

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PRODI D IV KEBIDANAN**

SKRIPSI, 15 APRIL 2020

MERI YATI MARBUN

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN AKTIVITAS FISIK
IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PAYUNG SEKAKI KOTA
PEKANBARU**

viii + 55 halaman + 9 tabel + 2 bagan + 15 lampiran

ABSTRAK

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) di Indonesia tahun 2018 melaporkan faktor resiko perilaku aktivitas fisik pada kehamilan masih rendah yaitu 30,7%. Salah satu cara penanganan dan pencegahan terhadap komplikasi kehamilan adalah beraktivitas fisik yang secara teratur dan benar. Aktivitas fisik yang teratur mempunyai banyak manfaat untuk kesehatan dan merupakan salah satu bagian penting dari gaya hidup sehat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan usia ibu hamil, paritas dan usia kehamilan terhadap aktivitas fisik. Penelitian ini dilaksanakan dari bulan Agustus 2019 - April 2020 di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru. Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil pada bulan Januari-Maret 2020 yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki. Sampel pada penelitian ini adalah 124 ibu hamil diambil dengan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dengan data primer dan instrument penelitian berupa kuesioner. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisa bivariat menggunakan uji *Chi Square Test*. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan usia ibu hamil dengan aktivitas fisik (p -value 0,02), terdapat hubungan paritas ibu hamil dengan aktivitas fisik (p -value 0,16), terdapat hubungan usia kehamilan dengan aktivitas fisik (p -value 0,00). Disarankan bagi bidan dapat mensosialisasikan dan meningkatkan pelayanan kesehatan yang sudah ada yaitu berupa aktivitas fisik pada ibu hamil secara teratur dan berkala, dan memberikan penyuluhan tentang manfaat dan pengaruh aktivitas fisik terhadap kesehatan ibu hamil

Kata Kunci : Usia Ibu Hamil, Paritas, Usia Kehamilan, Aktivitas Fisik
Daftar Pustaka : (2009- 2018)

**MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA
HEALTH POLYTECHNIC OF KEMENKES RIAU
STUDY PROGRAM OF D IV MIDWIFERY**

GRADUATING PAPER, 15 APRIL, 2020

MERI YATI MARBUN

**FACTORS WHICH ARE RELATED TO PREGNANT WOMEN'S PHYSICAL
ACTIVITIES IN WORKING AREA PAYUNG SEKAKI HEALTH CENTER,
PEKANBARU CITY**

Viii + 55 pages + 9 tables + 2 schema + 15 attachments

ABSTRACT

According to Basic Health Research (Riskesdas) data in Indonesia in year 2018 reported risk factors for physical activity behavior in pregnancy is still low at 30.7%. One way to handle and prevent complications of pregnancy is physical activity that is regular and correct. Regular physical activity has many health benefits and is an important part of a healthy lifestyle. The purpose of this study was to determine the relationship of pregnant woman's age, parity and gestational age with physical activity. This research was conducted from Agustus 2019 - April 2020 at Working Area Payung Sekaki Health Center, Pekanbaru City. This type of research is descriptive analytic with cross sectional research design. The population in this study were all normal pregnant women who visited working area Payung Sekaki Health Center in Pekanbaru City and the sample of this study was 124 people taken by Purposive Sampling technique. Collecting data with primary data and research instruments in the form of questionnaires. Analysis of the data in this study using bivariate analysis using the Chi Square Test. The results of this study indicate there is a relationship between the age of pregnant women with physical activity ($p = \text{value } 0.02$), there is a relationship between parity of pregnant women with physical activity ($p = \text{value } 0.16$), there is a relationship between gestational age and physical activity ($p = \text{value } 0,00$). It is recommended that midwives can socialize and improve existing health services in the form of physical activity for pregnant women regularly and periodically, and provide counseling about the benefits and effects of physical activity on the health of pregnant women

Keywords : Age of Pregnant Women, Parity, Age of Pregnancy, Physical Activity

References : (2009-2018)