

SKRIPSI

PENGARUH *KEGEL EXERCISE* PADA PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III TERHADAP KEJADIAN RUPTUR PERINEUM DI RSI FATIMAH TAHUN 2021



Oleh :

Nama : Faika

NIM : 202007T009

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BANYUWANGI
BANYUWANGI
2022**

SKRIPSI

PENGARUH *KEGEL EXERCISE* PADA PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III TERHADAP KEJADIAN RUPTUR PERINEUM DI RSI FATIMAH TAHUN 2021

**Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan (S.Keb)
Pada Program Studi Sarjana Kebidanan Profesi Stikes Banyuwangi**



Oleh :

Nama : Faika

NIM : 202007T009

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BANYUWANGI
BANYUWANGI
2022**

PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Proposal skripsi ini adalah hasil karya tulis ilmiah saya sendiri, dan saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan proposal saya yang berjudul

**PENGARUH *KEGEL EXERCISE* PADA *PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III*
TERHADAP KEJADIAN *RUPTUR PERINEUM*
DI RSI FATIMAH TAHUN 2021**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Banyuwangi, 17 - Juni . 2022

Yang membuat pernyataan



Faika

NIM : 202007T009

LEMBAR PERSETUJUAN

Proposal Penelitian Dengan Judul :

**PENGARUH SENAM KAGEL PADA PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III
TERHADAP KEJADIAN RUPTUR PERINEUM
DI RSI FATIMAH TAHUN 2021**

NAMA MAHASISWA : FAIKA

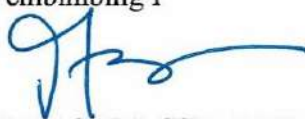
NIM : 202007T009

Telah disetujui untuk diujikan

Pada Tanggal :

Oleh:

Pembimbing I



DESY PURNAMASARI, SST., M.Keb

NIDN : 0701129202

Pembimbing II

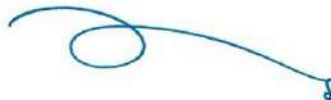


WAHYU FUJI HARIANI, SST., M.Kes

NIDN : 0716088601

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan



DESI TRIANITA, SST., M.Kes

NIDN : 0716128602

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan Judul

PENGARUH *KEGEL EXERCISE* PADA PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III
TERHADAP KEJADIAN *RUPTUR PERINEUM*
DI RSI FATIMAH TAHUN 2021

Telah Diuji Dihadapan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Sarjana Kebidanan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi
Pada Tanggal : 17 Juni 2022.....

PANITIA PENGUJI

Penguji I : Fransisca Retno Asih, SST.,M.keb
NIDN : 0715069006

Penguji II : Desy Purnamasari, SST.,M.Keb
NIDN : 0701129202

Penguji III : Wahyu Fuji Hariani, SST.,M.Kes
NIDN : 0716088601



Mengetahui

Ketua

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi


DR. H. SOEKARDJO
NUPN : 9907159603

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKDEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

NAMA : Faika

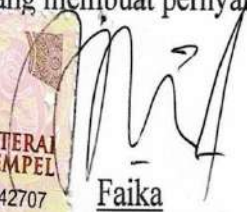
NIM : 202007T009

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil penelitian saya dengan judul :
*PENGARUH KEGEL EXERCISE PADA PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III
TERHADAP KEJADIAN RUPTUR PERINEUM DI RSI FATIMAH TAHUN
2021.*

Bersedia untuk dimuat dalam majalah atau jurnal ilmiah atas nama pembimbing
dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai peneliti.

Banyuwangi, 17 - Juni - 2022

Yang membuat pernyataan,


Faika
202007T009



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, berkat rahmat dan bimbingannya kami dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **PENGARUH *KEGEL EXERCISE* PADA PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III TERHADAP KEJADIAN *RUPTUR PERINEUM* DI RSI FATIMAH TAHUN 2021** dapat terselesaikan. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana kebidanan (S.Keb) pada Program Sarjana Kebidanan Stikes Banyuwangi. Bersamaan ini perkenankanlah penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar – besarnya dengan hati yang tulus kepada:

1. Dr.H.Soekardjo, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan program studi sarjana kebidanan di STIKES Banyuwangi, dan telah banyak memberikan pengarahan dan masukan kepada penulis.
2. Desi Trianita, SST.,M.Kes selaku ketua program studi sarjana kebidanan yang telah memberikan kesempatan dan dorongan kepada kami untuk menyelesaikan perkuliahan di Program Studi sarjana kebidanan.
3. Desy Purnamasari, SST.,M.Keb selaku pembimbing 1 yang telah banyak memberikan pengarahan dan masukan kepada penulis.
4. Wahyu Fuji Hariani, SST.,M.Kes selaku pembimbing 2 yang telah banyak memberikan pengarahan dan masukan kepada penulis.
5. Direktur RSI Fatimah Banyuwangi yang telah memberikan izin untuk tempat penelitian kepada penulis.
6. Orang tua dan semua keluarga kecilku (suami dan anak-anakku) yang telah membantu dalam doa dan dukungan sehingga skripsi ini dapat selesai.

7. Rekan – rekan mahasiswa STIKES Banyuwangi dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas budi baik semua pihak yang telah memberikan kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini. Penulis menyadari sepenuhnya dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna, sehingga penulis mohon kritik dan saran yang sifatnya membangun. Akhirnya penulis hanya bisa berharap semoga skripsi ini berguna bagi pembaca pada umumnya dan bagi dunia keperawatan.

Banyuwangi, Desember 2021

Penulis

FAIKA
NIM. 202007T009

MOTTO

Pendidikan mempunyai akar yang pahit, tapi buahnya manis (Aristoteles)

“Cukuplah Allah SWT sebagai penolongku. Dan Allah sebaik-baiknya pelindung”
(QS. Ali Imron : 173)

“sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai dari suatu urusan. Kerjakanlah dengan sungguh-sungguh urusan yang lain dan kepada tuhan-Mu lah kamu berharap”
(QS,Alam Nasyrah: 68)

“Janganlah kamu terlalu menyerah terhadap kegagalan yang telah kamu alami dan jangan lah terlalu gembira terhadap kesuksesan yang telah kamu capai, Allah SWT tidak menyukai orang yang sombong dan bersikap angkuh “
(QS. Al Hadid : 23)

PESEMBAHAN

Karya tulis ini saya persembahkan kepada beliau dan mereka, orang-orang yang saya cintai dan mencintai saya, mereka yang mampu memberi saya ketenangan hati, mampu menjadi penyemangat dalam hari-hari saya, dan mampu memberi alasan kepada saya untuk tetap bertahan dengan Langkah dan usaha saya. Dedikasi untuk :

1. Allah SWT, terima kasih karena berkat rahmat-Nya saya bisa menjalani hidup hingga detik ini, merampungkan skripsi, mampu menjalani hari-hari dan memberikan kenangan dengan orang-orang tercinta.
2. Keluarga tercinta, ABI (alm) Ja'far Mohammad Dzeiban dan Ummi Fatma Zubaidi tercinta terima kasih tiada tara atas kasih sayang dan berbagai bentuk pengorbanan serta doa yang tulus untuk faika serta dukungan penuh dalam menyelesaikan Pendidikan dan skripsi ini, maafkan faika yang mungkin tak dapat membalas pengorbanan ummi dan abi tapi faika akan berusaha menjadi orang yang berguna dan bermanfaat untuk orang lain dan membuat ummi dan abi bangga dengan kesuksesan yang faika dapat, hari ini dan esok faika persembahkan untuk ummi dan abi maaf untuk kesalahan dan kekhilafan faika ummi abi, I Love You
3. Saudara-saudaraku, Ahmad, Ali, Aliyah, Taufik, Rusdi, Zeid, Rosidah, Abdullah, Helmi, Umar dan seluruh keluarga besarku terima kasih atas support yang membangun yang mampu menjadikan semangat dalam setiap Langkah faika.
4. Seluruh dosen dan egenap staff STIKES Banyuwangi yang telah memberi support dan masukan dalam menyelesaikan segala kegiatan kampus.
5. Seluruh tenaga Kesehatan dan staff RS Fatimah Banyuwangi atas bantuan tenaga dan pikiran demi terselesaikannya penelitian ini.
6. Keluargaku tercinta, rifki, fayyadh, mirza, nadif terima kasih atas dukungannya yang telah diberikan selama ini dan teman-teman seangkatan ku
7. Teruntuk almamater tercinta Sekolah tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi semoga skripsi ini mampu memberikan manfaat dan menambah wawasan bagi yang membacanya dan menjadi saran serta masukan saya untuk saya selanjutnya.
Betapa berartinya mereka dalam hidup saya, semoga Allah SWT memberikan balasan atas kebaikan mereka.

Penulis,

Faika

ABSTRAK

PENGARUH *KEGEL EXERCISE* PADA PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III TERHADAP KEJADIAN *RUPTURE PERINEUM* DI RSI FATIMAH TAHUN 2021

Berdasarkan survei demografi dan kesehatan Indonesia, penyebab kematian ibu tertinggi pada tahun 2017 adalah perdarahan. Banyak penyebab terjadinya perdarahan post partum, salah satu penyebabnya adalah robekan perineum. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh *kegel exercise* pada primigravida trimester III terhadap kejadian *rupture perineum* di RSI Fatimah tahun 2021.

Jenis penelitian ini *pre-experimental* menggunakan pendekatan *Post Test Only Control Group Design*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 responden, dengan menggunakan *Consecutive Sampling*. Kelompok pertama merupakan kelompok yang melakukan senam kegel sedangkan kelompok kedua merupakan kelompok kontrol. Data penelitian ini adalah hasil observasi robekan perineum pada bulan desember 2021-Januari 2022. Data ditabulasi dan dianalisis dengan menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Ibu hamil primigravida trimester III yang melakukan senam kegel serta mengalami ruptur perineum sebanyak 6 orang (20%), sedangkan ibu hamil primigravida yang tidak melakukan senam kegel serta mengalami ruptur perineum sebanyak 12 orang (40%). Pada uji *Chi-square* didapat nilai $p \text{ value } (0,025) < \alpha (0,05)$ sehingga H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh antara senam kegel dengan terjadinya ruptur perineum.

Saran peneliti kepada tenaga kesehatan khususnya bidan yang bekerja di Rumah Sakit Islam Fatimah agar dapat memberikan penyuluhan dan motivasi kepada para ibu hamil agar melakukan senam kegel secara rutin selama kehamilan agar dapat mencegah perdarahan akibat ruptur perineum.

ABSTRACT

EFFECT OF *KEGEL EXERCISE* ON PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III WITH THE INCIDENCE OF PERINEAL RUPTUR AT FATIMAH ISLAMIC HOSPITAL IN 2021

Based on the Indonesian Demographic and Health Survey, the highest cause of maternal death in 2017 was bleeding. Many causes of post partum hemorrhage, one of the causes is perineal tears. The purpose of *study was to identify* effect of *kegel exercise* on Primigravida trimester III With The Incidence of perineal ruptur at Fatimah Islamic Hospital In 2021.

This type of research was *Pre-Experimental* using *Post Test Only Control Group Design*. About 30 people were taken as samples in this study obtained through *Consecutive Sampling* techniques. The first group that performs Kegel Gymnastics while the second group is the control group. The data of this study are the results of observations of perineal tears in Desember 2021-Januari 2022. The data were tabulated and analyzed using the *Chi-Square test*.

The results showed that primigravida third trimester pregnant women who performed *kegel exercise* and experienced perineal rupture as many as 6 respondents (20%), while primigravida pregnant women who did not do *kegel exercise* and had perineal rupture as many as 12 respondents (60%). In the *Chi-Square* test obtained p value (0,025) $< \alpha$ (0.05) so that H_0 is rejected. This shows a significant effect of *kegel exercise* on primigravida trimester III with the incidence of perineal ruptur at Fatimah Islamic Hospital In 2021.

Uggestion for health service especially midwife who work at Fatimah Islamic Hospital are advised to provide counseling and motivation to pregnant women to routinely do *kegel exercises* during pregnancy so as to prevent bleeding due to *perineal rupture*.

DAFTAR ISI

Halaman Judul Dan Prasyarat Gelar	i
Lembar Pernyataan orisinalitas	ii
Lembar Persetujuan	iii
Halaman Penetapan Panitia Penguji	iv
Lembar pernyataan persetujuan publikasi	v
Kata pengantar	vi
Abstrak	viii
Daftar Isi	x
Daftar Gambar	xii
Daftar Tabel	xiii
Daftar Singkatan	xiv
Daftar Lampiran	xv

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang	1
1.2 Rumusan masalah	4
1.3 Tujuan	4
1.3.1 Tujuan umum	4
1.3.2 Tujuan khusus	4
1.4 Manfaat	5

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep dasar kehamilan	7
2.1.1 Pengertian kehamilan	7
2.1.2 Proses kehamilan	9
2.1.3 Perubahan pada kehamilan	10
2.2 Konsep Primigravida	16
2.2.1 Kehamilan primigravida trimester tiga	16
2.2.2 Usia primigravida	17
2.2.3 Primigravida tua	17
2.2.4 Komplikasi	18
2.3 Ruptur perineum	19
2.3.1 Definisi ruptur perineum	19
2.3.2 Etiologi	20
2.3.3 Klasifikasi derajat Ruptur Perineum	21
2.3.4 Faktor Penyebab Ruptur Perineum	22
2.3.5 Penanganan Ruptur Perineum	23
2.4 Senam Kegel	25
2.4.1 Pengertian Senam kegel (<i>Kegel Exercise</i>)	25

2.4.2	Manfaat Senam kegel (<i>Kegel Exercise</i>)	27
2.4.3	Teknik Senam Kegel	28
2.4.4	Syarat- Syarat senam kegel.....	29
2.4.5	Kontraindikasi senam kegel	29
2.4.6	Hal-hal yang perlu di perhatikan dalam senam kegel	29
2.4.7	Faktor Motivasi melakukan senam kegel	30
2.5	Pengaruh <i>Kegel Exercise</i> Pada Primigravida Trimester III Terhadap Kejadian Rupture Perineum	32
BAB 3	KERANGKA KONSEPTUAL	
3.1	Kerangka konseptual	35
3.2	Hipotesis penelitian	36
BAB 4	METODE PENELITIAN	
4.1	Jenis penelitian	37
4.2	Desain penelitian.....	37
4.3	Populasi dan sampel.....	38
4.3.1	Populasi	38
4.3.2	Sampel	38
4.3.3	Teknik pengambilan sampel	39
4.3.4	Besar sampel	39
4.4	Lokasi dan waktu penelitian	40
4.5	Variabel penelitian dan definisi operasional	40
4.6	Teknik dan prosedur pengumpulan data	42
4.7	Teknik pengolahan dan analisa data	43
4.8	Kerangka kerja.....	46
4.9	Etika penelitian	47
BAB 5	HASIL PENELITIAN	
5.1	Gambaran umum RSI Fatimah Banyuwangi	49
5.2	Data umum.....	50
5.3	Analisis penelitian.....	51
BAB 6	PEMBAHASAN	
6.1	Pembahasan.....	52
6.2	Keterbatasan penelitian.....	54
BAB 7	KESIMPULAN DAN SARAN	
7.1	Simpulan	55
7.2	Saran	56
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN-LAMPIRAN		

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka konsep	35
Gambar 4.2 Kerangka kerja	46

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Desain penelitian.....	37
Tabel 4.2 Definisi operasional	41
Tabel 5.1 Karakteristik responden berdasarkan umur	50
Tabel 5.2 Karakteristik responden berdasarkan pendidikan	50
Tabel 5.3 Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan	51
Tabel 5.4 Karakteristik responden berdasarkan uk	51
Tabel 5.5 <i>Kegel exercise</i> pada primigravida trimester III	52
Tabel 5.6 <i>Rupture perineum</i> pada primigravida trimester III	52
Tabel 5.7 Pengaruh <i>kegel exercise</i> pada primigravida trimester III terhadap kejadian <i>rupture perineum</i>	53

DAFTAR SINGKATAN

WHO : World Health Organization
Depkes RI : Departemen Kesehatan Republik Indonesia
PC : *Pubo Coccygeal Muscle*

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal penelitian
Lampiran 2	Surat ijin pengambilan data awal
Lampiran 3	Surat balasan pengambilan data
Lampiran 4	Surat permohonan menjadi responden
Lampiran 5	<i>Informed concent</i>
Lampiran 6	Tabulasi
Lampiran 7	Hasil uji SPSS <i>Chi Square</i>
Lampiran 8	SOP
Lampiran 9	Formulir Record
Lampiran 10	Lembar konsultasi