

## ABSTRAK

Kala II merupakan proses persalinan yang sangat penting bagi kelancaran ibu bersalin primipara dan multipara, apabila mengalami perpanjangan kala II dapat menyebabkan gangguan fisiologis pada ibu dan bayi, sehingga dengan upaya melakukan senam hamil yang teratur dapat mengurangi perpanjangan kala II. Tujuan penelitian ini untuk mempelajari hubungan keteraturan senam hamil trimester III dengan lama kala II pada primipara.

Desain penelitian adalah analitik observasional dengan *Cross Sectional*. Populasi ini adalah ibu bersalin normal spontan belakang kepala (Spt B) dan mengikuti senam hamil trimester III di RB Endang Widayat Sidoarjo pada bulan Juli 2009 berjumlah 34 orang, dengan sampel berjumlah 32 orang. Pengambilan sampel secara *Probability Sampling* dengan *Simple Random Sampling*. Variabel dependen penelitian ini adalah lama kala II dan variabel independen adalah keteraturan senam hamil trimester III. Data primer adalah ceklist dan data sekunder adalah partograf untuk pengumpulan data. Penyajian data dengan tabel distribusi frekuensi dan tabulasi silang. Analisa data menggunakan uji statistik *Mann whitney* SPSS 12.0 for windows dengan tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$ .

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 32 responden ada 20 orang teratur senam hamil trimester III seluruhnya 20 orang (100%) lama kala II  $\leq 90$  menit, dari 5 orang kurang teratur sebagian besar 3 orang (60%) lama kala II  $\leq 90$  menit dan dari 7 orang tidak teratur sebagian besar 5 orang (71,4%) lama kala II  $> 90$  menit. Dari uji statistik *Mann Whitney* didapatkan hasil  $p = 0,000 < \alpha = 0,05$  maka  $H_0$  di tolak. Berarti ada hubungan keteraturan senam hamil trimester III dengan lama kala II.

Simpulan dari penelitian ini adalah keteraturan senam hamil trimester III mempengaruhi lama kala II pada primipara. Untuk itu diharapkan bagi tenaga kesehatan untuk berpartisipasi dalam memberikan penyuluhan senam hamil pada kegiatan yang diberikan.

Kata Kunci : Senam hamil, lama kala II