

## ABSTRAK

Senam hamil diperlukan ibu hamil untuk mengantisipasi ketegangan otot dasar panggul dalam menghadapi persalinan. Berdasarkan data awal di Puskesmas DR. Soetomo Surabaya pada tahun 2010, dari 54 ibu hamil yang mengikuti senam hamil hanya 23 (42,59%) orang yang teratur mengikuti senam hamil. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran keteraturan pelaksanaan senam hamil pada ibu hamil di Puskesmas DR. Soetomo Surabaya.

Penelitian ini bersifat deskriptif. Populasi adalah ibu hamil yang mengikuti senam hamil di Puskesmas DR. Soetomo Surabaya pada bulan Juli 2011 sebanyak 14 ibu hamil. Besar sampel 14 ibu hamil dan cara pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Variabel adalah keteraturan pelaksanaan senam hamil. Pengumpulan data menggunakan data sekunder yaitu status ibu hamil. Teknik pengolahan data menggunakan *editing, coding* dan tabulasi data. Analisis data menggunakan analisis deskriptif

Hasil penelitian didapatkan dari 14 ibu hamil yang mengikuti senam hamil sebagian besar (57,1%) tidak teratur dalam mengikuti senam hamil dan hampir separuh (42,9%) teratur mengikuti senam hamil.

Simpulan didapatkan bahwa ibu hamil di Puskesmas DR. Soetomo Surabaya sebagian besar tidak teratur mengikuti senam hamil. Oleh karena itu diharapkan petugas kesehatan lebih mempromosikan kegiatan senam hamil dengan menyebarkan brosur sehingga ibu hamil lebih aktif mengikuti senam hamil di Puskesmas DR. Soetomo Surabaya.

Kata kunci: keteraturan, senam hamil.