

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN SENAM HAMIL PADA IBU HAMIL TERHADAP LAMA
PERSALINAN DI BPM SRI WIWIK ISMURTINI S. ST
DESA SIDOHARUM SEMPOR KEBUMEN

Diajukan Untuk Memenuhi Jenjang Pendidikan
Diploma III Kebidanan



Disusun oleh :

NUR AZIZAH
B1401193

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN 2017

**KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN SENAM HAMIL PADA IBU HAMIL TERHADAP LAMA
PERSALINAN DI BPM SRI WIWIK ISMURTINI S. ST
DESA SIDOHARUM SEMPOR KEBUMEN**

**Diajukan Untuk Memenuhi Jenjang Pendidikan
Diploma III Kebidanan**



Disusun oleh :

NUR AZIZAH
B1401193

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN 2017**

HALAMAN PERSETUJUAN

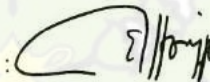
**KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN SENAM HAMIL PADA IBU HAMIL TERHADAP LAMA
PERSALINAN DI BPM SRI WIWIK ISMURTINI S. ST
DESA SIDOHARUM SEMPOR KEBUMEN**

Disusun Oleh:
NUR AZIZAH
B1401193

Telah memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Mengikuti
Ujian Proposal KTI

Oleh:
Pembimbing : Eka Novyriana, S. ST., M.P.H
Tanggal : 17 Juni 2016

Tandatangan :



Mengetahui,
Ketua Program Studi DIII Kebidanan



(Eka Novyriana, S. ST., M.P.H)

HALAMAN PENGESAHAN

**KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN SENAM HAMIL PADA IBU HAMIL TERHADAP LAMA
PERSALINAN DI BPM SRI WIWIK ISMURTINI S. ST
DESA SIDOHARUM SEMPOR KEBUMEN**

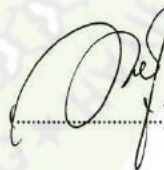
yang dipersiapkan dan disusun oleh

**NUR AZIZAH
B1401193**

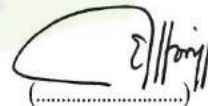
telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal 18 Juli 2017

Penguji:

1. Umi Laelatul Q, S. ST., M.P.H



2. Eka Novyriana, S. ST., M.P.H



Mengetahui,
Ketua Program Studi DIII Kebidanan



(Eka Novyriana, S. ST., M.P.H)

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa penulisan laporan Karya Tulis Ilmiah tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk penelitian lain atau memperoleh gelar kesajaraan pada perguruan tinggi yang lain, dan sepanjang pengetahuan peneliti juga tidak terdapat karya orang lain atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini disebutkan dalam daftar pustaka.

Gombong, Mei 2017

Penulis



Nur Azizah

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN SENAM HAMIL PADA IBU HAMIL TERHADAP LAMA
PERSALINAN DI BPM SRI WIWIK ISMURTINI S. ST
DESA SIDOHARUM SEMPOR KEBUMEN¹
Nur Azizah², Eka Novyriana, S. ST., M.P.H³

INTISARI

Latar Belakang : Banyak proses persalinan yang dapat mengakibatkan kematian pada ibu. Salah satu penyebab terjadinya kematian pada ibu adalah persalinan lama. Hal ini dapat diatasi dengan cara Ante Natal Care secara teratur dan senam hamil. Senam hamil merupakan program latihan untuk mempersiapkan kondisi fisik ibu. Ini dilakukan menjaga kondisi otot-otot dan persendian yang berperan penting dalam proses persalinan. Ini juga sebagai metode penting untuk mempertahankan atau memperbaiki keseimbangan fisik ibu hamil demi mencapai persalinan yang cepat, mudah dan aman. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk menerapkan senam hamil pada ibu hamil.

Tujuan : Penerapan senam hamil pada ibu hamil terhadap proses persalinan normal.

Metode Penelitian : Menggunakan metode deskriptif analitik. Dalam hal ini peneliti mendeskriptifkan dan menggambarkan fakta-fakta dari pengkajian yang didapatkan melalui wawancara, observasi langsung dan dokumentasi. Penelitian ini dilakukan dari tanggal 18 Maret - 24 April 2017.

Hasil : Setelah melakukan senam hamil, persalinan dari kedua partisipan berjalan normal dalam waktu selama ≤ 14 jam, pada kala II selama ≤ 1 jam, pada kala III selama ≤ 15 menit dan terdapat robekan perineum derajat 2, pada kala IV kontraksi uterus keras dan perdarahan pervaginam dalam batas normal ± 100 cc.

Kesimpulan : Senam hamil pada ibu hamil dapat menjadikan proses persalinan normal.

Kata Kunci : Senam hamil, Persalinan normal.
Kepustakaan : 50 pustaka (2006-2017)
Jumlah Halaman : xi + 106 halaman + 9 lampiran

¹ Judul

² Mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan

³ Dosen Program Studi DIII Kebidanan STIKES Muhammadiyah Gombong

SCIENTIFIC PAPER
THE APPLICATION OF PREGNANCY GYM FOR PREGNANT
MOTHERS TOWARDS THE DURATION OF LABOR
IN INDEPENDENT MIDWIFERY CLINIC OF
MIDWIFE SRI WIWIK ISMURTINI S. ST
AT SIDOHARUM SEMPOR KEBUMEN ¹
Nur Azizah², Eka Novyriana S. ST., M.P.H ³

ABSTRACT

Background: Many labor processes can result in maternal mortality. One of the causes is prolonged labor. This can be overcome by providing regular Ante Natal Care and pregnancy gym (gymnastics). Pregnancy gym is an exercise program to prepare the physical condition of the mother. This is for maintaining the condition of muscles and joints that play an important role in the delivery process. This is also as a method to maintain and improve the physical balance of pregnant mothers for achieving a fast, easy and safe labor. Based on the description above, the writer is interested in applying pregnancy gym for pregnant mothers.

Objective: To apply pregnancy gym for pregnant mothers towards the duration of normal labor.

Method: This study uses analytical descriptive method. The writer describes the facts of the assessment obtained through interviews, direct observation and documentation. The study was conducted from 18 March to 24 April 2017.

Result: After having pregnant gym, the labor process of both participants was normal in ≤ 14 hours, in the second stage ≤ 1 hour, in the third stage ≤ 15 minutes and there was degree 2 of perineal rupture, in the fourth stage the uterine contractions were hard and the vaginal bleeding was within normal limits ± 100 cc.

Conclusion: Pregnancy gym for pregnant mothers can make the delivery process normal.

Keywords : Pregnancy gym, normal delivery.

Literature : 50 references (2006-2017)

Number of Pages : xi + 106 pages + 9 appendices

¹ Title

² Student of DIII Program of Midwifery Dept

³ Lecturer of Muhammadiyah Health Science Institute of Gombong

KATA PENGANTAR

Segala puja dan puji syukur senantiasa saya panjatkan kepada Allah Subahanallah Wa Taala (SWT) yang telah memberikan Rahmat serta Hidayah-Nya sehingga dalam penulisan karya ilmiah ini saya tidak mengalami kendala yang berarti hingga terselesaikannya karya tulis ilmiah yang saya beri judul **“Karya Tulis Ilmiah Penerapan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Terhadap Lama Persalinan di BPM Sri Wiwik Ismurtini S. STDesa Sidoharum Sempor Kebumen”**.

Pada kesempatan ini, dalam penulisan karya tulis ilmiah ini saya mendapatkan banyak bantuan dari berbagai pihak, oleh karenanya dari hati yang terdalam saya juga ingin mengungkapkan rasa terimakasih kepada:

1. Hj. Herniyatun, m. Kep. Sp.Mat selaku ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Muhammadiyah Gombong.
2. Eka Novyriana, S. ST., M.P.H selaku ketua Prodi DIII Kebidanan dan pembimbing akademik yang telah memberikan banyak masukan dan saran dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
3. Umi Laelatul Q. S. ST., M.P.H selaku penguji 1 yang telah memberikan bimbingan dan masukan demi terselesainya KTI ini.
4. Sri Wiwik Ismurtini S. ST selaku pembimbing lahan yang telah membimbing dan membantu dalam proses penelitian serta bersedia untuk menjadi tempat pengambilan partisipan.
5. Seluruh partisipan yang telah bersedia untuk menjadi pasien.
6. Penghargaan yang khusus penulis sampaikan kepada Kedua orang tua yang selaku memberikan support baik moral maupun materi sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal ini.
7. Teman-teman seperjuangan yang juga selalu memberikan motivasi baik berupa sharing pendapat, motivasi dalam hal-hal lainnya dalam rangka pembuatan karya tulis ilmiah ini.
8. Pihak-pihak terkait lainnya yang juga turut serta membantu saya dalam pembuatan karya tulis ilmiah ini.

Saya sangat menyadari tidak ada manusia yang sempurna begitu juga dalam penulisan karya tulis ilmiah ini, apabila nantinya terdapat kekurangan, kesalahan dalam karya tulis ilmiah ini, saya selaku penulis sangat berharap kepada seluruh pihak agar dapat memberikan kritik dan juga saran seperlunya.

Akhir kata semoga karya tulis ilmiah ini dapat memberikan manfaat dan bahan pembelajaran kepada kita semua.

Gombong, Maret 2017

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Persetujuan.....	ii
Halaman Pengesahan	iii
Pernyataan Orisinalitas.....	iv
Intisari	v
Abstrak	vi
Kata Pengantar	vii
Daftar Isi.....	viii
Daftar Tabel	ix
Daftar Gambar.....	x
Daftar Lampiran	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan	4
C. Manfaat	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Teori.....	6
1. Konsep Persalinan.....	6
2. Persalinan Lama	20
3. Senam Hamil	25
4. Kepuasan	44
B. Kerangka Teori.....	46
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	47
B. Partisipan.....	48
C. Tempat dan Waktu Penelitian	49
D. Instrumen.....	49
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Manajemen Kasus	54
B. Hasil	87
C. Pembahasan.....	94
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	105
B. Saran.....	106
Daftar Pustaka	
Lampiran	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Alat Pengumpulan Data	50
Tabel 2. Alat Penggunaan Senam Hamil	50
Tabel 3. Data Perkembangan Pelaksanaan senam hamil Ny. T	58
Tabel 4. Pemantauan kala I Ny. T	64
Tabel 5. Pemantauan kala IV Ny. T	68
Tabel 6. Data Perkembangan Pelaksanaan senam hamil Ny. N	72
Tabel 7. Pemantauan kala I Ny. N	79
Tabel 8. Pemantauan kala IV Ny. N	83



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.Sikap Latihan 1.....	29
Gambar 2.Gerakan Putaran Plantar Dan Dorsal	29
Gambar 3.Gerakan Latihan Otot Perut.....	32
Gambar 4.Gerakan Pada Latihan 5	33
Gambar 5.Sikap Pada Latihan Sikap Pembentukan Tubuh	35
Gambar 6.Latihan Pembentukan Sikap Tubuh	35
Gambar 7.Latihan Pernafasan Diafragma	36
Gambar 8.Sikap Awal	37
Gambar 9.Latihan Pembentukan Sikap Tubuh	37
Gambar 10.Latihan Sikap Pembentukan Tubuh	38
Gambar 11.Sikap Berdiri Tegak	39
Gambar 12.Sikap Jongkok	40
Gambar 13.Sikap Posisi Mengejan	42
Gambar 14.Posisi Latihan Penenangan.....	42
Gambar 15.Posisi Relaksasi Tidur Miring	44
Gambar 16.Posisi Berbaring Terlentang, Kedua Kaki Ditekuk.....	44
Gambar 17. Posisi Relaksasi Terlentang Kedua Kaki Lurus	44
Gambar 18. Posisi Relaksasi Dengan Duduk.....	44

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1.Konsultasi Bimbingan KTI
- Lampiran 2.Standar Operasional Prosedur (SOP) Senam Hamil
- Lampiran 3. Surat Persetujuan/Penolakan Partisipan
- Lampiran 4.Lembar Pedoman Wawancara Partisipan
- Lampiran 5.Daftar Hadir Pelaksanaan Senam Hamil
- Lampiran 6. Lembar Kepuasan Partisipan
- Lampiran 7.Lembar Observasi Persalinan
- Lampiran 8. Lembar Partograf
- Lampiran 9. Dokumentasi



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Derajat kesehatan sangat ditentukan oleh kesehatan ibu dan anak. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan diseluruh dunia setiap tahunnya lebih dari 585.000 meninggal saat hamil atau bersalin (Kepmenkes, 2012). Hasil penelusuran Departemen Kesehatan tahun 2011, Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia adalah 214 per 100.000 kelahiran hidup. Angka Kematian Ibu (AKI) di Propinsi Jawa Tengah tahun 2012 berdasarkan hasil Survey Kesehatan Daerah sebesar 116 per 100.000 kelahiran hidup dan jumlah kematian ibu di Kabupaten Kebumen tahun 2015 sebanyak 68,48 per 100.000 kelahiran hidup.

Menurut Depkes (2010), penyebab langsung kematian ibu di Indonesia terkait kehamilan dan persalinan. Penyebab utama kematian ibu antara lain Perdarahan 28%, Eklampsia 24%, Infeksi 11%, Abortus 5%, Partus lama 5%, dan lain-lain. Di Rumah Sakit Roemani Semarang angka kejadian partus lama sebesar 65 orang dan total persalinan selama satu tahun 2009 sebanyak 49 orang presentasi partus lama masih tinggi yaitu sekitar 13% (Fardila, 2013).

Kematian ibu dapat diatasi dengan cara meningkatkan pelayanan kesehatan. Salah satunya yaitu dapat dicegah hingga 22% yaitu melalui *Ante Natal Care* (ANC) teratur, yang dapat mendeteksi dini adanya komplikasi dalam kehamilan, hidup secara sehat dengan pemenuhan gizi yang seimbang,

pelaksanaan inisiasi menyusui dini dalam persalinan, serta pelaksanaan senam hamil secara teratur (Bowo, 2008).

Senam hamil merupakan suatu metode penting untuk mempertahankan atau memperbaiki keseimbangan fisik ibu hamil dan merupakan terapi latihan yang diberikan pada ibu hamil dengan tujuan mencapai persalinan cepat, mudah, dan aman (Maryunani dan Sukaryati, 2011). Senam hamil sangat penting dilakukan oleh ibu hamil setelah mencapai 28 minggu (Saminem, 2009). Hasil penelitian dari Widyawati & Syahrul (2012) menunjukkan pengaruh senam hamil terhadap lama persalinan, yaitu ibu yang melakukan senam hamil memiliki kemungkinan lama persalinan lebih cepat dibandingkan ibu hamil yang tidak senam hamil. Hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan Aulia & Hindun (2010) yang menunjukkan ada pengaruh senam hamil terhadap proses persalinan kala II yaitu di dapatkan rata-rata lamanya persalinan kala II ibu yang tidak senam hamil sebesar 151,11 menit dan ibu yang senam hamil yaitu 128,58 menit (p value = 0,012).

Keteraturan mengikuti senam hamil berdampak positif pada proses persalinan. Menurut Ida (2012), menyebutkan bahwa senam hamil apabila dilakukan dengan benar dan teratur, maka dapat memperlancar proses persalinan. Teori tersebut mendukung hasil penelitian Rahmawati et al (2016), dimana banyaknya ibu hamil yang tidak melakukan senam hamil dapat menyebabkan lamanya proses persalinan sekitar 50%. Berdasarkan penelitian Rusmini, *et al* (2017) menyebutkan bahwa dari 30 ibu hamil yang mengikuti senam hamil 15 orang dan yang tidak mengikuti senam hamil 15

orang, dari 30 partisipan yang bersalin dengan waktu yang normal ada 20 partisipan (66,7%). Alasan ibu tidak mengikuti senam hamil secara rutin dikarenakan rumah terlalu jauh, tidak ada yang mengantar dan bekerja yang tidak dapat ditinggalkan.

Senam hamil mempunyai beberapa manfaat dalam proses persalinan. Berdasarkan penelitian Farida dan Sunarti (2015), senam hamil memiliki banyak manfaat dalam persalinan. Manfaat senam hamil yaitu, selama kala I dapat menurunkan insidensi partus lama, mengurangi rasa sakit dan menurunkan kecemasan ibu dalam menghadapi proses persalinan, karena latihan senam hamil yang rutin dapat mempengaruhi elastisitas otot dan ligamen yang ada di panggul, serta mengatur teknik pernafasan dan memperbaiki sikap tubuh. Manfaat senam hamil selama kala II dapat membantu ibu menjalani persalinan yang normal dengan lama persalinan yang normal pula, karena pada senam hamil ibu telah dibimbing cara mengejan dan mengatur napas, mengatur kontraksi dan relaksasi serta melatih kelenturan otot-otot dinding perut dan dasar panggul sehingga memudahkan proses persalinan. Selama persalinan kala III dan kala IV latihan senam hamil sangat bermanfaat dalam mencegah perdarahan berlebihan, karena dapat meningkatkan kemampuan mengkoordinasikan kekuatan kontraksi otot rahim (Dewi, 2013).

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan asuhan kebidanan pada partisipan dengan menerapkan senam hamil pada ibu hamil untuk mencegah terjadinya partus lama.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mampu mengaplikasikan asuhan kebidanan persalinan terhadap partisipan dengan menerapkan inovasi senam hamil pada ibu hamil untuk mengetahui pengaruh senam hamil terhadap lama persalinan di BPM Sri Wiwik Ismurtini S. ST Desa Sidoharum Sempor Kebumen.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik partisipan (usia, paritas, pendidikan, pengetahuan dan pekerjaan) yang akan diberikan asuhan.
- b. Mengetahui kepuasan partisipan terhadap kegiatan senam hamil.
- c. Mengetahui lama persalinan kala I pada partisipan.
- d. Mengetahui lama persalinan kala II pada partisipan.
- e. Mengetahui lama persalinan kala III dan derajat ruptur perineum pada persalinan kala III terhadap partisipan.
- f. Mengetahui kontraksi dan perdarahan persalinan kala IV pada partisipan.

C. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Bidan

Dapat meningkatkan mutu pelayanan terutama dalam memberikan asuhan pelayanan kebidanan untuk mencegah terjadinya masalah-masalah.

b. Bagi Institusi

Laporan ini dapat dijadikan sebagai tambahan pustaka bagi STIKes Muhammadiyah Gombong khususnya program studi DIII Kebidanan dalam memberikan asuhan kebidanan pada ibu bersalin dengan menerapkan senam hamil pada partisipan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Partisipan.

Mendapatkan pelayanan asuhan kebidanan dengan menerapkan senam hamil pada ibu hamil untuk mengetahui lama persalinan.

b. Bagi Penulis

Dapat mengaplikasikan teori dan ketrampilan yang diperoleh dari bangku kuliah secara langsung dengan memberikan asuhan kebidanan pada ibu bersalin dengan menerapkan senam hamil pada ibu hamil untuk lama persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Nur Rahmawati, *et all.* 2016. *Hubungan Senam Hamil Terhadap Lamanya Proses Persalinan Pada Ibu Bersalin Di Wilayah Kerja Puskesmas Bayat Klaten.* Jurnal Involusi Kebidanan, Vol. , No. 11 Januari 2016.
- Alimul Hidayat, Aziz. 2009. *Metodelogi Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analis Data.* Jakarta: Salmeha medika.
- Amirudin R., 2009. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam : Fisiologi dan Biokimia hati.* Edisi V. Jakarta. Interna Publishing.
- Anggraeni, Poppy. 2010. *Serba-serbi Senam Hamil.* Yogyakarta : Intan Media
- Anisa Aulia. 2013. *Faktor-faktor resiko persalinan Sesarea di RSUD Dr.Adjirmo Lebak pada bulan oktober-desember 2010.* Jakarta: Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. [Online Journal]. 2010 [diakses 4 Oktober 2013]
- Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Ariyanti. 2008. *Hubungan Berat Badan Lahir Dengan Ruptur Perineum.* Diakses pada tanggal 2 Februari 2014
- Aulia Hendarmin, Hindun Siti. 2010. *Pengaruh Senam Hamil Terhadap Proses Persalinan Normal Di Klinik YK Madira Palembang.* JKK, Th. 42, No. 1 Januari 2010.
- Bimo Walgito. 2010. *Pengantar Psikologi Umum.* Yogyakarta: C.V Andi Offset.
- BKKBN. 2008. *Modul Kesehatan Reproduksi Remaja.* Yogyakarta : BKKBN.
- Bobak, L. 2005. *Keperawatan Maternitas*, Edisi 4. Jakarta: EGC.
- Bowo, F. H. 2008. *Menurunkan Angka Kematian Ibu, (online),* Available: [<http://www.selatan.Jakarta.go.id/pkk/index.php>, BeJo. Net Community], (15 September 2013).
- Brayshaw, Eileen. 2011. *Senam Hamil & Nifas Pedoman Praktis Bidan (terjemahan).* Jakarta;EGC.
- Depkes RI. 2010. *Profil Kesehatan Indonesia.* Jakarta: Depkes RI

- Dewi, Hardiyanti Chandra. 2013. *Proses Persalinan Pada Ibu Hamil "H" Umur 26 Tahun Primigravida Yang Rutin Mengikuti Senam Hamil Selama Kehamilan Trimester Ketiga*.
- Dinkes Jawa Tengah. 2012. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2012*. Departemen Kesehatan Jawa Tengah.
- Dinkes Kabupaten Kebumen. 2015. *Profil Kesehatan Kabupaten Kebumen 2015*. Departemen Kesehatan Kabupaten Kebumen.
- Ester, M. 2008. *Senam Hamil dan Nifas Pedoman Praktis Bidan*. Jakarta: EGC
- Fardila Hinelio *et all*. 2013. *Luaran Partus Lama di BLU RSU Prof. DR. R. D. Kandou Manado*. Jurnal e-Biomedik (eBM), Volume 1, Nomor 1, Maret 2013 diakses tanggal 12 Maret 2013.
- Farida, Siti dan Sunarti. 2015. *Senam Hamil Sebagai Upaya Untuk Memperlancar Proses Persalinan Di Rumah Sakit Kasih Ibu Surakarta*. Infokes, Vol. 5 No. 1 Februari 2015. ISSN : 2086-2628
- Herawati, Mansur. 2009. *Psikologi Ibu dan Anak*. Jakarta. Salemba Medika
- Ida. 2012. *Senam Hamil*, (online), Available: [<http://www.mediabangsa.com/home/112-kehamilan/572-senam-hamil.pdf>] tanggal akses 30 November 2013.
- Jannah, Nurul. 2014. *ASKEB II : Persalinan Berbasis Kompetensi*. Jakarta: EGC
- KepMenkes. 2012. *Profil Data Kesehatan Indonesia Tahun 2011*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- Kirana, Citra. 2013. *Manfaat senam hamil untuk memperlancar persalinan anda* Bidanku.com/forum/showthread.php/276.Diakses pada tanggal 7 Juli 2014
- Mamik. 2010. *Organisasi dan Manajemen Pelayanan Kesehatan dan Kebidanan*. Surabaya : Prins Media
- Mandriwati, G. A. 2011. *Asuhan Kebidanan Antenatal : Penuntun Belajar, Edisi 2*. Jakarta: EGC
- Maryunani, A dan Sukaryati, Y. 2011. *Senam Hamil, Senam Nifas, Dan Terapi Musik*. Jakarta: CV Trans Info Media.
- Mintasirah, Sri. 2012. *Efektifitas Senam Hamil terhadap Lama Persalinan Kala I Primipara STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta*. stikespku.ac.id/ejournal/index.php/profesi/article/download/48/42.

- Muhimah, N & Safe'i. 2010. *Panduan Lengkap Senam Hamil, Khusus Ibu Hamil*. Jakarta: Power Book.
- Mulidah S, dkk. *Hubungan antara Kelengkapan Pelaksanaan Deteksi Risiko Tinggi dan Persalinan Lama di Kabupaten Purworejo*. Jurnal Sain Kesehatan. Mei 2003.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka cipta
- Nurmawati, 2010. *Mutu Pelayanan Kebidanan*. Trans Info Media, Jakarta.
- Nursalam. 2011. *Manajemen Keperawatan*. edisi 3. Jakarta : Salemba Medika.
- Prawirohardjo Sarwono. 2009. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka.
- Riwidikdo, H. 2013. *Statistik Kesehatan Dan Aplikasi SPSS Dalam Prosedur Penelitian*. Yogyakarta: Rohima Press
- Rohani, et all. 2011. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Persalinan*. Jakarta: Salemba Medika
- Rusmini, et all. 2017. *Hubungan Antara Keikutsertaan Senam Hamil Dengan Ketepatan Waktu Proses Persalinan Kala II Di Klinik As-Syifa Suradadi Kabupaten Tegal*. Jurnal Siklus Volume 6 No 1 Januari 2017.
- Saifuddin AB. *Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: EGC. 2009.
- Saminem. 2008. *Seri Asuhan Kebidanan: Kehamilan Normal*. Jakarta: EGC.
- Sunitri. 2008. *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Available online: www.radiodfm.com. 24 Februari 2012.
- Sugiono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif & RND*. Bandung : Alfabeta
- Sulastri. 2012. *Senam Hamil Bantu Melahirkan Tanpa Kecemasan*. PROFESI Volume 08/ Februari 2012.
- Turlina Lilin, Wirantika. 2015. *Hubungan Senam Hamil dengan Terjadinya Robekan Perineum Spontan di BPM Wiwik Azizah Said Desa Duriwetan Kecamatan Maduran Kabupaten Lamongan*. Vol 07, No. 03, Desember 2015
- Varney, Helen., Kriebs, Jan M & Gegor, Carolyn L. (2006). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta :EGC.
- Wasis. 2008. *Pedoman Riset Praktis Untuk Profesi Perawat*. Jakata : EGC

Widianti A, Proverawati A. 2010. *Senam Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika

Widyawati & Syahrul, F. (2013). *Pengaruh Senam Hamil Terhadap Proses Persalinan dan Status Kesehatan Neonatus*. Jurnal Berkala Epidemiologi. FKM Universitas Airlangga.

Wijknjosastro, H. 2008. Anatomi Panggul dan Isinya. *Dalam: Wijknjosastro, H., Saifuddin, A.B., Rachimhadhi, T. (eds). Ilmu Kandungan*. Edisi 2. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Yulaikhah, Lily. 2008. *Kehamilan*. Jakarta : EGC



LAMPIRAN



LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI
PRODI DIII KEBIDANAN
STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG
2016

Nama : Nur Azizah

NIM : B1401193

Pembimbing : Ibu Eka Novyriana, S. S T., M.P.H

Kegiatan

No.	Hari/Tgl	Rencana Bimbingan	Realisasi	Ttd
1.	Rabu, 1/2/2017	Judul Proposal	Melengkapi jurnal dan melanjutkan	E/H/jp
2.	Rabu, 15/2/2017	Judul & BAB 1	Revisi Bab 1	E/H/jp
3.	Selasa, 21/2/2017	BAB 1, 2, dan 3	Revisi Bab 1, 2 dan 3	E/H/jp
4.	Jumat, 24/2/2017	BAB 1, 2, dan 3	Revisi Bab 1, 2 & 3	E/H/jp
5.	Sabtu, 25/2/2017	Bab 1, 2, dan 3	ACC Bab 1, 2, & 3	E/H/jp
6.	Senin, 29/2/2017	Bab 4	Revisi Bab 4	E/H/jp
7.	Rabu, 1/3/2017	Bab 4	Revisi Bab 4	E/H/jp
8.	Sabtu, 3/3/2017	Bab 4	Revisi Bab 4	E/H/jp
9.	Jumat, 9/3/2017	Bab 4 dan 5	Revisi Bab 4 & 5	E/H/jp
10.	Rabu, 14/3/2017	Bab 4, 5 dan Abstrak	ACC	E/H/jp
11.	Kamis, 15/3/2017	Intitron	Abstrak	E/H/jp

STANDAR OPERASIOANAL PROSEDUR (SOP)
SENAM HAMIL

No.	Aspek yang dinilai	Nilai			
		1	2	3	4
A.	Persiapan Alat				
1.	Matras				
B.	Tahap pre-interaksi				
1.	Baca catatan keperawatan dan catatan medis klien				
2.	Siapkan alat-alat dan privasi ruangan				
3.	Cuci tangan				
C.	Tahap orientasi				
1.	Berikan salam, panggil nama klien				
2.	Jelaskan prosedur dan tujuan tindakan kepada klien/keluarga				
D.	Tahap kerja				
1.	Berikan klien kesempatan bertanya sebelum kegiatan dilakukan				
	Lakukan latihan I				
1.	Anjurkan klien duduk rileks dan badan ditopang tangan di belakang				
2.	Kaki diluruskan sedikit terbuka				
3.	Gerakkan kaki kanan dan kiri ke depan dan ke belakang				
4.	Putar persendian kaki melingkar ke dalam dan ke luar				
5.	Bila mungkin angkat bokong dengan bantuan ke dua tangan dan ujung telapak tangan kembang kempiskan otot dinding perut				
6.	Kerutkan dan kendurkan otot dubur				
7.	Lakukan gerakan ini sedikitnya 8-10 kali setiap gerakan				
	Lakukan latihan II				
1.	Anjurkan klien tetap duduk rileks dan badan di topang tangan di belakang				
2.	Kedua tungkai lurus dan rapat				
3.	Tempatkan tungkai kanan di atas tungkai kiri, silih berganti				
4.	Kembang kempiskan otot dinding perut bagian bawah				
5.	Kerutkan dan kendorkan otot liang dubur				
6.	Lakukan gerakan ini sedikitnya 8-10 kali				
	Lakukan latihan III				
1.	Anjurkan klien duduk tegak dan badan di sangga				

	tangan kanan di belakang				
2.	Tidur telentang kaki dirapatkan				
3.	Pada sikap duduk, angkat tungkai silih berganti ke atas dengan tinggi semaksimal mungkin				
4.	Pada sikap tidur, kedua tangan dapat disamping tetapi lebih baik di bawah kepala, angkat tungkai bawah silih berganti dengan tinggi semaksimal mungkin.				
5.	Lakukan gerakan ini sedikitnya 8-10 kali				
	Lakukan latihan IV				
1.	Anjurkan klien duduk bersila dengan				
2.	Tangan di atas bahu sedangkan siku di samping badan				
3.	Lengan diletakkan di depan badan (dada)				
4.	Putar ke atas dan ke samping, kemudian ke belakang dan selanjutnya ke depan badan (dada)				
5.	Lakukan gerakan ini sedikitnya 8-10 kali				
	Lakukan gerakan V				
1.	Anjurkan klien duduk bersila dengan tumit berdekatan satu sama lain				
2.	Badan tegak rileks dan paha lemas				
3.	Kedua tungkai di persendian lutut				
4.	Tekan persendian lutut dengan berat badan sekitar 20 kali				
5.	Badan diturunkan di depan				
	Lakukan gerakan VI				
1.	Anjurkan klien melakukan sikap tidur di atas tempat tidur datar				
2.	Tangan di samping badan				
3.	Tungkai badan ditekan pada persendian lutut dengan sudut tungkai bawah bagian bawah sekitar 80-90				
4.	Angkat badan dengan topangan pada ujung telapak kaki dan bahu				
5.	Pertahankan posisi sampai hitungan delapan dan turunkan pelan-pelan				
	Lakukan gerakan VII				
1.	Anjurkan klien tidur diatas tempat tidur yang datar, badan rileks				
2.	Tangan dan tungkai bawah lurus ke depan dan rileks				
3.	Badan dilemaskan pada tempat tidur				
4.	Tangan dan tungkai bawah membujur lurus				
5.	Pinggul diangkat dan geser ke kanan ke kiri sambil melatih otot liang dubur				

6.	Kembang kempiskan otot bagian bawah				
7.	Lakukan gerakan ini sedikitnya 10-15 kali				
	Lakukan latihan pernafasan				
1.	Anjurkan klien tidur diatas tempat yang datar				
2.	Tangan disamping badan dan lutut ditekuk satu tangan diletakkan diatas perut				
3.	Tarik nafas perlahan dari dinding serta pertahankan dalam paru beberapa				
4.	Bersamaan dengan tarikan nafas tersebut, tangan yang diatas perut ikut serta diangkat mencapai kepala				
5.	Keluarkan nafas melalui mulut perlahan-lahan				
6.	Tangan yang diangkat ikut serta diturunkan				
7.	Lakukan gerakan ini sekitar 8-10 kali dengan tangan silih berganti				
	Lakukan relaksasi kombinasi				
1.	Anjurkan klien melakukan sikap tubuh seperti merangkak				
2.	Anjurkan klien untuk tenang dan rileks				
3.	Badan disangga bahu dan tulang paha				
4.	Lengkungkan dan kendorkan tulang belakang				
5.	Kembang kempiskan otot dinding perut				
6.	Kerutkan dan kendorkan otot liang dubur				
	Lakukan relaksasi dengan posisi duduk telungkup				
1.	Anjurkan klien melakukan sikap duduk menghadap sandaran kursi				
2.	Kedua tangan disandaran kursi				
3.	Kepala diatas tangan				
4.	Semua anggota tubuh rileks				
5.	Tarik nafas dalam dan bertahan				
E.	Tahap terminasi				
1.	Evaluasi perasaan klien				
2.	Simpulkan hasil kegiatan				
3.	Lakukan kontrak untuk kegiatan selanjutnya				
4.	Bereskan alat-alat				
5.	Cuci tangan				
F.	Dokumentasi				
1.	Catat hasil tindakan dalam catatan keperawatan				
	Total Nilai				
Nilai 1	: Tidak dilakukan (25%)	Nilai 3	: Dilakukan kurang tepat (75%)		
Nilai 2	: Dilakukan salah (50%)	Nilai 4	: Dilakukan kurang tepat (100%)		

**SURAT PERSETUJUAN/PENOLAKAN PARTISIPAN
(INFORMED CONSENT)**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ny. T
Umur : 25 tahun
Alamat : Sidoharum 2/s Sempur
Adalah suami/ Keluarga dari:
Nama : Tn. T
Umur : 30 tahun
Alamat : Sidoharum 2/s Sempur

Setelah mendapatkan penjelasan tentang asuhan kebidanan inovasi dengan menerapkan senam hamil pada ibu hamil terhadap lama persalinan, dari mahasiswa Prodi DIII Kebidanan STIKes Muhammadiyah Gombong:

Nama : Nur Azizah
NIM : B1401193
Kelas : IIIB

Menyatakan bersedia memberikan informasi yang dibutuhkan dalam asuhan inovasi dan bersedia menerima selama pemberian asuhan kebidanan inovasi.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat sebagaimana mestinya.

Kebumen, Maret 2016

Yang menyatakan,

Suami

Istri


(.....)


(.....)

**SURAT PERSETUJUAN/PENOLAKAN PARTISIPAN
(INFORMED CONSENT)**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ny. N

Umur : 24 tahun

Alamat : Sukomulyo 3/s

Adalah suami/ Keluarga dari:

Nama : Tn. A

Umur : 25 tahun

Alamat : Sukomulyo 3/s

Setelah mendapatkan penjelasan tentang asuhan kebidanan inovasi dengan menerapkan senam hamil pada ibu hamil terhadap lama persalinan, dari mahasiswa Prodi DIII Kebidanan STIKes Muhammadiyah Gombong:

Nama : Nur Azizah

NIM : B1401193

Kelas : IIIB

Menyatakan bersedia memberikan informasi yang dibutuhkan dalam asuhan inovasi dan bersedia menerima selama pemberian asuhan kebidanan inovasi.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat sebagaimana mestinya.

Kebumen, Maret 2016

Yang menyatakan,

Suami

Istri





(.....)

(.....)

LEMBAR PEDOMAN WAWANCARA
KARAKTERISTIK PARTISIPAN

1. Identitas Pasien

Nama : Ny. T
Umur : Kebumen, 5-5-1991 (25 tahun)
Agama : Islam
Pendidikan : SMA
Pekerjaan : Swasta
Golongan darah : O
Alamat : Sedahanum 2/5 Sempur

2. Identitas Suami

Nama : Tn. T
Umur : Kebumen, 14-4-1986 (30 tahun)
Agama : Islam
Pendidikan : SMA
Pekerjaan : Swasta
Golongan darah : -
Alamat : Sedahanum 2/5 Sempur

3. Riwayat Kehamilan sekarang

Usia Kehamilan : 35 minggu
HPHT : 4-7-2016
HPL : 11-4-2017
GPA : G1P0 A0

4. Riwayat Kesehatan

Penyakit yang pernah di derita (isi jika pernah)
Penyakit yang pernah di derita keluarga (isi jika ada)
Penyakit kesehatan reproduksi yang pernah diderita
(isi jika pernah)

5. Hasil pemeriksaan

Tinggi Badan : 156 cm

Berat badan sebelum hamil : 67 kg

Berat badan saat ini : 74 kg

Lingkar lengan : 27,5 cm

Tekanan darah : 110/70 mmHg

Nadi : 80 x/m

Suhu : 36,4 °C

Pernafasan : 20 x/m

Tinggi Fundus : 26 cm

Letak janin : Kepala

Hasil USG : Tanggal 9/3 2017 UK 35⁴⁶ minggu, JK ♀, TBJ 2126 gram,

Status imunisasi : Lengkap. (TTV)

Laborat Hemoglobin : 10,7 gr/dL

Laborat Protein urine : (-)

Ukuran Panggul luar : a. Jarak spinae : 26 cm.
b. Jarak Kristatum : 30 cm.
c. Konjugata eksterna : 20 cm.
d. Lingkar panggul luar : 90 cm.

LEMBAR PEDOMAN WAWANCARA
KARAKTERISTIK PARTISIPAN

1. Identitas Pasien

Nama : Ny. N
Umur : 44 tahun
Agama : Islam
Pendidikan : SMA
Pekerjaan : IRT
Golongan darah : A
Alamat : Sukomulyo 3/5

2. Identitas Suami

Nama : Tn. A
Umur : 45 tahun
Agama : Islam
Pendidikan : SMA
Pekerjaan : swasta
Golongan darah : O
Alamat : Sukomulyo 3/5

3. Riwayat Kehamilan sekarang

Usia Kehamilan : 32 minggu
HPHT : 18-7-2016
HPL : 25-4-2017
GPA : G1 P0 A0

4. Riwayat Kesehatan

Penyakit yang pernah di derita (isi jika pernah)
Penyakit yang pernah di derita keluarga (isi jika ada)
Penyakit kesehatan reproduksi yang pernah diderita.....
(isi jika pernah)

5. Hasil pemeriksaan

Tinggi Badan : 155 cm.

Berat badan sebelum hamil : 58 kg.

Berat badan saat ini : 70 kg.

Lingkar lengan : 24 cm.

Tekanan darah : 120/70 mmHg

Nadi : 80 x/menit.

Suhu : 36,5 °C

Pernafasan : 20 x/menit.

Tinggi Fundus : 29 cm.

Letak janin : Kepala.

Hasil USG : Tgl 5/3 2017 UK 32 minggu, JK O⁺, TBS 2600 gram, 3

Status imunisasi : $\frac{7}{6}$ lengkap. (TT4)

Laborat Hemoglobin : 11,1 gr/dL.

Laborat Protein urine : (-)

Ukuran Panggul luar : a. Distansia Spinarum : 27 cm

b. Distansia Kristarum : 30 cm.

c. Konjugata eksterna : 21 cm.

d. Lingkar panggul luar : 90 cm.

LEMBAR KEPUASAN
PENERAPAN SENAM HAMIL PADA IBU HAMIL TERHADAP LAMA
PERSALINAN DI BPM SRI WIWIK ISMURTINI, S. ST
KABUPATEN KEBUMEN

Nama : Ny. T
 Umur : 25 th
 Pendidikan Terakhir : SML
 Alamat : Srdoharum 02/05

Keterangan Pengisian :

Berilah tanda centang "✓" untuk setiap pernyataan yang sesuai dengan "KENYATAAN" yang diterima dalam pemberian asuhan.

SS : Sangat Setuju
 S : Setuju
 RR : Ragu-Ragu
 TS : Tidak Setuju
 STS : Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan	Kenyataan				
		SS	S	RR	TS	STS
A.	TANGIBLES/BUKTI LANGSUNG					
1.	Ruang/tempat senam hamil bersih dan nyaman	✓				
2.	Waktu ketepatan senam hamil	✓				
3.	Petugas berpenampilan bersih dan rapi	✓				
B.	RELIABILITY/KEANDALAN					
1.	Petugas kesehatan menjelaskan tujuan mengadakan senam hamil	✓				
2.	Petugas kesehatan menjelaskan manfaat senam hamil	✓				
3.	Petugas kesehatan menjelaskan prosedur senam hamil	✓				
4.	Petugas kesehatan menginstruktur senam hamil dengan baik	✓				

LEMBAR KEPUASAN
PENERAPAN SENAM HAMIL PADA IBU HAMIL TERHADAP LAMA
PERSALINAN DI BPM SRI WIWIK ISMURTINI, S. ST
KABUPATEN KEBUMEN

Nama : Ny. N
 Umur : 24 tahun
 Pendidikan Terakhir : SMA
 Alamat : Selomayip

Keterangan Pengisian :

Berilah tanda centang "√" untuk setiap pernyataan yang sesuai dengan
 "KENYATAAN" yang diterima dalam pemberian asuhan.

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

RR : Ragu-Ragu

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan	Kenyataan				
		SS	S	RR	TS	STS
A.	TANGIBLES/BUKTI LANGSUNG	✗				
1.	Ruang/tempat senam hamil bersih dan nyaman	√				
2.	Waktu ketepatan senam hamil	√				
3.	Petugas berpenampilan bersih dan rapi	√				
B.	RELIABILITY/KEANDALAN					
1.	Petugas kesehatan menjelaskan tujuan mengadakan senam hamil	√				
2.	Petugas kesehatan menjelaskan manfaat senam hamil	√				
3.	Petugas kesehatan menjelaskan prosedur senam hamil	√				
4.	Petugas kesehatan menginstruktur senam hamil dengan baik	√				

5.	Petugas kesehatan terampil dalam memberikan pelayanan	✓				
C.	RESPONSIVENESS/ KETANGGAPAN					
1.	Petugas kesehatan mendenarkan tanggapan dan saran dari pasien	✓				
2.	Petugas kesehatan tanggap dalam membantu pasien yang datang	✓				
D.	ASSURANCE/ JAMINAN					
1.	Petugas kesehatan memberikan kesempatan kepada pasien dan keluarga untuk bertanya	✓				
2.	Terciptanya suasana aman dan tentram dilingkungan sekitar	✓				
3.	Terciptanya suasana kekeluargaan antara petugas serta pasien	✓				
E.	EMPHATY/ EMPATI					
1.	Petugas kesehatan selalu bersikap ramah dan sopan kepada pasien	✓				
2.	Petugas kesehatan memberikan pelayanan tanpa pilih-pilih pasien	✓				
3.	Petugas kesehatan selalu memberikan salam kepada pasien yang datang	✓				
4.	Petugas kesehatan selal menggunakan bahasa yang dimengerti oleh pasien	✓				
5.	Petugas kesehatan mengucapkan terimakasih kepada pasien pada akhir pelayanan	✓				

DAFTAR HADIR

Nama : Ny. T
 Umur : 25 tahun
 Alamat : Fudohsanun 2/c Jempor.

No.	Tanggal	Waktu	Tempat	Pertemuan	Tanda tangan
1.	18/3 2019	10.00 r/d rekras	BPM Sri Wirok	?	gantipon
2.	21/3 2019	10.00 r/d rekras	BPM Sri Wirok	I	gantipon
3.	24/3 2019	10.00 r/d rekras	BPM Sri Wirok	II	gantipon
4.	27/3 2019	10.00 r/d rekras	BPM Sri Wirok	IV	gantipon
5.	30/3 2019	10.00 r/d rekras	BPM Sri Wirok	V	gantipon
6.	3/4 2019	10.00 r/d rekras	BPM Sri Wirok	VI	gantipon



DAFTAR HADIR

Nama : Nya. N
 Umur : 24 tahun
 Alamat : Sulemulyo 3/5.

No.	Tanggal	Waktu	Tempat	Pertemuan	Tanda tangan
1.	18/3 2017	10.00 s/d selesai	BPM Sri Widyad	1	
2.	21/3 2017	10.00 s/d selesai	BPM Sri Widyad	2	
3.	24/3 2017	10.00 s/d selesai	BPM Sri Widyad	3	
4.	27/3 2017	10.00 s/d selesai	BPM Sri Widyad	4	
5.	30/3 2017	10.00 s/d selesai	BPM Sri Widyad	5	
6.	3/4 2017	10.00 s/d selesai	BPM Sri Widyad	6	



LEMBAR OBSERVASI PERSALINAN

Nama Ibu / Suami : Np. T / Tr. T : 25 tahun
 Alamat : Sidenreng R.S : 39 minggu
 HPHT : 4-7-2016 : 11-4-2017
 GPA : G1P0A0

Pemantauan KALA I

Tgl.	Pukul	TD	N	S	RR	DJJ	Kontraksi	Pembukaan	Penurunan Kepala	Ket
5/4	05.00	10/10	80	36/6	20	140 x/m	3 / 10' / 35"	4 cm	3/5	
	05.30	-	81	-	22	141 x/m	3 / 10' / 35"	-	-	
	06.00	-	82	-	21	140 x/m	3 / 10' / 40"	-	-	
	06.30	-	81	-	20	142 x/m	4 / 10' / 40"	-	-	
	07.00	-	81	-	21	140 x/m	4 / 10' / 40"	-	-	
	07.30	-	82	-	23	145 x/m	4 / 10' / 45"	-	-	
	08.00	-	82	-	22	143 x/m	4 / 10' / 45"	-	-	
	08.30	-	84	-	23	144 x/m	4 / 10' / 45"	10 cm	0/5	

Pemantauan KALA II

No.	KALA II
	Tanggal 5/4 2019 08.30 WIB pembukaan lengkap, portio tidak teraba, dinding vagina licin, tali pusat tidak menumbung, STUD[Ⓢ]. KK ⊖ bersih. 08.50 WIB kepala bayi tampak 5-6 cm. di depan vulva. 09.25 WIB Bayi lahir spontan, menangkis kuat, tonus otot baik, warna kulit kemerahan, Apgar skor 9/10 jenis kelamin perempuan.

LEMBAR OBSERVASI PERSALINAN

Nama Ibu / Suami : Np. N / Tn. A : 24 tahun
 Alamat : Sukomarto 3/5 : 35 minggu
 HPHT : 18-7-2016 : 25-7-2017
 GPA : 6180 mg

Pemantauan KALA I

Tgl.	Pukul	TD	N	S	RR	DJJ	Kontraksi	Pembukaan	Penurunan Kepala	Ket
23/4/17	20.00	110/70	82	36,5	20	140 x/m	3/10' / 30"	3 cm.	4/5	
	21.00	-	82	-	21	140 x/m	3/10' / 30"	-	-	
	22.00	-	82	-	21	142 x/m	3/10' / 35"	-	-	
	23.00	-	81	-	22	141 x/m	3/10' / 35"	-	-	
24/4/17	00.00	120/70	84	36,5	23	144 x/m	3/10' / 35"	5 cm.	3/5	
	00.30	-	83	-	23	145 x/m	3/10' / 35"	-	-	
	01.00	-	82	-	21	142 x/m	4/10' / 40"	-	-	
	01.30	-	84	-	23	144 x/m	4/10' / 40"	-	-	
	02.00	-	83	-	22	145 x/m	4/10' / 40"	-	-	
	02.30	-	81	-	22	146 x/m	4/10' / 45"	-	-	

Tgl.	Pukul	TD	N	S	RR	DJJ	Kontraksi	Pembukaan	Penurunan Kepala	Ket
	03.00	-	83	-	21	143 x/m	A/10'/45"	-	-	
	03.30	-	84	-	23	144 x/m	A/10'/42"	10 cm	0/5	

Pemantauan KALA II

No.	KALA II
Tanggal 24/4 2017	
03.30 WIB	Pembukaan lengkap, perineo tidak teraba, dinding vagina licin, tali pusat tidak menumbung, STLO ⁺ , lek ⊖ penuh
04.00 WIB	Kepala bayi tampak 5-6 cm di depan vulva.
04.30 WIB	Bayi lahir spontan, menangkis kuat, tonus otot baik, warna kulit kemerahan, Apgar 1 skor 9/10, perineo lecum. Laki-laki.

PARTOGRAF

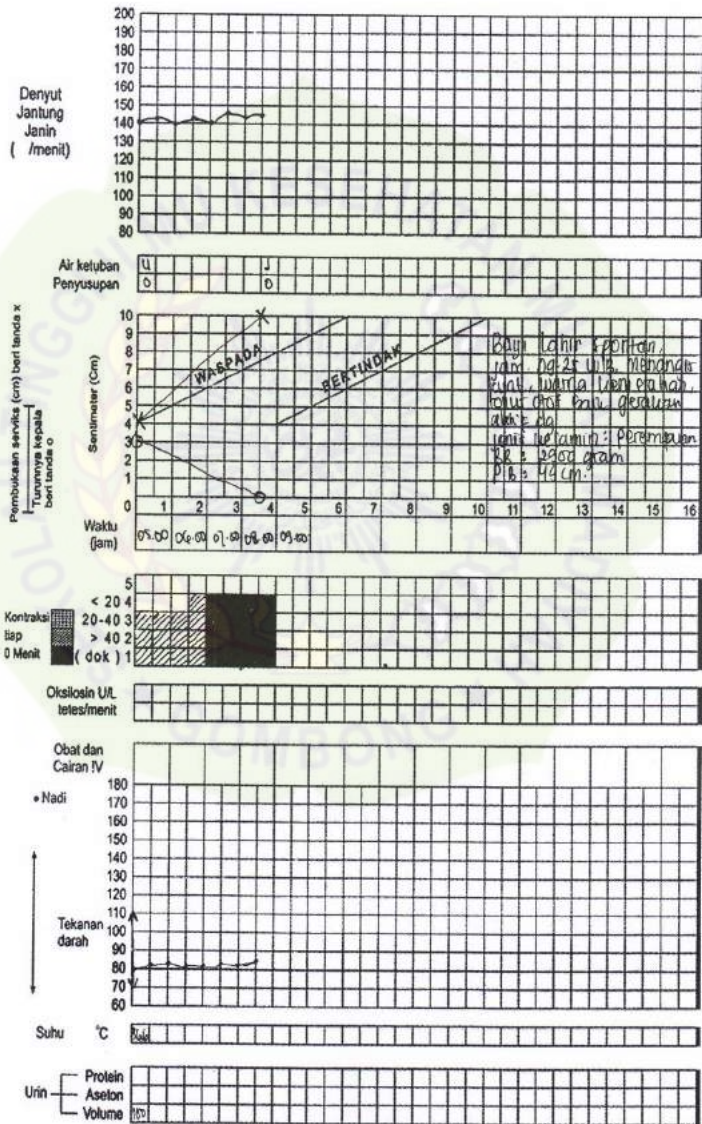
No. Register

--	--	--	--	--	--

 Nama Ibu : Ny. T Umur : 25 thn G. 1 P. 0 A. 0
No. Puskesmas

--	--	--	--	--	--

 Tanggal : 9-4-2019 Jam : 05.00 WIB Alamat : Sidoharum
Ketuban pecah Sejak jam mules sejak jam 21.00 WIB 2x sempor



Makan terakhir jam 19:30 WIB dg nasi, sayur, lauk sebanyak 1 porsi
Minum terakhir jam 04:35 WIB dg air putih sebanyak 1 gelas

Penolong
Old

CATATAN PERSALINAN

- Tanggal : 9-4-2019
- Nama bidan : SRI WIKI S ST
- Tempat Persalinan :
 - ☐ Rumah Ibu ☐ Puskesmas
 - ☐ Polindes ☐ Rumah Sakit
 - ☒ Klinik Swasta ☐ Lainnya :
- Alamat tempat persalinan : Sidoharum 1/5
- Catatan : ☐ rujuk, kala : I / II / III / IV
- Alasan merujuk :
- Tempat rujukan :
- Pendamping pada saat merujuk :
 - ☐ Bidan ☐ Teman
 - ☐ Suami ☐ Dukun
 - ☐ Keluarga ☐ Tidak ada

KALA I

- Partogram melewati garis waspada : Y / T
- Masalah lain, sebutkan :
- Penatalaksanaan masalah tsb :
- Hasilnya :

KALA II

- Episiotomi :
 - ☐ Ya, Indikasi
 - ☒ Tidak
- Pendamping pada saat persalinan :
 - ☒ Suami ☐ Teman ☐ Tidak ada
 - ☐ Keluarga ☐ Dukun
- Gawat Janin :
 - ☐ Ya, tindakan yang dilakukan
 - a.
 - b.
 - c.
 - ☒ Tidak
- Distosia bahu :
 - ☐ Ya, tindakan yang dilakukan
 - a.
 - b.
 - c.
 - ☒ Tidak
- Masalah lain, sebutkan :
- Penatalaksanaan masalah tersebut :
- Hasilnya :

KALA III

- Lama kala III : 15 menit
- Pemberian Oksitosin 10 U im ?
 - ☒ Ya, waktu : menit sesudah persalinan
 - ☐ Tidak, alasan :
- Pemberian ulang Oksitosin (2x) ?
 - ☐ Ya, alasan :
 - ☒ Tidak
- Pemegangan tali pusat terkendali ?
 - ☒ Ya
 - ☐ Tidak, alasan :

PEMANTAUAN PERSALINAN KALA IV

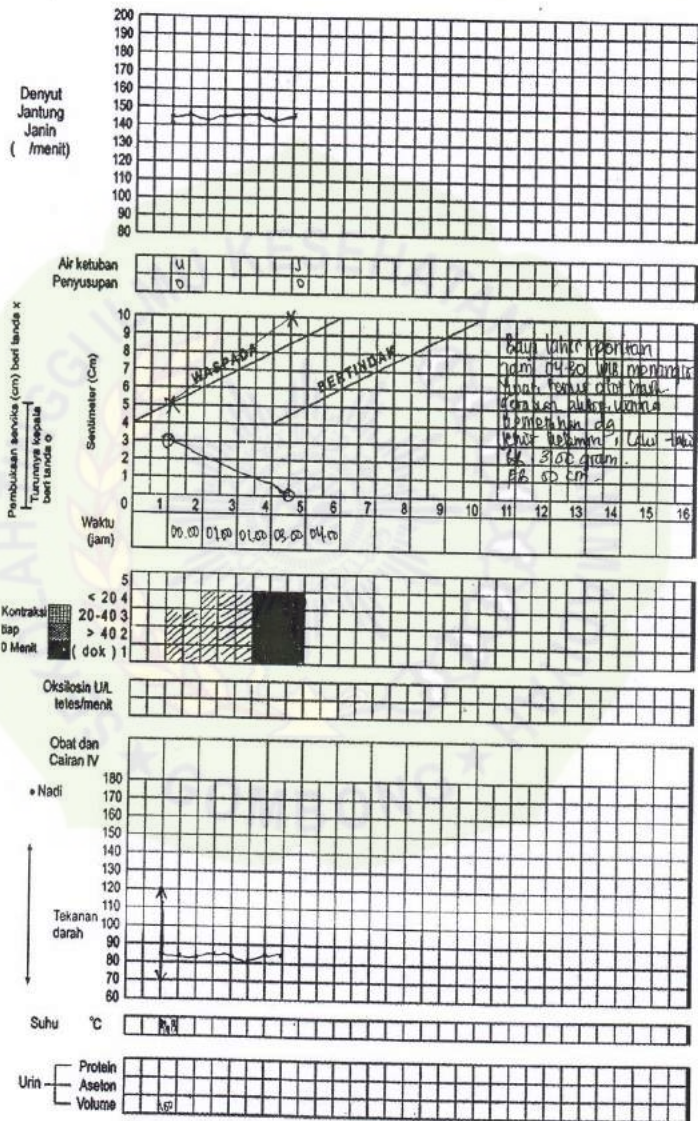
Jam Ke	Waktu	Tekanan darah	Nadi	Suhu	Tinggi Fundus Uteri	Kontraksi Uterus	Kandung Kering	Perdarahan
1	10.00	110/70	84	36.7	23 cm pit	keras	kosong	30 cc
	10.15	110/70	83		23 cm pit	keras	kosong	50 cc
	10.30	110/70	83		23 cm pit	keras	kosong	70 cc
	10.45	110/70	82		23 cm pit	keras	kosong	80 cc
2	11.15	110/70	80	36.6	23 cm pit	keras	kosong	90 cc
	11.45	110/70	80		23 cm pit	keras	kosong	100 cc

Masalah kala IV :
 Penatalaksanaan masalah tersebut :
 Hasilnya :

- Masase fundus uteri ?
 - ☒ Ya
 - ☐ Tidak, alasan :
- Plasenta lahir lengkap (intact) Ya / Tidak
 Jika tidak lengkap, tindakan yang dilakukan :
 - a.
 - b.
- Plasenta tidak lahir > 30 menit : Ya / Tidak
 - ☐ Ya, tindakan :
 - a.
 - b.
 - c.
 - ☒ Tidak
- Laserasi :
 - ☒ Ya, dimana Mukosa vagina, komitum posterior, kula & otot perineum.
 - ☐ Tidak
- Jika laserasi perineum, derajat : 1 (2) 3 / 4
 Tindakan :
 - ☒ Panjahan (dengan) tanpa anestesi
 - ☐ Tidak dijahit, alasan :
- Aloni uteri :
 - ☐ Ya, tindakan
 - a.
 - b.
 - c.
 - ☒ Tidak
- Jumlah perdarahan : 100 ml
- Masalah lain, sebutkan :
- Penatalaksanaan masalah tersebut :
- Hasilnya :
- BAYI BARU LAHIR :
 - 34. Berat badan : 2900 gram
 - 35. Panjang : 49 cm
 - 36. Jenis kelamin : L / P
 - 37. Penilaian bayi baru lahir (baik) / ada penyulit
 - 38. Bayi lahir :
 - ☒ Normal, tindakan :
 - ☒ mengeringkan
 - ☒ menghangatkan
 - ☒ rangsang taktil
 - ☒ bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
 - ☐ Asplasia ringan/pucat/biru/lemas/tindakan :
 - ☐ mengeringkan ☐ bebaskan jalan napas
 - ☐ rangsang taktil ☐ menghangatkan
 - ☐ bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
 - ☐ lain - lain sebutkan :
 - ☐ Cacat bawaan, sebutkan :
 - ☐ Hipotermi, tindakan :
 - a.
 - b.
 - c.
- Pemberian ASI
 - ☒ Ya, waktu : 1 jam setelah bayi lahir
 - ☐ Tidak, alasan :
- Masalah lain,sebutkan :
 Hasilnya :

PARTOGRAF

No. Register Nama Ibu : Ny. N Umur : 24 thn G. 1 P. 0 A. 0
No. Puskesmas Tanggal : 23-4-2012 Jam : 20.00 WIB Alamat : Catumbur
Kebutan pecah Sejak jam - mules sejak jam 14.00 WIB 3/5 simbol



Makan terakhir jam 11.00 WIB dg nasi, sayur, lauk sebanyak 1 porsi
Minum terakhir jam 19.30 WIB dg air putih sebanyak 1 gelas

Peromyscus
old

CATATAN PERSALINAN

- Tanggal : 23-4-2019
- Nama bidan : SRI WIDIA
- Tempat Persalinan :
 - ☐ Rumah Ibu ☐ Puskesmas
 - ☐ Polindes ☐ Rumah Sakit
 - ☒ Klinik Swasta ☐ Lainnya :
- Alamat tempat persalinan : Sidomarek V/S
- Catatan : ☐ rujuk, kala : I / II / III / IV
- Alasan merujuk :
- Tempat rujukan :
- Pendamping pada saat merujuk :
 - ☐ Bidan ☐ Teman
 - ☐ Suami ☐ Dukun
 - ☐ Keluarga ☐ Tidak ada

KALA I

- Perogram melewati garis waspada : Y / T
- Masalah lain, sebutkan :
- Penatalaksanaan masalah Tsb :
- Hasilnya :

KALA II

- Episiotomi :
 - ☐ Ya, Indikasi
 - ☒ Tidak
- Pendamping pada saat persalinan
 - ☐ Suami ☐ Teman ☐ Tidak ada
 - ☐ Keluarga ☐ Dukun
- Gawat Janin :
 - ☐ Ya, tindakan yang dilakukan
 - a.
 - b.
 - c.
 - ☒ Tidak
- Distosi bahu :
 - ☐ Ya, tindakan yang dilakukan
 - a.
 - b.
 - c.
 - ☒ Tidak
- Masalah lain, sebutkan :
- Penatalaksanaan masalah tersebut :
- Hasilnya :

KALA III

- Lama kala III : 15 menit
- Pemberian Oksitosin 10 U/m ?
 - ☒ Ya, waktu : menit sesudah persalinan
 - ☐ Tidak, alasan
- Pemberian ulang Oksitosin (2x) ?
 - ☐ Ya, alasan
 - ☒ Tidak
- Pepegangan tali pusat terkendali ?
 - ☒ Ya
 - ☐ Tidak, alasan

PEMANTAUAN PERSALINAN KALA IV

Jam Ka	Waktu	Tekanan darah	Nadi	Suhu	Tinggi Fundus Uteri	Kontraksi Uterus	Kandung Kemih	Perdarahan
1	05.15	110/70	84	36.8	21 cm	Keras	Kosong	30 cc
	05.30	110/70	82		21 cm	Keras	Kosong	60 cc
	05.45	110/70	82		21 cm	Keras	Kosong	80 cc
	06.00	110/70	82		21 cm	Keras	Kosong	90 cc
2	06.30	110/70	81	36.6	21 cm	Keras	Kosong	100 cc
	07.00	110/70	81		21 cm	Keras	Kosong	110 cc

Masalah kala IV :

Penatalaksanaan masalah tersebut :

Hasilnya :

- Masase fundus uteri ?
 - ☒ Ya
 - ☐ Tidak, alasan
- Plasenta lahir lengkap (Intact) Ya / Tidak
 - Jika tidak lengkap, tindakan yang dilakukan :
 -
 -
 -
- Plasenta tidak lahir > 30 menit : Ya / Tidak
 - ☐ Ya, tindakan :
 -
 -
 -
 - ☒ Tidak
- Laserasi :
 - ☒ Ya, dimana : Mukosa vagina, komitru perineum, labia rotunda
 - ☐ Tidak
- Jika laserasi perineum, derajat : 1 (2) 3 / 4
 - Tindakan :
 - ☒ Panjaitan, pengang / tanpa anestesi
 - ☐ Tidak dijahit, alasan
- Atoni uteri :
 - ☐ Ya, tindakan :
 -
 -
 -
 - ☒ Tidak
- Jumlah perdarahan : 100 ml
- Masalah lain, sebutkan :
- Penatalaksanaan masalah tersebut :
- Hasilnya :

BAYI BARU LAHIR :

- Berat badan : 3100 gram
- Panjang : 50 cm
- Jenis kelamin : L/P
- Penilaian bayi baru lahir : baik / ada penyulit
- Bayi lahir :
 - ☒ Normal, tindakan :
 - ☒ mengeringkan
 - ☒ menghangatkan
 - ☒ rangsang taktil
 - ☒ bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
 - ☐ Asfiksia ringan/pucat/biru/lemas, tindakan :
 - ☐ mengeringkan ☐ bebaskan jalan napas
 - ☐ rangsang taktil ☐ menghangatkan
 - ☐ bungkus bayi dan tempatkan di sisi ibu
 - ☐ lain - lain sebutkan
 - ☐ Cacat bawaan, sebutkan :
 - ☐ Hipotermi, tindakan :
 -
 -
 -
- Pemberian ASI
 - ☒ Ya, waktu : 1 jam setelah bayi lahir
 - ☐ Tidak, alasan
- Masalah lain, sebutkan :
- Hasilnya :

DOKUMENTASI



Gerakan Latihan 2 Ny. N



Gerakan Latihan 3 Ny. T



Gerakan Latihan 4 Ny. N



Gerakan Latihan 5 Ny. N



Gerakan Latihan 5 Ny. T



Gerakan Sikap Posisi Mengejan
Ny. T



Gerakan Latihan Sikap Pembentukan Tubuh Ny. T



Gerakan Latihan 1 Ny. T