



## Hubungan Aktivitas Fisik Ibu Hamil Dengan Kejadian Preeklamsia Di RS DKT Kota Kediri

Pipit Puspitasari<sup>1</sup>, Eko Sri Wulaningtyas<sup>2</sup>, Dhewi Nurahmawati<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains  
Universitas Nusantara PGRI Kediri

\*Email korespondensi: [Puspitasaripipit379@gmail.com](mailto:Puspitasaripipit379@gmail.com)

<b>Diterima:</b>	<b>Dipresentasikan:</b>	<b>Disetujui Terbit:</b>
7 Agustus 2024	10 Agustus 2024	08 Oktober 2024

### ABSTRAK

Preeklamsia adalah suatu kejadian pada ibu yang mengalami kehamilan > 20 minggu ditandai dengan proteinuria dan edema dengan tekanan sistolik  $\geq 140$  mmHg dan tekanan diastolik  $\geq 90$  mmHg. Aktifitas fisik akan membantu peserdaran darah dengan meningkatkan elastisitas pembuluh darah. Berdasarkan Dinas kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2017 sebanyak 165 orang mempunyai Aktivitas fisik ringan dengan preeklamsia 30,90% dan responden sebanyak 26 orang sedikit infeksi (4,8%). Aktivitas fisik adalah segala kegiatan atau aktivitas yang menyebabkan peningkatan energi oleh tubuh melampaui energi istirahat. Selama aktivitas fisik, otot memerlukan energi di luar metabolisme untuk bergerak. Banyaknya energi yang di perlukan pada seberapa berat pekerjaan yang di lakukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik ibu hamil dengan kejadian Preeklamsia di Rumah Sakit DKT Kota Kediri. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan rancangan cross sectional. Desain kasus kontrol dengan jumlah sampel 36 orang ibu hamil setelah usia kehamilan 20 minggu. Pengolahan data dengan analisis bivariat menggunakan uji fisher's exact test. Hasil uji fisher's exact test menunjukkan bahwa nilai  $p=0,000$  sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian preeklamsia  $p=0,000$  bahwa  $pvalue < 0,05$ . aktivitas fisik ringan (61,1%), aktivitas fisik sedang (13,99%), aktivitas berat (25,0%) sehingga ibu hamil lebih banyak melakukan aktivitas ringan untuk mengurangi kejadian preeklamsia di Rumah Sakit DKT Kota Kediri.

**Kata kunci:** : Aktivitas Fisik, ibu hamil, Preeklamsia.

### PENDAHULUAN

Preeklamsia merupakan suatu kejadian pada ibu yang mengalami kehamilan > 20 minggu ditandai seperti hipertensi, proteinuria dan edema. Hipertensi pada preeklamsia dikatakan sebagai penyebab meningkatnya tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan tekanan diastolik  $\geq 90$  mmHg. Sedangkan proteinuria adalah urin



yang mengandung protein berlebihan. Sedang edema tidak spesifik dalam mendiagnosa preeklamsia (Sarwono, 2016).

Menurut WHO (*World Health Organization*) pada ibu hamil trimester III terdapat kenaikan tekanan darah sistolik kurang lebih 15 mmHg dibanding dengan tekanan darah sebelum hamil pada trimester I dan II kehamilan. Hipertensi lebih sering terjadi pada wanita pada laki-laki (Kemenkes RI, 2021).

Berdasarkan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2017 sebanyak 165 orang mempunyai Aktivitas ringan dengan preeklamsia 30,90 % atau sebanyak 165 orang dan Responden sebanyak 26 orang sedikit infeksi 4,8% (Dinkes Provinsi Jawa Timur, 2017).

Faktor penyebab terjadinya Preeklamsia dalam kehamilan adalah aktivitas fisik, stres, usia ibu, obesitas, paritas, jarak kehamilan, riwayat keturunan, riwayat Preeklamsia, riwayat Hipertensi, paparan asap rokok, status pendidikan, riwayat antenatal care dan pengaruh gizi yang dikonsumsi (Quedarusman, Wantania, & Kaeng, 2013).

aktivitas fisik pada ibu hamil adalah salah satu penyebab preeklamsia kehamilan. Kurangnya aktivitas fisik pada ibu hamil dapat menyebabkan pembengkakan, kelelahan, dan berpotensi mempengaruhi kesehatan janin. Pembengkakan pada ibu hamil terutama yang terjadi pada kaki dan pergelangan kaki dapat menjadi tanda kondisi yang disebut preeklamsia, Pembengkakan ini biasanya disertai dengan tekanan darah tinggi, protein dalam urin. Gejala signifikan pembengkakan sakit kepala berat atau gangguan penglihatan, nyeri perut, mual. Pola makan dan kurang berolahraga dapat meningkatkan risiko Preeklamsia (Kurniasih, 2012).

Aktivitas fisik adalah segala bentuk gerakan tubuh yang membutuhkan energi dan melibatkan otot - otot yang memerlukan pengeluaran energi termasuk aktivitas yang dilakukan saat bermain, bekerja, dan kegiatan (Sintya dkk, 2018) mencakup berbagai kegiatan yang dimulai dari yang ringan seperti berjalan kaki atau yoga hingga lebih intensif seperti berenang, lari atau latihan otot. Preeklamsia dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan bahwa Aktivitas Fisik Ibu Hamil berhubungan dengan kejadian preeklamsia Di Rumah sakit DKT Kota Kediri.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan Analitik Observasional dengan rancangan cross sectional yaitu dilakukan pada satu waktu tertentu (Siswanto, Susila, & Suyanto, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil setelah usia kehamilan 20 minggu yang datang periksa di RS. DKT Kota Kediri. Jumlah populasi ibu hamil di RS. DKT Kota Kediri 36 orang. Teknik pengambilan sampel kasus dan kontrol dengan *total sampling* yaitu ibu hamil yang bersedia menjadi responden, ibu hamil diperiksa yang usia kehamilannya > 20 minggu, yang periksa di RS. DKT Kota Kediri.

Teknik pengumpulan data aktivitas fisik yang diperoleh dari wawancara kuesioner kepada responden tentang aktivitas sehari-hari dengan menggunakan



kuesioner IPAQ ( *International Physical Activity Questionnaire*).  $Mets/ minggu =$  Aktivitas rendah/berjalan( $3,3 MET \times menit \times hari$ ) + Aktivitas sedang ( $4 MET \times menit \times hari$ ) + Aktivitas berat ( $8 MET \times menit \times hari$ ). Dihitung dalam 7 hari terakhir, penghitungan dilakukan oleh peneliti. Aktivitas fisik dikategorikan menjadi aktivitas ringan, aktivitas sedang, aktivitas berat. Sedangkan tekanan darah diambil dari catatan rekam medis ibu saat melakukan cek tekanan darah dan proteinuria diruang KIA.

Data Analisis statistik dalam penelitian ini menggunakan uji fisher’s exact test menggunakan aplikasi software komputer. Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui deskripsi frekuensi variabel penelitian. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antar masing masing variabel independen dengan kejadian Preeklamsia. Nilai  $p < 0,05$  yang menunjukkan signifikan variabel untuk melihat pengaruh variabel dependen dan independen.

**HASIL PENELITIAN**

**Analisis Univariat Aktivitas Fisik**

Tabel 1. Analisis Univariat Variabel Aktifitas Fisik

	Frekuensi(n)	Presentase
Aktivitas Ringan	22	61.1
Aktivitas Sedang	5	13.9
Aktivitas Berat	9	25.0
Total	36	100.0

Berdasarkan tabel 1 diperoleh gambaran ibu yang melakukan aktivitas ringan yaitu sebanyak 22 responden (61,1 %) lebih besar dari pada ibu yang melakukan aktivitas sedang yaitu sebanyak 5 responden (13,9%) dan ibu yang melakukan aktivitas berat yaitu sebanyak 9 responden (25,0%).

**Analisis Bivariat Hubungan Aktivitas Fisik Ibu Hamil Dengan Kejadian Preeklamsia Di Rumah Sakit DKT Kota Kediri.**

Analisis bivariat untuk mengetahui hubungan Aktivitas fisik ibu hamil dengan kejadian preeklamsia.

**Tabel 2. Analisis bivariat hubungan aktivitas fisik ibu hamil dengan kejadian preeklamsia**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	32.147 <sup>a</sup>	2	.000	.000		
Likelihood Ratio	40.813	2	.000	.000		
Fisher's Exact Test	34.671			.000		



Linear-by-Linear Association	25.815 <sup>b</sup>	1	.000	.000	.000	.000
N of Valid Cases	36					

Tabel 2 menunjukkan terdapat hubungan aktivitas fisik ibu hamil dengan kejadian preeklamsia dengan hasil uji *Fisher's exact test* didapatkan nilai  $p=0,000$  bahwa  $pvalue<0,05$ , Ibu hamil lebih banyak melakukan aktivitas fisik ringan. Maka terbukti aktivitas fisik ringan ibu hamil dapat mengurangi kejadian preeklamsia.

Sebagian ibu hamil di wilayah Kediri memiliki aktivitas fisik normal. Dalam penelitian ini, sebagian besar ibu hamil memiliki aktivitas fisik ringan yang normal yang usianya 20-35 tahun sebesar (16,1%). Aktivitas fisik dapat terjadi jika tubuh ibu hamil cukup melakukan kegiatan fisik dan memperoleh makanan yang digunakan secara efisien dan cukup dalam melakukan aktivitas fisik (Daniati, 2020). Ibu yang melakukan aktivitas ringan yaitu sebanyak 22 responden (61,1%) lebih besar dari pada ibu yang melakukan aktivitas sedang yaitu sebanyak 5 responden (13,9%) dan ibu yang melakukan aktivitas berat yaitu sebanyak 9 responden (25,0%).

Aktivitas fisik adalah segala bentuk gerakan tubuh yang membutuhkan energi dan melibatkan otot-otot yang memerlukan pengeluaran energi termasuk aktivitas yang dilakukan saat bermain, bekerja, dan kegiatan (Sintya dkk, 2018). Dalam Penelitian ini terdapat hubungan aktivitas fisik ibu hamil dengan kejadian preeklamsia dengan hasil uji *Fisher's exact test* didapatkan nilai  $p=0,000$  bahwa  $pvalue<0,05$ , Ibu hamil lebih banyak melakukan aktivitas fisik ringan. Maka terbukti semakin tinggi aktivitas fisik ringan ibu hamil semakin rendah kejadian preeklamsia.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai  $p=0,000$  sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian preeklamsia  $p=0,000$  bahwa  $pvalue<0,05$ . Aktivitas fisik ringan (61,1%), aktivitas fisik sedang (13,99%), aktivitas berat (25,0%) sehingga ibu hamil lebih banyak melakukan aktivitas ringan untuk mengurangi kejadian preeklamsia di Rumah Sakit DKT Kota Kediri.

## DAFTAR RUJUKAN

- Afridasari, S. N., Saimin, J., & Sulastrianah, S. (2019). Analisis Faktor Risiko Kejadian Preeklamsia Berat. *Jurnal Surya Medika*, 3(1), 31–35.
- Cunningham, F. G., Leveno, K. J., Spong, C. Y., Dashe, J. S., Casey, B. M., Hoffman, B. L., & Bloom, S. L. (2018). *Williams Obstetrics, 25th Edition*. McGraw-Hill Education.
- Daniati, L. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) Pada Siswa SMP Negeri 1 Padang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 1(2). <https://doi.org/10.25077/jikesi.v1i2.100>
- Dartiwen, S. S. T. M. K., & Yati Nurhayati, S. S. T. M. K. (2019). *Asuhan Kebidanan*



- pada Kehamilan*. Andi Publisher. Diambil dari <https://books.google.co.id/books?id=zoX-DwAAQBAJ>
- Desmarnita, U., & Mulyanti, Y. (2019). Pengaruh Promosi Kesehatan Melalui Buku Praktis Kesehatan Ibu Hamil Preeklamsia Terhadap Pengetahuan Kader Kesehatan. *Jkep*, 4(1), 44–53. <https://doi.org/10.32668/jkep.v4i1.279>
- Dinkes Provinsi Jawa Timur. (2017). *PROFIL KESEHATAN PROVINSI JAWA TIMUR TAHUN 2016 [East Java Health Profile 2016]*. Surabaya: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.
- Elsanti, D., Yulistika, D., & Yuliarti, Y. (2016). Hubungan Antara Tingkat Stress Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Pre Eklamsia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Kalibagor. *Prosiding SNaPP: Kesehatan (Kedokteran, Kebidanan, Keperawatan, Farmasi, Psikologi)*, 2(1), 177–186.
- Kemendes RI. (2021). Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021. In *Kemendagri Kesehatan RI*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Koko Nugroho, Mulyadi, G. N. M. M. (2016). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Perubahan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Semester 2 Programstudi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran. *e-journal Keperawatan*, 4(2), 1–5.
- Kurniasari, D., & Arifandini, F. (2019). Hubungan Usia, Paritas dan Diabetes Mellitus Pada kehamilan Dengan Kejadian Preeklamsia Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Rumbia Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2014. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 9(3), 142–150.
- Mardiyana, N. E., Ainiyah, N. H., & Anifah, F. (2022). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Rena Cipta Mandiri.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (1 ed.). Bandung: ALFABETA.
- Sutanto, A. V., & Fitriana, Y. (2018). *Asuhan pada kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- Sutomo, A. H. (2013). Risk factors of the incidence of pulmonary tuberculosis in Banjarmasin City, Kalimantan, Indonesia. *International Journal of Public Health*, 2(1), 1–6.
- Widarsa, K. T., Astuti, P. A. S., & Kurniasari, N. M. D. (2022). *Metode Sampling Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. BASWARA PRESS. Diambil dari <https://books.google.co.id/books?id=J21mEAAAQBAJ>
- ZSAFIRA, R. (2017). *HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK SELAMA KEHAMILAN DENGAN KEJADIAN PRE-EKLAMPSIA PADA IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS 1 CILONGOK KABUPATEN BANYUMAS*. UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO.