



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkmumi.ac.id/index.php/woh/article/view/woh3209>

Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Keikutsertaan Dalam Kelas Senam Hamil Di Rumah Sakit Colombia Asia

^KMuthia Sari Mardha¹, Ivan Sri Marsaulina Panjaitan²

¹Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia Medan

²Program Studi DIV Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia Medan

Email Penulis Korespondensi (^K) : muthiasarimarda@helvetia.ac.id

muthiasarimarda@helvetia.ac.id¹, ivansri@helvetia.ac.id²

(085270000521)

ABSTRAK

Ketidakpatuhan ibu mengikuti kegiatan kelas senam hamil merupakan salah satu kendala dalam pelaksanaan yang akan berdampak global bagi kesehatan ibu. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu dengan keikutsertaan dalam kelas senam hamil, dan hubungan sikap ibu dengan keikutsertaan dalam kelas senam hamil. Jenis penelitian ini adalah penelitian survei analitik dengan pendekatan secara *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester tiga yang berkunjung di Rumah Sakit Colombia Asia Medan yang berjumlah 103 orang, sampel dalam penelitian ini menggunakan Rumus Slovin dan didapat 82 responden dengan teknik pengambilan sampel secara *accidental sampling*. Instrumen penelitian dengan menggunakan kuesioner pernyataan berjumlah 20 soal. Analisis yang digunakan adalah bivariate dengan uji *chi-square* dengan alpha 0.05. Hasil uji statistik hubungan pengetahuan ibu dengan keikutsertaan ibu hamil dalam kelas senam hamil, diperoleh nilai (p-value) = 0.019 < α 0.05, yang artinya ada hubungan pengetahuan ibu dengan keikutsertaan dalam kelas senam hamil. Hubungan tabulasi silang antara sikap ibu dengan keikutsertaan dalam kelas senam hamil diperoleh nilai (p-value) = 0.029 < α 0.05 yang artinya ada hubungan sikap ibu dengan keikutsertaan dalam kelas senam hamil. Kesimpulan penelitian ini adalah ada hubungan pengetahuan ibu hamil dengan keikutsertaan ibu hamil dalam kelas senam hamil dan ada hubungan sikap ibu dengan keikutsertaan dalam kelas senam hamil. Saran kepada ibu hamil untuk lebih banyak menggali informasi tentang kelas senam hamil baik dari media massa maupun media cetak.

Kata kunci: Pengetahuan; sikap; keikutsertaan; senam; hamil

PUBLISHED BY :

Public Health Faculty

Universitas Muslim Indonesia

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)

Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnal.woh@gmail.com, jurnalwoh.fkm@umi.ac.id

Phone :

+62 85255997212

Article history :

Received 10 Februari 2020

Received in revised form 26 Maret 2020

Accepted 26 Maret 2020

Available online 25 April 2020

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



ABSTRACT

Non-compliance with mothers in participating in pregnancy exercise classes is one of the obstacles in implementation that will have a global impact on maternal health. The purpose of this study was to determine the relationship between maternal knowledge and participation in pregnancy exercise classes, and the relationship between maternal attitudes and participation in pregnancy exercise classes. This type of research is an analytic survey research with cross sectional approach. The population in this study were all Trimester 3 pregnant women who visited the Columbia Asia Medan Hospital, amounting to 103 people, the sample in this study used the Slovin formula and obtained 82 respondents with accidental sampling technique. The research instrument used a questionnaire statement totaling 20 questions, the analysis used was a chi-square test with alpha 0.05. Statistical test results of the relationship of maternal knowledge with the participation of pregnant women in the pregnancy exercise class, obtained a value (p-value) = 0.019 < α 0.05, which means there is a relationship of maternal knowledge with participation in the pregnancy exercise class. The relationship of cross tabulation between maternal attitudes and participation in pregnancy exercise classes obtained value (p-value) = 0.029 < α 0.05, which means there is a relationship between maternal attitudes and participation in pregnancy exercise classes. Conclusion there is a relationship between knowledge of pregnant women with the participation of pregnant women in pregnancy exercise classes and there is a relationship between maternal attitudes and participation in pregnancy exercise classes, suggestions for pregnant women to explore more information about pregnan classes both from the mass media and print media.

Keywords: Knowledge; attitude; participation; gymnastics; pregnant

PENDAHULUAN

Setiap hari di tahun 2017, sekitar 810 wanita meninggal karena sebab yang dapat dicegah terkait dengan kehamilan dan persalinan. Antara 2000 dan 2017, rasio kematian ibu (AKI, jumlah kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup) turun sekitar 38% di seluruh dunia. Sekitar 94% dari semua kematian ibu terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Perawatan terampil sebelum, selama dan setelah melahirkan dapat menyelamatkan nyawa wanita dan bayi baru lahir.^{1,2,3}

Hasil Sensus Penduduk (SP) 2010 menunjukkan Angka Kematian Ibu di Indonesia sebesar 346, yang artinya terdapat 346 kematian perempuan pada saat hamil, saat melahirkan atau masa nifas per 100.000 kelahiran hidup. Angka Kematian Ibu hasil Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) 2015 lebih rendah daripada hasil Sensus Penduduk (SP) 2010, yaitu sebesar 305.⁴

Mengatasi tingginya AKI di Indonesia, diperlukan upaya percepatan penurunan kematian ibu dan bayi melalui peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku ibu dan keluarga. Dengan peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku ini diharapkan kesadaran terhadap pentingnya kesehatan selama kehamilan menjadi meningkat. Program yang diselenggarakan oleh Kementerian Kesehatan untuk mendukung langkah tersebut adalah dengan diadakannya kelas ibu hamil. Kelas ibu hamil merupakan sarana untuk belajar kelompok tentang kesehatan bagi ibu hamil dalam bentuk tatap muka yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu mengenai kehamilan, persalinan, perawatan nifas dan perawatan bayi baru lahir melalui praktek dengan menggunakan buku KIA (Kesehatan Ibu dan Anak).^{4,5,6}

Ketidakpatuhan ibu hamil mengikuti kegiatan kelas ibu hamil merupakan salah satu kendala dalam pelaksanaan kegiatan kelas ibu hamil yang akan berdampak global bagi kesehatan ibu hamil. Ibu hamil yang diharapkan memiliki kualitas kesehatan yang baik dengan ikut serta dalam kelas ibu hamil

tidak akan terwujud apabila ibu tidak patuh dalam mengikuti kelas ibu hamil. Dengan ibu hamil yang tidak memiliki kualitas kesehatan yang baik akan mempersulit penurunan angka kematian ibu. 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.^{4,6,7,8}

Penelitian yang dilakukan oleh Sari tahun 2014 menunjukkan mayoritas ibu hamil berpengetahuan baik sebanyak orang 39 orang (72.2%) dan bersifat positif sebanyak 43 orang (79.7%) terhadap senam hamil. Setelah dilakukan uji chi-square disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap ibu hamil tentang senam hamil karena nilai p value <0.05 atau $(0.000 > 0.05)$.⁹

Penelitian yang dilakukan oleh Susilawati tahun 2017 menyimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan dan sikap dengan pelaksanaan senam rendahnya keikutsertaan kelas ibu hamil tergambar dalam setiap pelaksanaan kelas ibu hamil. Hal ini menandakan pemanfaatan kelas ibu hamil yang belum maksimal. Padahal kehadiran dalam kelas ibu hamil sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap dan perilaku ibu agar memahami tentang kehamilan, persalinan, nifas, KB pasca persalinan termasuk perawatan bayi baru lahir.¹⁰

Berdasarkan data di atas maka peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan judul: Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Keikutsertaan dalam Kelas Senam Hamil di Rumah Sakit Colombia Asia. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan keikutsertaan kelas senam hamil, dan hubungan sikap ibu dengan keikutsertaan kelas senam hamil yang dilaksanakan di Rumah Sakit Colombia Asia Medan.

METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah survey analitik dengan menggunakan *cross sectional*, yaitu untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap ibu dengan keikutsertaan kelas senam hamil. Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Colombia Asia Medan yang terletak di Jalan Listrik Medan. Penelitian ini dilakukan pada Januari hingga April 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang berkunjung pada bulan Desember 2018 sampai Maret 2019 di Rumah Sakit Colombia Asia Medan, dengan total sebanyak 103 responden. Dengan menggunakan rumus Slovin maka sampel yang digunakan adalah sebesar 82 responden. Adapun cara pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik *accidental sampling*.

Instrumen penelitian ini berupa kuesioner yang berjumlah 20 soal dengan rincian pengetahuan 10 soal, sikap 5 soal, keikutsertaan 5 soal. Analisis data yang digunakan adalah Chi-Square, dengan batas kemaknaan perhitungan statistik p value (0.05). Apabila hasil perhitungan menunjukkan nilai $p < p$ value (0.05), maka dikatakan (H_0) ditolak dan H_a diterima, artinya kedua variabel secara statistik mempunyai hubungan yang signifikan.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1 memperlihatkan karakteristik responden berdasarkan umur mayoritas berada pada umur 20-30 tahun berjumlah 42 responden (51.2%) dan minoritas berada pada umur < 20 tahun berjumlah 18 responden (22.0%). Pendidikan responden mayoritas berada pada SMA berjumlah 32 responden (39.0%) dan minoritas SD berjumlah 10 responden (12.2%). Paritas responden mayoritas multipara berjumlah 67 responden (81.7%) dan minoritas grandemultipara berjumlah 4 responden (4.9%).

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden	n	%
Umur		
<20	18	22.00
20-30	42	51.20
>30	22	26.80
Pendidikan		
SD	10	12.20
SMP	17	20.70
SMA	32	39.00
PT	23	28.00
Paritas		
Primipara	11	13.40
Multipara	67	81.70
Grande Multipara	4	4.90

Tabel 2 memperlihatkan pengetahuan ibu hamil tentang kelas senam. Mayoritas berada pada kategori baik sebanyak 36 responden (43.9%), minoritas pengetahuan ibu hamil berada pada kategori kurang sebanyak 16 responden (19.5%). Karakteristik sikap distribusi frekuensi sikap ibu hamil tentang kelas senam hamil, mayoritas berada pada kategori positif sebanyak 62 responden (75.6%), minoritas sikap ibu hamil berada pada kategori negatif sebanyak 20 responden (24.4%). Distribusi frekuensi keikutsertaan ibu hamil dalam kelas senam hamil mayoritas berada pada kategori berperan sebanyak 44 responden (53.7%), minoritas keikutsertaan ibu hamil berada pada kategori tidak berperan sebanyak 38 responden (46.3%).

Tabel 2. Pengetahuan, Sikap, dan Keikutsertaan Ibu Hamil

Pengetahuan	n	%
Baik	36	43.90
Cukup	30	36.60
Kurang	16	19.50
Sikap		
Positif	62	75.60
Negatif	20	24.40
Keikutsertaan Ibu Hamil		
Berperan	44	53.70
Tidak Berperan	38	46.30

Analisa Bivariat

Analisis bivariat bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu hamil dengan keikutsertaan ibu hamil dalam kelas senam hamil dan hubungan sikap ibu hamil dengan keikutsertaan ibu hamil dalam kelas senam hamil. Uji statistik yang digunakan peneliti untuk analisis bivariat adalah *Chi-square* dengan nilai $\alpha = 0.05$. Adapun hasilnya sebagai berikut :

Tabel 3 memperlihatkan hubungan pengetahuan ibu hamil dengan keikutsertaan dalam kelas senam hamil, dimana mayoritas terdapat pada kategori baik yaitu sebanyak 36 responden (43.9%) dimana keikutsertaan ibu hamil yang berperan sebanyak 24 responden (29.3%), dan yang tidak berperan sebanyak 12 responden (14.6%), dan minoritas pengetahuan ibu hamil terdapat pada kategori kurang yaitu sebanyak 16 responden (19.5%). Dimana keikutsertaan ibu hamil yang berperan sebanyak 10 responden (16.1%) dan yang tidak berperan sebanyak 6 responden (7.3%). Hasil uji statistik *chi-square* didapatkan nilai *p-value* = 0.019 pada tingkat pengetahuan 95% dengan $\alpha=0.05$. Dengan demikian, *p-value* (0.019) < 0.05 yang menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan ibu hamil dengan keikutsertaan ibu hamil dalam kelas senam hamil, dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 3. Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Keikutsertaan dalam Kelas Senam Hamil

Pengetahuan Ibu hamil	Keikutsertaan Ibu Hamil				Jumlah		P-Value
	Berperan		Tidak Berperan		n	%	
	n	%	n	%			
Baik	24	66.70	12	33.30	36	100.00	0.019
Cukup	10	33.30	20	66.70	30	100.00	
Kurang	10	62.50	6	37.50	16	100.00	
Total	44	53.70	38	46.30	82	100.00	

Tabel 4 menunjukkan bahwa sikap ibu hamil dengan keikutsertaan ibu hamil dalam kelas senam hamil mayoritas terdapat pada kategori positif, yaitu sebanyak 62 responden (75.6%) dimana keikutsertaan ibu hamil yang berperan sebanyak 38 responden (46.3%) dan yang tidak berperan sebanyak 24 responden (29.3%). Dan minoritas sikap ibu hamil terdapat pada kategori negatif, yaitu 20 responden (24.4%). Dimana keikutsertaan ibu hamil yang berperan sebanyak 6 responden (7.3%) dan yang tidak berperan sebanyak 14 responden (17.1%). Hasil uji statistik *chi-square* didapatkan nilai *p-value* = 0.029 pada tingkat pengetahuan 95% dengan $\alpha = 0,05$. Dengan demikian, *p-value* (0.029) < 0.05 yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara sikap ibu hamil dengan keikutsertaan dalam kelas senam hamil. Dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4. Hubungan Sikap Ibu dengan Keikutsertaan dalam Kelas Senam Hamil

Sikap Ibu Hamil	Keikutsertaan Ibu Hamil				Jumlah		P-Value
	Berperan		Tidak Berperan		n	%	
	n	%	n	%			
Positif	38	61.30	24	38.70	62	100.00	0.029
Negatif	6	30.00	14	70.00	20	100.00	
Total	44	53.70	38	46.30	82	100.00	

PEMBAHASAN

Pengetahuan dengan Keikutsertaan Ibu Hamil dalam Kelas Senam Hamil

Pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu“ dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terhadap terjadi melalui panca indra manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Pada waktu pengindraan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.^{11,12}

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (ovent behavior). Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.^{11,12,13}

Kelas senam hamil merupakan suatu kelas yang di dalamnya ada unsur pendidikan dan khusus untuk ibu hamil, pada kelas ini diberikan *exercise-therapy* atau terapi latihan gerak, kelas senam hamil biasanya terdapat di rumah sakit ibu dan anak, rumah bersalin, atau klinik bersalin dengan penanggung jawab fisioterapis atau bidan maupun petugas kesehatan lain seperti perawat yang telah memiliki sertifikat senam hamil.¹⁴

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ermala tahun 2014 yang menunjukkan mayoritas ibu hamil berpengetahuan baik sebanyak orang 39 orang (72.2%) dan bersifat positif sebanyak 43 orang (79.7%) terhadap senam hamil. Setelah dilakukan uji chi-square disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap ibu hamil tentang senam hamil karena nilai p value < 0.05 atau (0.000>0.05).¹⁵

Menurut pendapat peneliti pengetahuan ibu hamil terhadap keikutsertaan ibu hamil dalam kelas senam hamil di Rumah Sakit Colombia Asia Medan, sudah baik hal tersebut dapat dilihat dari hasil tabel distribusi frekuensi. Walaupun demikian ibu hamil yang pengetahuannya sudah baik, harus lebih aktif lagi kedepannya dan ibu hamil yang pengetahuannya masih kurang harus tetap meningkatkan pengetahuan dan wawasannya tentang senam hamil agar tercipta kesejahteraan ibu dan anak.

Sikap dengan Keikutsertaan Ibu Hamil dalam Kelas Senam Hamil

Sikap adalah perasaan mendukung atau memihak (*favorable*) maupun perasaan tidak mendukung (*unfavorable*) pada suatu objek. Sikap bersifat evaluatif dan berakhir pada nilai yang dianut dan terbentuk kaitannya dengan suatu objek. Sikap merupakan perasaan positif atau negatif atau keadaan mental yang selalu disiapkan, dipelajari, dan diatur melalui pengalaman yang memberikan pengaruh khusus pada respon seseorang terhadap objek, orang, dan keadaan.¹⁶

Sikap merupakan reaksi yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau obyek. Newcomb menyatakan bahwa sikap merupakan kesiapan atau kesediaan bertindak. Sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi adalah merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku.^{16,17,18}

Senam hamil merupakan suatu usaha untuk mencapai kondisi yang optimal dalam mempersiapkan proses persalinan dengan cara dirancang latihan-latihan bagi ibu hamil. Senam hamil sangat membantu selama proses melahirkan anak, selain itu manfaat senam hamil lebih terasa lagi saat mengeluarkan bayi.¹⁹

Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayah, dimana hasil penelitiannya menunjukkan tidak ada hubungan masing-masing subvariabel pengetahuan, sikap dan motivasi dengan peran serta ibu hamil dalam mengikuti senam hamil. Pada hasil analisis secara multivariat dengan Regresi Berganda dengan selang kepercayaan 95% didapatkan hasil bahwa $p \text{ value} > \alpha$, artinya H_0 gagal ditolak. Hal ini berarti tidak ada hubungan faktor internal (pengetahuan, sikap, dan motivasi) dengan peran serta ibu hamil dalam mengikuti senam hamil.²⁰

Menurut pendapat peneliti, dari hasil penelitian mayoritas berada pada kategori positif, artinya sikap ibu hamil dengan keikutsertaan ibu hamil dalam kelas senam hamil sudah memberikan respon bahwa keikutsertaan ibu hamil dalam kelas senam hamil itu perlu dilakukan untuk memudahkan persalinan normal sehingga tidak menimbulkan rasa sakit yang amat sangat, karena ibu sudah dapat melakukan pernapasan untuk mengejan dengan baik, akan tetapi bagi ibu hamil yang sikapnya masih kurang dengan keikutsertaan ibu hamil dalam kelas senam hamil agar lebih peduli dan ikut serta dalam kelas senam hamil.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan pengetahuan dengan keikutsertaan ibu hamil dalam kelas senam hamil dan ada hubungan sikap dengan keikutsertaan ibu hamil dalam kelas senam Hamil. Saran Bagi ibu hamil harus ditingkatkan lagi pengetahuana sehingga dapat aktif ikut serta dalam kelas senam hamil di Rumah Sakit Columbia Asia Medan karena senam hamil berperan penting bagi kesehatan ibu hamil.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima Kasih penulis ucapkan kepada pimpinan Rumah Sakit Colombia Asia Medan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Organisation) W (World H. No Title [Internet]. Maternal Mortality. p. 1. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>
2. Dewi, Serawati, et al. Perceptions Of Pregnant Woman On Monetary And Time Sacrifice For Satisfaction Based On Health Workers Roles In Antenatal Services To Reduce The Risk Of Maternal Death At Gowa District. Health Science Journal of Indonesia, 2019;10(2): 111-118.
3. Alwi, Muhammad Khidri, et al. The Effect Of Training On Efforts To Reduce Maternal Mortality Risk To Behavior Of Community-Based Safe Motherhood Promoters (SMPs). Indian Journal of Public Health Research & Development, 2018, 9(11): 339-345.
4. Badan Pusat Statistik (Central Bureau of Statistics). Profil Penduduk Indonesia Hasil SUPAS 2015. Badan Pusat Statistik. 2015.

5. Kementerian Kesehatan RI. Pedoman Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil. Kementerian Kesehatan RI Jakarta. 2011.
6. Yusriani, Yusriani; Alwi, Muhammad Khidri. Implementasi Pelayanan Kesehatan Ibu Di Wilayah Kerja Puskesmas Bontomate'ne, Kecamatan Turatea, Kabupaten Jeneponto. In: Prosiding Seminar Nasional Sinergitas Multidisiplin Ilmu Pengetahuan dan Teknologi. 2018;1(1):157-163.
7. Ayu S. Kursus Kilat Senam Hamil untuk Menjaga Kehamilan Sehat dan Persalinan Normal. Yogyakarta: Araska; 2012.
8. Yusriani, Yusriani; Mukharrim, Muh Said; Ahri, Reza Aril. Pelaksanaan Program Perencanaan Persalinan Dan Pencegahan Komplikasi (P4K) Melalui Peran Keluarga. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 2019;18(2): 49-58.
9. Sari E. Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Terhadap Senam Hamil Di Rumah Sakit Elisabet Medan Tahun 2014. J Ilm Kebidanan Imelda. 2018;1(1).
10. Susilawati D. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Tentang Senam Hamil dengan Pelaksanaan Senam Hamil di Kelurahan Kubu Marapalam Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Padang Tahun 2017. Menara Ilmu. 2017;11(77).
11. Laili U. Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keikutsertaan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Di BPS NINA Surabaya. J Heal Sci. 2015;8(2).
12. Septiani R. Pengetahuan, Sikap Ibu Hamil Dan Dukungan Suami Dengan Keikutsertaan Ibu Hamil Dalam Kelas Ibu Hamil Di Puskesmas Kota Metro Lampung. J Kesehatan. 2016;4(2).
13. Yusriani, Y.; Alwi, M. K. Buku Ajar Promosi Kesehatan Dan Pemberdayaan Masyarakat. Book & Articles Of Forikes, 2018, 9: 1-59.
14. Ni'mah L. Manfaat Senam Hamil Untuk Meningkatkan Durasi Tidur Ibu Hamil. KEMAS J Kesehatan Masyarakat. 2013;8(2).
15. Widyawati FS. Pengaruh senam hamil terhadap proses persalinan dan status kesehatan neonatus. J Berk Epidemiol. 2013;1(2):316-324.
16. M. AW dan D. Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia. Syafni. 2012.
17. Mardhiah A, Marlina M. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil. Window of Health : Jurnal Kesehatan [Internet]. 23Aug.2019 [cited 28Jan.2020];:266-7. Available from: <http://jurnal.fkmumi.ac.id/index.php/woh/article/view/182>
18. Pemiliana P, Oktafirnanda Y, Santi I. Faktor Yang Berhubungan Dengan Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Simpang Kiri Kota Subulussalam Provinsi Aceh Tahun 2018. Window of Health : Jurnal Kesehatan [Internet]. 25Oct.2019 [cited 28Jan.2020];:389-02. Available from: <http://jurnal.fkmumi.ac.id/index.php/woh/article/view/205>
19. Maryunani A, Sukaryati Y. Senam Hamil, Senam Nifas, dan Terapi Musik. Trans Info Media Jakarta. 2011;
20. Hidayah R, Andarini S, Anjaswarni T. Hubungan Faktor Internal Dengan Peran Serta Ibu Hamil Dalam Mengikuti Senam Hamil. J keperawatan. 2014;5(1).