



FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI MOTIVASI IBU MENGIKUTI SENAM HAMIL DI RUMAH BERSALIN CUMA-CUMA MAKASSAR

Sitti Nurana¹⁾, Sitti Hadriyanti Hamang²⁾

¹Fakultas Kesehatan Masyarakat Prodi Kebidanan, Universitas Muslim Indonesia

Email: Sitti.nurana@umi.ac.id

²Fakultas Kesehatan Masyarakat Prodi Kebidanan, Universitas Muslim Indonesia

Email: Sittihadriyanti.hamang@umi.ac.id

ABSTRAK

Senam hamil bertujuan mempersiapkan dan melatih otot-otot sehingga dapat berfungsi secara optimal dalam persalinan normal. Senam hamil yang dilakukan secara teratur dan intensif, dapat menjaga kesehatan tubuh dan janin yang dikandung secara optimal. Berdasarkan Data rekam medik bulan Januari-Maret 2014 Rumah Bersalin Cuma-Cuma (RBC) Makassar diperoleh data bahwa jumlah kunjungan ANC sebanyak 52 orang, Trimester I: 6 orang, Trimester II: 22 orang dan Trimester III: 24 orang dengan presentase ibu trimester II dan III yang mengikuti senam hamil 16 orang atau hanya mencapai 34 %. Jenis penelitian yang dilakukan adalah Deskriptif dan analitik, peneliti melakukan pengukuran variable independen dan dependen, kemudian akan menganalisa data untuk mencari pengaruh antara variable. Penelitian ini menggunakan Cross sectional untuk melihat Faktor- factor yang mempengaruhi motivasi ibu mengikuti senam hamil di Rumah Bersalin Cuma-Cuma Makassar. Hasil penelitian pada 39 responden terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dan dukungan keluarga dengan motivasi ibu mengikuti senam hamil, dan tidak ada hubungan yang bermakna antara paritas dengan motivasi ibu mengikuti senam hamil. Dimana pada indikator tingkat pengetahuan $p < \alpha 0,000 < 0,05$ serta dukungan keluarga $p < \alpha 0,000 < 0,05$ serta paritas $p > \alpha 0,431 > 0,05$ secara statistik untuk tingkat pengetahuan dan dukungan keluarga artinya ada hubungan dengan motivasi ibu mengikuti senam hamil sedangkan untuk paritas tidak ada hubungan dengan motivasi ibu mengikuti senam hamil. Sehingga diharapkan peran tenaga kesehatan khususnya bidan dapat memberikan informasi kepada ibu hamil dan keluarga tentang senam hamil yang aman dilakukan oleh ibu sehingga ibu memahami manfaat senam hamil dan termotivasi untuk mengikuti senam hamil

Kata kunci : Senam hamil , motivasi ibu, tingkat pengetahuan, dukungan keluarga, paritas.

ABSTRACT

Pregnancy exercise aims to prepare and train the muscles so that they can function optimally in normal delivery. Pregnancy exercise that is carried out regularly and intensively can maintain optimal health of the body and fetus. Based on medical record data for January-March 2014 Free Maternity Hospital (RBC) Makassar, it was obtained data that the number of ANC visits was 52 people, Trimester I: 6 people, Trimester II: 22 people and Trimester III: 24 people with the percentage of mothers in the second trimester and III who participated in pregnancy exercise 16 people or only reached 34%. The type of research carried out is descriptive and analytic, the researcher measures the independent and dependent variables, then analyzes the data to find the influence between the variables. This study used a cross sectional study to see the factors that



influence the motivation of mothers to take part in pregnancy exercise at the Makassar Maternity Home for Free. The results of the study on 39 respondents there was a significant relationship between the level of knowledge and family support with the mother's motivation to participate in pregnancy exercise, and there was no significant relationship between parity and the mother's motivation to participate in pregnancy exercise. Where the indicators of the level of knowledge $p < \alpha 0.000 < 0.05$ and family support $p < \alpha 0.000 < 0.05$ and parity $p > \alpha 0.431 > 0.05$ statistically for the level of knowledge and family support, it means that there is a relationship with the mother's motivation to take part in gymnastics pregnant while for parity there is no relationship with the mother's motivation to participate in pregnancy exercise. So it is hoped that the role of health workers, especially midwives, can provide information to pregnant women and families about pregnancy exercise that is safe to do by mothers so that mothers understand the benefits of pregnancy exercise and are motivated to participate in pregnancy exercise.

Keywords: Pregnancy exercise, mother's motivation, level of knowledge, family support, parity.



PENDAHULUAN

Angka kematian ibu di Indonesia tercatat mencapai 359 per 100 ribu kelahiran hidup berdasarkan data SDKI tahun 2012. Angka kematian ibu jauh melonjak dibanding hasil SDKI 2007 yang mencapai 228 per 100 ribu ⁽¹⁾

Kehamilan dan persalinan merupakan suatu proses yang alami dan menimbulkan rasa sakit. Namun banyak wanita yang merasakan sakit tersebut lebih parah dari seharusnya karena banyak dipengaruhi oleh rasa panik dan stres. Hal ini disebut fear-tension-pain concept (takut-tegang-sakit), dimana rasa takut menimbulkan ketegangan atau kepanikan yang menyebabkan otot menjadi kaku dan akhirnya menyebabkan rasa sakit (Larasati Inka.P. 2010). Perubahan fisik yang terjadi pada masa kehamilan pasti akan membawa perubahan fisik dan mental bahkan kadang membuat ketidaknyaman bagi ibu seperti sakit pada punggung, pegal-pegal pada kaki. Perubahan ini terjadi akibat adanya ketidakseimbangan hormon progesterone dan hormon estrogen yakni hormon kewanitaan yang ada di dalam tubuh ibu sejak terjadinya proses kehamilan ⁽²⁾

Salah satu cara mengatasi hal tersebut yaitu dengan ibu rutin melakukan gerakan senam hamil. Senam hamil bertujuan

mempersiapkan dan melatih otot-otot sehingga dapat berfungsi secara optimal dalam persalinan normal. Senam hamil yang dilakukan secara teratur dan intensif, dapat menjaga kesehatan tubuh dan janin yang dikandung secara optimal⁽³⁾. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Indri dan Aries pada tahun 2013 dengan judul “Motivasi mendorong pelaksanaan senam hamil pada ibu hamil primigravida pada tahun 2013” menunjukkan bahwa lebih dari 50% responden memiliki motivasi baik sebanyak 7 responden (22,6%), motivasi cukup 17 responden (54,8%), dan motivasi kurang sebanyak 7 responden (22,6%), sedangkan perilaku dalam senam hamil didapatkan perilaku baik 3 responden (9,7%), perilaku cukup 13 responden (41,9%) dan perilaku kurang 15 responden (48,4%). Hasil uji statistik $p=0,003$ maka ada hubungan antara motivasi dengan perilaku ibu primigravida dalam melaksanakan senam hamil⁽⁴⁾

Berdasarkan SDKI 2012 rata-rata angka kematian ibu (AKI) tercatat mencapai 359 per 100 ribu kelahiran hidup. Rata-rata kematian ini jauh melonjak dibanding hasil SDKI 2007 yang mencapai 228 per 100 ribu⁽¹⁾.

METODE



Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi motivasi ibu mengikuti senam hamil. Lokasi penelitian ini dilaksanakan di Rumah Bersalin Cuma-Cuma Makassar pada bulan April-Mei 2014. Jenis penelitian yang dilakukan adalah Deskriptif dan analitik dimana peneliti melakukan pengukuran variabel independen dan dependen, kemudian menganalisa data yang terkumpul untuk mencari pengaruh antara variabel. Variabel independen pada penelitian ini adalah pengetahuan, dukungan keluarga dan paritas ibu hamil sedangkan variabel dependen pada penelitian ini adalah motivasi ibu hamil mengikuti senam hamil.

Populasi pada penelitian ini adalah ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya di Rumah bersalin Cuma-cuma pada bulan April-Juni 2014 dan sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester II dan III yang memeriksakan kehamilannya di rumah bersalin Cuma-Cuma makassar yang memenuhi kriteria inklusi yaitu Ibu hamil trimester II dan III yang melakukan pemeriksaan ANC di Rumah Bersalin Cuma-Cuma Makassar, memiliki kartu member layanan dan bersedia menjadi responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah nonprobabiliti

sampling. Defenisi operasional variabel yang diteliti diantaranya yaitu pengetahuan Ibu hamil, dukungan keluarga, paritas dan motivasi ibu hamil mengikuti senam hamil. Pengetahuan adalah kemampuan ibu hamil dalam memahami senam hamil yang berkaitan dengan pengertian senam hamil, tujuan dan manfaat senam hamil, indikasi dan kontra indikasi senam hamil, syarat untuk melakukan senam hamil. Penilaian pengetahuan ibu hamil mengenai senam hamil diperoleh dari masing-masing pertanyaan, dan nilai yang diberikan tergantung dari pertanyaan, dimana jika jawaban benar skor: 1 dan jika salah skor:0. Dukungan keluarga adalah tanggapan, reaksi positif atau negative dari Suami ibu hamil terhadap pelaksanaan senam hamil. Penilaian dukungan keluarga ibu hamil diperoleh dari masing-masing pertanyaan, dan nilai yang diberikan tergantung dari jawaban dimana : Jika Ya Skor: 1, dan tidak skor: 0. Paritas adalah banyaknya kelahiran hidup yang dipunyai oleh seorang wanita, penilaian paritas diperoleh, 1) paritas rendah jika jumlah kelahiran hidup ibu ≤ 2 , 2) paritas tinggi jika jumlah kelahiran hidup ibu > 2 . Motivasi ibu hamil mengikuti senam hamil dalam penelitian ini adalah dorongan atau keinginan ibu mengikuti senam hamil,



Penilaian mengenai motivasi ibu mengikuti senam hamil diperoleh dari masing-masing pertanyaan, dan nilai yang diberikan tergantung dari pertanyaan, dimana jika ya Skor:1 dan tidak skor: 0

Pengolahan data dalam penelitian ini melalui proses editing, koding, entri data kemudian dilanjutkan dengan Analisa data yaitu dengan menggunakan computer program SPSS. Jenis analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa bivariat dilakukan dengan menggunakan tabel distribusi dan presentasi dari masing-masing variabel dan analisa univariat dilaksanakan untuk mengetahui adanya hubungan variabel dependen terhadap variabel independen dengan menggunakan statistic. Uji statistic yang dipakai untuk menguji hubungan variabel independen terhadap variabel dependen yaitu dengan menggunakan system komputerisasi SPSS Versi 16.0 dengan chi-square memiliki kemaknaan $\alpha= 0.05$.

HASIL

Penelitian ini telah dilaksanakan di rumah bersalin Cuma-Cuma makassar pada tanggal 09 Mei- 09 juni 2014 dengan jumlah sampel sebanyak 39 responden.

1. Analisis univariat

Tabel 1.1
Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Tentang Senam Hamil, Di Rumah Bersalin Cuma-Cuma Makassar

Pengetahuan	F	(%)
Kurang	15	38.5
Baik	24	61.5
Total	39	100.0

Sumber : Data Primer tahun 2014

Tabel 1.1 memperlihatkan bahwa terdapat 15 responden (38.5%) yang pengetahuannya kurang tentang senam hamil dan 24 responden (61.5%) berpengetahuan baik tentang senam hamil.

Tabel 1.2
Distribusi Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga Terhadap Motivasi Ibu Mengikuti Senam Hamil Di Rumah Bersalin Cuma-Cuma Makassar

Dukungan Keluarga	F	%
Negative	22	56.4
Positif	17	43.6
Total	39	100.0

Sumber : data primer 2014

Tabel 1.2 diatas memperlihatkan 22 responden (56.4%) yang dukungan keluarganya negative dan terdapat 17 responden (43.6%) yang dukungan keluarganya positif.



Tabel 1.3
Distribusi responden berdasarkan paritas di rumah bersalin Cuma-Cuma Makassar

Paritas	Frekuensi	%
Tinggi	19	48.7
Rendah	20	51.3
Total	39	100.0

Sumber : Data primer 2014

Tabel 1.3 diatas memperlihatkan bahwa 19 responden (48.7%) tergolong paritas tinggi dan 20 responden (51.3 %) tergolong paritas rendah.

Tabel 1.4
Distribusi responden berdasarkan motivasi ibu mengikuti senam hamil di rumah bersalin Cuma-Cuma Makassar

Motivasi Ibu	F	%
Tinggi	17	43.6
Kurang	22	56.4
Total	39	100.0

Sumber : data primer 2014

Tabel 1.4 memperlihatkan bahwa terdapa 17 responden (43.6%) yang motivasinya tinggi dan 22 responden (56.4%) yang motivasinya kurang.

2. Analisis bivariat

Bertujuan untuk menggambarkan variabel- variabel yang diteliti menurut jenis datanya masing- masing. Hubungan

variable ini menggunakan tabel 2x2, uji statistik yang digunakan adalah chi-square. Gambaran pengaruh dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan presentase kemudian dijelaskan secara deskriptif sebagai berikut.

Tabel 1.5
Distribusi pengaruh umur pengetahuan ibu hamil terhadap motivasi ibu mengikuti senam hamil di rumah bersalin Cuma-Cuma Makassar

Pengetahuan	Motivasi ibu		Total	p-Value			
	Kurang	Tinggi					
	n	%	n	%	n	%	
Kurang	13	33.3	2	5.12	15	38.46	0,000
Baik	4	10.3	20	51.2	24	61.53	
Jumlah	17	43.6	22	56.4	39	100	

Sumber : data primer tahun 2014

Tabel 1.5 menunjukkan bahwa dari 39 responden, yang pengetahuannya kurang dengan motivasi mengikuti senam hamil kurang 13 responden (33,33%) dan yang motivasinya tinggi 2 responden (28,6%) sedangkan dari 24 responden yang memiliki pengetahuan baik kurang memiliki motivasi untuk mengikuti senam hamil 4 responden (10,25%) dan yang motivasinya tinggi 20 responden (51.2,%).Berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan chi-square



didapatkan nilai $p = 0,000$ lebih kecil dari nilai $\alpha=0,05$ pada derajat kepercayaan 90% dengan derajat kebebasan 1, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternative diterima artinya ada pengaruh pengetahuan terhadap motivasi ibu mengikuti senam hamil.

Table 1.6

Distribusi pengaruh dukungan keluarga terhadap motivasi ibu mengikuti senam hamil di rumah bersalin Cuma-Cuma Makassar

Dukungan keluarga	Motivasi ibu				Total		p-Value
	Kurang		Tinggi		n	%	
	n	%	n	%			
Negative	17	43.6	5	12.8	22	56.4	0,000
Positif	0	0	17	43.6	17	43.6	
Jumlah	17	43.6	22	56.4	39	100	

Sumber : data primer tahun 2014

Tabel 1.6 menunjukkan bahwa dari 39 responden yang dukungan keluarga negative dengan motivasi mengikuti senam hamil kurang 17 responden (43.58%) dan yang motivasinya tinggi 5 responden (12.82%) sedangkan yang memiliki dukungan positive dengan motivasi kurang 0 responden (0%) dan yang memiliki motivasi tinggi 17 responden (43.58%) .Berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan

chi-square didapatkan nilai $p = 0,000$ lebih kecil dari nilai $\alpha=0,05$ pada derajat kepercayaan 90% dengan derajat kebebasan 1, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternative diterima artinya ada pengaruh dukungan keluarga terhadap motivasi ibu mengikuti senam hamil.

Table 1.7

Distribusi pengaruh paritas terhadap motivasi ibu mengikuti senam hamil di rumah bersalin Cuma-Cuma Makassar

Paritas	Motivasi ibu				Total	p-Value		
	Kurang		Tinggi				n	%
	n	%	n	%				
Tinggi	10	25.6	9	23	19	48,7	0,431	
Rendah	7	17.9	13	33.3	20	51.3		
Jumlah	17	43.5	22	56.3	39	100		

Sumber : data primer tahun 2014

Tabel 1.7 menjelaskan bahwa dari 39 responden yang memiliki paritas tinggi dengan motivasi mengikuti senam hamil kurang 10 responden (25.6%) dan yang memiliki motivasi tinggi 9 responden (23.0%) sedangkan yang memiliki paritas rendah dengan motivasi mengikuti senam hamil kurang 7 responden (17.9%) dan yang memiliki motivasi mengikuti senam hamil tinggi 13 responden (33.3%). Berdasarkan



hasil analisis statistik dengan menggunakan chi-square didapatkan nilai $p = 0,431$ lebih besar dari nilai $\alpha = 0,05$ pada derajat kepercayaan 90% dengan derajat kebebasan 1, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol diterima dan hipotesis alternative ditolak artinya tidak ada pengaruh paritas terhadap motivasi ibu mengikuti senam hamil.

PEMBAHASAN

1. Pengaruh Pengetahuan dengan motivasi ibu mengikuti senam hamil

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang mempunyai pengetahuan baik lebih termotivasi untuk mengikuti senam hamil dibandingkan ibu dengan pengetahuan yang kurang. Pengetahuan atau kognitif merupakan dominan yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (5) Bila pengetahuan ibu hamil sudah baik terhadap senam hamil maka ibu akan termotivasi untuk mengikuti senam hamil secara teratur. Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku

yang tidak didasari oleh pengetahuan (5) Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Tami dan Anis Eka (2013) dengan judul *Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Terhadap Senam Hamil di Puskesmas Sungai Jingah Banjarmasin Tahun 2013* menunjukkan ibu hamil dengan pengetahuan baik (75,9%), cukup (20,7%), kurang (3,4%). Ibu hamil dengan sikap positif (48,3%), negatif (51,7%). Berdasarkan analisis dengan uji spearman rank didapatkan nilai $p = 0,079$ sedangkan $\alpha = 0,05$ ($p > \alpha$) berarti tidak ada hubungan bermakna antara pengetahuan dengan sikap ibu hamil terhadap senam hamil. (6)

Dengan berpengetahuan yang baik ibu hamil dianggap mempunyai wawasan yang luas tentang senam hamil. Berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan chi-square didapatkan nilai $p = 0,000$ lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pengetahuan terhadap motivasi ibu mengikuti senam hamil di rumah bersalin Cuma-Cuma Makassar

2. Pengaruh dukungan keluarga dengan motivasi ibu mengikuti senam hamil

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang dukungan keluarganya



positif lebih termotivasi untuk mengikuti senam hamil dibandingkan ibu yang dukungan keluarganya negative, ibu hamil yang memiliki dukungan psikologis yang tinggi akan merasa puas karena kebutuhan secara fisik dan psikologis dapat terpenuhi. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Annisa Dwi Yuniatati dkk, 2013 yang berjudul Analisis Faktor-faktor yang berhubungan dengan pelaksanaan senam hamil di wilayah Puskesmas Purwokerto Barat tahun 2013. Menunjukkan bahwa uji statistik chi square didapatkan ada hubungan antara pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga dengan pelaksanaan senam hamil dengan nilai masing-masing $p=0,005$, $p=0,001$ dan $p=0,005$ kemudian diperoleh bahwa tidak ada hubungan antara pekerjaan dengan pelaksanaan senam hamil dengan $p=0,362$.(7)

Berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan chi-square didapatkan nilai $p = 0,000$ lebih kecil dari nilai $\alpha=0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh dukungan keluarga terhadap motivasi ibu mengikuti senam hamil di rumah bersalin Cuma-Cuma Makassar.

3. Pengaruh paritas dengan motivasi ibu mengikuti senam hamil

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh yang bermakna antara paritas ibu dengan motivasi ibu mengikuti senam hamil di rumah bersalin Cuma – Cuma Makassar, hal ini sejalan dengan hasil analisis statistik dengan menggunakan chi-square didapatkan nilai $p = 0,431$ lebih besar dari nilai $\alpha=0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh paritas terhadap motivasi ibu mengikuti senam hamil di rumah bersalin Cuma-Cuma Makassar. Hasil penelitian diatas tidak sejalan dengan teori yang mengatakan bahwa ibu yang paritas tinggi memiliki motivasi kurang untuk mengikuti senam hamil, hal ini disebabkan karena ibu yang paritas tinggi merasa telah berpengalaman menjalani kehamilannya, jadi terdapat kesenjangan antara teori dan hasil penelitian hal ini disebabkan karena ada factor lain yang mempengaruhi motivasi ibu mengikuti senam hamil yaitu factor pengetahuan dan dukungan keluarga. Namun Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Evi Sulistyorini (8) dengan judul” Hubungan Beberapa



Karakteristik Ibu Hamil Dengan Motivasi Tingkat Keikutsertaan Senam Hamil Di Rsup.Dr.Sardjito Yogyakarta” dengan hasil paritas 0, sebanyak 51.35% tidak pernah mengalami gangguan kesehatan selama kehamilan, sebanyak 97.3% mendapat motivasi melakukan senam hamil dan sejumlah 83.78% termasuk kategori baik dalam melakukan senam hamil lagi. Uji statistik menggunakan Man-Whitney rank sum test diperoleh hasil bahwa tidak ada hubungan antara paritas dengan motivasi tingkat keikutsertaan senam hamil.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang factor-faktor yang mempengaruhi motivasi ibu mengikuti senam hamil di rumah bersalin Cuma-Cuma Makassar maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

Ada pengaruh yang bermakna antara pengetahuan dan motivasi ibu mengikuti senam hamil di rumah bersalin Cuma-Cuma Makassar, hal ini dibuktikan dengan hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai $p=0,000$ lebih kecil $\alpha=0,05$

Ada pengaruh yang bermakna antara dukungan keluarga dan motivasi ibu mengikuti senam hamil di rumah bersalin

Cuma-Cuma Makassar, hal ini dibuktikan dengan hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai $p=0,000$ lebih kecil $\alpha=0,05$

Tidak ada pengaruh yang bermakna antara paritas dengan motivasi ibu mengikuti senam hamil di rumah bersalin Cuma-Cuma Makassar. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai $p=0,431$ lebih besar dari $\alpha=0,05$.

Berdasarkan kesimpulan penelitian, maka dapat disarankan hal-hal yang terkait dengan motivasi ibu mengikuti senam hamil. Diharapkan peran tenaga kesehatan khususnya bidan dapat memberikan informasi kepada ibu hamil dan keluarga tentang senam hamil yang aman di lakukan oleh ibu sehingga ibu mengerti tentang manfaat senam hamil dan termotivasi untuk mengikuti senam hamil

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan agar dapat menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi ibu mengikuti senam hamil dengan variable yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

1. Rahmanintyas A. 2012. Angka kematian ibu menlonjak. data SDKI [Internet].
2. Mandriawati. 2012. Asuhan Kebidanan Antenatal. Jakarta: EGC.
3. Manuaba. 2011. Ilmu Kebidanan Kandungan dan KB. Jakarta: EG.



4. Indri, A. 2013. Motivasi mendorong pelaksanaan senam hamil pada ibu hamil primigravida. J Stikes RS Baptis Kediri, Vol 6 No2.
5. A WDN. Pengetahuan, Sikap dan Perilaku manusia. Yogyakarta: Salemba Medika; 2010.
6. Tami AE. 2013. Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Terhadap Senam Hamil di Puskesmas Sungai Jingah Banjarmasin.
7. Annisa DY, Dkk. 2013. Analisis Faktor-faktor yang berhubungan dengan pelaksanaan senam hamil di wilayah Puskesmas Purwokerto Barat. J Kesehatan Masyarakat [Internet].
8. Sulistyorini E. 2005 Hubungan Beberapa karakteristik ibu hamil dengan Tingkat keikutsertaan Senam Hamil di RSUP.Dr.Sardjito. RSUPDR Sardjito.

