

JURNAL KEPERAWATAN DAN KESEHATAN MASYARAKAT
CENDEKIA UTAMA

Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perawatan Diabetes Mellitus Pada Lansia Di Rumah, Kelurahan Cisalak Pasar Kota Depok <i>Galia Wardha Alvita</i>	1
Studi Fenomenologi Kematian Bayi Baru Lahir (Neonatal) Di Wilayah Kerja Puskesmas Tlogowungu Kecamatan Tlogowungu Kabupaten Pati <i>Arif Prasetyo Utomo, Sri Hartini</i>	15
Perawatan Kesehatan Masyarakat Pada Keluarga Dengan Tuberculosis (TBC) Di Kabupaten Klaten: Study Fenomenologi <i>Istianna Nurhidayati, Marchiastuti Fitrianingrum</i>	31
Efektivitas <i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i> Berdasarkan <i>Profile Multimodal Therapy</i> Pada Klien Skizofrenia Dengan Masalah Keperawatan Perilaku Kekerasan Di Rumah Sakit dr. H. Marzoeqi Mahdi Bogor Tahun 2012 <i>Retno Yuli Hastuti, Budi Anna Keliat, Mustikasari</i>	41
Hubungan Pengetahuan Dengan Motivasi Ibu Hamil Untuk Melakukan Senam Hamil Di Desa Tanjungrejo Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus <i>Artanti Zulaikhah, Heriyanti Widyaningsih</i>	51
Hubungan Perilaku Hidup Bersih Dan Sanitasi Lingkungan Terhadap Kecacingan Pada Pemulung <i>Kartika Ikawati, Wahyu Rahadi, Luky Ariani, M. Sakundarno Adi</i>	63
Pengaruh Fraksi Etil Asetat Kulit Batang Juwet (<i>Syzygium Cumini L.</i>) Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada Tikus Diabetes Mellitus Tipe II Resistensi Insulin <i>Endra Pujiastuti</i>	75
Uji Efektifitas Larvasida Infus Daun Mahkota Dewa (<i>Phaleria Macrocarpa</i>) Terhadap Larva Nyamuk <i>Aedes Aegypti</i> Instar III <i>Dian Arsanti Palupi, Risna Endah Budiati, Achmad Junaedi</i>	85
Pemanfaatan Layanan PKPR Oleh Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Miroto Semarang <i>Sri Handayani, Eti Rimawati</i>	93
Survey Kepuasan Pelanggan Dinas Kesehatan Kabupaten Kudus Tahun 2015 <i>Eko Prasetyo, Sri Hartini, Sri Wahyuningsih</i>	99

JURNAL KEPERAWATAN DAN KESEHATAN MASYARAKAT

CENDEKIA UTAMA

JURNAL KEPERAWATAN DAN KESEHATAN MASYARAKAT
CENDEKIA UTAMA

Ketua

Ilham Setyo Budi, S.Kp., M.Kes.

Sekretaris

Ervi Rachma Dewi, S.K.M.

Editor

Ns. Biyanti Dwi Winarsih, M.Kep.

Risna Endah Budiati, S.K.M., M.Kes (Epid)

M. Munir, M.Si.

Arina Hafadhotul Husna, S.Pd., M.Pd.

Mitra Bestari

Edy Soesanto, S.Kp., M.Kes (UNIMUS)

Sri Rejeki, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat. (UNIMUS)

Edy Wuryanto, S.Kp., M.Kep. (PPNI Jawa Tengah)

Ida Farida, S.K.M., M.Si. (Dinas Kesehatan Kabupaten)

Aeda Ernawati, S.K.M., M.Si. (Kantor Penelitian dan Pengembangan Kab. Pati)

Periklanan dan Distribusi

Abdul Wachid, M.H.

Susilo Restu Wahyuno, S.Kom.

Ali Mas'ud

Syaifuddin

Penerbit

STIKES Cendekia Utama Kudus

Alamat

Jalan Lingkar Raya Kudus - Pati KM.5 Jepang Mejobo Kudus 59381

Telp. (0291) 4248655, 4248656 Fax. (0291) 4248651

Website : www.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id

Email : jurnal@stikescendekiautamakudus.ac.id

Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat "Cendekia Utama" merupakan Jurnal Ilmiah dalam bidang Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat yang diterbitkan oleh STIKES Cendekia Utama Kudus secara berkala dua kali dalam satu tahun.

KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah bahwa Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat CENDEKIA UTAMA edisi keempat volume 2 dapat terbit dalam bulan Maret 2015 ini. Berbagai hambatan dapat kita atasi, semoga hambatan-hambatan tersebut tidak akan terjadi lagi pada penerbitan-penerbitan selanjutnya.

Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat CENDEKIA UTAMA menerima artikel ilmiah dari hasil penelitian, laporan/studi kasus, kajian/tinjauan pustaka, maupun penyegar ilmu Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat, yang berorientasi pada kemutakhiran ilmu pengetahuan dan teknologi di bidang keperawatan dan kesehatan masyarakat, agar dapat menjadi sumber informasi ilmiah yang mampu memberikan kontribusi dalam mengatasi permasalahan keperawatan dan kesehatan masyarakat yang semakin kompleks.

Redaksi mengundang berbagai ilmuwan dari berbagai lembaga pendidikan tinggi maupun peneliti untuk memberikan sumbangan ilmiahnya, baik berupa hasil penelitian maupun kajian ilmiah mengenai keperawatan dan kesehatan masyarakat.

Redaksi sangat mengharapkan masukan-masukan dari para pembaca, professional bidang keperawatan dan kesehatan masyarakat, atau yang terkait dengan penerbitan, demi meningkatnya kualitas jurnal sebagaimana harapan kita bersama.

Redaksi berharap semoga artikel-artikel ilmiah yang termuat dalam Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat CENDEKIA UTAMA bermanfaat bagi para akademisi dan professional yang berkecimpung dalam dunia keperawatan dan kesehatan masyarakat.

Pimpinan Redaksi

Ilham Setyo Budi, S.Kp., M.Kes.

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Susunan Dewan Redaksi	ii
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi	v
 Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perawatan Diabetes Mellitus Pada Lansia Di Rumah, Kelurahan Cisalak Pasar Kota Depok	 1
 Studi Fenomenologi Kematian Bayi Baru Lahir (Neonatal) Di Wilayah Kerja Puskesmas Tlogowungu Kecamatan Tlogowungu Kabupaten Pati	 15
 Perawatan Kesehatan Masyarakat Pada Keluarga Dengan Tuberculosis (TBC) Di Kabupaten Klaten: Study Fenomenologi	 31
 Efektivitas <i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i> Berdasarkan <i>Profile Multimodal Therapy</i> Pada Klien Skizofrenia Dengan Masalah Keperawatan Perilaku Kekerasan Di Rumah Sakit Dr. H. Marzoeqi Mahdi Bogor Tahun 2012	 41
 Hubungan Pengetahuan Dengan Motivasi Ibu Hamil Untuk Melakukan Senam Hamil Di Desa Tanjungrejo Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus	 51
 Hubungan Perilaku Hidup Bersih Dan Sanitasi Lingkungan Terhadap Kecacingan Pada Pemulung	 63
 Pengaruh Fraksi Etil Asetat Kulit Batang Juwet (<i>Syzygium Cumini L.</i>) Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada Tikus Diabetes Mellitus Tipe II Resistensi Insulin	 75
 Uji Efektifitas Larvasida Infus Daun Mahkota Dewa (<i>Phaleria Macrocarpa</i>) Terhadap Larva Nyamuk Aedes Aegypti Instar III	 85
 Pemanfaatan Layanan PKPR Oleh Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Miroto Semarang	 93
 Survey Kepuasan Pelanggan Dinas Kesehatan Kabupaten Kudus Tahun 2015	 99
 Lampiran	
 Pedoman penulisan naskah jurnal	 115

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN MOTIVASI IBU HAMIL UNTUK MELAKUKAN SENAM HAMIL DI DESA TANJUNGREJO KECAMATAN JEKULO KABUPATEN KUDUS

Artanti Zulaikhah¹, Heriyanti Widyaningsih²

Program Studi S-1 Ilmu Keperawatan STIKES Cendekia Utama Kudus

Jl. Lingkar Raya Kudus-Pati Km. 5 Jepang Kec.Mejobo, Kudus

Tlp (0291) 4248655, 4248656

Fax (0291) 4248657 E-mail: Artanti361@gmail.com, Widyaningsih.sunarto@gmail.com

ABSTRAK

Senam hamil merupakan terapi latihan gerak yang diberikan pada ibu hamil untuk mempersiapkan dirinya baik fisik maupun mental dalam menghadapi persalinan. Oleh karena itu, senam hamil sangat diperlukan oleh setiap ibu hamil, karena senam hamil dapat membuat tubuh menjadi sehat dan bugar, serta dapat membantu ibu dalam menghadapi persalinan sehingga stres akibat rasa cemas menjelang persalinan akan dapat diminimalkan. Jenis penelitian ini adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini 93 responden di Desa Tanjungrejo Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus dengan menggunakan teknik *consecutive sampling*. Uji statistik yang digunakan adalah *Pearson chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil mempunyai pengetahuan baik sebanyak 53 responden (57,0%), dan motivasi ibu hamil untuk melakukan senam hamil mempunyai motivasi rendah sebanyak 44 responden (47,3%). Analisa *Pearson chi-square* menunjukkan ada hubungan pengetahuan dengan motivasi ibu hamil untuk melakukan senam hamil di Desa Tanjungrejo Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus dengan *p value* 0.029 ($p < 0,05$). Ada hubungan pengetahuan dengan motivasi ibu hamil untuk melakukan senam hamil Di Desa Tanjungrejo Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus Tahun 2014. Peneliti menyarankan melakukan senam hamil untuk menghadapi persalinan.

Kata kunci : Pengetahuan, Motivasi, Senam Hamil.

ABSTRACT

Gymnastics conceive a motion exercise therapy given to pregnant women to prepare themselves both physically and mentally for labor. Therefore, pregnancy exercise is very needed by every pregnant women, because pregnancy exercise can make the body become healthy and fit, and can assist the mother in the face of labor so that the stress from anxiety before delivery can be minimized. The study was a descriptive correlational cross-sectional approach. The sample in this study 93 respondents in village Tanjungrejo Jekulo District of Kudus using consecutive sampling technique. The statistical test used was the Pearson chi-square. The results showed that the knowledge of pregnant women about pregnancy exercise have a good knowledge of as many as 53 respondents (57.0%), and maternal motivation for doing pregnancy exercise have low motivation were 44 respondents (47.3%). Pearson chi-square analysis showed no correlation with the knowledge of maternal motivation for doing pregnancy exercise on Tanjungrejo Village District of Kudus Jekulo with p value 0.029 ($p < 0.05$).

There is a relationship of knowledge with maternal motivation for doing pregnancy exercise Tanjungrejo In the Village District of Kudus Jekulo Year 2014 Researchers suggest doing pregnancy exercise to deal with childbirth.

Keywords: *Knowledge, Motivation, Gymnastics Pregnant.*

LATAR BELAKANG

Kehamilan merupakan suatu proses yang dimulai sejak bertemunya sperma dan ovum di dalam rahim wanita. Pertemuan sperma dan ovum membentuk zygote, berimplantasi ke dalam uterus dan berkembang sampai dilahirkan menjadi seorang bayi (Wiknjosastro, 2006). Kehamilan adalah masa dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin yang lamanya 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) terhitung dari hari pertama haid terakhir dan tidak lebih dari 300 hari (43 minggu) (Prawirohardjo, 2005).

Kehamilan mengakibatkan perubahan pada ibu hamil, perubahan itu meliputi perubahan fisik dan perubahan psikologis. Perubahan fisik misalnya keadaan perut yang semakin membesar, payudara yang membesar dan menegang. Perubahan psikologis yang terjadi misalnya rasa cemas dan takut menghadapi persalinan dan cemas akan kondisi bayi dalam kandungan (Mochtar, 2004).

Perubahan yang terjadi pada ibu selama masa kehamilan dapat berlangsung secara fisiologis dan patologis. Perubahan fisiologis meliputi nyeri punggung, nyeri pinggang, nyeri panggul, mual serta sesak nafas (Romauli, 2011). Perubahan patologis saat kehamilan meliputi *hiperemesis gravidarum*, syok, perdarahan saat kehamilan, emboli air ketuban dan gagal pertumbuhan janin serta dapat mengakibatkan kematian Ibu dan Janin (Mochtar, 2004).

Angka Kematian Ibu (AKI) juga menjadi salah satu indikator penting dari derajat kesehatan masyarakat. AKI menggambarkan jumlah wanita yang meninggal dari suatu penyebab kematian terkait dengan gangguan kehamilan atau penanganannya (tidak termasuk kecelakaan atau kasus insidental) selama kehamilan, melahirkan dan dalam masa nifas (42 hari setelah melahirkan) tanpa memperhitungkan lama kehamilan per 100.000 kelahiran hidup. Angka Kematian Ibu (AKI) juga dapat digunakan dalam pemantauan kematian terkait dengan kehamilan. Indikator ini dipengaruhi status kesehatan secara umum meliputi pengetahuan dan pelayanan selama kehamilan dan melahirkan. Sensitivitas AKI terhadap perbaikan pelayanan kesehatan menjadikannya indikator keberhasilan pembangunan sektor kesehatan (Kemenkes, 2014).

Kematian ibu biasanya terjadi karena tidak mempunyai akses ke pelayanan kesehatan ibu yang berkualitas, terutama pelayanan kegawatdaruratan tepat waktu yang dilatarbelakangi oleh terlambat mengenal tanda bahaya dan mengambil keputusan, terlambat mencapai fasilitas kesehatan, serta terlambat mendapatkan pelayanan di fasilitas kesehatan. Selain itu penyebab kematian maternal juga tidak terlepas dari kondisi ibu itu sendiri dan merupakan salah satu dari kriteria 4 terlalu, yaitu terlalu tua pada saat melahirkan (>35 tahun), terlalu muda pada saat melahirkan (<20 tahun), terlalu banyak anak (>4 anak), terlalu rapat jarak kelahiran/paritas (<2 tahun) (Dinkes Jawa Tengah, 2012)

Angka kematian ibu Provinsi Jawa Tengah tahun 2012 berdasarkan laporan dari kabupaten/kota sebesar 116,34/100.000 kelahiran hidup, mengalami peningkatan bila dibandingkan dengan AKI pada tahun 2011 sebesar 116,01/100.000 kelahiran hidup. Jumlah kematian maternal terbanyak adalah di Kabupaten Brebes sebanyak 51 kematian. Sedangkan kabupaten/kota dengan jumlah kematian maternal paling sedikit adalah Kota Salatiga dengan 2 kematian, sedangkan kematian maternal di kabupaten kudus sebanyak 15 kematian. Sebesar 57,93% kematian maternal terjadi pada waktu nifas, pada waktu hamil sebesar 24,74% dan pada waktu persalinan sebesar 17,33%. Sementara berdasarkan kelompok umur, kejadian kematian maternal terbanyak adalah pada usia produktif (20-34 tahun) sebesar 66,96%, kemudian pada

kelompok umur >35 tahun sebesar 26,67% dan pada kelompok umur <20 tahun sebesar 6,37% (Dinkes Jawa Tengah, 2012).

Kebijakan Kementerian Kesehatan dalam menurunkan angka kematian ibu (AKI) salah satunya dengan menggunakan strategi pembangunan kesehatan yang diantaranya untuk meningkatkan pelayanan kesehatan yang merata, terjangkau, bermutu, dan berkeadilan, dengan berbasis bukti dengan pengutamaan pada upaya promotif dan preventif. Prioritas kementerian kesehatan akan difokuskan untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan salah satunya yaitu peningkatan kesehatan ibu, bayi dan balita. Upaya yang dilakukan untuk mempercepat penurunan kematian ibu dengan cara memberikan pelayanan kesehatan yang optimal dan tepat waktu. Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) 2012 menunjukkan AKI melahirkan berjumlah 359 per 100 ribu kelahiran hidup. Hal tersebut sangat jauh dari target pemerintah dalam percepatan pencapaian target Millenium Development Goal (MDG), yakni menurunkan AKI menjadi 120 per 100 ribu kelahiran hidup pada tahun 2015. Komplikasi penyebab kematian ibu yang terbanyak adalah perdarahan, infeksi, eklamsia (hipertensi dalam kehamilan, partus lama dan keguguran (Kemenkes, 2014)

Faktor penyebab kematian ibu dibagi menjadi dua yaitu, faktor penyebab langsung dan faktor penyebab tidak langsung. Faktor penyebab langsung kematian ibu di Indonesia masih didominasi oleh perdarahan, eklampsia, dan infeksi. Sedangkan faktor tidak langsung penyebab kematian ibu karena masih banyaknya kasus 3 Terlambat dan 4 Terlalu. Penyebab langsung kematian ibu di Indonesia adalah pendarahan 28%, eklamsia 24%, infeksi 11%, partus lama 5%, aborsi 5%, dan lain-lain 27% (Dinkes Jawa Tengah, 2012).

Kematian ibu disebabkan oleh adanya komplikasi pada kehamilan, persalinan dan nifas yang tidak ditangani dengan baik dan tepat waktu. Dalam mengatasi hal tersebut pemerintah telah menyusun sebuah program dalam Rencana Aksi Nasional Percepatan Penurunan Angka Kematian Ibu (RAN PPAKI) 2013-2015 adalah salah satu upaya pemerintah untuk mempercepat penurunan kematian ibu. RAN PPAKI memuat berbagai program kesehatan sebagai acuan setiap perencanaan kegiatan di tingkat pusat maupun di tingkat daerah dalam upaya menurunkan kematian ibu. Ada tiga strategi yang disiapkan dalam RAN PPAKI ini, yakni peningkatan cakupan dan kualitas pelayanan kesehatan ibu, peningkatan peran Pemerintah Daerah terhadap Peraturan yang dapat mendukung secara efektif pelaksanaan program dan pemberdayaan keluarga dan masyarakat (Kemenkes, 2013).

Pemeriksaan kesehatan bagi ibu hamil sangat penting untuk menjaga kesehatan ibu dan janin serta dapat meningkatkan pengetahuan tentang kehamilan (Mufdlilah, 2009). Pengaruh pengetahuan terhadap kesehatan ibu hamil sangat penting dalam menentukan kelancaran proses persalinan. Oleh karena itu dianjurkan bagi setiap ibu hamil untuk mempersiapkan proses persalinan dengan sebaik - baiknya. Dalam menentukan kelancaran proses persalinan ada beberapa faktor yang mempengaruhi, antara lain : pendidikan ibu, pengetahuan ibu terkait kesehatan ibu hamil, status gizi ibu pada masa kehamilan, kondisi fisik dan psikologi selama hamil dan persalinan (Muhimah, 2010).

Motivasi mempunyai peranan yang penting selain dari faktor pengetahuan ibu hamil, motivasi pada seseorang juga berperan penting, karena dalam diri seseorang terdapat kekuatan mental yang dapat dijadikan suatu penggerak. Motivasi dipandang sebagai dorongan mental yang menggerakkan dan mengarahkan perilaku manusia (Dimiyati, 2006). Sedangkan menurut Koeswara dalam Dimiyati (2006) menyebutkan bahwa di dalam motivasi mengandung adanya keinginan yang mengaktifkan,

menggerakkan, menyalurkan dan mengarahkan sikap dan perilaku individu.

Di dalam diri seseorang terdapat dua motivasi yaitu motivasi primer dan sekunder. Motivasi primer yaitu motivasi yang tidak dapat dipelajari. Motivasi ini timbul secara alamiah karena terdorong oleh pemenuhan kebutuhan biologis, sebagai contoh dorongan untuk makan dan minum. Motivasi yang kedua adalah motivasi sekunder atau yang bisa dipelajari melalui pengalaman serta interaksi dengan orang lain (Notoatmodjo, 2005).

Pengetahuan dan motivasi seseorang itu sangat berpengaruh atas keinginan seseorang untuk mempelajari dan menerima hal-hal yang baru (Notoatmadjo, 2010). Begitu pula ibu hamil, ibu hamil harus mengetahui informasi tentang kehamilan dan persalinan serta faktor-faktor yang mendukung sehingga persalinan menjadi lancar. Sedangkan kehamilan dan persalinan pada seorang wanita merupakan suatu proses yang alami. Peristiwa kehamilan melibatkan suatu perubahan fisik, emosional dari ibu maupun perubahan sosial dalam keluarga (Miranti, 2009). Dalam proses persalinan ada tiga faktor yang menyebabkan persalinan memanjang atau lama yaitu : tenaga, jalan lahir dan janin. Salah satu cara mengendalikan masalah tersebut seperti masalah tenaga yaitu dengan senam hamil. Senam hamil merupakan bentuk olahraga yang berguna untuk membantu wanita hamil untuk memperoleh tenaga yang baik sehingga memperlancar proses persalinan (Huliana, 2007). Hal ini diperkuat oleh penelitian Mariani (2009) tentang praktik senam hamil untuk kelancaran proses persalinan normal dan didapatkan hasil bahwa senam hamil efektif dalam upaya melancarkan proses persalinan secara normal.

Senam hamil merupakan terapi latihan gerak yang diberikan pada ibu hamil untuk mempersiapkan dirinya baik fisik maupun mental dalam menghadapi persalinan. Ibu hamil sangat membutuhkan tubuh yang sehat dan bugar. Oleh karena itu, selain makan secara teratur, ibu hamil juga harus cukup istirahat dan berolahraga sesuai dengan kebutuhannya, salah satu olahraga yang baik untuk ibu hamil adalah senam hamil. Senam hamil sangat diperlukan oleh setiap ibu hamil, karena senam hamil dapat membuat tubuh menjadi sehat dan bugar, mengurangi rasa sakit, membantu ibu dalam menghadapi persalinan antara lain membantu mengendurkan tubuh, mengontrol otot-otot dasar panggul, relaksasi dan dapat membuat ibu hamil tetap mampu menjalankan aktivitas sehari-hari, sehingga stres akibat rasa cemas menjelang persalinan akan dapat diminimalkan (Indiarti, 2008). Hal ini diperkuat oleh penelitian Hendarmin (2010) di Klinik YK Madira Palembang dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa senam hamil mempunyai efektifitas yang baik dalam upaya menunjang proses persalinan normal.

Menurut Yuliarti (2010) menjelaskan tentang manfaat senam hamil bahwa melalui latihan senam hamil yang teratur dapat dijaga kondisi otot-otot dan persendian yang berperan dalam mekanisme persalinan, meningkatkan kesehatan fisik dan psikis serta kepercayaan pada diri sendiri dan penolong dalam menghadapi persalinan dan membimbing wanita menuju suatu persalinan yang fisiologis. Menurut Salmah (2006) dalam Ayati (2010) menjelaskan juga bahwa ibu hamil yang melakukan senam hamil sangat bermanfaat untuk memperbaiki sirkulasi darah karena dengan sirkulasi darah yang lancar akan membuat ibu dan janin menjadi sehat. Selain itu senam hamil juga berpengaruh untuk membantu perkembangan sistem peredaran darah dalam menyediakan oksigen untuk janin.

Senam hamil dapat dimulai pada umur kehamilan sekitar 24 sampai 28 minggu. Senam hamil ditujukan bagi ibu hamil tanpa kelainan atau tidak terdapat penyakit yang menyertai kehamilan yaitu seperti penyakit jantung, penyakit ginjal, penyulit

kehamilan (hamil dengan perdarahan, hamil dengan kelainan letak), dan kehamilan disertai anemia. Walaupun 85% persalinan berjalan normal, namun 15% diantaranya dijumpai komplikasi yang memerlukan penanganan khusus, pada masa kehamilan diperlukan pemeriksaan antenatal care dan khususnya melakukan senam hamil (Manuaba, 2002).

Dari hasil penelitian yang terkait tentang senam hamil yaitu dari Ratnawati dan Utami (2010) dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa hampir setengahnya ibu hamil yang bekerja tidak mengikuti senam hamil. Hal itu disebabkan karena adanya kesibukan, rasa takut, dan kurang percaya diri yang membuat ibu hamil tidak ikut berpartisipasi untuk melakukan senam hamil. Hasil penelitian ini berarti ada hubungan antara pekerjaan dengan partisipasi ibu hamil mengikuti senam hamil.

Penelitian yang terkait senam hamil juga dilakukan oleh Sulistiana, Martini, dan Amalia (2011) dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa lebih dari sebagian intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil sebelum dilakukan senam hamil mengalami nyeri ringan dan sedang. Setelah melakukan senam hamil intensitas nyeri punggung bawah mengalami penurunan. Jadi penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh senam hamil terhadap penurunan nyeri punggung bawah.

Penelitian terkait tentang senam hamil juga dilakukan oleh Mariani dan Puspitasari Nunik (2009) dengan hasil penelitiannya yang menunjukkan bahwa kelancaran proses persalinan ada hubungan yang bermakna dengan pelaksanaan senam hamil. Para ibu yang mengikuti senam hamil terbukti dapat melalui proses persalinan dengan lancar dan lebih cepat dibandingkan yang tidak mengikuti senam hamil. Dengan demikian seharusnya ibu hamil dapat diupayakan untuk mengikuti senam hamil dikarenakan senam hamil dapat memperlancar proses persalinan.

Berdasarkan survey pendahuluan melalui wawancara yang dilakukan pada tanggal 11 maret 2014 di Puskesmas Tanjungrejo Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus bahwa data dari bidan desa jumlah ibu hamil ada 120 orang di Desa Tanjungrejo. Di Desa Tanjungrejo sudah ada kelas bagi ibu hamil yang didalamnya ada kegiatan senam hamil pada setiap bulannya di posyandu masing-masing secara gratis. Senam hamil diadakan pada awal bulan setiap bulannya dilakukan kegiatan senam hamil pada sore hari dikarenakan pada pagi harinya ibu hamil mempunyai pekerjaan masing-masing yang tidak dapat ditinggalkan.

Kegiatan senam hamil dilakukan pada awal bulan dan kegiatannya pada sore hari antara jam 15.00 wib sampai dengan jam 16.00 wib dengan durasi kurang lebih satu jam. Dalam kegiatan senam hamil tersebut pelayanan senam hamil cukup baik dengan adanya instruktur senam hamil yang didatangkan untuk melatih ibu hamil melakukan senam hamil, tetapi dengan pelayanan instruktur saja belum cukup kalau ruangan yang digunakan untuk senam hamil sangat terbatas atau kurang luas. Biasanya pada kegiatan senam hamil tersebut yang mengikuti hanya sekitar 4–5 orang. Kemudian dilakukan wawancara pada 10 ibu hamil di Desa Tanjungrejo didapatkan bahwa 3 orang (30%) mengikuti senam hamil dengan alasan senam hamil mempunyai manfaat bagi kehamilan serta dapat memperlancar saat proses persalinan, dan 7 orang (70%) tidak melakukan senam hamil dengan alasan senam hamil itu tidak penting dan hanya membuang waktu.

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, peneliti mendapatkan informasi bahwa minat ibu hamil dalam melaksanakan senam hamil sedikit padahal senam hamil sangat penting untuk kesehatan ibu dan janin. Sehingga penulis tertarik untuk meneliti “Hubungan pengetahuan dengan motivasi ibu hamil untuk melakukan senam hamil di Desa Tanjungrejo Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus”.

BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Rancangan dalam penelitian yang digunakan peneliti adalah *cross sectional* yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*) artinya tiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap status karakter atau variabel subjek pada saat pemeriksaan (Notoatmodjo, 2010). Jenis penelitian ini merupakan penelitian *deskriptif korelasional*. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil yang ada di Desa Tanjungrejo Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus pada bulan Februari yang berjumlah 120 Ibu hamil. Penentuan besar sampel dengan menggunakan rumus Slovin yaitu sejumlah 93 Ibu Hamil. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Consecutive sampling*. instrumen penelitian menggunakan lembar Kuesioner digunakan untuk mengetahui pengetahuan dan motivasi Ibu hamil tentang senam hamil. Hasil uji validitas diketahui bahwa nilai r hitung dari pertanyaan pengetahuan tentang senam hamil yaitu $0,417 - 0,946 > r$ tabel (0,361), dan nilai r hitung dari pertanyaan motivasi untuk melakukan senam hamil yaitu $0,479 - 0,929 > r$ tabel (0,361). Hasil uji reliabilitas diketahui bahwa nilai r hitung dari pertanyaan pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil yaitu $0,930 > r$ tabel (0,60), dan nilai r hitung dari pertanyaan motivasi ibu hamil untuk melakukan senam hamil yaitu $0,954 > r$ tabel (0,60). Untuk analisis statistik menggunakan *Pearson Chi Square*, karena menggunakan yaitu 3x3.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil tentang Senam Hamil di Desa Tanjungrejo Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus Tahun 2014 (n=93)

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	3	3,2
Sedang	37	39,8
Baik	53	57,0
Total	93	100

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil dipengaruhi oleh tingkat pendidikan ibu hamil. Sebanyak 9 responden (9,7%) berpendidikan perguruan tinggi dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 9 responden (17,0%) karena responden tersebut mengetahui tentang senam hamil diperkuat pada soal pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil dapat dijawab dengan baik dan juga ditunjang dengan adanya informasi yang diterima responden tentang senam hamil, sebanyak 34 responden (36,6%) berpendidikan sekolah menengah atas dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 23 responden (43,4%) karena responden tersebut mengetahui tentang senam hamil dan kurangnya informasi yang lengkap tentang senam hamil oleh petugas kesehatan, sebanyak 31 responden (33,3%) berpendidikan sekolah menengah pertama dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 18 responden (34,0%) karena responden mengetahui tentang senam hamil dan tetapi responden tidak mengetahui syarat ibu hamil yang boleh melakukan senam hamil, dan sebanyak 19 responden (20,4%) berpendidikan sekolah dasar dengan tingkat pengetahuan sedang sebanyak 13 responden (35,1%) karena kurangnya informasi tentang senam hamil yang diterima responden jadi menyebabkan responden tidak sepenuhnya mengetahui tentang senam hamil.

Peneliti menyimpulkan bahwa kategori remaja mayoritas mempunyai pengetahuan sedang sebanyak 4 responden (10,8%) dikarenakan kurangnya informasi yang dapat diperkuat dari jawaban pada kuesioner yang responden tersebut belum mengetahui secara menyeluruh tentang senam hamil, dan kategori dewasa mayoritas mempunyai pengetahuan baik sebanyak 50 responden (94,3%) karena responden kategori dewasa ini mempunyai pola pikir yang berbeda dengan remaja ataupun responden ini dapat memperoleh pengetahuan senam hamil dari pengalaman dan adanya informasi tentang senam hamil dari petugas kesehatan ataupun media lain dapat diterima responden dengan baik. Diperkuat oleh penelitian Meilani (2009) didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara umur ibu hamil dengan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan fisiologis selama kehamilan dengan hasil uji chi square didapatkan nilai p value 0,013 ($p < 0,05$). Pendidikan mempengaruhi dalam penyerapan informasi dan pengetahuan. Selain itu pengetahuan tentang senam hamil didapatkan dari penyuluhan-penyuluhan di posyandu dan melalui media. Banyaknya informasi yang diterima mengakibatkan ibu hamil memiliki pengetahuan tentang senam hamil sehingga mengakibatkan peningkatan motivasi dalam melaksanakan senam hamil (Mufdlilah, 2009)

Penelitian Yuliasari (2010) didapatkan hasil bahwa ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik mempunyai motivasi baik untuk melakukan senam hamil dengan hasil uji chi square didapatkan nilai p value 0,037 ($p < 0,05$). Penelitian Yuliasari (2010) diperkuat oleh penelitian Hidayah (2014) tentang faktor internal ibu hamil dalam melaksanakan senam hamil dan didapatkan hasil bahwa salah satu faktor internal ibu hamil yang mempengaruhi keikutsertaan dalam pelaksanaan senam hamil adalah faktor pengetahuan ibu hamil, dimana semakin tinggi pengetahuan ibu hamil maka akan semakin rajin dalam mengikuti senam hamil.

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Motivasi Ibu Hamil untuk Melakukan Senam Hamil di Desa Tanjungrejo Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus Tahun 2014 (n=93)

Motivasi	Frekuensi	Presentase %
Rendah	44	47,3
Sedang	33	35,5
Baik	16	17,2
Total	93	100

Motivasi merupakan dorongan yang terdapat dalam diri seseorang untuk berusaha mengadakan perubahan tingkah laku yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhannya (Hamzah, 2008). Menurut Nancy Stevenson (2001) dikutip oleh Sunaryo (2004), motivasi adalah semua hal verbal, fisik, atau psikologis yang membuat seseorang melakukan sesuatu sebagai respon.

Faktor – faktor yang mempengaruhi motivasi ibu hamil melakukan senam hamil antara lain, pendidikan ibu hamil, pengetahuan, sosial ekonomi dan dukungan suami atau keluarga (Notoatmodjo, 2005). Motivasi mempunyai peranan yang penting selain dari faktor pengetahuan ibu hamil, motivasi pada seseorang juga berperan penting, karena dalam diri seseorang terdapat kekuatan mental yang dapat dijadikan suatu penggerak. Motivasi dipandang sebagai dorongan mental yang menggerakkan dan mengarahkan perilaku manusia (Dimiyati, 2006). Sedangkan menurut Koeswara dalam Dimiyati (2006) menyebutkan bahwa di dalam motivasi mengandung adanya keinginan yang mengaktifkan, menggerakkan, menyalurkan dan mengarahkan sikap dan perilaku individu.

Motivasi ibu hamil untuk mengikuti senam hamil adalah untuk menjaga kesehatan kandungan dan persalinan normal (Mufdlilah, 2009). Senam hamil merupakan terapi latihan gerak yang diberikan pada ibu hamil untuk mempersiapkan dirinya baik fisik maupun mental dalam menghadapi persalinan (Indiarti, 2008). Dorongan motivasi ibu hamil untuk mengikuti senam hamil dapat dipengaruhi oleh pengetahuan ibu hamil tentang kesehatan kehamilan (Miranti, 2009).

Menurut peneliti berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa motivasi ibu hamil untuk melakukan senam hamil dipengaruhi oleh beberapa hal, antara lain pengetahuan ibu hamil, sosial ekonomi dan dukungan keluarga. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik memiliki motivasi yang baik dalam mengikuti senam hamil. Pengetahuan yang baik tentang senam hamil akan berpengaruh terhadap perilaku melakukan senam hamil (Notoadmodjo, 2005). Kedua adalah sosial ekonomi, menurut Jannah (2012) tingkat sosial ekonomi terbukti sangat berpengaruh terhadap kondisi kesehatan fisik dan psikologis ibu hamil dalam menjaga kesehatan dan mengikuti senam hamil. Ketiga adalah dukungan suami atau keluarga, suami merupakan salah satu anggota keluarga yang sangat berpengaruh terhadap istri yang sedang hamil untuk memelihara kesehatan seperti mengikuti senam hamil (Romauli, 2011).

Referensi diatas diperkuat oleh penelitian Rosidah (2009) tentang perbedaan motivasi ibu postpartum dalam melaksanakan senam nifas didapatkan hasil bahwa ibu hamil yang diberikan pendidikan kesehatan mempunyai motivasi baik atau sebanyak 85% daripada ibu hamil yang tidak diberikan pendidikan kesehatan dengan hasil uji statistik didapatkan nilai p value 0,000 ($p < 0,05$). Penelitian Rosidah (2009) diperkuat oleh penelitian Lamitri (2012) tentang motivasi ibu hamil melakukan inisiasi menyusui dini didapatkan hasil bahwa ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik mempunyai motivasi baik untuk mengikuti senam nifas dengan hasil chi square didapatkan nilai p value 0,003 ($p < 0,05$).

Tabel 3
Hubungan Pengetahuan dengan Motivasi Ibu Hamil untuk Melakukan Senam Hamil di Desa Tanjungrejo Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus Tahun 2014 (n=93)

Pengetahuan	Motivasi						Total		X ²	P value
	Rendah		Sedang		Baik					
	F	%	f	%	f	%	F	%		
Rendah	2	66,7	0	0	1	33,3	3	100	10,765	0,029
Sedang	23	62,2	7	18,9	7	18,9	37	100		
Baik	19	35,8	26	49,1	8	15,1	53	100		
Total	44	47,3	33	35,5	16	17,2	93	100		

Berdasarkan hasil statistik uji *pearson chi square* diperoleh p value = 0,029 lebih kecil dari nilai $\alpha \leq 0,05$ dengan nilai $df = 4$ (9,488) dan diperoleh X^2 hitung = 10,765 sehingga X^2 hitung $\geq X^2$ tabel. Sehingga dapat disimpulkan H_a diterima dan H_o ditolak. Sehingga ada hubungan pengetahuan dengan motivasi Ibu hamil untuk melakukan senam hamil di Desa Tanjungrejo Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus. Pengetahuan adalah hal-hal yang diketahui seseorang tentang obyek tertentu, yang diperoleh melalui observasi atau pengamatan dengan alat indranya. Dalam domain kognitif, pengetahuan memiliki beberapa tingkatan dari yang terendah sampai yang tertinggi yaitu mengetahui, memahami, mengaplikasikan, menganalisis, mensintesis, dan mengevaluasi (Notoatmodjo, 2005).

Tingkat pendidikan seseorang mempengaruhi pengetahuan, semakin tinggi dan semakin formal tingkat pendidikan yang dimiliki seseorang maka semakin besar pula kegiatan yang bersifat intelek yang dilakukan (Notoatmodjo, 2005). Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa pengetahuan baik dengan motivasi baik sebanyak 8 responden (15,1%), hal ini disebabkan karena pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil baik dikarenakan adanya informasi tentang kehamilan khususnya tentang senam hamil, sehingga responden mempunyai minat yang baik untuk melakukan senam hamil dikarenakan faktor eksternal seperti : faktor ekonomi yang kurang mendukung, kurangnya dukungan dari keluarga dan rendahnya suatu keinginan untuk memberikan hal yang berguna untuk kehamilan dan persalinannya (Jannah, 2012).

Sedangkan ibu hamil yang mempunyai pengetahuan sedang dan motivasi sedang sebanyak 7 responden (18,9%), ibu hamil yang berpengetahuan sedang dan mempunyai minat yang kurang, hal ini dikarenakan ibu hamil kurang mengetahui tentang senam hamil dan ketidaktahuannya tentang manfaat-manfaat dari senam hamil maka ibu hamil kurang tertarik untuk melakukan senam hamil. Selain itu faktor pengetahuan yang mempengaruhi motivasi ibu hamil melakukan senam hamil adalah tingkat pendidikan, sebanyak 19 responden (20,4%) berpendidikan sekolah dasar.

Dalam arti luas dijelaskan bahwa pendidikan mencakup seluruh proses hidup dan segenap bentuk interaksi individu dengan lingkungan baik secara formal maupun non formal (Sukmadinata, 2003). Tingkat pendidikan seseorang mempengaruhi pengetahuan, semakin tinggi dan semakin formal tingkat pendidikan yang dimiliki seseorang maka semakin besar pula kegiatan yang bersifat intelek yang dilakukan. Semakin tinggi pendidikan yang dimiliki responden maka semakin tinggi dan berwawasan luas mengetahui tentang senam hamil, maka motivasi untuk melakukan senam hamilpun akan semakin tinggi (Notoadmodjo, 2005).

Motivasi adalah suatu proses untuk menggiatkan motif-motif menjadi perbuatan / tingkah laku untuk memenuhi kebutuhan dan mencapai tujuan / keadaan dan kesediaan dalam diri individu yang mendorong tingkah lakunya untuk berbuat sesuatu dalam mencapai tujuan (Usman, 2000). Motivasi adalah keinginan di dalam seorang individu yang mendorong ia untuk bertindak. Motivasi menunjukkan dorongan dan usaha untuk memenuhi atau memuaskan suatu kebutuhan atau untuk mencapai suatu tujuan (Moekijat, 2002).

Motivasi dalam manusia bersumber dari motivasi internal dan eksternal. Motivasi Intern adalah kebutuhan-kebutuhan dan keinginan-keinginan yang terdapat dalam seorang individu. Kekuatan-kekuatan ini mempengaruhinya dengan menentukan pikirannya, yang selanjutnya membimbing perilakunya kedalam situasi tertentu (Moekijat, 2002). Motivasi ekstern adalah perilaku individu muncul karena adanya ganjaran atau hukuman. Perilaku yang muncul seakan-akan karena pengaruh dari luar (Hamzah, 2008).

Dorongan motivasi ibu hamil untuk mengikuti senam hamil dapat dipengaruhi oleh pengetahuan ibu hamil tentang kesehatan kehamilan (Miranti, 2009). Hal ini diperkuat oleh penelitian Mariani (2009) tentang praktik senam hamil untuk kelancaran proses persalinan normal dan didapatkan hasil bahwa senam hamil efektif dalam upaya melancarkan proses persalinan secara normal. Referensi tersebut diperkuat oleh penelitian Aini (2013) tentang pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil dengan minat melakukan senam hamil didapatkan hasil terdapat hubungan pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil dengan minat melakukan senam hamil di BPS Ar Rahman Kecamatan Bandungan Kabupaten Semarang, dengan uji korelasi kendall tau diperoleh p-value 0,048 ($p < 0,05$). Penelitian Aini (2013) diperkuat oleh

penelitian Yuliasari (2010) tentang pengetahuan dengan pelaksanaan senam hamil dan didapatkan hasil bahwa ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik mempunyai motivasi baik untuk melakukan senam hamil dengan hasil uji chi square didapatkan nilai p value 0,037 ($p < 0,005$).

SIMPULAN

1. Hasil penelitian didapatkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil mempunyai pengetahuan baik.
2. Hasil penelitian didapatkan bahwa motivasi ibu hamil untuk melakukan senam hamil mempunyai motivasi rendah.
3. Ada hubungan pengetahuan dengan motivasi ibu hamil untuk melakukan senam hamil di Desa Tanjungrejo Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayati, Nurun. 2010. *Karakteristik Ibu Hamil yang Mempengaruhi Keikutsertaan Senam Hamil Di BPS "M" Wates Magersari Mojokerto*. Jurnal Hospital Majapahit, Vol.3, No.2 diakses pada bulan November 2011.
- Ayu, Sekar. 2012. *Kursus Kilat Senam Hamil untuk Menjaga Kehamilan Sehat dan Persalinan Normal*. Yogyakarta : Araska.
- Hamzah. 2008. *Teori Motivasi dan Pengukurannya, Edisi I*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Hastuti Puji Sri, Nugroho Heru Santoso Wahito, dan Usnawati Nana. 2011. *Efektifitas Pelatihan Kelas Ibu Hamil Untuk Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, Keterampilan dan Kunjungan Antenatal Care*. Jurnal ISSN : 2086-3098, Vol. II, No.2. Diakses pada bulan april 2011.
- Hendarmin Aulia, Siti Hindun. 2010. *Pengaruh Senam Hamil Terhadap Proses Persalinan Normal Di Klinik YK Madira Palembang*. Jurnal Kedokteran dan Kesehatan, Publikasi Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, ISSN : 0-853-1773, No.1. http://eprints.unsri.ac.id/911/1/pengaruh_senam_hamil.pdf [Diakses pada bulan januari 2010].
- Hidayah, Ridhoyanti, Andarini Sri, dan Anjaswarni Tri. 2014. *Hubungan Faktor Internal Dengan Peran Serta Ibu Hamil Dalam Mengikuti Senam Hamil*. <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/download/1858/1962>. Jurnal Keperawatan ISSN : 2086 – 3071, Vol.5, No.1. Januari 2014 : 31-38.
- Iswanti Usman Yerniah. 2009. *Hubungan Senam Hamil Dengan Power Ibu Pada Proses Persalinan Kala II Di RS Panti Wilasa Citarum Semarang Periode Triwulan I*. <http://eprints.undip.ac.id/10687/1/3728.pdf>. Diakses pada bulan maret 2009.
- Kemenkes RI. 2013. Menkes Luncurkan RAN PPAKI 2013-2015, RAN PPIA 2013-2017 dan Buku Saku Pelayanan Kesehatan Ibu di Fasilitas Kesehatan Dasar dan Rujukan. Available from <http://www.depkes.go.id/index.php?vw=2&id=2417>. accessed 26 september 2013.
- Kemenkes RI. 2014. *Profil kementerian kesehatan 2010 - 2014*. Available from <http://perpustakaan.depkes.go.id:8180/bitstream//123456789/1442/2/BK2010-A.pdf>. accessed 30 april 2014.
- Lamitri. 2012. *Hubungan Pengetahuan Dengan Motivasi Ibu Hamil Tentang Inisiasi Menyusui Dini di BPS.Ny. Eni Lestari Desa Serangan Kecamatan Mlarak Kabupaten Ponorogo*. [http://lib.umpo.ac.id/gdl/files/disk1/6/jkptumpo-gdl-lamitri-272-1-lamitri-\).pdf](http://lib.umpo.ac.id/gdl/files/disk1/6/jkptumpo-gdl-lamitri-272-1-lamitri-).pdf).

- Mariani, dan Puspitasari Nunik. 2009. *Praktik Senam Hamil Hubungannya Dengan Kelancaran Proses Persalinan*. Jurnal of Public Health, Vol.3, No.1, 10-14. Akademi kebidanan Universitas Airlangga. Diakses pada bulan juli 2006.
- Meilani, Lydia. 2009. *Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Dengan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Kebutuhan Fisiologis Selama Kehamilan Di Klinik Bd. Hj. Azizah R Dumai Tahun 2009*. <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/24244/7/Cover.pdf>.
- Miranti. 2009. *Senam Hamil Memperlancar Persalinan*, (<http://www.kaltimpost.web.id>), diakses tanggal 21 april 2010.
- Ramasamy, Aruna dan Lumongga Fitriani. 2009. *Hubungan Tingkat Pendidikan dengan Tingkat Pengetahuan Tentang Antenatal Care dalam Kalangan Ibu Usia Subur*. <http://jurnal.usu.ac.id/index.php/ejurnal/fk/article/viewFile/1296/682>. Jurnal FK USU Vol.1, no.1 tahun 2013.
- Ratnawati, Sri dan Utami Sri. 2010. *Hubungan Antara Pekerjaan Dengan Partisipasi Ibu Mengikuti Senam Hamil Di URJ Poli Hamil II RSUD Dr. Soetomo Surabaya*. Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes, ISSN : 2086 – 3098, Vol.1, No.3. Diakses pada bulan juli 2010.
- Romauli, Suryati. 2011. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan I Konsep Dasar Asuhan Kehamilan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Rosidah, Handayani Wahyu. 2009. *Perbedaan Motivasi Untuk Melakukan Senam Nifas Pada Ibu Postpartum Yang Diberikan Pendidikan Kesehatan Dengan Yang Tidak Diberikan Pendidikan Kesehatan*. <http://eprints.undip.ac.id/23397/1/Rosidha.pdf>
- Sulistiana Evi, Martini Diah Eko, dan Amalia Amirul. 2011. *Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Di BPS Ny.Widya Suroso Kecamatan Turi Lamongan*. Jurnal Surya, Vol.2, No.IX. Diakses pada bulan agustus 2011.
- Wulandari, Primatia Yogi. 2006. *Efektifitas Senam Hamil Sebagai Pelayanan Prenatal dalam Menurunkan Kecemasan Menghadapi Persalinan*. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Jurnal Insan, Vol.8, No.2. Diakses pada bulan agustus 2006.
- Yuliasari. 2010. *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Pelaksanaan Senam Hamil (Studi Pada Ibu Hamil Trimester II dan III) Di Puskesmas Ciputat Tangerang Selatan*. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/2397/1/YULIASARI-FKIK.pdf>

PEDOMAN PENULISAN NASKAH JURNAL KEPERAWATAN DAN KESEHATAN MASYARAKAT “CENDEKIA UTAMA”

TUJUAN PENULISAN NASKAH

Penerbitan Jurnal Ilmiah “Cendekia Utama” ditujukan untuk memberikan informasi hasil-hasil penelitian dalam bidang keperawatan dan kesehatan masyarakat.

JENIS NASKAH

Naskah yang diajukan untuk diterbitkan dapat berupa: penelitian, tinjauan kasus, dan tinjauan pustaka/literatur. Naskah merupakan karya ilmiah asli dalam lima tahun terakhir dan belum pernah dipublikasikan sebelumnya. Ditulis dalam bentuk baku (*MS Word*) dan gaya bahasa ilmiah, tidak kurang dari 20 halaman, tulisan *times new roman* ukuran 12 font, ketikan 1 spasi, jarak tepi 3 cm, dan ukuran kertas A4. Naskah menggunakan bahasa Indonesia baku, setiap kata asing diusahakan dicari padanannya dalam bahasa Indonesia baku, kecuali jika tidak ada, tetap dituliskan dalam bahasa aslinya dengan ditulis *italic*. Naskah yang telah diterbitkan menjadi hak milik redaksi dan naskah tidak boleh diterbitkan dalam bentuk apapun tanpa persetujuan redaksi. Pernyataan dalam naskah sepenuhnya menjadi tanggung jawab penulis.

FORMAT PENULISAN NASKAH

Naskah diserahkan dalam bentuk *softfile* dan *print-out* 2 eksemplar. Naskah disusun sesuai format baku terdiri dari: **Judul Naskah, Nama Penulis, Abstrak, Latar Belakang, Metode, Hasil dan Pembahasan, Simpulan dan Saran, Daftar Pustaka.**

Judul Naskah

Judul ditulis secara jelas dan singkat dalam bahasa Indonesia yang menggambarkan isi pokok/variabel, maksimum 20 kata. Judul diketik dengan huruf *Book Antique*, ukuran font 13, **bold UPPERCASE**, center, jarak 1 spasi.

Nama Penulis

Meliputi nama lengkap penulis utama tanpa gelar dan anggota (jika ada), disertai nama institusi/instansi, alamat institusi/instansi, kode pos, PO Box, *e-mail*penulis, dan no telp. Data Penulis diketik dengan huruf *Times New Roman*, ukuran font 11, center, jarak 1 spasi

Abstrak

Ditulis dalam bahasa Inggris dan bahasa Indonesia, dibatasi 250-300 kata dalam satu paragraf, bersifat utuh dan mandiri. Tidak boleh ada referensi. Abstrak terdiri dari: latar belakang, tujuan, metode, hasil analisa statistik, dan kesimpulan. Disertai kata kunci/*keywords*.

Abstrak dalam Bahasa Indonesia diketik dengan huruf *Times New Roman*, ukuran font 11, jarak 1 spasi. Abstrak Bahasa Inggris diketik dengan huruf *Times New Roman*, ukuran font 11, *italic*, jarak 1 spasi.

Latar Belakang

Berisi informasi secara sistematis/urut tentang: masalah penelitian, skala masalah, kronologis masalah, dan konsep solusi yang disajikan secara ringkas dan jelas.

Bahan dan Metode Penelitian

Berisi tentang: jenis penelitian, desain, populasi, jumlah sampel, teknik *sampling*, karakteristik responden, waktu dan tempat penelitian, instrumen yang digunakan, serta uji analisis statistik yang digunakan disajikan dengan jelas.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian hendaknya disajikan secara berkesinambungan dari mulai hasil penelitian utama hingga hasil penunjang yang dilengkapi dengan pembahasan. Hasil dan pembahasan dapat dibuat dalam suatu bagian yang sama atau terpisah. Jika ada penemuan baru, hendaknya tegas dikemukakan dalam pembahasan. Nama tabel/diagram/gambar/skema, isi beserta keterangannya ditulis dalam bahasa Indonesia dan diberi nomor sesuai dengan urutan penyebutan teks. Satuan pengukuran yang digunakan dalam naskah hendaknya mengikuti sistem internasional yang berlaku.

Simpulan dan Saran

Kesimpulan hasil penelitian dikemukakan secara jelas. Saran dicantumkan setelah kesimpulan yang disajikan secara teoritis dan secara praktis yang dapat dimanfaatkan langsung oleh masyarakat.

Ucapan Terima Kasih (apabila ada)

Apabila penelitian ini disponsori oleh pihak penyandang dana tertentu, misalnya hasil penelitian yang disponsori oleh DP2M DIKTI, DINKES, dsb.

Daftar Pustaka

Sumber pustaka yang dikutip meliputi: jurnal ilmiah, skripsi, tesis, disertasi, dan sumber pustaka lain yang harus dicantumkan dalam daftar pustaka. Sumber pustaka disusun berdasarkan sistem *Harvard*. Jumlah acuan minimal 10 pustaka (diutamakan sumber pustaka dari jurnal ilmiah yang *uptodate* 10 tahun sebelumnya). Nama pengarang diawali dengan nama belakang dan diikuti dengan singkatan nama di depannya. Tanda “&” dapat digunakan dalam menuliskan nama-nama pengarang, selama penggunaannya bersifat konsisten. Cantumkan semua penulis bila tidak lebih dari 6 orang. Bila lebih dari 6 orang, tulis nama 6 penulis pertama dan selanjutnya dkk.

Daftar Pustaka diketik dengan huruf *Times New Roman*, ukuran *font* 12, jarak 1 spasi.

TATA CARA PENULISAN NASKAH

Anak Judul : Jenis huruf *Times New Roman*, ukuran *font* 12, ***Bold UPPERCASE***

Sub Judul : Jenis huruf *Times New Roman*, ukuran *font* 12, ***Bold, Italic***

Kutipan : Jenis huruf *Times New Roman*, ukuran *font* 10, *italic*

Tabel : Setiap tabel harus diketik dengan spasi 1, font 11 atau disesuaikan. Nomor tabel diurutkan sesuai dengan urutan penyebutan dalam teks (penulisan nomor tidak memakai tanda baca titik “.”). Tabel diberi judul dan subjudul secara singkat. Judul tabel ditulis diatas tabel. Judul tabel ditulis dengan huruf *Times New Roman* dengan *font* 11, ***bold*** (awal kalimat huruf besar) dengan jarak 1 spasi, center. Antara judul tabel dan tabel diberi jarak 1 spasi. Bila terdapat keterangan tabel, ditulis dengan *font* 10, spasi 1, dengan jarak antara tabel dan keterangan tabel 1 spasi. Kolom didalam tabel tanpa garis *vertical*. Penjelasan semua singkatan tidak baku pada tabel ditempatkan pada catatan kaki.

Gambar : Judul gambar diletakkan di bawah gambar. Gambar harus diberi nomor urut sesuai dengan pemunculan dalam teks. Grafik maupun diagram dianggap sebagai gambar. Latar belakang grafik maupun diagram polos. Gambar ditampilkan dalam bentuk 2 dimensi. Judul gambar ditulis dengan huruf *Times New Roman* dengan *font* 11, ***bold*** (pada tulisan “gambar 1”), awal kalimat huruf besar, dengan jarak 1 spasi, center. Bila terdapat keterangan gambar, dituliskan setelah judul gambar.

Rumus : ditulis menggunakan *Mathematical Equation*, center

Perujukan : pada teks menggunakan aturan (penulis, tahun)

Contoh Penulisan Daftar Pustaka :

1. Bersumber dari buku atau monograf lainnya

i. Penulisan Pustaka Jika ada Satu penulis, dua penulis atau lebih :

Sciortino, R. (2007) Menuju Kesehatan Madani. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

Shortell, S. M. & Kaluzny A. D. (1997) Essential of health care management. New York: Delmar Publishers.

Cheek, J., Doskatsch, I., Hill, P. & Walsh, L. (1995) Finding out: information literacy for the 21st century. South Melbourne: MacMillan Education Australia.

ii. Editor atau penyusun sebagai penulis:

Spence, B. Ed. (1993) Secondary school management in the 1990s: challenge and change. Aspects of education series, 48. London: Independent Publishers.

Robinson, W.F.&Huxtable,C.R.R. eds.(1998) Clinicopathologic principles for veterinary medicine. Cambridge: Cambridge University Press.

- iii. *Penulis dan editor:*
Breedlove, G.K.&Schorfeide, A.M.(2001) Adolescent pregnancy. 2nded. Wiccrozek, R.R.ed. White Plains (NY): March of Dimes Education Services.
- iv. *Institusi, perusahaan, atau organisasi sebagai penulis:*
Depkes Republik Indonesia (2004) Sistem kesehatan nasional. Jakarta: Depkes.
2. ***Salah satu tulisan yang dikutip berada dalam buku yang berisi kumpulan berbagai tulisan.***
Porter, M.A. (1993) The modification of method in researching postgraduate education. In: Burgess, R.G.ed. The research process in educational settings: ten case studies. London: Falmer Press, pp.35-47.
3. ***Referensi kedua yaitu buku yang dikutip atau disitasi berada di dalam buku yang lain***
Confederation of British Industry (1989) Towards a skills revolution: a youth charter. London: CBI. Quoted in: Bluck, R., Hilton, A., & Noon, P. (1994) Information skills in academic libraries: a teaching and learning role i higher education. SEDA Paper 82. Birmingham: Staff and Educational Development Association, p.39.
4. ***Prosiding Seminar atau Pertemuan***
ERGOB Conference on Sugar Substitutes, 1978. Geneva, (1979). Health and Sugar Substitutes: proceedings of the ERGOB conference on sugar substitutes, Guggenheim, B. Ed. London: Basel.
5. ***Laporan Ilmiah atau Laporan Teknis***
Yen, G.G (Oklahoma State University, School of Electrical and Computer Engineering, Stillwater, OK). (2002, Feb). Health monitoring on vibration signatures. Final Report. Arlington (VA): Air Force Office of AFRLSRBLTR020123. Contract No.: F496209810049
6. ***Karya Ilmiah, Skripsi, Thesis, atau Desertasi***
Martoni (2007) Fungsi Manajemen Puskesmas dan Partisipasi Masyarakat Dalam Kegiatan Posyandu di Kota Jambi. Tesis, Universitas Gadjah Mada.
7. ***Artikel jurnal***
 - a. *Artikel jurnal standard*
Sopacua, E. & Handayani, L. (2008) Potret Pelaksanaan Revitalisasi Puskesmas. Jurnal Manajemen Pelayanan Kesehatan, 11: 27-31.
 - b. *Artikel yang tidak ada nama penulis*
How dangerous is obesity? (1977) British Medical Journal, No. 6069, 28 April, p. 1115.
 - c. *Organisasi sebagai penulis*
Diabetes Prevention Program Research Group. (2002) Hypertension, insulin, and proinsulin in participants with impaired glucose tolerance. Hypertension, 40 (5), pp. 679-86
 - d. *Artikel Koran*
Sadli, M. (2005) Akan timbul krisis atau resesi?. Kompas, 9 November, hal. 6.
8. ***Naskah yang tidak di publikasi***
Tian, D., Araki, H., Stahl, E., Bergelson, J., & Kreitman, M. (2002) Signature of balancing selection in Arabidopsis. Proc Natl Acad Sci USA. In Press.
9. ***Buku-buku elektronik (e-book)***
Dronke, P. (1968) Medieval Latin and the rise of European love- lyric [Internet]. Oxford: Oxford University Press. Available from: netLibrary <http://www.netlibrary.com/urlapi.asp?action=summary &v=1&bookid=22981> [Accessed 6 March 2001]
10. ***Artikel jurnal elektronik***
Cotter, J. (1999) Asset revelations and debt contracting. Abacus [Internet], October, 35 (5) pp. 268-285. Available from: <http://www.ingenta.com> [Accessed 19 November 2001].

11. Web pages

Rowett, S.(1998)Higher Education for capability: automous learning for life and work[Internet],Higher Education for capability.Available from:<http://www.lle.mdx.ac.uk>[Accessed10September2001]

12. Web sites

Program studi S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat UGM. (2005) Program studi S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat UGM [Internet]. Yogyakarta: S2 IKM UGM. Tersedia dalam: <http://ph-ugm.org> [Accessed 16 September 2009].

13. Email

Brack, E.V. (1996) Computing and short courses. LIS-LINK 2 May 1996 [Internet discussion list]. Available from mailbase@mailbase.ac.uk [Accessed 15 April 1997].

UCAPAN TERIMA KASIH DAN PENGHARGAAN

Kepada Yang Terhormat :

Edy Soesanto, S.Kp., M.Kes

Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang
Staf Pengajar Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang

Sri Rejeki, S.Kp., M.Kep., Sp. Mat.

Staf Pengajar Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang

Edy Wuryanto, S.Kp., M.Kep

Ketua PPNI Provinsi Jawa Tengah

Ida Farida, S.K.M., M.Si

Dinas Kesehatan Kabupaten Kudus

Aeda Ernawati, S.K.M., M.Si

Kantor Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kabupaten Pati

Selaku penelaah (Mitra Bestari) dari
Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat

CENDEKIA UTAMA

STIKES Cendekia Utama Kudus