

ABSTRAK

Senam hamil diperlukan ibu hamil untuk mengantisipasi ketegangan otot dasar panggul dalam menghadapi persalinan. Berdasarkan data awal di Rumah Sakit Al-Irsyad Surabaya dari 352 ibu primigravida yang mengikuti senam hamil hanya 120 (34.09%). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran keteraturan pelaksanaan senam hamil pada ibu primigravida di Rumah Sakit Al-Irsyad Surabaya.

Desain penelitian ini deskriptif. Populasinya adalah ibu primigravida yang mengikuti senam hamil di Rumah Sakit Al-Irsyad Surabaya pada bulan Juni 2013 sebanyak 30 ibu primigravida. Besar sampel 28 ibu primigravida dan cara pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Variabel adalah keteraturan pelaksanaan senam hamil. Pengumpulan data menggunakan data primer yaitu kuesioner. Teknik pengolahan data menggunakan *editing, coding*, dan tabulasi data. Analisis data menggunakan analisis deskriptif.

Hasil penelitian didapatkan dari 28 ibu primigravida yang mengikuti senam hamil sebagian besar (67,9 %) tidak teratur dalam mengikuti senam hamil dan hampir setengahnya (32,1%) teratur mengikuti senam hamil.

Simpulan didapatkan bahwa ibu primigravida di Rumah Sakit Al-Irsyad Surabaya sebagian besar tidak teratur mengikuti senam hamil. Diharapkan petugas kesehatan lebih mempromosikan kegiatan senam hamil dengan menyebar brosur sehingga ibu hamil lebih aktif mengikuti senam hamil di Rumah Sakit Al-Irsyad Surabaya.

Kata kunci : primigravida, keteraturan, senam hamil