proses di keluarkannya hasil konsepsi (janin dan uri) yang telah cukup bulan (265-280 hari) yang berlangsung secara alami (Manuaba, 2012). Persalinan adalah saat dimana beberapa jam terakhir kehamilan di tandai dengan adanya kontraksi uterus yang menyebabkan menipisnya, dilatasi serviks dan terdorongnya janin keluar melalui jalan lahir. Sedangkan persalinan kala II disebut juga stadium ekspulsi janin merupakan proses dimulai ketika dilatasi serviks sudah lengkap (pembukaan 10 cm) dan berakhir ketika janin sudah keluar.

Lama kala II persalinan untuk nulipara median durasi 50 menit, sedangkan multipara 20 menit (Prawirohardjo, 2014). Kala II dapat di pengaruhi oleh beberapa faktor penting, yaitu kekuatan pada ibu, seperti kekuatan his dan kekuatan mengejan (*power*), keadaan jalan lahir (*passage*), keadaan janin (*passenger*). Jika dari salah satu faktor tidak tercapai maka akan terjadi gangguan pada kala II (Manuaba, 2012). Masalah kematian akibat partus lama atau persalinan macet di Indonesia sebesar 5% (Kementerian Kesehatan R.I, 2015). Dari data Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri, angka kejadian partus lama atau kala II lama sebanyak 322 persalinan (Dinkes Kab. Kediri, 2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri didapatkan data partus lama terbanyak di Wilayah Puhjarak yaitu sebanyak 42 kejadian di tahun 2018. Kemudian peneliti melakukan studi pendahuluan ke Puskesmas Puhjarak pada bulan November 2018, didapatkan hasil yaitu dari bulan Januari – Juni 2018 sebanyak 99 kasus rujukan persalinan terdapat 2 kasus persalinan kala II memanjang (1,8%). Dari hasil wawancara yang dilakukan dengan salah satu ibu yang mengalami partus lama, ibu mengatakan bahwa ia dirujuk karena bayi tidak keluar-keluar karena ibu tidak kuat mengejan dan selama kehamilan ibu tidak pernah melakukan senam hamil ataupun mengikuti kelas ibu hamil, karena di daerahnya tidak ada kelas ibu hamil.

Pendidikan kesehatan bagi ibu hamil sangat penting, terutama pada ibu hamil primigravida yang belum mempunyai pengalaman tentang bersalin. Ibu hamil harus diberi konseling dan edukasi-edukasi tentang masa kehamilan, persalinan, maupun nifas. Seperti halnya senam hamil merupakan kebutuhan ibu hamil yang berfungsi memperkuat dan mempertahankan elastisitas otot-otot dinding perut dan dasar panggul pada proses persalinan sehingga akan sangat membantu mempermudah meneran saat persalinan kala II (Siswosuharjo and Chakrawati, 2011).

Media dapat menimbulkan minat dalam belajar dan disusun berdasarkan prinsip bahwa pengetahuan dapat ditangkap dengan panca indra oleh manusia. Menurut *Computer Technology Research* (CTR) mengatakan bahwa orang hanya bisa mengingat 20% dari yang dilihat (*visual*), dan 30%

yang didengar (*audio*), sedangkan 50 % dari yang dilihat dan didengar (*audio visual*) serta 80% dari yang dilihat, didengar, dan dilakukan sekaligus (Suiraoaka and Supariasa, 2012). Media *leaflet* memiliki keunggulan yang berisi kalimat singkat, padat dan mudah dimengerti beserta gambar-gambar yang dapat menarik minat untuk membacanya. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Siregar, Y (2018) bahwa ada peningkatan pengetahuan setelah mengikuti pendidikan kesehatan dengan adanya metode ataupun strategi dalam penyampaian pesan yang menggunakan metode ceramah dan penggunaan alat bantu baik berupa *leaflet* ataupun *audio visual* (Siregar, 2018). Media *audio visual* juga sangat efektif untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pendidikan kesehatan karena media *audio visual* menampilkan gerak, gambar dan suara sehingga media ini lebih menarik dan tidak monoton (Yusuf, 2014). Hal ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Muthmainah, F.N (2015) bahwa media *audio visual* tampaknya lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu (Muthmainah, 2015).

Berdasarkan pada penelitian sebelumnya oleh Susiloningtyas (2013) dilakukan di RB Kusuma Pertiwi Desa Kepung Kecamatan Kepung Kabupaten Kediri didapatkan hasil 76,7% (23 responden) dengan kategori benar dalam meneran dan 23,3% (7 responden) dengan kategori salah dalam meneran. Dan dari hasil observasi tersebut, lama persalinan kala II pada 30 ibu bersalin didapatkan hasil 73,4% (22 responden) lancar, 23,3% (7 responden) kurang lancar, dan 3,3% (1 responden) tidak lancar. H1 diterima yaitu ada pengaruh yang sangat signifikan dan positif antara cara meneran

terhadap kelancaran proses persalinan kala II, koefisien korelasi 0,573 dengan tingkat pengaruhnya sedang. Disimpulkan bahwa semakin benar cara meneran maka semakin lancar proses persalinan kala II (Susiloningtyas, 2013).

Hasil penelitian dari Tandiono, E.T (2017) menunjukkan bahwa mayoritas ibu mengalami persalinan kala I normal 54,4% dan kala II normal 55,9%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa sebagian besar ibu yang menjadi responden di RSIA Sakina Idaman Yogyakarta mengalami persalinan kala I dan II dalam kategori normal. Salah satu faktor yang mendukung adalah senam hamil yang dilakukan secara teratur oleh ibu hamil (Tandiono, 2017).

Penelitian dari Susilowati dkk (2013) menyatakan bahwa ada hubungan antara keteraturan senam hamil dengan lama persalinan kala II. Ibu hamil yang melakukan senam hamil ≥ 12 kali selama hamil, lama persalinan kala II nya berjalan normal. Alhasil, senam hamil berpengaruh dengan persalianan kala II (Susilowati, Hastuti and Setyoningsih, 2013)

Dari hal tersebut dan pengalaman peneliti ketika melakukan praktek klinik kebidanan di rumah sakit dan di PMB saat membantu menolong persalinan. Maka, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh senam hamil dan penerapannya yang mempengaruhi lama kala II pada ibu primigravida. Peneliti mengambil judul “ Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Senam Hamil Menggunakan Media *Audio Visual* dengan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II pada Ibu Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri.”

1.2 Rumusan Masalah

Mengacu dari latar belakang masalah tersebut, rumusan masalahnya untuk mengetahui “ Adakah Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi dengan Media *Audio Visual* dan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II pada Ibu Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri ?”

1.3 Tujuan Penelitian

2.1.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan tentang senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* dan media *leaflet* terhadap lama kala II pada ibu primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri.

2.1.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi lama kala II pada ibu primigravida sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri.
2. Mengidentifikasi lama kala II pada ibu primigravida sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *leaflet* di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri.

3. Menganalisa perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan tentang senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* dan media *leaflet* terhadap lama kala II pada ibu primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjark Kabupaten Kediri

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan menjadi acuan dan bukti tentang perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan tentang senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* dan media *leaflet* terhadap lama kala II pada ibu primigravida.

1.4.2. Manfaat Praktis

a. Bagi Praktik Kebidanan

Hasil penelitian dapat dijadikan sumber pengetahuan dalam memberikan pendidikan kesehatan saat melakukan asuhan kebidanan pada ibu hamil.

b. Bagi Institusi

Hasil penelitian dapat menjadi bacaan bagi mahasiswa untuk menambah pengetahuan dan wawasan dalam bidang kebidanan tentang pendidikan pada ibu primigravida khususnya.

c. Bagi Peneliti

Dapat menerapkan konsep-konsep penelitian yang pernah dipelajari saat perkuliahan pada mata kuliah metodologi penelitian.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pendidikan Kesehatan

2.1.1 Definisi

Menurut Stuart 1968, pendidikan kesehatan adalah bagian dari program kesehatan dan kedokteran yang terdiri dari upaya terancang untuk mengubah perilaku individu, kelompok, maupun masyarakat meliputi cara berpikir, bersikap, dan melakukan sesuatu dengan tujuan membantu pengobatan renovilitas, pencegahan penyakit dan promosi hidup sehat.

Menurut Wawan dkk 2006, Pendidikan kesehatan merupakan suatu proses perubahan perilaku yang dinamis, perubahan ini bukan sekedar proses transfer materi ataupun teori dari seseorang ke orang lain dan bukan juga seperangkat prosedur, akan tetapi perubahan tersebut terjadi karena individu, kelompok, ataupun masyarakat sendiri memiliki kesadaran dalam dirinya (Mubarak *et al.*, 2012).

2.1.2 Tujuan

Menurut Ida Bagus dan Tjitarsa 1992, tujuan utama pendidikan kesehatan yaitu :

- a. Mampu menetapkan masalah dan kebutuhan mereka sendiri

- b. Mampu memahami apa yang dapat mereka lakukan terhadap masalahnya, dengan sumber daya yang ada pada mereka ditambah dengan dukungan dari luar.
- c. Mampu memutuskan kegiatan yang tepat guna untuk meningkatkan taraf hidup sehat dan kesejahteraan masyarakat (Mubarak *et al.*, 2012).

2.1.3 Media Dalam Pendidikan Kesehatan

Media pendidikan adalah alat-alat yang digunakan untuk menyampaikan bahan pendidikan atau pengajaran oleh pendidik. Media sebagai suatu sarana untuk menimbulkan minat atau rangsangan dalam belajar. Menurut Notoatmodjo 1997, media disusun menurut prinsip jika pengetahuan dapat di terima oleh semua alat indera manusia (Suiraoaka and Supariasa, 2012).

a. Manfaat media pendidikan kesehatan

Manfaat media pendidikan kesehatan yaitu :

- 1) Merangsang minat sasaran pendidikan.
- 2) Mengatasi ruang, waktu, bahasa, ataupun daya indera yang terbatas.
- 3) Mengatasi sikap pasif sasaran dan memberikan rangsangan, pengalaman, serta menimbulkan persepsi yang sama.
- 4) Mendorong keinginan untuk mengetahui, mendalami dan akhirnya dapat memberikan pengertian yang lebih baik.

5) Merangsang sasaran untuk meneruskan pesan-pesan yang diketahui kepada orang lain.

b. Pengelompokkan media pendidikan :

Media dalam pendidikan kesehatan dibagi atas tiga kelompok yaitu :

1) Media *Visual* atau Media Pandang

Media ini memberikan stimulasi pada alat indera penglihatan atau mata. Media ini dibagi menjadi dua, yang tidak diproyeksikan dan diproyeksikan. Contoh dari media visual yang tidak diproyeksi seperti grafik, diagram, bagan, sketsa, foto, poster, *leaflet*, lembar balik, booklet, papan flannel, papan bulletin, dan papan tulis. Contoh yang diproyeksikan seperti, *OHT/OHP*, *Opaque Projector*, slide, filmstrip.

2) Media *Audio* atau Media Dengar

Media ini memberikan stimulasi pada alat indera pendengaran atau telinga. Contoh dari media *audio* adalah alat perekam pita magnetik dan radio.

3) Media *Audio Visual* atau Media Pandang Dengar

Media ini memberikan stimulasi pada alat indera dua sekaligus, yaitu penglihatan dan pendengaran atau mata dan telinga. Contoh dari media *audio visual* yaitu, media *audio visual* tidak bergerak (*soundslide* dan filmstrip bersuara), film

(*motion pictures*), televisi, multimedia (Suiraoaka and Supariasa, 2012) .

2.2 Senam Hamil

2.2.1 Definisi

Senam hamil merupakan latihan yang diberikan pada ibu hamil untuk mempersiapkan fisik juga mentalnya dalam menghadapi persalinan. Senam hamil dibutuhkan ibu hamil karena senam hamil membuat tubuh menjadi sehat, mengurangi rasa sakit, membantu ibu menghadapi persalinan karena melenturkan otot-otot dasar panggul dan mengurangi stress (Indiarti, 2008).

Senam hamil merupakan aktivitas fisik pada ibu hamil yang berfungsi memperkuat dan mempertahankan elastisitas otot-otot dinding perut dan dasar panggul pada proses persalinan. Senam hamil akan sangat membantu mempermudah saat persalinan (Siswosuharjo and Chakrawati, 2011).

Senam hamil dapat dilakukan setelah umur kehamilan 23 minggu. Senam hamil minimal dilakukan 3 kali dalam seminggu (Anggraeni, 2010).

2.2.2 Manfaat Senam Hamil

- a. Melatih menguasai teknik pernapasan saat kehamilan dan persalinan.

- b. Memperkuat dan mempertahankan keelastisitasan otot-otot pada bagian tubuh tertentu seperti perut, paha, dan panggul.
- c. Melatih sikap tubuh yang benar selama kehamilan.
- d. Relaksasi tubuh dan mencegah timbulnya varises, mengatasi nyeri, dan bengkak pada kaki.
- e. Mencegah wasir
- f. Mempersiapkan kondisi fisik yang prima saat hari persalinan.
- g. Memberikan ketenangan batin, mengurangi kecemasan, dan menambah rasa percaya diri ibu dalam melakukan persalinan.

2.2.3 Fase Senam Hamil

Fase senam hamil dibagi ada 3 :

a. Fase Pertama

Fase ini dilakukan pada usia kehamilan 23-28 minggu.

Pada fase ini dilakukan latihan pernapasan. Latihan gerak leher, bahu, pinggul, paha, betis, dan kaki. Latihan relaksasi atau pendinginan.

b. Fase Kedua

Fase ini dilakukan pada usia kehamilan 28-36 minggu.

Pada fase ini dilakukan latihan seperti pada fase pertama dengan penambahan latihan gerakan pada perut dan panggul.

c. Fase Ketiga

Fase ini dilakukan pada usia kehamilan 36-40 minggu. Pada fase ini dilakukan latihan seperti fase pertama, kedua dan di tambah latihan untuk mengejan dan cara mengatur pernapasan (Anggraeni, 2010).

Senam hamil bagi ibu trimester ketiga dipersiapkan untuk proses kelancaran persalinan. Latihan kedelapan dalam senam hamil adalah latihan mengejan. Dimulai setelah usia kehamilan mencapai 36 minggu.

2.2.4 Kontraindikasi Senam Hamil

Kontra indikasi dalam senam hamil terbagi dalam kontra indikasi mutlak dan kontra indikasi relatif.

a. Kontra indikasi mutlak :

- 1) Penyakit jantung
- 2) Penyakit paru
- 3) Serviks inkompeten
- 4) Kehamilan kembar
- 5) Riwayat perdarahan pervaginam pada trimester II
- 6) Kelainan letak plasenta, seperti plasenta previa
- 7) Preeklamsi maupun hipertensi

b. Kontra indikasi relatif

- 1) Anemia berat

- 2) Irama jantung tidak teratur
- 3) Paru bronchitis kronis
- 4) Riwayat diabetes mellitus
- 5) Obesitas
- 6) Terlalu kurus
- 7) Penyakit dengan riwayat operasi tulang ortopedi
- 8) Perokok berat

Namun saat melakukan senam hamil, ibu mengalami gejala seperti rasa nyeri pada kepala, dada, dan perut, perdarahan pervaginam atau keluar cairan ketuban, gerakan janin terhenti/berkurang, timbul kontraksi dengan interval < 20 menit, nafas pendek dan cepat (hiperventilasi), denyut jantung meningkat (>140 x/menit), kesulitan berjalan, mual dan muntah yang menetap segera hentikan aktivitas senam dan konsultasikan kepada petugas kesehatan (Widyawati and Syahrul, 2013).

2.2.5 Langkah – Langkah Senam Hamil

Langkah – langkah senam hamil menurut daftar tilik Poltekkes Kemenkes Malang dan Siswosuharjo and Chakrawati, 2011.

1) Latihan Pergelangan Kaki

Duduk tegak bersandar pada kedua lengan, kedua tungkai diluruskan dan dibuka sedikit.

- a) Gerakan kaki kiri jauh ke depan dan kaki kanan jauh ke belakang bersama-sama.
- b) Gerakkan kaki kiri dan kaki kanan bersama-sama, jauh ke depan, kemudian gerakkan jauh ke belakang bersama-sama.
- c) Gerakkan kaki kiri dan kaki kanan bersama-sama ke dalam sampai ujung-ujung jari menyentuh lantai, kemudian gerakkan kedua kaki tersebut keluar.

Lakukan gerakan ini sebanyak 8 kali



Gambar 2. 1 Gerakan Kaki

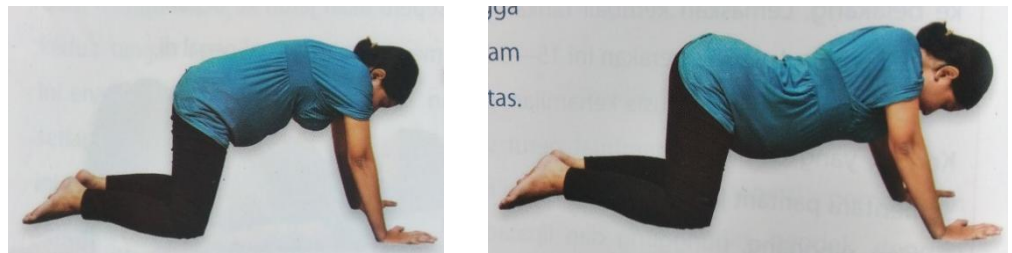
- d) Putar kedua kaki bersama-sama ke kiri 4 kali, kemudian ke kanan 4 kali.

2) Latihan Pembentukan Sikap Tubuh

Sikap : Merangkak, kedua tangan sejajar bahu. Tubuh sejajar dengan lantai, dengan tangan dan paha tegak lurus.

Latihan :

- (1) Tundukkan kepala, sambil melihat ke arah paha atas, pinggang diangkat sambil mengempiskan perut bawah dan mengerutkan dubur, Lalu turunkan pinggang, angkat kepala sambil lemaskan otot-otot dinding perut dan dasar bokong.. Ulangi kegiatan ini sebanyak 8 kali



Gambar 2. 2 Gerakan Pembentukan Sikap Tubuh 1

- (2) Sikap : Berbaring terlentang, kedua tangan di samping badan, kedua kaki ditekuk pada lutut.
Lemaskan seluruh tubuh, kepalkan kedua tangan dan tegangkan selama beberapa detik, lalu lemaskan kembali. Kerjakan sebanyak 8 kali



Gambar 2. 3 Gerakan Pembentukan Sikap Tubuh 2

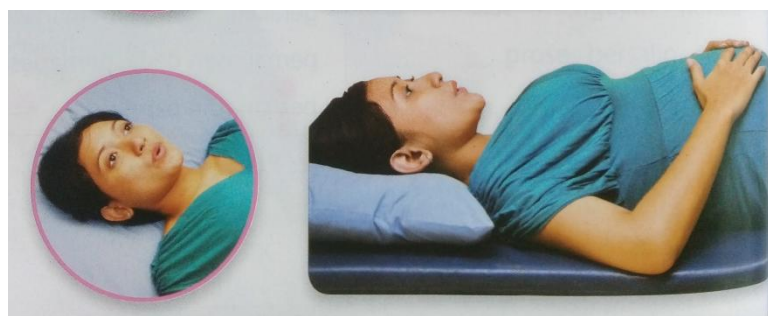
3) Latihan Pernapasan

Sikap : Berbaring terlentang, kedua kaki ditekuk pada lutut, kedua lengan di samping badan dan lemaskan badan.

Lakukan pernafasan dada yang dalam selama satu menit, lalu ikuti dengan pernafasan diafragma.

Lakukan kedua pernafasan ini secara bersama-sama .

Lakukan pernafasan ini sebanyak 8 kali dengan masa interval 2 menit.



Gambar 2. 4 Gerakan Latihan Pernapasan

Latihan pernafasan bertujuan untuk mengatasi rasa nyeri atau sakit his pada waktu persalinan

4) Latihan Pembentukan Sikap Tubuh

Lakukan gerakan jongkok perlahan-lahan, badan tetap lurus, lalu tegak berdirinya perlahan-lahan. Supaya tidak jatuh, kedua tangan boleh berpegang pada tembok ataupun sandaran kursi. Lakukan sebanyak 8 kali.



Gambar 2. 5 Gerakan Pembentukan Sikap Tubuh

5) Latihan Kontraksi dan Relaksasi

Sikap : Tidur terlentang, kedua lengan di samping badan, kedua kaki ditekuk dan lemaskan badan.

Lakukan pernafasan dada yang dalam selama satu menit, lalu ikuti dengan pernafasan diafragma.

Lakukan kedua pernafasan ini secara bersama-sama.

Lakukan pernafasan ini sebanyak 8 kali dengan masa interval 2 menit.





Gambar 2. 6 Gerakan Latihan Kontraksi Dan Relaksasi

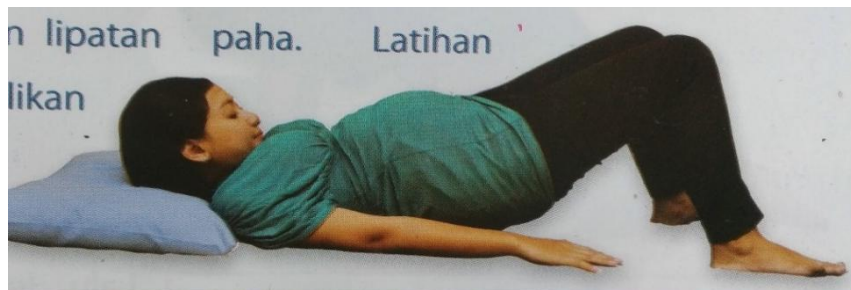
6) Latihan Pernapasan

Latihan pernapasan seperti telah diharapkan tetap sebanyak 26-28 per menit dan lebih cepat.

7) Latihan Pembentukan Sikap Tubuh

Sikap : Berbaring terlentang, kedua lengan di samping badan, kedua kaki ditekuk dan rileks.

Angkat badan dan bahu, letakkan dagu di atas dada, melihatlah ke arah jalan lahir . Pertahankan gerakan ini beberapa saat, lalu kembali ke sikap semula dan santailah. Ulangi gerakan ini sebanyak 8 kali dengan interval 2 menit.



Gambar 2. 7 Gerakan Pembentukan Sikap Tubuh

8) Latihan Kontraksi dan Relaksasi

Sikap : Tidur terlentang, kedua lengan di samping badan, kedua kaki lurus, lemaskan seluruh tubuh, lakukan pernafasan secara teratur dan berirama.

Tegangkan seluruh otot tubuh dengan cara katupkan rahang, kerutkan dahi, tegangkan leher, kepalkan kedua tangan, tegangkan bahu, tegangkan otot perut, kerutkan dubur, tegangkan kedua kaki dan tahan napas. Setelah beberapa saat kembali ke sikap semula dan lemaskan seluruh tubuh. Lakukan sebanyak 9 kali.

9) Latihan Pernapasan

Sikap : Tidur terlentang, posisi litotomi dan rileks yaitu angkat kaki dengan posisi ditekuk kedua lutut dan letakkan tangan di bawah lutut untuk menyangga sampai masuk ke dalam. Tarik kedua lutut bersamaan sampai mendekati dada.

Buka mulut sedikit dan bernafaslah sedalam-dalamnya, lalu tutup mulut. Latihan mengejan seperti buang air besar, kepala melihat ke bawah, setelah mengejan kembali ke posisi semula. Latihan ini diulang 4 kali dengan interval 2 menit.



Gambar 2. 8 Gerakan Latihan Pernapasan

10) Latihan Penenangan

Sikap : Berbaring miring ke arah punggung janin. Jika janin di posisi kiri. Maka lutut kanan diletakkan di depan lutut kiri keduanya ditebuk di depan badan. Sedangkan tangan kiri dibelakang badan.

Tenang, lemaskan seluruh badan, mata dipicingkan, hilangkan semua suara yang mengganggu, atasi tekanan.

Tutup mata, melemaskan seluruh otot tubuh, tenang, bernafas dalam dan teratur. Lakukan selama 5-10 menit



Gambar 2. 9 Gerakan Latihan Penenangan

2.3 Metode Demonstrasi

2.3.1 Definisi

Demonstrasi adalah suatu cara penyajian pengertian yang disiapkan dengan teliti untuk menampilkan bagaimana tata cara melakukan suatu tindakan, adegan, atau pelaksanaan suatu prosedur tertentu (Syafrudin and Fratidhina, 2009).

Metode demonstrasi adalah metode pengajaran dengan cara memperagakan benda, kejadian, aturan, dan urutan melakukan suatu kegiatan, baik secara langsung maupun melalui penggunaan media pengajaran yang relevan dengan pokok bahasan atau materi yang disajikan. Metode demonstrasi adalah metode yang digunakan untuk memperlihatkan sesuatu proses atau cara kerja suatu benda yang berkenaan dengan bahan ajar (Simamora, 2008).

2.3.2 Tujuan

- a. Menunjukkan pada kelompok bagaimana cara membuat sesuatu dengan prosedur yang benar.
- b. Meyakinkan kepada kelompok (sasaran) bahwa ide baru bisa dilaksanakan dan dibuat oleh semua orang.
- c. Meningkatkan minat orang untuk belajar atau mencoba sendiri sesuai dengan yang didemonstrasikan (Syafudin and Fratidhina, 2009).

2.3.3 Manfaat

Manfaat pengajaran dari metode demonstrasi adalah :

- a. Perhatian klien dapat lebih dipusatkan.
- b. Proses belajar klien lebih terarah pada materi yang sedang dipelajari.
- c. Pengalaman dan kesan sebagai hasil pembelajaran lebih melekat dalam diri klien.

2.3.4 Kelebihan

Kelebihan metode demonstrasi :

- a. Membantu klien memahami dengan jelas jalannya suatu proses atau kerja suatu benda.
- b. Memudahkan berbagai jenis penjelasan.
- c. Kesalahan yang terjadi dari hasil ceramah dapat diperbaiki melalui pengamatan dan contoh konkret, dengan menghadirkan objek sebenarnya.

2.3.5 Kelemahan

Kelemahan metode demonstrasi :

- a. Klien kadang kala sukar melihat dengan jelas benda yang di peragakan.
- b. Tidak semua benda dapat didemonstrasikan.
- c. Sukar dimengerti jika didemonstrasikan oleh pengajar yang kurang menguasai apa yang didemonstrasikan (Simamora, 2008).

2.3.6 Pelaksanaan

- a. Persiapan
 - 1) Menentukan maksud dan tujuan.
 - 2) Menentukan materi yang akan didemonstrasikan.
 - 3) Menentukan sasaran dengan latar belakang peri kehidupan sosial-ekonominya.
 - 4) Menentukan waktu dan perkiraan lamanya waktu untuk demonstrasi.

- 5) Menentukan alat peraga/alat-alat yang akan digunakan dalam demonstrasi yang di anggap menarik.
 - 6) Menyesuaikan materi yang akan disampaikan dengan demonstrasi yang akan dilaksanakan serta latar belakang sasaran.
 - 7) Mengecek secara keseluruhan persiapan serta peralatan yang disediakan.
- b. Pelaksanaan
- 1) Menciptakan suasana akrab dengan menampilkan sikap ramah.
 - 2) Menjelaskan materi yang didemonstrasikan dengan memperlihatkan ilustrasi/alat yang digunakan
 - 3) Memberikan tekanan pada hal-hal yang dianggap penting dengan cara mengulang-ulang agar sasaran benar-benar mengerti dan mudah mengingatnya.
 - 4) Memberikesempatan pada wakil hadirin untuk mengulang apa yang disebutkan atau apa prosedur yang diperlihatkan.
 - 5) Membuka kesempatan tanya jawab.
- c. Penilaian
- Demonstrasi dapat dikatakan baik jika :
- 1) Banyaknya pertanyaan tentang materi yang didemonstrasikan dan jawaban cukup memuaskan mereka.
 - 2) Ada permintaan untuk melaksanakan demonstrasi serupa atau lainnya dalam kesempatan lain dengan sasaran lainnya.

- 3) Peserta puas setelah mengikuti demonstrasi tersebut. Kepuasan dapat terlihat dari mimik peserta.
- 4) Dari hasil angket, bila daftar pertanyaan (angket) tersebut sebelumnya dilaksanakan.

(Syafrudin and Fratidhina, 2009)

2.4 Media Leaflet

2.4.1 Definisi

Media *leaflet* adalah salah satu media dalam pendidikan kesehatan berupa selebar kertas yang berlipat-lipat, terdapat gambar dan tulisan untuk sasaran dan tujuan dengan topik yang khusus (Suiraoaka and Supariasa, 2012). Isi informasi yang didapat di dalamnya dapat berbentuk kalimat maupun gambar, ataupun kombinasi keduanya (Siregar, 2018).

Leaflet sebagai bahan ajar harus disusun secara sistematis, bahasa yang mudah dimengerti dan menarik. Semua itu bertujuan untuk menarik minat baca dan meningkatkan motivasi belajar. Adanya makna pesan dalam penggunaan gambar, warna, dan layout sehingga membantu memberikan informasi yang menarik perhatian khalayak (Fitriah, 2018).

2.4.2 Ciri-ciri dari *leaflet*

Ciri-ciri dari *leaflet* yaitu :

- 1) Lembaran kertas di cetak berukuran kecil
- 2) Bisa dilipat maupun tidak
- 3) Tulisan \pm 400 huruf

- 4) Adanya warna dan gambar yang mendukung
- 5) Pesan sebagai informasi ataupun promosi
- 6) Pesan mudah di baca sekali pandang

(Fitriah, 2018)

2.4.3 Kelebihan

Kelebihan dari media *leaflet* yaitu :

- 1) Dapat disimpan dalam waktu lama
- 2) Sasaran dapat menyesuaikan dan dapat belajar secara mandiri
- 3) Pengguna dapat membacanya saat sedang santai
- 4) Sasaran yang dijangkau lebih luas
- 5) Dapat membantu media lain
- 6) Dapat dicetak kembali

2.4.4 Kelemahan

Kelemahan media *leaflet* :

- 1) Membutuhkan kemampuan membaca
- 2) Bila kualitas kurang bagus, orang enggan membaca
- 3) Memerlukan kemauan membaca dari sasaran
- 4) Materi yang diproduksi massal dirancang untuk sasaran umumnya tidak semua orang cocok
- 5) Pembuatan *leaflet* professional biasanya sangat mahal

(Suiraoaka and Supariasa, 2012)

2.4.5 Penggunaan Leaflet

Leaflet dapat berguna sebagai pengingat kembali tentang suatu hal yang pernah diajarkan/ dipelajari, bisa juga dijadikan sebagai bahan untuk berdiskusi dengan orang lain. *Leaflet* biasanya di berikan ketika penyuluhan maupun setelah selesai (Syafrudin and Fratidhina, 2009).

2.4.6 Hal-hal yang harus diperhatikan dalam membuat leaflet

- 1) Analisis khalayak
- 2) Menentukan tujuan
- 3) Membuat konsep
- 4) Mengumpulkan referensi sebagai informasi
- 5) Mengumpulkan gambar yang mendukung
- 6) Mencatat kerangka poin
- 7) Mengembangkan garis besar pokok pembahasan

(Fitriah, 2018)

2.5 Media Audio Visual

2.5.1 Definisi

Media *audio visual* adalah salah satu jenis media pembelajaran yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran. Media *audio visual* adalah jenis media yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran dengan melibatkan pendengaran dan penglihatan sekaligus dalam satu proses atau kegiatan. Pesan dan informasi yang dapat disalurkan melalui media ini dapat berupa pesan verbal dan nonverbal yang mengandalkan baik

penglihatan maupun pendengaran. Contoh dari media *audio visual* adalah film, video, program TV dan lain-lain (Asyhar, 2011).

Media *audio visual* atau video merupakan media yang menampilkan gambar (*visual*) dan suara (*audio*) secara bersamaan. Media ini banyak dipergunakan untuk hiburan sampai bidang pendidikan. *Audio visual* atau video menggambarkan objek dalam keadaan nyata. Perencanaan yang matang dalam pembuatan video ini akan menjadikan pembelajaran lebih efektif (Sumiharsono, 2017).

2.5.2 Tujuan Penggunaan Media *Audio Visual*

Menurut Ronald Anderson (1987) pada bukunya, ada beberapa tujuan dari penggunaan media *audio visual* dalam pembelajaran yaitu afektif kognitif, dan psikomotor

1) Tujuan kognitif

Tujuan ini dapat mengembangkan kemampuan mengenal kembali dan kemampuan memberikan rangsangan berupa gerak dan sensasi. Dapat juga mempertunjukkan rangkaian gambar diam tanpa suara sebagaimana media foto dan film bingkai meskipun kurang ekonomis. Video dapat digunakan untuk menunjukkan contoh cara bersikap atau berbuat dalam suatu penampilan, khususnya menyangkut interaksi manusiawi.

2) Tujuan afektif

Dengan menggunakan efek dan teknik, video dapat menjadi media yang sangat baik dalam mempengaruhi sikap dan emosi.

3) Tujuan psikomotor

Video merupakan media yang tepat untuk memperlihatkan contoh keterampilan yang menyangkut gerak. Dengan alat ini diperjelas baik dengan cara memperlambat ataupun mempercepat gerakan yang ditampilkan. Melalui video siswa langsung mendapat umpan balik secara *visual* terhadap kemampuan mereka sehingga mampu mencoba keterampilan yang menyangkut gerakan tadi (Eprints.uny.ac.id).

2.5.3 Manfaat Penggunaan Media Video (*Audio Visual*)

Manfaat media *audio visual* menurut Andi Prastowo (2012) :

- 1) Memberikan pengalaman yang tak terduga pada peserta
- 2) Memperlihatkan secara nyata sesuatu yang pada awalnya tidak mungkin bisa dilihat
- 3) Menganalisis perubahan dalam periode waktu tertentu
- 4) Memberikan pengalaman kepada peserta untuk merasakan suatu keadaan tertentu
- 5) Menampilkan presentasi studi kasus tentang kehidupan sebenarnya yang dapat memicu diskusi peserta.

- 6) Membantu dalam mencapai efektifitas pendidikan khususnya pada pendidikan praktek.
- 7) Memaksimalkan pencapaian tujuan pendidikan dalam waktu yang singkat
- 8) Peserta dapat lebih berkonsentrasi
- 9) Memberikan daya pemahaman keterampilan yang lebih terstruktural

(Sari, 2011)

2.5.4 Kelebihan

Kelebihan dari media *audio visual* , yaitu :

- 1) Melengkapi pengalaman dasar.
 - 2) Menggambarkan suatu proses secara tepat yang dapat disaksikan secara berulang-ulang jika perlu.
 - 3) Mendorong dan meningkatkan motivasi serta menanamkan sikap-sikap dan segi afektif lainnya.
 - 4) Mengandung nilai-nilai positif dapat mengundang pemikiran dan pembahasan dalam kelompok.
 - 5) Dapat ditunjukkan kepada kelompok besar atau kelompok kecil, kelompok yang heterogen maupun homogen maupun perorangan
- (digilib.unila.ac.id, 2018)
- 6) Peserta dapat menayangkannya di rumah karena materi sudah dalam format film atau VCD.

- 7) Memenuhi tuntutan kemajuan zaman pendidikan, khususnya dalam penggunaan bidang media teknologi

(Sari, 2011)

2.5.5 Kelemahan

Kelemahan media *audio visual* :

- 1) Umumnya memerlukan biaya mahal dan waktu yang banyak.
- 2) Tidak semua mampu mengikuti informasi yang ingin disampaikan melalui film tersebut.
- 3) Tersedia tidak selalu sesuai dengan kebutuhan dan tujuan belajar yang diinginkan, kecuali dirancang dan diproduksi khusus untuk kebutuhan sendiri (digilib.unila.ac.id, 2018).

2.6 Konsep Teori Persalinan

2.6.1 Definisi

Persalinan merupakan proses di keluarkannya hasil konsepsi (janin dan uri) yang telah cukup bulan (265-280 hari) yang berlangsung secara alami. Persalinan adalah saat dimana beberapa jam terakhir kehamilan di tandai dengan adanya kontraksi uterus yang menyebabkan menipisnya, dilatasi serviks dan terdorongnya janin keluar melalui jalan lahir (Prawirohardjo, 2014).

Persalinan adalah di keluarkannya hasil konsepsi yaitu janin dan plasenta yang telah cukup bulan atau dapat hidup di luar

kandungan melalui jalan lahir atau melalui jalan lain, dengan bantuan atau tanpa bantuan (kekuatan sendiri) (Sofian, 2011).

2.6.2 Faktor Yang Mempengaruhi Proses Persalinan

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi proses kelancaran persalinan, yaitu :

- 1) Kekuatan pada ibu, seperti kekuatan his dan kekuatan mengejan (*power*)

Kekuatan yang mendorong janin keluar saat persalinan yaitu his, kontraksi otot-otot perut, kontraksi diafragma, dan aksi dari ligamen.

- 2) Keadaan jalan lahir (*passage*)

Jalan lahir saat persalinan yaitu panggul ibu. Janin harus melewati jalan lahir yang kaku, oleh karena itu keadaan jalan lahir harus diperiksa saat pemeriksaan kehamilan.

- 3) Keadaan janin (*passenger*)

Janin, air ketuban, dan plasenta adalah *passanger*. Janin dapat mempengaruhi persalinan karena persentasinya maupun ukurannya.

Jika dari salah satu faktor tidak tercapai maka akan terjadi gangguan pada kala II (Manuaba, 2012).

- 4) Psikis ibu

Psikis ibu dipengaruhi oleh emosi, pengalaman melahirkan sebelumnya, adat, dan dukungan dari orang terdekat.

5) Penolong

Peran penolong sangat penting dalam persalinan yaitu, mampu mengantisipasi dan menangani komplikasi yang mungkin bisa terjadi pada ibu ataupun janinnya. Peran penolong ini tergantung dari kesiapan penolong dan profesionalitas penolong (Sofian, 2011).

2.6.3 Konsep Kala II

a. Definisi

Persalinan kala II disebut juga stadium ekspulsi janin merupakan proses dimulai ketika dilatasi serviks sudah lengkap (pembukaan 10 cm) dan berakhir ketika janin sudah keluar. Kala II disebut pula kala pengeluaran, oleh karena berkat kekuatan his dan kekuatan mengedan janin didorong keluar sampai lahir.

Kala II adalah kala pengeluaran bayi, di mulai dari pembukaan lengkap sampai bayi lahir. Uterus dengan kekuatan hisnya ditambah kekuatan meneran akan mendorong bayi hingga lahir. Proses ini biasanya berlangsung 50 menit pada primigravida dan 20 menit pada multigravida. Diagnosis persalinan kala II ditegakkan dengan melakukan pemeriksaan dalam untuk memastikan pembukaan sudah

lengkap dan kepala janin sudah tampak di vulva dengan diameter 5-6 cm (Prawirohardjo, 2014).

b. Lama Kala II

Teori lama persalinan kala II menurut beberapa ahli, yaitu :

No	Lama Persalinan kala II	Menurut
1.	1. Primipara \leq 50 menit 2. Multipara \leq 20 menit	(Prawirohardjo, 2014)
2.	1. Nulipara \leq 50 menit 2. Multipara \leq 20 menit	(Chunningham <i>et al.</i> , 2016)
3.	1. Primigravida 50 menit 2. Multigravida 30 menit	(Manuaba, 2012)
4.	1. Primigravida 60 menit 2. Multigravida 30 menit	(Mochtar, 2012)
5.	1. Primigravida 120 menit 2. Multigravida 60 menit	(APN, 2014)

Median durasi pada persalinan kala II adalah 50 menit pada primigravida dan 20 menit untuk multigravida (Prawirohardjo, 2014).

c. Tanda-Tanda Kala II

Gejala utama kala II yaitu :

- 1) His semakin kuat dengan interval 2-3 menit, dengan durasi 50-100 detik.
- 2) Menjelang akhir kala I, ketuban pecah yang ditandai dengan pengeluaran cairan secara mendadak.

- 3) Ketuban pecah pada pembukaan mendekati lengkap diikuti keinginan meneran karena tertekannya *Fleksus Frankenhouser*.
- 4) Dua kekuatan, yaitu his dan meneran akan mendorong kepala bayi sehingga kepala membuka pintu ; sub oksiput bertindak sebagai hipomoklion, berturut-turut lahir ubun-ubun besar, dahi, hidung, dan muka, serta kepala seluruhnya.
- 5) Kepala lahir seluruhnya dan diikuti oleh putaran paksi luar, yaitu penyesuaian kepala pada punggung.
- 6) Setelah putaran paksi luar berlangsung, maka persalinan bayi dilakukan (Manuaba, 2012).

d. Faktor Yang Mempengaruhi Lama Kala II

Kala II dapat di pengaruhi oleh beberapa faktor penting, yaitu kekuatan pada ibu seperti kekuatan his dan kekuatan mengejan, keadaan jalan lahir, keadaan janin. Jika dari salah satu faktor tidak tercapai maka akan terjadi gangguan pada kala II (Manuaba, 2012).

Faktor yang penting dalam mendukung persalinan adalah tenaga untuk melahirkan yaitu kontraksi atau his dan tenaga mengejan ibu (Mail, Erfiani, 2011).

Kekuatan pada persalinan adalah gabungan kekuatan antara uterus dan otot abdomen (tenaga mengedan), karena kekuatan dibukanya serviks dan didorong janin melewati jalan lahir.

Power dalam persalinan merupakan kekuatan yang di sadari dan tidak disadari menyatu untuk mengeluarkan janin dan plasenta dari uterus. Kontraksi uterus yang tidak disadari disebut kekuatan primer, menandakan permulaan dari persalinan, ketika serviks telah berdilatasi, usaha untuk mengejan oleh wanita di sebut kekuatan sekunder, menambah kekuatan kontraksi yang tidak disadari. *Power* dibagi menjadi 2, yaitu :

1) Kekuatan Primer

Kontraksi yang tidak disadari terbentuk pada titik pacu tertentu pada lapisan otot bagian atas uterus yang menebal. Dari titik pacu ini, kontraksi bergerak ke bawah uterus dalam gelombang yang dipisahkan oleh periode istirahat yang pendek. Istilah-istilah yang digunakan untuk menggambarkan kontraksi tidak disadari ini meliputi frekuensi, durasi, dan intensitas. Kekuatan primer berperan dalam penipisan dan pembukaan serviks serta penurunan janin.

2) Kekuatan Sekunder

Mengedan (kekuatan sekunder) adalah suatu keadaan untuk membuat kontraksi dinding abdomen dan diafragma menekan uterus. Otot abdomen yang berada di bawah kontrol sadar dapat mengencangkan dan mengompres rongga abdomen untuk menambah tekanan pada serviks yang terbuka sehingga mendorong bayi ke luar.

Mengejan merupakan reaksi tidak sadar terhadap tekanan bayi pada dasar panggul, rasa tertekan atau gerakan bayi jauh di dalam panggul yang menyebabkan keinginan yang tak tertahan untuk mengejan yang merupakan karakteristik dari keinginan mengejan (Hamilton, 1995).

e. Dampak Persalinan Kala II Lama

Persalinan lama dapat menimbulkan masalah yang serius untuk ibu maupun janin di dalamnya. Beberapa dampak dari kala II lama yaitu :

- 1) Dampak pada Ibu
 - a) Infeksi intrapartum
 - b) Ruptura uteri
 - c) Cincin retraksi patologis
 - d) Pembentukan fistula
 - e) Cedera otot-otot dasar panggul
 - 2) Dampak pada Janin
 - a) Kaput suksedaneum
 - b) Molase kepala janin
 - c) Asfiksia
 - d) IUFD
- (Prawirohardjo, 2014)

2.7 Konsep Ibu Hamil

2.7.1 Definisi

Kehamilan merupakan masa dimana dimulainya proses konsepsi sampai lahir janin. Menurut federasi obstetrik ginekologi internasional, kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Kehamilan normal akan berlangsung selama 40 minggu dan dibagi menjadi tiga trimester, yaitu trimester I antara 0 sampai 12 minggu, trimester II antara 12 sampai 28 minggu, dan trimester III antara 28 minggu sampai 40 minggu (Prawirohardjo, 2014).

Primigravida adalah seorang wanita mengalami masa kehamilan untuk pertama kalinya (Manuaba, 2012). Dengan kemungkinan risiko tinggi, sehingga dibutuhkan perawatan antenatal, natal dan postnatal (abstrak.ta.uns.ac.id).

Ibu hamil primigravida yang belum mempunyai pengalaman tentang bersalin. Mereka harus banyak diberi konseling dan edukasi-edukasi tentang masa kehamilan, persalinan, maupun nifas. Seperti halnya edukasi meneran, meneran merupakan reaksi tidak sadar terhadap tekanan bayi pada dasar panggul, rasa tertekan atau gerakan bayi jauh di dalam panggul yang menyebabkan keinginan yang tak tertahan untuk meneran (Simkin, Whalley and Keppler, 2008).

2.7.2 Proses Kehamilan

Proses kehamilan dimulai ketika terjadi ovulasi yang dipengaruhi oleh hormon dalam tubuh. Sel telur yang siap dibuahi akan berjalan menuju tuba fallopi dan bertemu sel sperma. Proses pertemuan tersebut dinamakan fertilisasi (pembuahan), yang terjadi di ampulla tuba. Hasil dari fertilisasi (pembuahan) akan berjalan menuju endometrium untuk bernidasi. Selanjutnya, hasil fertilisasi (pembuahan) akan mengalami tumbuh kembang dan akan terbentuk plasenta. Plasenta adalah alat untuk bertukar zat dari ibu ke janin atau sebaliknya, organ metabolisme, dan sebagai organ endokrin yang memproduksi hormon (Prawirohardjo, 2014).

2.7.3 Lama Kehamilan

Lama kehamilan adalah 280 hari atau 40 minggu atau 10 bulan. Terbagi atas 3 trimester yaitu trimester I, trimester II, dan trimester III (Sofian, 2011). Kehamilan normal akan berlangsung selama 40 minggu dan terbagi atas 3 trimester, dimana trimester 1 berlangsung dari minggu ke 1 sampai 12, trimester 2 dari minggu ke 13 sampai 27, dan trimester 3 dari minggu 28 sampai 40 (Prawirohardjo, 2014).

Trimester ketiga adalah sebuah periode pertumbuhan janin, dimana periode tersebut dipersiapkan untuk proses kelahiran. Pada minggu-minggu terakhir ini, organ-organ janin terus mengalami pematangan untuk persiapan bayi menjalani kehidupan di luar kandungan (Lowdermilk *et al.*, 2013).

2.7.4 Kebutuhan Ibu Hamil

a. Kebutuhan fisik

1) Diet Makanan dan nutrisi

Kebutuhan makan pada ibu hamil mutlak harus dipenuhi. Kekurangan nutrisi dapat menyebabkan ibu mengalami anemia, abortus, IUGR, dan patologis lainnya. Hal yang wajib di perhatikan adalah cara mengatur menu dan pengolahan dari makanan ibu hamil sesuai dengan pedoman umum menu gizi seimbang (Sulistyawati, 2011). Gizi pada saat hamil harus dinaikkan hingga 300 kalori per hari, yang mengandung protein, zat besi, dan cukup cairan (Kuswanti, 2014).

2) Obat-obatan

Ibu hamil sebenarnya tidak memerlukan obat-obatan kecuali berindikasi untuk diberi obat-obatan. Untuk pemberian terapi dokter sangat memperhitungkan hal ini karena ada yang bersifat kontra dengan kehamilan.

3) Lingkungan yang Bersih

Lingkungan bersih merupakan salah satu pendukung berlangsungnya kehamilan yang sehat. Lingkungan yang bersih akan mencegah ibu dari paparan kuman dan zat toksik berbahaya seperti asap rokok.

4) Senam Hamil

Senam hamil sangat berguna untuk melancarkan sirkulasi darah, nafsu makan bertambah, pencernaan menjadi baik, tidur lebih nyenyak (Sulistyawati, 2011). Senam hamil di mulai saat usia kehamilan lebih dari 22 minggu. Tujuan senam hamil yaitu melatih dan mempersiapkan otot-otot sehingga fungsinya lebih optimal saat proses persalinan normal. Senam ditujukan untuk ibu hamil tanpa indikasi kelainan dan penyakit yang menyertai (Kuswanti, 2014).

5) Pakaian

Pakaian yang dibutuhkan ibu hamil adalah pakaian yang nyaman dan longgar agar tidak membuat badan merasa tertekan terutama di bagian perut.

6) Istirahat dan Rekreasi

Adanya perubahan fisik pada ibu hamil sering membuat ibu menjadi kelelahan karena bertambahnya berat tubuh. inilah mengapa istirahat sangat penting bagi ibu hamil terutama untuk trimester akhir. Ibu hamil juga membutuhkan rekreasi untuk menyegarkan pikiran dan perasaan.

7) Kebersihan Tubuh

Saat hamil perubahan sistem metabolisme dalam tubuh membuat pengeluaran keringat menjadi bertambah banyak. Oleh karena itu ibu harus mandi 2x sehari dan selain itu harus mengganti

celana dalam minimal 2x sehari karena daerah vital ibu juga mengeluarkan sekret vagina yang berlebihan.

8) Eleminasi

Keluhan sulit buang air besar dan sering buang air kecil adalah keluhan yang umum pada ibu hamil. Ibu hamil disarankan untuk mengkonsumsi makanan yang tinggi serat dan banyak minum air putih. Tidak disarankan mengurangi asupan cairan karena dapat menyebabkan dehidrasi.

9) Seksual

Hubungan seksual selama hamil tidak dilarang selama tidak ada riwayat abortus, kelahiran preterm, dan perdarahan pervaginam. Ketika minggu terakhir kehamilan koitus harus dilakukan dengan hati-hati.

10) Imunisasi

Imunisasi dalam masa kehamilan sangat penting untuk mencegah penyakit yang menyebabkan kematian ibu dan janin. Imunisasi *Tetanus Toxoid* (TT) saat hamil hendaknya minimal statusnya TT2 bila memungkinkan dilakukan TT3. Suntikan TT diberikan sampai status TT5.

11) Persiapan Persalinan

Persiapan persalinan adalah rencana persiapan persalinan yang dibuat oleh bidan, ibu, dan keluarga. Persiapan terdiri dari

P4K, surat-surat fasilitas kesehatan, dan pemahaman tentang tanda-tanda persalinan.

12) Memantau Kesejahteraan Janin

Pemantauan kesejahteraan janin sangat perlu dilakukan untuk mengetahui kondisi janin dan jika ada gangguan dapat dideteksi. Pemantauan paling dasar yaitu gerakan janin dalam 24 jam minimal 10 kali. Selain itu juga bisa dipantau dengan metode NST.

13) Kunjungan Ulang

Kunjungan ulang (antenatal) minimal dilakukan sebanyak 4 kali dalam masa kehamilan.

- a) TM I (< 14 minggu) = 1 kali
- b) TM II (14 - 28 mgg) = 1 kali
- c) TM III (28 - 40 mgg) = 2 kali

Namun sebaiknya kunjungan rutin dilakukan setiap bulan untuk deteksi komplikasi ataupun penyulit dengan segera.

14) Pekerjaan

Seorang ibu hamil tidak boleh melakukan pekerjaan terlalu berat. Jika usia kehamilan sudah memasuki trimester III bagi ibu seorang pekerja disarankan cuti sebulan penuh sebelum proses persalinan untuk mempersiapkan proses persalinan dan mengantisipasi akan terjadinya bahaya ataupun penyulit.

15) Tanda Bahaya Kehamilan

Tanda bahaya pada kehamilan bisa menjadi data lebih dalam tentang deteksi komplikasi pada kehamilan. Ibu hamil dan keluarga harus mengetahui tanda-tanda bahaya seperti : perdarahan pervagina, sakit kepala hebat, masalah penglihatan, bengkak pada muka atau tangan, nyeri perut yang hebat, dan gerak bayi kurang aktif.

(Sulistyawati, 2011).

2.8 Pengaruh Pendidikan Kesehatan Senam Hamil Terhadap Persalinan Kala II

Kekuatan yang mendorong janin keluar dalam persalinan yaitu his, kontraksi otot-otot perut, kontraksi diafragma, dan aksi ligamen. Dari empat kekuatan tersebut jika bekerja sama dengan baik maka akan membuat persalinan menjadi lancar. Lama proses persalinan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satu faktornya yaitu tenaga dari ibu (*power*). Yang dimaksud tenaga ibu adalah kontraksi uterus dan kekuatan ibu saat meneran. Salah satu bentuk olah raga yang bertujuan untuk membantu wanita hamil memperoleh *power* yang baik, sehingga dapat memperlancar proses persalinan yaitu senam hamil. Senam hamil yang dilakukan secara teratur, jika tidak ada keadaan patologis dapat menuntun wanita hamil melakukan persalinan yang fisiologis (Sofian, 2011).

Senam hamil mempunyai tujuan untuk dapat melakukan persalinan dengan kekuatan dan kepercayaan diri sendiri di bawah bimbingan

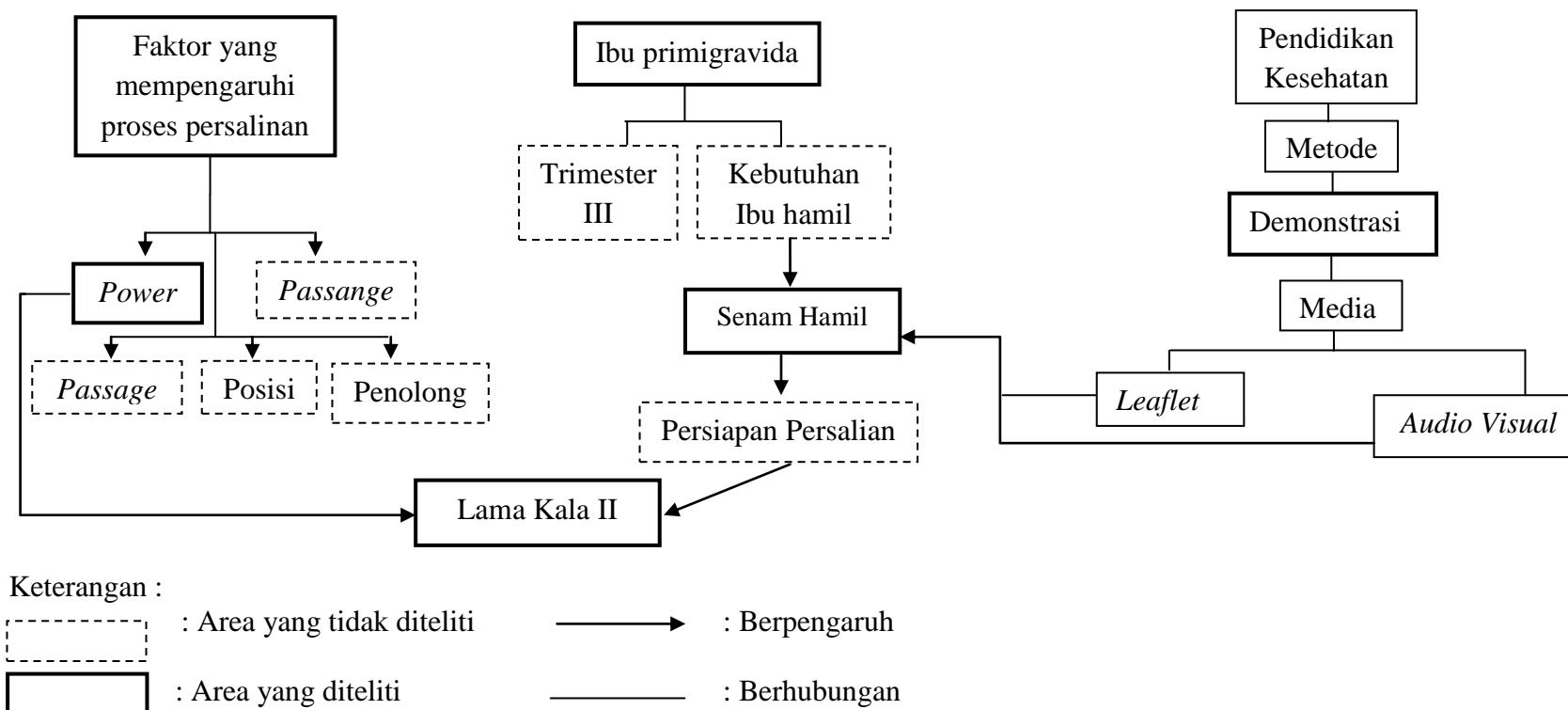
penolong menuju persalinan normal (fisiologis). Kesiapan ibu akan didapat melalui senam hamil, dengan melatih dan mempertahankan kekuatan otot dinding perut (abdomen), otot dasar panggul dan jaringan penyangganya yang berfungsi saat persalinan berlangsung (Pranowowati and Maryanto, 2010).

Senam hamil merupakan program latihan bagi ibu hamil sehat untuk mempersiapkan kondisi fisik ibu hamil, dengan menjaga kondisi otot-otot dan sendi yang berperan dalam proses persalinan. Upaya ini untuk mengendalikan persalinan agar berjalan dengan lancar.

Dari penelitian yang dilakukan oleh Susilowati dkk 2013 yaitu ada hubungan antara keteraturan senam hamil dengan lama persalinan kala II. Ibu hamil yang melakukan senam hamil ≥ 12 kali selama hamil, lama persalinan kala II nya berjalan normal. Alhasil, senam hamil berpengaruh dengan persalianan kala II (Susilowati, Hastuti and Setyoningsih, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian dari Tandiono, E.T (2017) menunjukkan bahwa mayoritas ibu mengalami persalinan kala I normal 54,4% dan kala II normal 55,9%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa sebagian besar ibu yang menjadi responden di RSIA Sakina Idaman Yogyakarta mengalami persalinan kala I dan II dalam kategori normal. Salah satu faktor yang mendukung adalah senam hamil yang dilakukan secara teratur oleh ibu hamil (Tandiono, 2017).

2.9 Kerangka Konsep



Gambar 2. 10 Kerangka Konsep Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi dengan Media *Audio Visual* dan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II pada Ibu Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri

2.10 Hipotesis

Ho : Tidak ada perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan tentang senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* dan media *leaflet* terhadap lama kala II pada ibu primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri

Ha : Ada perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan tentang senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* dan media *leaflet* terhadap lama kala II pada ibu primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian adalah suatu langkah yang telah ditetapkan untuk mencapai tujuan dari pedoman dalam proses penelitian. Desain penelitian terdiri dari identifikasi peristiwa, variabel, dan pengembangan serta teori definisi dari variabel (Nursalam, 2008).

Pada penelitian ini, bersifat kuantitatif dengan desain penelitian *pra experiment* jenis *posttest only grup design* yang memiliki tujuan untuk mengetahui perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* dan media *leaflet* terhadap lama kala II pada ibu primigravida saat persalinan menggunakan hasil observasi di seluruh wilayah kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri. Pada penelitian ini melibatkan dua kelompok yang akan diberikan pendidikan dan nantinya akan dibandingkan hasil kedua kelompok setelah di berikan pendidikan.

Bentuk desain dalam penelitian ini yaitu :

	Media	Hasil
Kelompok 1	X ₁	O ₁
Kelompok 2	X ₂	O ₂

Keterangan :

X_1 = Demonstrasi senam hamil dengan media *audio visual*

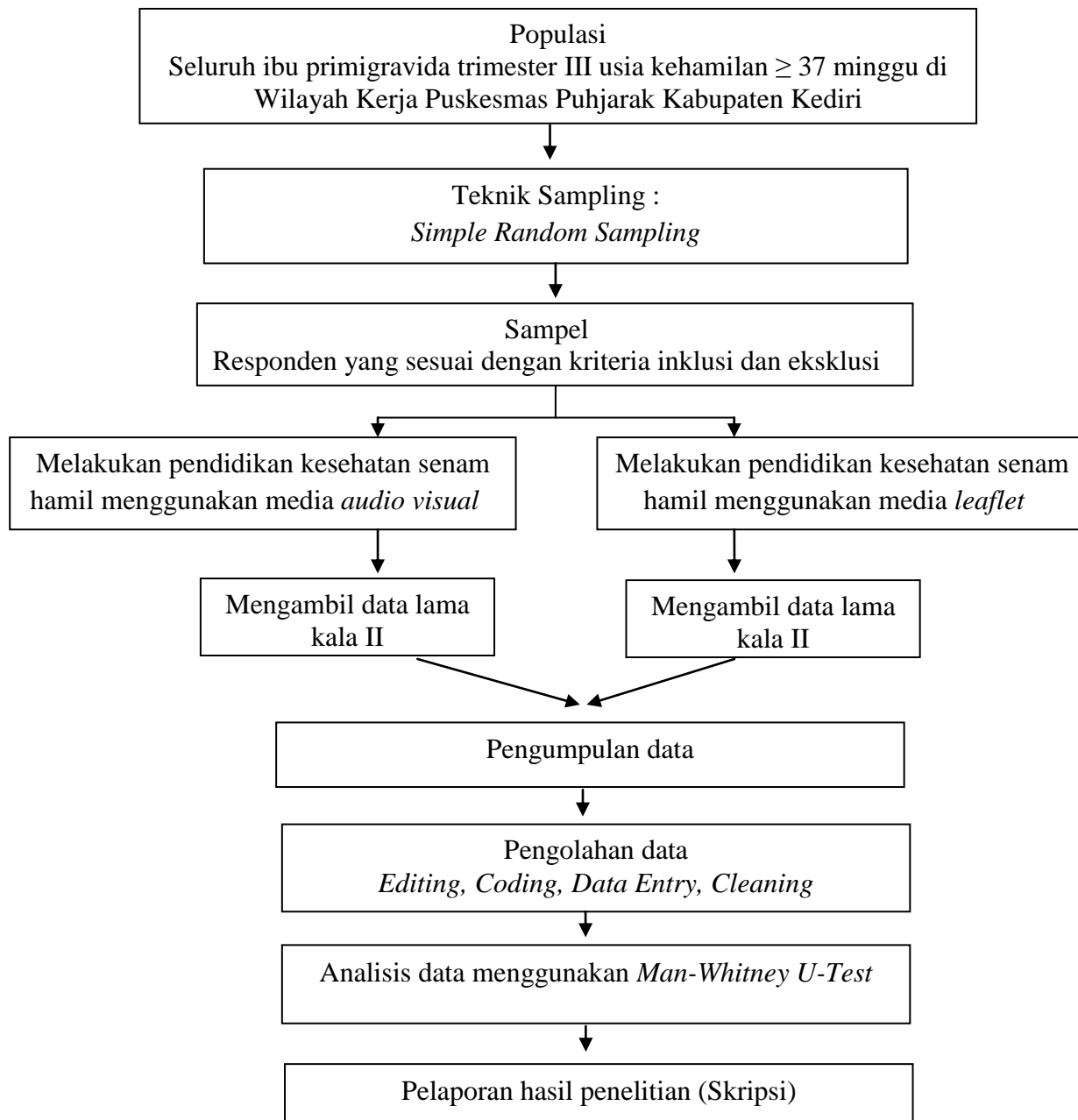
X_2 = Demonstrasi senam hamil dengan media *leaflet*

$O2_1$ = Hasil kala II setelah diberikan pendidikan kesehatan senam hamil dengan
media *audio visual*

$O2_2$ = Hasil kala II setelah diberikan pendidikan kesehatan senam hamil dengan
media *leaflet*

(Notoatmodjo, 2012).

3.2 Kerangka Operasional



Gambar 3. 1 Kerangka Operasional “Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi dengan Media *Audio Visual* dan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II pada Ibu Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri.”

3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi yaitu wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek/subyek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu primigravida trimester III usia kehamilan ≥ 37 minggu di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri dengan HPL bulan Mei 2019.

Data ibu primigravida yang ada di kohort HPL bulan Mei 2019 sebanyak 23 ibu hamil.

3.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2017). Sampel dalam penelitian ini adalah semua ibu primigravida trimester III usia kehamilan ≥ 37 minggu dengan HPL bulan Mei 2019 di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri.

Rumus sampel *Isaac and Michael* :

$$s = \frac{\lambda^2 \cdot N \cdot P \cdot Q}{d^2 \cdot (N - 1) + d^2 \cdot P \cdot Q}$$

Keterangan :

s = jumlah sampel

λ^2 = dk (taraf kesalahan)

N = populasi

$$P = Q = 0,5$$

$$d = 0,05$$

$$s = \frac{1^2 \cdot 23 \cdot 0,5 \cdot 0,5}{0,05^2 \cdot (23 - 1) + 0,5 \cdot 0,5}$$

$$s = \frac{5,75}{0,055 + 0,25}$$

$$s = \frac{5,75}{0,305}$$

$$s = 18,85$$

Jadi, sampel yang digunakan pada penelitian ini sebanyak 20 sampel

3.3.3 Sampling

Sampling merupakan teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel (Sugiyono, 2017). Penentuan teknik sampling yang akan digunakan dalam pengambilan sampel tergantung dari tujuan penelitian dan sifat-sifat populasi (Notoatmodjo, 2012). Dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*, dimana pengambilan sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut. Dibagi menjadi dua kelompok. Setiap kelompok terdiri dari 10 responden.

3.4 Kriteria Sampel

Kriteria sampel dapat dibedakan menjadi 2 bagian, yaitu kriteria inklusi dan kriteria eksklusi.

3.4.1 Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah kriteria atau ciri-ciri yang harus dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang diambil sebagai sampel (Notoatmodjo, 2012).

- 1) Ibu primigravida dengan kehamilan normal
- 2) Ibu primigravida yang bersedia menjadi subyek penelitian
- 3) Ibu primigravida trimester III usia kehamilan ≥ 37 minggu

3.4.2 Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat diambil sebagai sampel (Notoatmodjo, 2012).

- 1) Ibu yang tiba-tiba mengalami kegawatdaruratan ditengah waktu penelitian.

3.5 Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek maupun kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017).

Dalam penelitian terdapat 2 variabel, yaitu :

1) Variabel Independen (variabel bebas)

Variabel bebas adalah variabel yang dapat mempengaruhi atau yang dapat menjadi sebab berubahnya atau timbulnya variabel dependen (variabel terikat) (Sugiyono, 2017). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pendidikan kesehatan senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* dan *leaflet*.

2) Variabel Dependen (variable terikat)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2017). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah lama kala II.

3.6 Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel berguna untuk mengarahkan pengukuran atau pengamatan terhadap variabel-variabel yang akan di teliti serta pengembangan alat ukurnya (Notoatmodjo, 2012).

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi dengan Media *Audio Visual* dan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II pada Ibu Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri

Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Instrumen	Skala	Kategori
Variabel Independen :	Media <i>audio visual</i>	Dilakukan pendidikan	SOP	-	-
a) Pendidikan kesehatan senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media <i>audio visual</i>	adalah media yang menampilkan gambar (<i>visual</i>) tata cara senam hamil dan suara (<i>audio</i>) langkah-langkah senam hamil dalam waktu yang bersamaan	Dilakukan pendidikan senam hamil pada ibu primigravida dengan cara ibu melihat melalui video yang dapat diputar melalui laptop ataupun LCD Proyektor	SOP	-	-
b) Pendidikan kesehatan senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media <i>leaflet</i>	Media <i>leaflet</i> adalah cara penyajian pelajaran dengan kertas yang menunjukkan tata cara senam hamil	Dilakukan pendidikan senam hamil pada ibu primigravida dengan cara mempergakan nya dengan melihat dari <i>leaflet</i>	SOP	-	-
Variabel Dependen	Waktu yang diperlukan	Melakukan penghitungan	Lembar Observasi dan Stopwatch	Ordinal	1. ≤ 50 menit = Normal 2. > 50 menit = Tidak normal (Prawirohardjo, 2014)
a) Lama kala II dengan media <i>audio visual</i>	oleh ibu dari awal pembukaan lengkap sampai lahir bayi	lama kala II ibu berlangsung saat persalinan	Lembar Observasi dan Stopwatch	Ordinal	1. ≤ 50 menit = Normal 2. > 50 menit = Tidak normal (Prawirohardjo, 2014)
b) Lama kala II dengan media <i>leaflet</i>	Waktu yang diperlukan oleh ibu dari awal pembukaan lengkap sampai lahir bayi	Melakukan penghitungan lama kala II ibu berlangsung saat persalinan	Lembar Observasi dan Stopwatch	Ordinal	1. ≤ 50 menit = Normal 2. > 50 menit = Tidak normal (Prawirohardjo, 2014)

3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.7.1 Lokasi

Tempat yang digunakan untuk penelitian berada di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri. Penelitian dilakukan di Balai Desa Mejono dan Balai Desa Sidowarek.

3.7.2 Waktu Penelitian

Waktu untuk melakukan penelitian ini adalah pada bulan April – Mei 2019.

3.8 Alat Pengumpulan Data

Alat untuk mengumpulkan data pada penelitian ini adalah :

- a. Untuk pemberian intervensi senam hamil menggunakan SOP (Standar Operasional Prosedur) menggunakan media *audio visual* dan media *leaflet*.
- b. Alat yang digunakan untuk mengetahui lama kala II pada persalinan ibu primigravida menggunakan lembar observasi dan stopwatch.

3.9 Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah cara yang dilakukan peneliti untuk mengumpulkan data yang di perlukan dalam penelitiannya (Arikunto, 2013).

Cara yang digunakan dalam pengumpulan data penelitian ini adalah melakukan observasi pasien dan penghitungan menggunakan stopwatch.

Berikut tahapan yang dilakukan :

- a. Peneliti mengajukan surat izin melakukan penelitian dari Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri.
- b. Mengajukan surat izin penelitian ke PPSDM Dinas Kesehatan Kabutapen Kediri, kemudian mengajukan perizinan ke Bakesbangpol Kabupaten Kediri dan mengajukan surat izin untuk melaksanakan penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak di Kabupaten Kediri.
- c. Mendapatkan izin penelitian dari lahan.
- d. Peneliti mengajukan izin penelitian kepada kedua dosen pembimbing.
- e. Melakukan kerjasama dengan bidan-bidan di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri.
- f. Menentukan sampel dari populasi yang sudah didapat dari data PWS KIA Puskesmas dan dari bidan-bidan wilayah yang sesuai dengan kriteria.
- g. Melakukan teknik sampling dengan melakukan pengacakan responden menggunakan sistem komputerisasi.
- h. Kemudian akan didapatkan urutan angka random dan responden random, pilih sampai 20 dan dijadikan sebagai sampel penelitian.
- i. Membuat undangan untuk mengumpulkan responden yang terbagi menjadi 2 kelompok. Kelompok 1 *audio visual* di Balai Desa Mejono dan kelompok 2 *leaflet* di Balai Desa Sidowarek.

- j. Memulai pelaksanaan pemberian intervensi senam hamil pada kelompok media *leaflet* berada di Balai Desa Sidowarek dan kelompok media *audio visual* di Balai Desa Mejono.
- k. Memberikan penjelasan kepada responden tujuan penelitian dan penjelasan sebelum menjadi calon responden penelitian.
- l. Peneliti memberikan *informed consent* untuk ditanda tangan oleh responden ibu primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjark yang bersedia menjadi responden penelitian.
- m. Peneliti memberikan pendidikan kesehatan senam hamil kepada 10 responden ibu hamil menggunakan media *audio visual* pada kelompok 1 dengan alat bantu *LCD* Proyektor, laptop, dan *sound system*. Video diputar 1 kali kemudian didemonstrasikan oleh peneliti sekaligus responden diminta mengikuti. Peneliti mengoreksi dan membenarkan gerakan yang dilakukan oleh responden jika kurang sesuai. Kemudian yang terakhir dilakukan evaluasi dari semua gerakan. Setelah itu, responden diberi *CD-ROM* berisi pelaksanaan senam hamil untuk dilakukan dirumah secara mandiri.
- n. Peneliti memberikan pendidikan kesehatan senam hamil kepada 10 responden ibu hamil menggunakan media *leaflet* pada kelompok 2. *Leaflet* dibagikan, kemudian dipelajari secara bersama-sama dan dilakukan demonstrasi oleh peneliti sekaligus responden mengikuti. Peneliti mengoreksi dan membenarkan gerakan yang dilakukan oleh responden jika kurang sesuai. Kemudian yang terakhir dilakukan

evaluasi dari semua gerakan. Setelah itu, *leaflet* berisi pelaksanaan senam hamil diberikan kepada responden untuk dipelajari di rumah secara mandiri.

- o. Peneliti meminta bantuan kepada bidan untuk menghubungi jika ada yang ibu responden yang bersalin.
- p. Melakukan observasi lama kala II pada ibu bersalin yang menjadi responden dan jika ada yang bersamaan saat hari persalinannya, observasi dilakukan dengan bantuan numerator yaitu bidan yang telah mengerti tentang penelitian ini dengan menggunakan lembar observasi dan *stopwatch* untuk menghitung lamanya persalinan kala II.
- q. Mengumpulkan data hasil penelitian lama kala II tentang pengaruh pendidikan kesehatan senam hamil menggunakan 2 media.
- r. Pengolahan data secara manual ataupun dengan program komputer.
- s. Menganalisis data penelitian secara univariat dan bivariat.
- t. Membuat laporan penelitian

3.10 Metode Pengolahan Data dan Analisis Data

3.10.1 Teknik Mengolah Data

a) *Editing*

Merupakan sebuah upaya untuk mengkaji atau meneliti kembali data yang telah terkumpul kemudian diperiksa kelengkapannya (Notoatmodjo, 2012). Peneliti melakukan

editing untuk mengecek kelengkapan data dari hasil penelitian agar tidak terdapat data yang kurang lengkap. Data yang dicek meliputi data khusus dan data umum sebagai penunjang.

b) *Coding*

Merupakan kegiatan pemberian kode pada data yang berupa kalimat menjadi angka maupun bilangan (Notoatmodjo, 2012). Pemberian kode ini sangat berguna dalam memasukkan data. Kode yang digunakan dalam pengelompokan data penelitian ini yaitu:

1) Kode untuk responden kelompok *audio visual*

Responden 1 : R1

Responden 2 : R2

dst

2) Kode untuk responden kelompok *leaflet*

Responden 1 : C1

Responden 2 : C2

dst

3) Kode kategori lama kala II

Normal : L1

Tidak Normal : L2

4) Kode untuk usia

< 20 tahun : U1

20-35 tahun : U2

>35 tahun : U3

5) Kode Pekerjaan

IRT : K1

Petani : K2

Swasta : K3

Wiraswasta : K4

6) Kode Pendidikan

SD : P1

SMP : P2

SMA : P3

Perguruan Tinggi : P4

c) *Data Entry*

Merupakan proses mengisi kolom-kolom lembar kode yang sesuai. Entri data menggunakan *software* computer dengan program *SPSS for Windows* (Notoatmodjo, 2012).

Peneliti memasukkan data khusus yaitu lama kala II ibu bersalin dalam tabel. Data umum dibuat tabel dan di masukkan data sesuai kolom dan pengkodean yang diberikan.

d) *Cleaning*

Merupakan proses pengecekan semua data yang telah dikumpulkan, untuk melihat kembali apakah kemungkinan ada kesalahan baik kode atau kelengkapan data (Notoatmodjo, 2012).

Peneliti memeriksa kelengkapan data yang sudah dimasukkan. Sesuai tidak kode yang dimasukkan dengan hasil dari penelitian.

3.10.2 Analisis Data

Analisis data suatu penelitian, biasanya melalui prosedur bertahap yaitu :

1) Analisis Univariat (Analisis Deskriptif)

Analisis ini bertujuan untuk menjelaskan setiap variabel penelitian.

Bentuknya tergantung dari jenis data (Notoatmodjo, 2012).

Pada penelitian ini analisis univariatnya adalah usia responden, pendidikan, pekerjaan, dan kategori lama kala II.

Analisis univariat berupa analisis frekuensi dan presentase, adapun rumusnya sebagai :

$$P = \frac{x}{N} \times 100 \%$$

Keterangan :

P = Presentase

X = Frekuensi responden berdasarkan criteria

N = Jumlah keseluruhan responden

Hasil analisis data dapat diinterpretasikan berdasarkan presentase, sebagaimana dengan skala kualitatif sebagai berikut :

100 % = Seluruh dari responden

76 % - 99 % = Hampir seluruh dari responden

51 % - 75 %	= Sebagian besar dari responden
50 %	= Setengah dari responden
26 % - 49 %	= Hampir setengah dari responden
1 % - 25 %	= Sebagian kecil dari responden
0 %	= Tidak satupun dari responden

(Arikunto, 2013)

2) Analisis Bivariat

Analisis ini dilakukan pada dua variabel yang diduga mempunyai hubungan (Notoatmodjo, 2012).

Penelitian ini untuk mengetahui yaitu menggunakan uji statistik non parametrik yaitu *Mann-Whitney U-Test*, teknik ini untuk menguji signifikansi hipotesis komparatif dua sampel independen jika skala datanya ordinal. (Sugiyono, 2017).

Rumus yang digunakan sebagai berikut untuk pengujiannya :

$$U_1 = n_1 n_2 + \frac{n_1 (n_1 + 1)}{2} - R_1$$

Dan

$$U_2 = n_1 n_2 + \frac{n_2 (n_2 + 1)}{2} - R_2$$

Keterangan :

n_1 = Jumlah sampel 1

n_2 = Jumlah sampel 2

U_1 = Jumlah peringkat 1

U_2 = Jumlah peringkat 2

R_1 = Jumlah rangking pada sampel n_1

R_2 = Jumlah rangking pada sampel n_2

Hasil dari U selanjutnya akan dibandingkan dengan tabel nilai kritis dengan signifikansi 0,05.

1. Jika nilai U hitung \geq tabel, maka H_0 diterima tidak ada perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* dan media *leaflet* terhadap lama kala II pada ibu primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri
2. Jika U hitung $<$ tabel, maka H_a di terima ada perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* dan media *leaflet* terhadap lama kala II pada ibu primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri

3.11 Penyajian Hasil

Penyajian hasil dalam penelitian ini menggunakan bentuk tabel yaitu penyajian yang sistematis daripada numerik, yang tersusun dalam kolom ataupun jajaran. Penyajian dengan tabel digunakan untuk data yang sudah diklasifikasikan dan ditabulasi (Notoadmodjo, 2012) Penelitian ini, hasil ditunjukkan menggunakan tabel distribusi frekuensi yang meliputi data hasil

lama kala II setelah diberi senam menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* dan *leaflet*.

3.12 Etika Penelitian

Dalam melakukan penelitian, peneliti mendapat surat rekomendasi dari Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri dan permintaan izin dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri kemudian dilanjutkan dengan permintaan izin di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri. Setelah mendapat izin, kemudian melakukan penelitian dengan menekankan pada etika yang meliputi :

1) Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)

Lembar persetujuan ini diberikan kepada responden sebagai subyek yang akan diteliti. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan yang akan dilakukan. Jika responden bersedia diteliti maka responden tersebut harus mengisi serta memberikan tanda tangan terlebih dahulu pada lembar persetujuan sedangkan jika menolak, maka peneliti harus menghormati hak responden.

2) Nama (*Anonimity*)

Untuk menjaga kerahasiaan dan privasi responden, peneliti tidak akan menampilkan nama responden dalam lembar instrument, cukup dengan pemberian kode pada masing – masing lembar instrument yang hanya diketahui oleh peneliti dan responden.

3) Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Informasi yang diberikan dan didapat oleh peneliti telah dijamin kerahasiaannya dan hanya data kelompok tertentu saja yang akan disajikan atau dilaporkan sebagai hasil dari penelitian yang telah dilakukan.

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Pada bab ini akan menguraikan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh pendidikan kesehatan tentang senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* dan media *leaflet* terhadap lama kala II pada ibu primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri. Populasi penelitian berjumlah 23 responden dan didapatkan sampel sejumlah 20 responden menggunakan teknik *simple random sampling*. Pengambilan data dilaksanakan April - Mei 2019 bertempat di Puskesmas Puhjarak, balai Desa Mejono, balai Desa Sidowarek, dan PMB (Praktik Mandiri Bidan) wilayah Puskesmas Puhjarak.

Di dalam penyajian hasil penelitian ini terdapat penyajian data umum, data khusus, serta pembahasannya. Data umum meliputi karakteristik responden dan data khusus berisi data lama kala II saat bersalin.

4.2.1 Data Umum

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Data Umum Karakteristik Responden

No	Data Umum	Frekuensi	Persentase
Usia			
1	< 20 tahun	1	5%
2	20 – 35 tahun	19	95%
3	> 35 tahun		
Pendidikan			
1	SD		
2	SMP	4	20%
3	SMA	15	75%
4	Perguruan Tinggi	1	5%
Pekerjaan			
1	IRT	16	80%
2	Petani	1	5%
3	Swasta	2	10%
4	Wiraswasta	1	5%
Jumlah		20	100

Sumber : Data Primer , April – Mei 2019

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa hampir seluruh responden berusia 20-35 tahun, yaitu sebanyak 19 responden (95%) dan sebagian kecil responden berusia ≤ 20 tahun, yaitu sebanyak 1 responden (5%). Tingkat pendidikan responden dapat diketahui sebagian besar adalah SMA yaitu sebanyak 15 responden (75%), sebagian kecil berpendidikan SMP yaitu sebanyak 4 responden (20%), dan sebagian kecil berpendidikan SD yaitu sebanyak 1 responden (5%). Untuk pekerjaan responden hampir seluruhnya adalah Ibu Rumah Tangga/IRT yaitu sebanyak 16 responden (80%), sebagian kecil adalah petani yaitu 1 responden (5%), swasta 2 responden (10%), dan wiraswasta 1 responden (5%).

4.2.2 Data Khusus

a. Lama Kala II Pada Ibu Dengan Pendidikan Kesehatan Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi Dengan Media *Audio Visual*

Tabel 4. 2 Kategori Lama Kala II menggunakan Media *Audio Visual*

No	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
1	Normal	10	100 %
2	Tidak Normal	0	0 %
Jumlah		10	100

Sumber : Data Primer, Mei 2019

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa dari sejumlah 10 responden yang diberikan pendidikan kesehatan senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual*, seluruh responden yaitu sebanyak 10 responden (100%) lama kala II persalinannya dalam kategori normal dan tidak satupun responden (0%) yang lama kala II persalinannya dalam kategori tidak normal.

b. Lama Kala II Pada Ibu Dengan Pendidikan Kesehatan Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi Dengan Media *Leaflet*

Tabel 4. 3 Kategori Lama Kala II menggunakan Media *Leaflet*

No	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
1	Normal	10	100 %
2	Tidak Normal	0	0 %
Jumlah		10	100

Sumber : Data Primer, Mei 2019

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa dari sejumlah 10 responden yang diberikan pendidikan kesehatan senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *leaflet*, seluruh responden yaitu sebanyak 10

responden (100%) lama kala II persalinannya dalam kategori normal dan tidak satupun responden (0%) yang lama kala II persalinannya dalam kategori tidak normal.

c. Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi Dengan Media *Audio Visual* Dan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II

Tabel 4. 4 Perbedaan Pengaruh Pendidikan Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi Dengan Media *Audio Visual* Dan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II

Media	Lama Kala II		Rata-Rata Lama Kala II (dalam menit)	Nilai U
	Normal	Tidak Normal		
<i>Audio Visual</i>	10	0	26.3	80
<i>Leaflet</i>	10	0	34.8	20

Sumber : Data Primer, Mei 2019

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa ada perbedaan antara pengaruh pendidikan senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* dan media *leaflet* terhadap lama kala II pada ibu primigravida. Perbedaan terdapat pada nilai U kelompok media *audio visual* yaitu 80, sedangkan nilai U kelompok media *leaflet* yaitu 20.

Dari hasil uji statistik menggunakan uji Mann-Whitney U Test dengan signifikansi 0,05 didapatkan hasil yaitu nilai U hitung sebesar 20. Menurut tabel kritis nilai U Test dengan n_1 10 dan n_2 10 dengan signifikansi 0,05 didapatkan U tabel yaitu 23. Jadi dapat disimpulkan bahwa nilai U hitung < nilai U tabel, artinya H_0 ditolak dan H_a diterima dengan demikian ada

perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan tentang senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* dan media *leaflet* terhadap lama kala II pada ibu primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri. (Lampiran 18)

4.2 Pembahasan

4.2.1 Lama Kala II pada Ibu dengan Pendidikan Kesehatan Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi dengan Media *Audio Visual*

Melihat dari tabel 4.2 di atas dapat diketahui bahwa hasil penelitian setelah pemberian pendidikan kesehatan senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* pada ibu primigravida di wilayah kerja puskesmas Puhjarak sebanyak 10 responden, didapatkan hasil seluruh responden atau 10 responden (100%) lama kala II persalinannya dalam kategori normal dengan rata-rata 26.3 menit dan waktu paling lama adalah 35 menit. 8 dari 10 responden pada kelompok ini telah teratur melakukan senam hamil dan 2 lainnya tidak teratur dikarenakan belum terbiasa dan belum ada waktu melakukan senam hamil.

Di dalam penelitian ini, kelompok yang menggunakan media *audio visual* memakan waktu 18 menit untuk waktu tercepat dan 35 menit untuk waktu paling lama. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan senam hamil menggunakan metode demonstrasi ditambah dengan media *audio visual* dapat meningkatkan daya ingatan ibu tentang senam yang dilakukan saat hamil dan mendapatkan semua manfaat yang didapat dari senam hamil,

seperti mempermudah proses persalinan, dapat menguasai teknik pernapasan saat persalinan, dan dapat mengatasi rasa cemas pada ibu sehingga ibu lebih percaya diri. Peneliti berasumsi seperti menurut CTR bahwa orang dapat mengingat sesuatu hal jika hal tersebut dilihat, didengar dan kemudian dilaksanakan sekaligus. Maka, orang tersebut akan lebih memahami tentang pendidikan kesehatan yang telah diberikan

Penelitian dari Karika dan Afriyanti (2016) dengan judul “Hubungan Keteraturan Senam Hamil dengan Lama Persalinan Kala II Pada Ibu Bersalin di BPS Ny Y Kota Bukittinggi Tahun 2016 “ didapatkan hasil sebanyak 12 responden tidak melakukan senam hamil secara teratur dan sebanyak 6 responden mengalami kala II persalinan tidak normal dan 6 responden yang tidak mengikuti senam hamil secara teratur kala II persalinannya normal, sedangkan 18 responden lainnya melakukan senam hamil secara teratur dan kala II persalinannya normal, dengan hasil p-value=0,026 hal ini berarti $p < 0,05$ dapat disimpulkan bahwa senam hamil berpengaruh terhadap lama persalinan kala II (Kartika and Afriyanti, 2016). Dari hal ini peneliti berasumsi bahwa ibu hamil yang teratur melakukan senam hamil akan mengalami persalinan kala II yang normal.

Sesuai teori manfaat senam hamil juga dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu sehingga mengurangi rasa cemas ibu. Sama halnya dengan penelitian dari Anggraini (2016) nilai hasil uji t, nilai $p=0,00$ dengan $\alpha=0,05$ didapatkan hasil bahwa senam hamil memiliki dampak yang efektif dalam mengurangi kecemasan ibu hamil primigravida dalam

menghadapi persalinan (Anggraini, 2016). Dari hal ini dapat diketahui jika senam hamil sangat dibutuhkan oleh ibu hamil guna membekali ibu saat proses persalinan nantinya.

Secara teori dijelaskan bahwa media pendidikan dapat menimbulkan minat dalam pembelajaran. Pengetahuan yang dapat ditangkap melalui metode demonstrasi dengan media *audio visual* memiliki daya tangkap 80 %, media *audio visual* sendiri dapat mencapai efektifitas pendidikan khususnya pada pendidikan praktek dan memaksimalkan pencapaian tujuan pendidikan dalam waktu yang singkat (Sari, 2011).

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Muthmainah, F.N (2015) dengan judul “Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Audio Visual Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu Terhadap Pemberian Makanan Pendamping ASI” yang mengatakan bahwa media *audio visual* tampaknya lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemberian makanan pendamping ASI (Muthmainah, 2015).

Sama halnya dengan penelitian dari Jelistiadi dkk (2015) dengan judul “Penerapan Metode Demonstrasi Dengan Media *Audio Visual* Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Perakitan Komputer Di Kelas X TKJ 2 SMK Negeri 1 Abang Semester Genap Tahun Ajaran 2014/2015” yang mengatakan bahwa ada peningkatan hasil belajar siswa dari siklus I ke siklus II baik dari aspek kognitif, afektif, maupun psikomotor. Sehingga penerapan metode demonstrasi dengan menggunakan media *audio visual*

ini dapat meningkatkan hasil belajar perakitan komputer siswa kelas X TKJ 2 SMKN 1 Abang (Jelistiadi, Santiyadnya and Gitakarma, 2015)

Untuk mengetahui pengaruh senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan bantuan media *audio visual* terhadap lama kala II itu sendiri dapat dilihat dari hasil lama proses persalinan kala II pada ibu saat bersalin. Persalinan kala II yang dialami ibu cenderung lebih cepat. Menurut peneliti, pemberian pendidikan kesehatan senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan alat bantu media *audio visual* saat masa kehamilan dirasa efektif untuk memperlancar proses persalinan kala II pada responden karena ibu melakukan 3 kegiatan sekaligus yaitu mendengar, melihat, dan mempraktikkan. Hal ini dukung dengan responden yang terlihat antusias saat melihat video senam hamil dan mengikuti gerakan yang dicontohkan peneliti saat diberi pendidikan senam hamil dengan media *audio visual*.

Dalam penyajian materi senam hamil menggunakan media *audio visual* terdapat gerakan, suara, dan iringan musik yang dapat meningkatkan minat ibu. Terbukti saat penelitian ibu-ibu lebih memahami gerakan senam hamil meskipun ada sedikit gerakan yang perlu dikoreksi. Dari hal tersebut peneliti berpendapat bahwa metode demonstrasi dengan bantuan media *audio visual* mudah untuk dilakukan, menarik, dan merupakan sesuatu yang baru, sehingga ibu termotivasi untuk melakukan senam hamil secara teratur. Senam hamil yang dilakukan ibu secara teratur ini membuat ibu lebih percaya diri dan siap dalam menghadapi persalinan,

sehingga dapat memperlancar proses persalinan kala II. Hal tersebut diharapkan mampu meningkatkan minat dan motivasi ibu untuk melakukan senam hamil selama masa kehamilannya.

4.2.2 Lama Kala II pada Ibu dengan Pendidikan Kesehatan Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi dengan Media *Leaflet*

Hasil penelitian setelah pemberian pendidikan kesehatan senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *leaflet* pada ibu primigravida sebanyak 10 responden, didapatkan hasil seluruh responden atau 10 responden (100%) lama kala II persalinannya dalam batas normal dengan rata-rata 34.8 menit dan waktu paling lama 45 menit. 6 dari 10 responden pada kelompok ini telah teratur melakukan senam hamil dan 4 lainnya tidak teratur dikarenakan belum terbiasa melakukan senam hamil. Dari hal tersebut membuat peneliti beranggapan bahwa pendidikan kesehatan senam hamil yang diberikan menggunakan sebuah metode dan media dapat mempengaruhi pengetahuan dan motivasi ibu untuk melakukan senam hamil secara teratur. Sehingga ketika ibu mengalami proses persalinan, ibu sudah siap dan sudah mengerti.

Berdasarkan teori, *leaflet* sebagai bahan ajar harus disusun secara sistematis, bahasa yang mudah dimengerti dan menarik. Semua itu bertujuan untuk menarik minat baca dan meningkatkan motivasi belajar. Adanya makna pesan dalam penggunaan gambar, warna, dan layout sehingga membantu memberikan informasi yang menarik perhatian khalayak (Fitriah, 2018).

Media *leaflet* memiliki keunggulan yang berisi kalimat singkat, padat dan mudah dimengerti beserta gambar-gambar yang dapat menarik minat untuk membacanya. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Siregar, Y (2018) dengan judul “Pengaruh Penggunaan Media Promisi Leaflet Dan Audio Visual Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Bahaya HIV/ AIDS Di SMK Swasta Imelda Medan” bahwa ada peningkatan pengetahuan setelah mengikuti pendidikan kesehatan dengan adanya metode ataupun strategi dalam penyampaian pesan yang menggunakan metode ceramah dan penggunaan alat bantu baik berupa *leaflet* ataupun *audio visual* (Siregar, 2018).

Penelitian dari Puspitaningtyas (2016) yang berjudul “Pengaruh Penggunaan Media Visual terhadap Prestasi Belajar Siswa SDN 02 Kendalbulur, Boyolangu, Tulungagung tahun 2015/2016” bahwa pentingnya media pembelajaran dalam proses belajar mengajar. Hasilnya dengan media grafis = 2,121 > = 2.060, hal ini membuktikan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara media grafis dengan prestasi belajar (Puspitaningtyas, 2016).

Menurut peneliti dari beberapa uraian di atas dapat diketahui bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media *leaflet* dapat memotivasi ibu untuk melakukan senam hamil sehingga memperlancar lama kala II. Media *leaflet* lebih mudah dibawa kemana-mana dan dapat dibaca saat santai. Pendidikan kesehatan yang menggunakan media *leaflet* lebih memudahkan ibu untuk mempelajarinya, sehingga setelah

memahaminya ibu dapat melakukan senam hamil dengan baik. Dari hal ini dapat diketahui jika metode demonstrasi dengan bantuan media *leaflet* dapat meningkatkan minat ibu untuk melakukan senam hamil secara teratur, sehingga dapat memperlancar proses persalinan kala II ibu saat bersalin. Meskipun media *leaflet* bagus, media ini hanya melakukan 2 kegiatan yaitu melihat dan mempraktikkannya, jadi kurang begitu efektif. Terbukti dari persalinan lama kala II yang dialami responden masih cenderung kurang cepat. Meskipun demikian, diharapkan ibu lebih giat dalam melakukan senam hamil agar dapat meningkatkan efektifitas senam hamil untuk memperngaruhi proses persalinan kala II sehingga manfaat yang diperoleh tetap sama.

4.2.3 Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi Dengan Media *Audio Visual* Dan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri

Klasifikasi data tentang perbedaan antara penggunaan metode demonstrasi dengan media yang didapatkan bahwa ada perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan tentang senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* dan media *leaflet*. Perbedaan terletak pada lama kala II yang dibutuhkan saat proses persalinan kala II. Waktu rata-rata yang dibutuhkan kelompok *audio visual* selama 26.3 menit, sedangkan kelompok *leaflet* selama 34.8 menit. Uji statistik dengan uji Mann-Whitney U test juga menunjukkan

perbedaan hasil pada nilai U pada setiap kelompok. Hasil nilai U pada kelompok *audio visual* > nilai U pada kelompok leaflet, Sehingga nilai U terkecil dibandingkan dengan nilai U tabel. Hasilnya nilai U < nilai U tabel, yang artinya ada perbedaan pengaruh dari dua media pendidikan tersebut.

Menurut *Computer Technology Research* (CTR) mengatakan bahwa orang hanya bisa mengingat 20% dari yang dilihat (*visual*), dan 30% yang didengar (*audio*), sedangkan 50 % dari yang dilihat dan didengar (*audio visual*) serta 80% dari yang dilihat, didengar, dan dilakukan sekaligus (Suiraoaka and Supariasa, 2012). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Al-Khayyat (2016) yang berjudul “*The Impact of Audio-Visual Aids (AVA) and Computerize Materials (CM) on University ESP Students' Progress in English Language*” tentang studi yang dirancang untuk mengetahui pengaruh tiga presentasi yang berbeda, yaitu *audio visual*, *visual* dan *audio* terhadap kemampuan menulis peserta didik EFL. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok *audio visual* berkinerja lebih baik daripada kelompok *audio* dan kelompok *audio* tampil lebih baik daripada kelompok *visual* dalam tulisan-tulisan mereka (Al-Khayyat, 2016).

Penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian dari Hasrandi (2016) disimpulkan bahwa ada pengaruh media pembelajaran menggunakan *visual* dan *audio visual* terhadap kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis, dimana hasil t-hitung -18.427 dan - 17.908

($P < 0,05$). Hasil test uji t-tidak berpasangan menunjukkan, bahwa *audio visual* lebih baik meningkatkan kemampuan servis pendek dalam permainan bulutangkis secara signifikan daripada media *visual* dimana t-hitung - 3.807 ($P < 0,05$) (Hasriandi, 2016).

Penelitian dari Wijayanti dan Djuari (2013) terhadap 37 ibu bersalin hampir seluruhnya yaitu 89,19% tidak teratur melakukan senam hamil yophytta sehingga mengalami persalinan yang tidak normal atau tidak cepat. Hasil analisis koefisien korelasi menunjukkan hasil 0,422 yang berarti bahwa arah korelasi cukup berarti atau sedang dan disimpulkan pentingnya mengikuti senam hamil yophytta secara teratur (Wijayanti and Djuari, 2013).

Pada penelitian ini, pemberian pendidikan senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* dan media *leaflet* mempunyai pengaruh terhadap perilaku ibu untuk melakukan senam hamil. Melalui kedua media ini mampu memberikan pendidikan kepada responden dalam peranannya sebagai media untuk meningkatkan ingatan dan memotivasi ibu untuk melakukan senam hamil sehingga nantinya dari pendidikan kesehatan ini dapat membantu proses persalinan responden. Terlebih responden dalam penelitian ini adalah ibu primigravida. Kehamilan pertama bagi seorang ibu merupakan suatu peristiwa yang belum pernah didapatkan. Ibu belum memiliki pengalaman dan pengetahuan secara berlebih tentang masa kehamilan dan persalinan yang menyebabkan ibu menjadi takut, cemas, dan tegang menghadapinya. Oleh

sebab itu, ibu primigravida sangat membutuhkan tentang konseling dan pendidikan kesehatan tentang masa kehamilan dan persalinan seperti kelas ibu hamil yang banyak memberikan pengetahuan.

Pembelajaran senam hamil sangat dibutuhkan ibu hamil terutama pada ibu dengan kehamilan pertama yang belum pernah melakukan proses persalinan, karena otot-otot yang digunakan dalam persalinan masih kaku. Senam hamil yang dilakukan secara teratur bermanfaat untuk memperlancar proses persalinan terutama pada kala II. Senam hamil yang menggunakan metode bervariasi seperti adanya video dan musik akan memberikan efek antusias atau motivasi yang lebih pada minat ibu. Ibu akan sangat senang melakukannya karena dianggap tidak monoton atau membosankan, sehingga ibu dapat melakukan senam hamil secara teratur.

Menurut pengalaman peneliti saat melakukan penelitian, hampir seluruh ibu yang menjadi responden belum pernah melakukan senam hamil, berarti ini merupakan hal yang baru dan belum biasa dilakukan oleh mereka. Setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang senam hamil ibu merasa sangat senang dan antusias terhadap pelaksanaan kegiatan tersebut, karena ibu mendapat pengetahuan baru yang belum pernah diberikan sebelumnya. Saat melakukan penelitian, memang terdapat perbedaan reaksi dari kedua kelompok dimana kelompok *audio visual* mereka lebih memahami meskipun ketika dipraktikkan senam hamil masih ada gerakan yang perlu dikoreksi, sedangkan pada kelompok *visual* responden lebih banyak bertanya tentang gerakan yang harus dilakukan dan masih ada

gerakan yang perlu dikoreksi ketika dipraktikkan. Namun, kedua sudah memiliki peran yang baik dalam meningkatkan minat dan motivasi ibu.

Pemberian pendidikan kesehatan senam hamil melalui media *audio visual* dan *leaflet* ini diharapkan dapat diterapkan dengan baik oleh ibu hamil dan tenaga kesehatan agar lebih aktif dalam memberikan edukasi-edukasi kepada ibu hamil di wilayah tersebut, sehingga angka kejadian partus lama ataupun kala II memanjang di wilayah tersebut dapat berkurang

4.3 Keterbatasan

Hasil dari penelitian ini adalah ada perbedaan pengaruh dari pendidikan kesehatan tentang senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan bantuan media audio visual dan leaflet terhadap lama kala II pada ibu primigravida. Namun dalam penelitian ini, ada faktor keterbatasan yaitu :

1. Dalam penelitian ini pendidikan ibu sangat beragam dan ketika menerima sebuah informasi ada responden yang sudah mengerti dan ada yang harus diulang-ulang lagi, sehingga ada perbedaan waktu yang berjarak jauh walaupun menggunakan media yang sama.
2. Dalam penelitian ini, ada keterbatasan pemantauan oleh peneliti terhadap keteraturan dan kesesuaian responden dalam melakukan senam hamil secara mandiri ketika di rumah setelah diberikan pendidikan kesehatan oleh peneliti di awal penelitian, sehingga tidak diketahui apakah benar-benar teratur dan sesuai.

3. Dalam penelitian ini, faktor yang mempengaruhi dalam persalinan tidak hanya dari *power* saja, ada faktor lain seperti *passage*, *passenger*, psikis ibu, dan profesionalitas penolong. Sehingga faktor-faktor yang lain juga bisa mempengaruhi dalam lama proses persalinan kala II.

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di wilayah kerja puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri yang bertujuan untuk menganalisa perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan tentang senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* dan media *leaflet* terhadap lama kala II pada ibu primigravida, maka dapat disimpulkan bahwa :

- a. Lama persalinan kala II pada ibu yang melakukan senam hamil menggunakan alat bantu media *audio visual* rata-rata menghabiskan waktu 26,3 menit.
- b. Lama persalinan kala II pada ibu yang melakukan senam hamil menggunakan alat bantu media *leaflet* rata-rata menghabiskan waktu 34,8 menit.
- c. Ada perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan tentang senam hamil menggunakan metode demonstrasi dengan media *audio visual* dan media *leaflet* terhadap lama kala II pada ibu primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri. Dengan hasil U hitung $<$ U tabel, sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak.

5.2 Saran

Setelah melakukan penelitian tentang perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan tentang senam hamil menggunakan media *audio visual* dengan

media *leaflet* terhadap lama kala II pada ibu primigravida, maka peneliti memberi saran :

1. Untuk tempat penelitian

Diharapkan tenaga kesehatan di wilayah kerja puskesmas puhjarak untuk lebih aktif melakukan kelas ibu hamil dan memberikan pendidikan kesehatan seperti senam hamil, karena di wilayah tersebut berdasarkan dari wawancara dengan ibu yang mengalami kala II memanjang saat penelitian mengatakan tidak mengerti tentang senam hamil dan belum pernah melakukan senam hamil.

2. Untuk peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan lebih mendalam dengan mengkaji faktor lain yang dapat mempengaruhi lama kala II, observasi penerapan dan keteraturan senam hamil serta observasi persalinan lama kala II yang lebih baik.

3. Untuk institusi pendidikan

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi dalam penelitian selanjutnya dan memberikan pengetahuan baru tentang pengaruh senam hamil terhadap lama kala II.

4. Untuk masyarakat

Diharapkan ibu hamil untuk lebih aktif mencari informasi tentang kehamilan baik melalui internet maupun bertanya pada tenaga kesehatan secara langsung dan masyarakat dapat melakukan senam hamil tidak hanya saat kelas ibu hamil saja, namun dapat melakukannya juga di

rumah sehingga saat persalinan nanti ibu lebih siap menghadapi persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- abstrak.ta.uns.ac.id (2018) *abstrak.ta.uns.ac.id/wisuda*. Available at:
 abstrak.ta.uns.ac.id/wisuda.
- Al-Khayyat, A. S. J. (2016) 'The Impact of Audio-Visual Aids (AVA) and Computerize Materials (CM) on University ESP Students' Progress in English Language', *International Journal of Education and Research*, 4.
- Anggraeni, P. (2010) *Serba-Serbi Senam Hamil*. Yogyakarta: Inta Media.
- Anggraini, D. H. (2016) 'Hubungan Keikutsertaan Senam Hamil Dengan Kecemasan Primigravida Dalam Menghadapi Persalinan', *Jurnal Ilmiah Bidan*, Vol. 1.
- APN (2014) *Asuhan Persalinan Normal & Inisiasi Menyusu Dini*. Jakarta: JNPK-KR.
- Arikunto, S. (2013) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asyhar, R. (2011) *Kreatif Mengembangkan Media Pembelajaran*. Jakarta: Gaung Persada Press.
- Chunningham, F. G. *et al.* (2016) *Obstetri Williams*. 23rd edn. Jakarta: EGC.
- digilib.unila.ac.id (2018) *digilib.unila.ac.id/3817/17/BAB%20II.pdf*. Available at:
 %0Adigilib.unila.ac.id/3817/17/BAB II.pdf.
- Dinkes Kab. Kediri (2018) *Laporan PWS KIA Kabupaten Kediri per September 2018*. Kediri.
- Eprints.uny.ac.id (no date) *eprints.uny.ac.id/9809/3/BAB%20%20-*

08108244022.pdf.

- Fitriah, M. (2018) *Komunikasi Pemasaran Melalui Desain Visual*. Yogyakarta: Deepublish.
- Hamilton, P. M. (1995) *Dasar-Dasar Keperawatan Maternitas*. 6th edn. Edited by N. L. G. Y. Asih. Jakarta: EGC.
- Hasriandi, A. (2016) 'Media Pembelajaran Visual Dan Audio Visual Terhadap Hasil Belajar Servis Pendek Backhand Murid Kelas X Madrasah Aliyah Madani Paopao Kabupaten Gowa'.
- Indiarti (2008) *Senam Hamil dan Balita*. Yogyakarta: Cemerlang.
- Jelistiadi, I. G. L. A., Santiyadnya, N. and Gitakarma, M. S. (2015) 'Penerapan Metode Demonstrasi Dengan Media Audio Visual Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Perakitan Komputer Di Kelas X TKJ 2 SMK Negeri 1 Abang Semester Genap Tahun Ajaran 2014/2015', *e-Journal Jurnal JPTE Universitas Pendidikan Ganesha*, 4 No. 1.
- Kartika, I. R. and Afriyanti, D. (2016) 'Hubungan Keteraturan Senam Hamil dengan Lama Persalinan Kala II Pada Ibu Bersalin di BPS Ny Y Kota Bukittinggi Tahun 2016'.
- Kementerian Kesehatan R.I (2015) *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014*. Available at: <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-2014.pdf>.
- Kuswanti, I. (2014) *Asuhan Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Lowdermilk, D. L. *et al.* (2013) *Keperawatan Maternitas*. Edited by F. Sidharta and A. Tania. Jakarta: Elsevier.

- Manuaba, I. B. G. (2012) *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB*. Jakarta: EGC.
- Mochtar, R. (2012) *Sinopsis Obstetri*. Jakarta: EGC.
- Mubarak, W. I. *et al.* (2012) *Promosi Kesehatan Sebuah Pengantar Proses Belajar Mengajar dalam Pendidikan*. 1st edn. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Muthmainah, F. N. (2015) 'Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Audio Visual Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu Terhadap Pemberian Makanan Pendamping ASI'.
- Notoatmodjo, S. (2012) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam (2008) *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pranowowati, P. and Maryanto, S. (2010) 'Pengaruh Senam Hamil Terhadap Lamanya Persalinan Kala II Pada Ibu Hamil Primigravida Di Kabupaten Semarang', *Jurnal Gizi Dan Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo*, 2, p. 8. Available at: <http://repository.unw.ac.id/document/preview/Pengaruh-Senam-Hamil-Terhadap-Lamanya-Persalinan-Kala-II-Pada-Ibu-Hamil-Primigravida-di-Kabupaten-Semarang>.
- Prawirohardjo, S. (2014) *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Puspitaningtyas, D. A. (2016) 'Pengaruh Penggunaan Media Visual terhadap Prestasi Belajar Siswa SDN 02 Kendalbulur, Boyolangu, Tulungagung tahun 2015/2016'.
- Sari, R. R. K. (2011) *Fungsi, Manfaat, Dan Kegunaan Media Pembelajaran*.

Available at: <http://www.scribd.com>.

- Simamora, R. H. (2008) *Buku Ajar Pendidikan Dalam Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Simkin, P., Whalley, J. and Keppler, A. (2008) *Panduan Lengkap Kehamilan, Melahirkan, dan Bayi*. Edited by S. Satyanegara. Jakarta: Arcan.
- Siregar, Y. (2018) *Pengaruh Penggunaan Media Promisi Leaflet Dan Audio Visual Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Bahaya HIV/AIDS Di SMK Swasta Imelda Medan*. Universitas Sumatera Utara.
- Siswosuharjo, S. and Chakrawati, F. (2011) *Panduan Super Lengkap Hamil Sehat*. Jakarta: Penebar Plus.
- Sofian, A. (2011) *Sinopsis Obstetri*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono (2017) *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suiraoaka, I. P. and Supriasa, I. D. N. (2012) *Media Pendidikan Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sulistiyawati, A. (2011) *Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sumiharsono, R. (2017) *Media Pembelajaran*. Jember: Pustaka Abadi.
- Susiloningtyas, L. (2013) 'Hubungan Senam Hamil Dengan Kelancaran Proses Persalinan Kala II Pada Primigravida'.
- Susilowati, D., Hastuti, R. T. and Setyoningsih, T. (2013) 'Keteraturan Senam Hamil Terhadap Lama Persalinan Kala II Pada Ibu Bersalin', *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 1 No. 3. Available at: <https://d3bidanpoltekkessolo.files.wordpress.com/2014/11/keteraturan->

senam-hamil-terhadap-lama-kala-ii-ibu-bersalin.pdf.

Syafrudin and Fratidhina, Y. (2009) *Promosi Kesehatan Untuk Mahasiswa Kebidanan*. Jakarta: Trans Info Media.

Tandiono, E. T. (2017) 'Hubungan Senam Hamil Dengan Proses Persalinan Kala I & II Pada Ibu Hamil Primigravida Di RSIA Sakinah Idaman Yogyakarta'.

Widyawati and Syahrul, F. (2013) 'Pengaruh Senam Hamil Terhadap Proses Persalinan Dan Status Kesehatan Neonatus', *Berkala Epidemiologi Vol 1 No 2 Sept 2013*, 1 No. 2. Available at: <http://journal.unair.ac.id/filerPDF/jbe53f8249247full.pdf>.

Wijayanti, T. and Djuari, L. (2013) 'Pengaruh Keteraturan Pelaksanaan Senam Hamil Yophytta Terhadap Lama Persalinan'.

Yusuf, M. (2014) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Penanganan Kejang Demam Menggunakan Media Audio Visual Terhadap Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Anak Riwayat Kejang Demam'.

Jadwal Penyusunan Skripsi
Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Malang Program Studi Sarjana Terapan
Kebidanan
Kediri Tahun Akademik 2018-2019

No.	Kegiatan	Bulan
1	Informasi Penyelenggaraan Skripsi	Juli/ Agustus 2018
2	Informasi Pembimbing	Agustus 2018
3	Proses Bimbingan dan penyusunan proposal	Agustus 2018 s/d November Minggu I 2018
4	Pengumpulan Proposal ke Panitia/ Pendaftaran ujian proposal	November Minggu ke II 2018
5	Seminar Proposal	Desember Minggu ke II 2018 – Januari 2109
6	Revisi dan persetujuan proposal oleh penguji	Desember Minggu ke II 2018 – Maret 2019
7	Mengambil data/ penelitian	April - Mei 2019
8	Pendaftaran ujian skripsi	Juni 2019
9	Pelaksanaan ujian skripsi	Juni 2019
10	Revisi laporan ujian skripsi	Juni 2019
11	Penyerahan Skripsi	Juli 2019



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SDM KESEHATAN
POLTEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG**



- Kampus Utama : Jl. Besar Ijen No. 77 C Malang, 65112, Telp. (0341)566075,571888,Fax(0341) 556746
 - Kampus I : Jl. Srikoyo No. 106 Jember Telp.(0331) 486613
 - Kampus II : Jl. A. Yani Sumberporong Lawang Telp. (0341) 427847
 - Kampus III : JL. Dr. Soetomo No. 46 Blitar Telp.(0342)801043
 - Kampus IV : Jl. KH Wachid Hasyim No. 64 B. Kediri Telp. (0354) 773095
 Website : <http://www.poltekkes-malang.ac.id> E-mail: direktorat@Poltekkes-malang.ac.id

FORMULIR PERSETUJUAN JUDUL SKRIPSI

Kepada :-

Yth. Panitia Ujian Akhir Program (Skripsi) Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri
 Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang.

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Nur Cahya Wati

NIM : 1502460023

Dengan ini saya mengajukan judul skripsi yang telah disetujui oleh pembimbing sebagai berikut : Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi Dengan Media *Audio Visual* Dan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri.

Kediri, 30 November 2018

Mahasiswa



Nur Cahya Wati

NIM. 1502460023

Pembimbing Utama



Triatmi Andri Yanuarini, M.Keb.

NIP. 19810128 200501 2 002

Pembimbing Pendamping



Ratih Novitasari, S.ST., M.PH.

NIP. 19871120 201012 2 004

PERNYATAAN
KESEDIAAN MEMBIMBING

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini :

1. Nama dan gelar : Triatmi Andri Yanuarini, M.Keb.
2. NIP : 19810128 200501 2 002
3. Pangkat dan Golongan : Penata Tk. I / III D
4. Jabatan : Lektor
5. Asal institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
Program Studi Kebidanan Kediri
6. Pendidikan terakhir : Magister Kebidanan
7. Alamat dan Nomor yang bisa di hubungi
 - a. Rumah : Perum Wisma Corekan Permai Blok A2,
Kaliombo, Kediri
 - b. Telepon/HP : 081214739904
 - c. Alamat kantor : Jl. KH. Wakhid Hasyim No. 64B, Kediri
 - d. Telepon kantor : (0354) 773095-772833

Dengan ini menyatakan (~~bersedia/tidak bersedia~~) menjadi pembimbing (utama/~~pendamping~~) skripsi bagi mahasiswa :

Nama : Nur Cahya Wati

NIM : 1502460023

Judul Skripsi : Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Senam Hamil Menggunakan Media *Audio Visual* dan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarkabupaten Kediri.

*) Coret yang tidak dipilih

Kediri, 31 Mei 2019



Triatmi Andri Yanuarini, M.Keb.
NIP. 19810128 200501 2 002

PERNYATAAN
KESEDIAAN MEMBIMBING

Saya, yang betanda tangan di bawah ini :

1. Nama dan gelar : Ratih Novitasari, S.ST., M.PH.
2. NIP : 19871120 201012 2 004
3. Pangkat dan Golongan : Penata Muda Tingkat 1 / IIIb
4. Jabatan : Dosen
5. Asal institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
Program Studi Kebidanan Kediri
6. Pendidikan terakhir : Magister Kesehatan Masyarakat
7. Alamat dan Nomor yang bisa di hubungi
 - a. Rumah : Jl. Dr. Saharjo Gg. III No. 36 Kediri
 - b. Telepon/HP : 081 217 337 475 / 085 649 524 070
 - c. Alamat kantor : Jl. KH. Wakhid Hasyim No 64B Kota
Kediri
 - d. Telepon kantor : (0354) 773095-772833

Dengan ini menyatakan (~~bersedia/tidak~~ ~~bersedia~~) menjadi pembimbing
(~~utama~~/pendamping) Skripsi bagi mahasiswa :

Nama : Nur Cahya Wati

NIM : 1502460023

Judul Skripsi : Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil
Menggunakan Media Audiovisual dan Media *Leaflet* Terhadap
Lama Kala II Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas
Puhjark Kabupaten Kediri.

*) Coret yang tidak dipilih

Kediri, 31 Mei 2019



Ratih Novitasari, S.ST., M.PH.
NIP. 19871120 201012 2 004



**KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
STATE POLYTECHNIC OF HEALTH MALANG**

**KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"
Reg.No.:188 / KEPK-POLKESMA/ 2019**

Protokol penelitian yang diusulkan oleh **Nur Cahya Wati**
The research protocol proposed by

Peneliti Utama
Principal In Investigator **Nur Cahya Wati**

Nama Institusi
Name of the Institution **Poltekkes Kemenkes Malang**

Dengan Judul
Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Media Audio Visual Dengan Media Leaflet Terhadap Lama Kala II Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri

The Differences in the Effect of Health Education About Pregnancy Exercise Using Audio Visual Media with Leaflet Media Against Time in Second Stage of Labor in Primigravida Mothers in Puhjarak Health Center Kediri District

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah,

3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 12 Juni 2019 sampai dengan 12 Juni 2020

This declaration of ethics applies during the period June 12, 2019 until June 12, 2020

Malang, 12 Juni 2019
Head of Committee



Dr. SUSI MILWATI, S.Kp, M.Pd
NIP. 196312011987032002



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SDM KESEHATAN
POLTEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG

- Kampus Utama : Jl. Besarjèn No. 77 C Malang, 65112, Telp. (0341)566075,571888,Fax(0341) 556746
- Kampus I : Jl. Srikojo No. 106 JemberTelp.(0331) 486613
- Kampus II : Jl. A. YaniSumberporongLawangTelp. (0341) 427847
- Kampus III : Jl. Dr. Soetomo No. 46 BlitarTelp.(0342)801043
- Kampus IV : Jl. KH WachidHasyim No. 64 B. Kediri Telp. (0354) 773095
- Kampus V : Jl. Dr. Soetomo No. 5 Trenggalek Telp (0355) 791293
- Kampus VI : Jl. Dr. Cipto Mangunkusumo No. 82 A Ponorogo Telp (0352) 461792



Website :<http://www.poltekkes-malang.ac.id>E-mail:direktorat@Poltekkes-malang.ac.id

Nomor : PP.03.03/4.6/0438/2019
 Lampiran :
 Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Kediri, 1 April 2019

Kepada
 Yth. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri
 Di
 Kediri

Guna penulisan Skripsi sebagai tugas akhir Mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri bersama ini kami mohon dengan hormat perkenannya memberikan ijin penelitian kepada mahasiswa:

Nama : Nur Cahya Wati
 NIM : 1502460023
 Tempat Penelitian : Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak
 Judul Penelitian : Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Media *Audio Visual* Dengan *Leaflet* Terhadap Lama Kala II Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri
 Waktu Penelitian : April – Mei 2019

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas partisipasi dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih

Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan
 Kediri

Susanti Pratomo Angtyas, M.Keb.
 NIP.19760115 200212 2 001



**PEMERINTAH KABUPATEN KEDIRI
DINAS KESEHATAN**

Jalan Pamenang Nomor 1--CTelp.0354-683756 Fax. 0354-680445
website : dinkes.kedirikab.go.id -- email : dinkes@kedirikab.go.id

K E D I R I

Kode Pos : 64182

Kediri, 02 April 2019

Nomor : 0701/0971/1418.25/2019
Sifat : Segera
Lampiran : -
Perihal : Persetujuan Ijin Penelitian

Kepada :
Yth. Kepala UPTD Pkm. Puhjarak
Kabupaten Kediri

Menunjuk surat dari saudara Ketua Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri Poltekkes
Kemenkes Malang tanggal 01 April 2019 Nomor : PP.03.03/4.6/0438/2019 perihal Permohonan
Ijin Penelitian Mahasiswa :

Nama : NUR CAHYA WATI
NIM : 1502460023
Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
Alamat : Jl. KH. Wakhid Hasyim No. 64 B Kediri
Judul : Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil
Menggunakan Media Audio Visual dengan Leaflet Terhadap Lama kala II
pada Ibu Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten
Kediri.
Waktu : April s/d Mei 2019

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, maka dapat disetujui lokasi kegiatan dimaksud.

Demikian atas bantuan dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

a.n. Kepala Dinas Kesehatan
Kabupaten Kediri
Sekretaris

H. SAERONI, S.P., P.M.
NIP. 196305131987011001

Tembusan :
1. Yth. Kepala Bakesbangpol Kab. Kediri
2. Arsip.



PEMERINTAH KABUPATEN KEDIRI
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
 JALAN SOEKARNO HATTA NOMOR 1 TELEPON 689969
 KEDIRI

Website : www.kedirikab.go.id - Email : bakesbangpol@kedirikab.go.id

REKOMENDASI PENELITIAN/SURVEY/KEGIATAN

NOMOR : 070/2019/418.62/2019

- Dasar : 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian, sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 Tahun 2011;
 2. Peraturan Daerah Kabupaten Kediri Nomor 1 tahun 2015 tentang Tata Kerja Badan Kesatuan Bangsa dan Politik;
 3. Peraturan Bupati Nomor 4 tahun 2015 tentang Penjabaran Tugas dan Fungsi Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
- Menimbang : 1. Surat dari Ketua Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri Poltekes Kemenkes Malang tanggal 1 April 2019 Nomor : PP.03.03/4.6/0438/2019 perihal Ijin Penelitian;
 2. Surat Persetujuan Lokasi dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri tanggal 2 April 2019 Nomor : 070/10971/418.25/2019 perihal Persetujuan Ijin Penelitian.
- Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Kediri, memberikan rekomendasi kepada :
- a. Nama : **NUR CAHYA WATI**
 b. Alamat : Jl. KH. Wakhid Hasyim 64 B Kediri
 c. Pekerjaan/Jabatan : Mahasiswa
 d. Instansi/Organisasi : Poltekes Kemenkes Malang di Kediri
 e. Kebangsaan : Indonesia
- Untuk melakukan Penelitian/Survey/Kegiatan dengan :
- f. Judul Proposal : *Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Media Audio Visual Dengan Leaflet Terhadap Lama Kala II Pada Ibu Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kab. Kediri.*
- g. Tujuan penelitian : -
 h. Bidang Survey : Kesehatan
 i. Penanggung Jawab : Susanti Pratamingtyas, M.Keb.
 j. Anggota/Peserta : -
 k. Waktu : April s/d Mei 2019
 l. Lokasi : Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri (UPTD Puskesmas Puhjarak)
- Dengan ketentuan : 1. Berkewajiban menghormati dan mentaati peraturan dan tata tertib di daerah setempat/lokasi penelitian/survey/kegiatan.
 2. Pelaksanaan kegiatan agar tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan keamanan dan ketertiban di daerah/lokasi setempat.
 3. Dari hasil pelaksanaan kegiatan penelitian/survey hanya boleh digunakan untuk kepentingan penyelesaian tugas akademis pemohon/peneliti dan tidak boleh digunakan untuk tujuan lain yang dapat merugikan pemerintah daerah/instansi lokasi kegiatan.
 4. Setelah selesai melaksanakan kegiatan pemohon/peneliti agar memberikan laporan tertulis hasil kegiatannya minimal 1 exemplar kepada Bakesbangpol Kabupaten Kediri.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Kediri, 02 April 2019
 a.n. KEPALA BAKESBANGPOL
 KABUPATEN KEDIRI
 Kabid. Kewaspadaan


IWAN AGUS WIJAYA, S.Sos
 Pembina
 NIP. 19710808 199101 1 001

TEMBUSAN : Yth.

1. Ibu Bupati Kediri (sebagai laporan);
2. Sdr. Kepala Balitbangda Kabupaten Kediri;
3. Sdr. Kepala Dinas Kesehatan Kab. Kediri;
4. Sdr. Ketua Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri Poltekes Kemenkes



PEMERINTAH KABUPATEN KEDIRI
DINAS KESEHATAN
UPTD PUSKESMAS PUHJARAK
Jl.Papar – Pare km 6 Ds. Puhjarak Telp. (0354) 394113
Email : puskesmaspuhjarak@gmail.com. Kode Pos : 64155

Kediri, 20 Mei 2019

Nomor : 070/ 4131 /418.25.3.75/ 2019

Sifat : Penting

Lamp. : -

Hal : Pemberitahuan Usai
Melaks.Ijin Penelitian

Kepada

Yth. Bapak Kepala Dinas Kesehatan
Kab. Kediri

di

KEDIRI

Menunjuk surat dari Kepala Dinas kesehatan Kab. Kediri tanggal 02 April ' 2019 Nomor : 070/10971/418.25./2019 perihal Permohonan Ijin Penelitian pendahuluan Mahasiswa :

Nama : NURCAHYA WATI
N I M : 1502460023
Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
Alamat : Jl. KH. Wakhid Hasyim No. 64 B Kediri
Judul : Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Media Audio Visual dengan Leaflet Terhadap lama kala II pada Ibu Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri
Waktu : April s/d Mei 2019

Terkait dengan hal tersebut, kami sampaikan bahwa Mahasiswa tersebut diatas telah selesai melaksanakan kegiatan dimaksud di UPTD Puskesmas Puhjarak Kecamatan Plemahan Kabupaten Kediri.

Demikian pemberitahuan dari kami, atas perhatiannya disampaikan terima kasih .

An. Kepala UPTD Pusk. Puhjarak
Ka. Sub. Bag. TU

FARID USMANI
NIP. 19621122 198303 1 015

Tembusan Kepada :

1. Yth. Ketua Prodi D4 Sarjana Terapan Kebidanan Kediri
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
2. Arsip



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG**



- Kampus Pusat : Jl. Besar Ijen No.77 C Malang 65112 Telp. (0341) 566075, 571388, Fax. (0341) 556746
 - Kampus I : Jl. Srikoyo 106 Jember Telp. (0331) 486613 Fax. (0331) 429175
 - Kampus II : Jl. A. Yani Sumberporong Lawang Telp. (0341) 427847
 - Kampus III : Jl. Dr. Soetomo No. 46 Blitar Telp. (0342) 801043
 - Kampus IV : Jl. KH. Wahid Hasyim No. 64B Kediri Telp. (0354) 773095
 Website: <http://www.poltekkes-malang.ac.id> Email: direktorat@poltekkes-malang.ac.id

SURAT IJIN PENELITIAN

Nama Mahasiswa : Nur Cahya Wati
 NIM : 1502460023
 Tingkat / Semester : IV / 8
 Prodi : Sarjana Terapan Kebidanan Kediri
 Judul Skripsi : Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi Dengan Media *Audio Visual* Dan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri.
 Tempat Penelitian : Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak

Mulai bulan April sampai Mei mohon ijin melakukan pengambilan data penelitian untuk tugas akhir / skripsi.

Kediri, 22 April 2019

✍ Mengetahui,

Pembimbing Utama

Triatmi Andri Yanuarini, M.Keb
NIP. 19810128 200501 2 002

Pembimbing Pendamping

Ratih Novitasari, S.ST. M.PH
NIP. 19871120 201012 2 004

**PENJELASAN SEBELUM PERSETUJUAN (PSP) UNTUK MENGIKUTI
PENELITIAN**

1. Peneliti berasal dari Poltekkes Kemenkes Malang Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul “Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Media *Audio Visual* dengan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri”.
2. Tujuan dari Penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan tentang senam hamil menggunakan media *audio visual* dengan media *leaflet* terhadap lama kala II pada ibu primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri. Besar sampel berjumlah 20 responden.
3. Prosedur pengambilan data dengan cara pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media *audio visual* dengan media *leaflet* selama hamil, serta observasi untuk *posttest* saat persalinan. Keikutsertaan dalam penelitian ini bersifat sukarela. Ibu bebas menolak untuk ikut serta dalam penelitian ini. Penelitian ini mungkin menyebabkan ketidaknyamanan dan tersitanya waktu anda, tetapi tidak aka merugikan anda secara medis.
4. Keuntungan yang anda peroleh dalam keikutsertaan anda pada penelitian ini adalah dapat memperlancar pada proses persalinan. Selain itu, anda akan mendapat souvenir menarik berupa 1 set peralatan makan bayi dan uang transport yang telah disediakan sebagai pengganti waktu anda yang telah tersita.
5. Apabila anda tidak ikut serta, atau mengundurkan diri setiap saat dengan alasan apapun dari penelitian ini, anda boleh tidak mengikuti tanpa dikenakan sanksi.
6. Jika anda ikut serta dalam penelitian ini maka nama dan jati diri anda akan tetap dirahasiakan.
7. Jika ada pertanyaan yang berhubungan dengan penelitian ini, anda diberikan kesempatan untuk bertanya secara langsung kepada Nur Cahya Wati dengan menghubungi nomor *handphone* 085785788823.

Peneliti

Nur Cahya Wati
NIM. 1502460023

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapatkan penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Nur Cahya Wati, mahasiswa Sarjana Terapan Kebidanan dari Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang berjudul “Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Media *Audio Visual* Dengan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri.”.

Saya yakin bahwa penelitian ini tidak menimbulkan kerugian apapun pada saya dan keluarga. Dan saya telah mempertimbangkan serta memutuskan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

Kediri,2019

Saksi,

Yang Memberi Persetujuan

(.....)

(.....)

Mengetahui,
Pelaksana Penelitian


Nur Cahya Wati
NIM 1502460023

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR
 SENAM HAMIL MENGGUNAKAN MEDIA *AUDIO VISUAL*

No.	Kegiatan
Tahap Awal	
	Memberitahu responden dan keluarga tentang tujuan, manfaat dan prosedur selama melakukan penelitian
Persiapan Alat	
1.	Laptop
2.	LCD (jika ada)
3.	Speaker (jika ada)
4.	Bantal
Persiapan Lingkungan	
1.	Tempat yang cukup luas
2.	Memastikan lingkungan sekitar nyaman, tenang, dan tidak ada gangguan dari luar
3.	Menjaga privasi klien
Penatalaksanaan	
1.	Melakukan pemutaran video senam hamil pada laptop ataupun disalurkan ke <i>LCD</i> jika ada.
2.	Memberitahu dan meminta klien untuk menirukan setiap gerakan senam hamil dalam video yang ditayangkan
3.	Mengarahkan gerakan-gerakan senam hamil yang dilakukan oleh klien


STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR
SENAM HAMIL MENGGUNAKAN MEDIA *LEAFLET*

No.	Kegiatan
Tahap Awal	
	Memberitahu responden dan keluarga tentang tujuan, manfaat dan prosedur selama melakukan penelitian
Persiapan Alat	
1.	Bantal
Persiapan Lingkungan	
1.	Tempat yang cukup luas
2.	Memastikan lingkungan sekitar nyaman, tenang, dan tidak ada gangguan dari luar
3.	Menjaga privasi klien
Penatalaksanaan	
1.	Melakukan senam hamil dengan panduan <i>leaflet</i>
2.	Memberitahu dan meminta klien untuk menirukan setiap gerakan senam hamil di dalam <i>leaflet</i> yang dipandu oleh instruktur
3.	Mengarahkan gerakan-gerakan senam hamil yang dilakukan oleh klien



SENAM HAMIL

TRIMESTER III



Apa itu senam hamil?


MANFAAT SENAM HAMIL :

1. Melatih menguasai teknik pempasan saat kehamilan dan persalinan.
2. Memperkuat dan mempertahankan keelastisitas otot-otot pada bagian tubuh tertentu seperti perut, paha, dan panggul.
3. Melatih sikap tubuh yang benar selama kehamilan.
4. Relaksasi tubuh dan mencegah timbulnya varises, mengatasi nyeri, dan bengkak pada kaki.
5. Mencegah wasir.
6. Mempersiapkan kondisi fisik yang prima saat hari persalinan.
7. Memberikan ketenangan batin, mengurangi kecemasan, dan menambah rasa percaya diri ibu dalam melakukan persalinan.

Yang tidak boleh melakukan senam hamil

Ibu yang memiliki dan mempunyai riwayat :

1. Penyakit jantung
2. Penyakit paru
3. Kehamilan kembar
4. Riwayat perdarahan pervaginam pada trimester II
5. Kelainan letak plasenta (ari-ari)
6. Preeklamsi maupun hipertensi (darah tinggi)
7. Anemia berat



Lakukan minimal 3 kali senam

Nur Cahya Wati

8. Latihan Kontraksi dan Relaksasi

Sikap : Tidur terlentang, kedua lengan di samping badan, kedua kaki lurus, lemaskan seluruh tubuh, lakukan pernafasan secara teratur dan berirama.

Tegangkan seluruh otot tubuh dengan cara katupkan rahang, kerutkan dahi, tegangkan leher, kepalkan kedua tangan, tegangkan bahu, tegangkan otot perut, kerutkan bibir, tegangkan kedua kaki dan tahan nafas.

Setelah beberapa saat kembali ke sikap semula dan lemaskan seluruh tubuh. Lakukan sebanyak 9 kali.

9. Latihan Pernapasan

Sikap : Tidur terlentang, posisi litotomi dan rileks yaitu angkat kaki dengan posisi ditekuk kedua lutut dan letakkan tangan di bawah lutut untuk menyangga sampai masuk ke dalam.

Tarik kedua lutut bersamaan sampai mendekati dada.

Buka mulut sedikit dan bernaftalah sedalam-dalamnya, lalu tutup mulut.

Latihan mengedan seperti buang air besar, kepala melihat ke bawah, setelah mengedan kembali ke posisi semula.

10. Latihan Penenangan

Sikap : Berbaring miring ke arah punggung janin. Jika di kiri, maka lutut kanan diletakkan di depan lutut kiri kaki ditekuk di depan badan. Sedangkan tangan kiri dibelakangi badan.

Tutup mata, melemaskan seluruh otot tubuh, tenang, bernaftalah dalam dan teratur. Lakukan selama

Sumber : Debra Hill, senam hamil Poltekub, Kesehatan Komplex Malang Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Keturi dan Ilmu Perawatan Super Lengkap

1. Latihan Pergelangan Kaki

Duduk tegak bersandar pada kedua lengan, kedua tungkai diluruskan dan dibuka sedikit.

- Gerakan kaki kiri jauh ke depan dan kaki kanan jauh ke belakang bersama-sama. Lakukan sebanyak 8 kali
- Gerakan kaki kiri dan kaki kanan bersama-sama, jauh ke depan, kemudian gerakan jauh ke belakang bersama-sama. Lakukan sebanyak 8 kali
- Gerakan kaki kiri dan kaki kanan bersama-sama ke dalam sampai ujung-ujung jari menyentuh lantai, kemudian gerakan kedua kaki tersebut kebar. Lakukan sebanyak 8 kali
- Putar kedua kaki bersama-sama ke kiri 4 kali, kemudian ke kanan 4 kali.



2. Latihan Pembentukan Sikap Tubuh

• Sikap : Merangkak, kedua tangan sejajar bahu, Tubuh sejajar dengan lantai, dengan tangan dan paha tegak lurus.



Latihan : Tundukkan kepala, sambil melihat kearah paha atas, pinggang diangkat sambil mengempiskan perut bawah dan menggerakkan dubur. Lalu turunkan pinggang, angkat kepala sambil لمسkan otot-otot dinding perut dan dasar bokong.



• Sikap : Berbaring terlentang, kedua tangan di samping badan, kedua kaki ditekuk pada lutut.



Letakkan seluruh tubuh, kepala dan kedua tangan dan tegakkan selama beberapa detik, lalu letakkan kembali.

3. Latihan Pernafasan

Sikap : Berbaring terlentang, kedua kaki ditekuk pada lutut, kedua lengan di samping badan dan letakkan badan.



Lakukan pernafasan dada yang dalam selama satu menit, lalu ikuti dengan pernafasan diafragma.



Lakukan kedua pernafasan ini secara bersama-sama sebanyak 8 kali

4. Latihan Pembentukan Sikap Tubuh

Lakukan gerakan jongkok perlahan-lahan, badan tetap lurus, lalu tegak berdirinya perlahan-lahan.



Agar tidak jatuh, kedua tangan boleh berpegang pada tembok ataupun sandaran kursi.

Lakukan sebanyak 8 kali.

5. Latihan Kontraksi dan Relaksasi

Sikap : Tidur terlentang, kedua lengan di samping badan, kedua kaki ditekuk dan letakkan badan.



Lakukan pernafasan dada yang dalam selama satu menit, lalu ikuti dengan pernafasan diafragma.



Lakukan kedua pernafasan ini secara bersama-sama sebanyak 8 kali.

6. Latihan Pernafasan

Latihan pernafasan seperti telah diharapkan frekuensi tetap sebanyak 26-28 per menit dan lebih cepat

7. Latihan Pembentukan Sikap Tubuh

Sikap : Berbaring terlentang, kedua lengan di samping badan, kedua kaki ditekuk dan rileks.

Angkat badan dan bahu, letakkan dagu di atas dada, melihat ke arah jalan lahir. Pertahankan gerakan ini beberapa saat, lalu kembali ke sikap semula dan bersantailah.

Lakukan sebanyak 8 kali



LEMBAR OBSERVASI KALA II

Responden :

No.	TANGGAL/ JAM	KETERANGAN
1.	13 Mei 2019/ 14.00 WIB	Contoh pengisian : - Pembukaan lengkap : 10 cm - Effacement : 100% - Ketuban : negatif - Presentasi : Belakang Kepala - Denominator : UUK - Hodge III
2.	13 Mei 2019/ 14.30 WIB	Melakukan pimpinan persalinan Bayi lahir spontan, JK : perempuan, menangis kuat, kulit kemerahan, gerak aktif, BB : 3100 gr, PB : 50 cm, AS : 8-9

Data Umum

No	Kode Responden	Usia			Pendidikan				Pekerjaan				HPHT	HPL	TL	UK
		U1	U2	U3	P1	P2	P3	P4	K1	K2	K3	K4				
1	R1		1				1		1				27 Agustus 2018	31 Mei 2019	25 Mei 2019	39 minggu
2	R2		1				1		1				7 Agustus 2018	12 Mei 2019	9 Mei 2019	39 minggu 4 hari
3	R3		1				1				1		15 Agustus 2018	20 Mei 2019	16 Mei 2019	39 minggu 3 hari
4	R4		1				1				1		6 Agustus 2018	11 Mei 2019	7 Mei 2019	39 minggu 3 hari
5	R5		1				1		1				22 Agustus 2018	27 Mei 2019	24 Mei 2019	39 minggu 4 hari
6	R6		1				1		1				20 Agustus 2018	25 Mei 2019	25 Mei 2019	40 minggu
7	R7		1				1		1				9 Agustus 2018	14 Mei 2019	15 Mei 2019	40 minggu 1 hari
8	R8		1				1		1				12 Agustus 2018	16 Mei 2019	10 Mei 2019	39 minggu 1 hari
9	R9		1				1		1				15 Agustus 2018	19 Mei 2019	19 Mei 2019	40 minggu
10	R10		1				1		1				18 Agustus 2018	23 Mei 2019	19 Mei 2019	39 minggu 3 hari
11	C1	1				1					1		12 Agustus 2018	16 Mei 2019	15 Mei 2019	39 minggu 6 hari
12	C2		1			1			1				16 Agustus 2018	21 Mei 2019	12 Mei 2019	38 minggu 5 hari
13	C3		1			1			1				13 Agustus 2018	18 Mei 2019	15 Mei 2019	39 minggu 4 hari
14	C4		1				1		1				27 Agustus 2018	31 Mei 2019	23 Mei 2019	38 minggu 5 hari
15	C5		1					1	1				14 Agustus 2018	19 Mei 2019	15 Mei 2019	39 minggu 3 hari
16	C6		1				1		1				10 Agustus 2018	14 Mei 2019	14 Mei 2019	40 minggu
17	C7		1				1		1				21 Agustus 2018	26 Mei 2019	25 Mei 2019	39 minggu 6 hari
18	C8		1				1		1				20 Agustus 2018	25 Mei 2019	21 Mei 2019	39 minggu 3 hari
19	C9		1			1				1			18 Agustus 2018	23 Mei 2019	17 Mei 2019	39 minggu 1 hari
20	C10		1				1		1				20 Agustus 2018	25 Mei 2019	18 Mei 2019	39 minggu
	JUMLAH	1	19	0	0	4	15	1	16	1	2	1				
U1 : < 20 tahun		P1 : SD			K1 : IRT											
U2 : 20-35 tahun		P2 : SMP			K2 : Petani											
U3 : >35 tahun		P3 : SMA			K3 : Swasta											
		P4 : PT			K4 : Wiraswasta											

Data Khusus

No	Kode Responden	Lama Kala II	Kategori Lama Kala II		Keteraturan Senam Hamil			Rata-rata lama kala II	Rata-rata lama kala II
			L1	L2	Banyaknya*	Teratur	Tidak Teratur	kelompok I	kelompok 2
1	R1	30	1		3	1		30	40
2	R2	20	1		4	1		20	30
3	R3	30	1		3	1		30	30
4	R4	25	1		5	1		25	40
5	R5	18	1		4	1		18	35
6	R6	20	1		4	1		20	30
7	R7	35	1		2		1	35	28
8	R8	30	1		2		1	30	40
9	R9	35	1		3	1		35	45
10	R10	20	1		4	1		20	30
11	C1	40	1		3	1			
12	C2	30	1		4	1		26,3	34,8
13	C3	30	1		2		1		
14	C4	40	1		2		1		
15	C5	35	1		3	1			
16	C6	30	1		4	1			
17	C7	28	1		4	1			
18	C8	40	1		2		1		
19	C9	45	1		2		1		
20	C10	30	1		3	1			
			20			14	6		
*per minggu									

UJI SPSS

```

NPAR TESTS
  /M-W= Hasil BY Kelompok(1 2)

  /MISSING ANALYSIS.

```

NPar Tests

[DataSet0]

Mann-Whitney Test

		Ranks		
Kelompok		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Lama Kala II	Audio Visual	10	7.50	75.00
	Leaflet	10	13.50	135.00
	Total	20		

Test Statistics ^b	
	Lama Kala II
Mann-Whitney U	20.000
Wilcoxon W	75.000
Z	-2.328
Asymp. Sig. (2-tailed)	.020
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.023 ^a

a. Not corrected for ties.




b. Grouping Variable: Kelompok










Critical Values of the Mann-Whitney U
(Two-Tailed Testing)


n ₂	α	n ₁																	
		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
3	.05	--	0	0	1	1	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	7	8
	.01	--	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	2	2	2	2	3	3
4	.05	--	0	1	2	3	4	4	5	6	7	8	9	10	11	11	12	13	14
	.01	--	--	0	0	0	1	1	2	2	3	3	4	5	5	6	6	7	8
5	.05	0	1	2	3	5	6	7	8	9	11	12	13	14	15	17	18	19	20
	.01	--	--	0	1	1	2	3	4	5	6	7	7	8	9	10	11	12	13
6	.05	1	2	3	5	6	8	10	11	13	14	16	17	19	21	22	24	25	27
	.01	--	0	1	2	3	4	5	6	7	9	10	11	12	13	15	16	17	18
7	.05	1	3	5	6	8	10	12	14	16	18	20	22	24	26	28	30	32	34
	.01	--	0	1	3	4	6	7	9	10	12	13	15	16	18	19	21	22	24
8	.05	2	4	6	8	10	13	15	17	19	22	24	26	29	31	34	36	38	41
	.01	--	1	2	4	6	7	9	11	13	15	17	18	20	22	24	26	28	30
9	.05	2	4	7	10	12	15	17	20	23	26	28	31	34	37	39	42	45	48
	.01	0	1	3	5	7	9	11	13	16	18	20	22	24	27	29	31	33	36
10	.05	3	5	8	11	14	17	20	23	26	29	33	36	39	42	45	48	52	55
	.01	0	2	4	6	9	11	13	16	18	21	24	26	29	31	34	37	39	42
11	.05	3	6	9	13	16	19	23	26	30	33	37	40	44	47	51	55	58	62
	.01	0	2	5	7	10	13	16	18	21	24	27	30	33	36	39	42	45	48
12	.05	4	7	11	14	18	22	26	29	33	37	41	45	49	53	57	61	65	69
	.01	1	3	6	9	12	15	18	21	24	27	31	34	37	41	44	47	51	54
13	.05	4	8	12	16	20	24	28	33	37	41	45	50	54	59	63	67	72	76
	.01	1	3	7	10	13	17	20	24	27	31	34	38	42	45	49	53	56	60
14	.05	5	9	13	17	22	26	31	36	40	45	50	55	59	64	67	74	78	83
	.01	1	4	7	11	15	18	22	26	30	34	38	42	46	50	54	58	63	67
15	.05	5	10	14	19	24	29	34	39	44	49	54	59	64	70	75	80	85	90
	.01	2	5	8	12	16	20	24	29	33	37	42	46	51	55	60	64	69	73
16	.05	6	11	15	21	26	31	37	42	47	53	59	64	70	75	81	86	92	98
	.01	2	5	9	13	18	22	27	31	36	41	45	50	55	60	65	70	74	79
17	.05	6	11	17	22	28	34	39	45	51	57	63	67	75	81	87	93	99	105
	.01	2	6	10	15	19	24	29	34	39	44	49	54	60	65	70	75	81	86
18	.05	7	12	18	24	30	36	42	48	55	61	67	74	80	86	93	99	106	112
	.01	2	6	11	16	21	26	31	37	42	47	53	58	64	70	75	81	87	92
19	.05	7	13	19	25	32	38	45	52	58	65	72	78	85	92	99	106	113	119
	.01	3	7	12	17	22	28	33	39	45	51	56	63	69	74	81	87	93	99
20	.05	8	14	20	27	34	41	48	55	62	69	76	83	90	98	105	112	119	127
	.01	3	8	13	18	24	30	36	42	48	54	60	67	73	79	86	92	99	105

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Nur Cahya Wati
 NIM : 1502460023
 Nama Pembimbing : Triatmi Andri Yanuarini, M.Keb.
 Pembimbing : Pembimbing Utama
 Judul Proposal/Skripsi : Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Media *Audio Visual* dan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri.






Bimbingan Ke	Tanggal	Saran	Tanda Tangan
1	17 - 09 - 2018	<ol style="list-style-type: none"> 1. Latar belakang harus masalah, data dari dinas kesehatan atau puskesmas 2. Studi pendahuluan melalui data ataupun wawancara dan alasan tepat memilih tempat 3. Menghindari penelitian evaluasi program 4. Disarankan membuat penelitian berkaitan dengan teknologi 5. Judul skripsi dikuatkan datanya 	
2	04 - 10 - 2018	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penambahan media <i>audio visual</i> 2. Lanjutkan bab 2 dan bab 3 (kerangka) 3. Poin-poin penting 4. Studi pendahuluan lebih dari 1 tempat 5. ACC topik penelitian 	
3	12 - 10 - 2018	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mencari tempat studi pendahuluan 2. Menentukan tempat bermasalah dengan kala II lama (power) 	




4	30 - 11 - 2018	<ol style="list-style-type: none"> 1. Revisi bab 1 2. Memasukkan hasil studi pendahuluan 	
5	6 - 12 - 2018	<ol style="list-style-type: none"> 1. Revisi bab 3 2. Membuat media 	
6	13 - 12 - 2018	<ol style="list-style-type: none"> 1. Disarankan melakukan penelitian di 2 tempat 2. Revisi populasi dan sampel 3. SOP dan video segera diselesaikan 	
7	10 -01-2019	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penambahan <i>leaflet</i> 2. Pembagian kelompok sampel 	
8	15 - 01-2019	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mencantumkan sumber dari intervensi 2. Revisi PSP 3. Lengkapi dengan lampiran 	
9.	18 - 01- 2019	ACC ujian proposal	
10.	31 - 05 - 2019	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tambahkan data umum 2. Penggunaan jurnal 80 % 3. Tabel data umum menggunakan 1 spasi 4. Tambahkan abstrak sesuai IMRAD 5. Tambahkan lampiran 	
11.	01- 06 - 2019	<ol style="list-style-type: none"> 1. Hasil uji analisis data ditampilkan 2. Pada lampiran dipilih untuk uji menggunakan komputerisasi atau manual 	
12.	11 -06- 2019	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengecek spasi pada skripsi (spasi 2) 2. Singkatan urutksn sesuai abjad 3. Metodepengumpulan data diceritakan lebih detail 	

13. \ 14.	18 -06- 2019 20 -06- 2019	4. Masukkan lampiran rata-rata lama kala II 5. Tambahkan keterbatasan 6. Perbaiki penyusunan paragraf 7. Memasukkan jurnal perbedaan 2 media dan ditambahkan opini 1. Revisi keterbatasan 2. Perhatikan spasi	
		ACC ujian skripsi	

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Nur Cahya Wati
 NIM : 1502460023
 Nama Pembimbing : Ratih Novitasari, S.ST., M.PH.
 Pembimbing : Pembimbing Pendamping
 Judul Proposal/Skripsi : Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Media *Audio Visual* dan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri.

Bimbingan Ke	Tanggal	Saran	Tanda Tangan
1.	12 - 10 - 2018	Konsul judul	
2.	29 - 11 - 2018	<ol style="list-style-type: none"> 1. Revisi latar belakang 2. Revisi tujuan khusus 3. Revisi bab 2 4. Penambahan teori 5. Revisi kerangka konsep 6. Revisi bab 3 	
3.	6 - 12 - 2018	<ol style="list-style-type: none"> 1. Revisi bab 1-3 2. Penyusunan bab 1 yang sesuai 3. Revisi kerangka konsep 4. Revisi analisis data 5. Lengkapi lampiran 	
4.	13 - 12- 2018	<ol style="list-style-type: none"> 1. Revisi Populasi dan sampel 2. Pertimbangkan populasi 3. Revisi definisi operasional 4. Revisi lampiran 	
5.	10-01-2019	<ol style="list-style-type: none"> 1. Revisi video pada hitungan gerakan dan salam penutup 2. Membuat <i>leaflet</i> dan lengkapi proposal 	
6.	18-01-2019	ACC uji proposal	







7.	13 - 06 - 2019	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pada penyampaian hasil penelitian, penjelasan data umum ditulis semua 2. Penjelasan data umum lebih konsisten 3. Mengecek huruf capital 4. Perbaiki penyusunan paragraph 5. Pada pembahasan penyertaan jurnal tidak boleh sama dalam setiap pembahasan, dipilih salah satu 	
8.	20 - 06 - 2019	<ol style="list-style-type: none"> 1. Perbaiki isi abstrak pada bagian <i>introduction</i> sesuai dengan latar belakang 2. Perbaiki bagian saran 3. Perbaiki spasi antar sub-sub bab 4. Perjelas hasil penghitungan analisis data 	
9.	21 - 06 - 2019	ACC Ujian Skripsi	

LEMBAR REVISI UJIAN SKRIPSI

Nama : Nur Cahya Wati

NIM : 1502460023

Judul : Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi Dengan Media *Audio Visual* Dan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri

Sebelum Revisi		Sesudah Revisi		TTD
HLM	Uraian	HLM	Uraian	
i-113	Memasukkan metode demonstrasi pada laporan skripsi	i-113	Metode demonstrasi sudah dimasukkan ke dalam laporan skripsi	
52	Menegaskan usia kehamilan responden yang sesuai	52	Usia kehamilan responden yang sesuai sudah dipertegas	
33	Memasukkan teori persalinan lama kala II dari berbagai ahli	33	Teori persalinan lama kala II sudah ditambahkan	
70-78	Mengurangi penggunaan teori pada bab 4 hasil dan pembahasan	70-78	Penggunaan teori pada bab 4 hasil dan pembahasan sudah dikurangi	
70-78	Penambahan jurnal dalam bab 4 hasil dan pembahasan	70-78	Jurnal dalam bab 4 hasil dan pembahasan sudah ditambah	
70-78	Memperbaiki penggunaan bahasa dalam pembahasan	70-78	Penggunaan bahasa dalam pembahasan sudah diperbaiki	

Kediri, 25 Juni 2019.....

Sebelum di revisi
Ketua Penguji



Dwi Estuning Rahayu, S.Pd., S.Kep., Ns., M.Sc.
NIP. 19660313 198903 2 003

Kediri, 11 Juli 2019.....

Sesudah di revisi
Ketua Penguji



Dwi Estuning Rahayu, S.Pd., S.Kep., Ns., M.Sc.
NIP. 19660313 198903 2 003

LEMBAR REVISI UJIAN SKRIPSI

Nama : Nur Cahya Wati

NIM : 1502460023

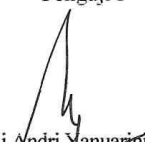
Judul : Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi Dengan Media *Audio Visual* Dan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri

Sebelum Revisi		Sesudah Revisi		TTD
HLM	Uraian	HLM	Uraian	
viii-ix	Perbaiki abstrak sesuai IMRAD	viii-ix	Abstrak sudah diperbaiki sesuai IMRAD	
81	Memperbaiki kalimat dalam saran untuk tempat penelitian	81	Kalimat dalam saran untuk tempat penelitian sudah diperbaiki	
52	Memperbaiki kriteria sampel	52	Kriteria sampel sudah diperbaiki	
i-113	Memperbaiki penulisan dan penggunaan huruf kapital	i-113	Penulisan dan penggunaan huruf kapital sudah diperbaiki	

Kediri, 25 Juni 2019.....

Sebelum di revisi

Penguji I




Triatmi Andri Yanuarini, M.Keb.
NIP. 19810128 200501 2 002

Kediri, 2 Juli 2019.....

Sesudah di revisi

Penguji I








Triatmi Andri Yanuarini, M.Keb.
NIP. 19810128 200501 2 002

LEMBAR REVISI UJIAN SKRIPSI

Nama : Nur Cahya Wati

NIM : 1502460023

Judul : Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Hamil Menggunakan Metode Demonstrasi Dengan Media *Audio Visual* Dan Media *Leaflet* Terhadap Lama Kala II Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Puhjarak Kabupaten Kediri

Sebelum Revisi		Sesudah Revisi		TTD
HLM	Uraian	HLM	Uraian	
66	Memperbaiki waktu penelitian	66	Waktu penelitian sudah diperbaiki	
70-78	Menambahkan jurnal yang hampir sama dengan penelitian ini	70-78	Jurnal yang hampir sama dengan penelitian ini sudah ditambahkan	
88	Memperbaiki jadwal penyusunan skripsi	88	Jadwal penyusunan skripsi sudah diperbaiki	
i-113	Memperbaiki penulisan dan penggunaan huruf kapital	i-113	Penulisan dan penggunaan huruf kapital sudah diperbaiki	
57-58	Menjelaskan lebih detail proses penelitian	57-58	Menjelaskan lebih detail proses penelitian	

Kediri, 25 Juni 2019.....

Sebelum di revisi

Penguji II



Ratih Novitasari, S.ST., M.PH.
NIP. 19871120 201012 2 004

Kediri, 5 Juli 2019.....

Sesudah di revisi

Penguji II



Ratih Novitasari, S.ST., M.PH.
NIP. 19871120 201012 2 004