

## Hubungan senam hamil pada ibu hamil trimester ketiga dengan rasa nyaman pada saat tidur di Rumah Sakit Pelni Petamburan Jakarta Barat

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20276667&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Pada kehamilan trimester ketiga, kehamilan semakin membesar sehingga menimbulkan keluhan tidur yang kurang nyaman. Untuk mengurangi keluhan itu disarankan para ibu hamil melakukan olah raga untuk kebugaran fisiknya dan proses persalinan. Penelitian ini dilakukan di RS Pelni pada Mei 2008 yang bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan senam hamil pada ibu hamil trimester ketiga dengan rasa nyaman pada saat tidur. Desain penelitian deskriptif korelasi dengan cross sectional, menggunakan sampling jenuh. Sampel yang dilibatkan sebanyak 20 responden dengan proporsi 10 ibu hamil trimester ketiga yang mengikuti senam hamil dan 10 ibu hamil trimester ketiga yang tidak mengikuti senam hamil. Hasil perhitungan sampel dengan populasi terbatas. Analisa data menggunakan uji Chi-square. Jenis instrument yang digunakan berupa angket buatan sendiri. Hasil penelitian  $N_{hitung} = 0,20$ ,  $N_{tabel} = 3,841$ ,  $\#945; = 0,05$  yang bermakna bahwa tidak ada hubungan senam hamil pada ibu hamil trimester ketiga dengan rasa nyaman pada saat tidur.