

BAB 7

SIMPULAN DAN SARAN

7.1 Simpulan

Hasil penelitian yang dilakukan di puskesmas Banyuanyar, puskesmas Gajahan, puskesmas Pajang, dan puskesmas Sibela ini tidak mendukung teori dan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa aktivitas fisik berhubungan dengan lama partus kala I fase aktif pada ibu primigravida. Kenyataan ini perlu ditelusuri lebih lanjut dalam penelitian-penelitian selanjutnya, karena aktivitas fisik mempengaruhi kekuatan ibu selama persalinan dan dapat menurunkan resiko komplikasi persalinan, sehingga dapat meningkatkan angka kesejahteraan ibu dan bayi.

7.2 Saran

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperbaiki kembali kuesioner yang ada sehingga pertanyaan yang ditujukan dapat lebih baik, dan melihat faktor lain dari partus lama seperti faktor psikologis ibu selama persalinan. Untuk instasi kesehatan diharapkan dapat mengedukasi ibu hamil mengenai pentingnya aktivitas fisik selama kehamilan serta diharapkan untuk memperlengkap pencatatan data pasien.

DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. Media centre: maternal mortality. 2016; Available from: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs348/en/>
2. Kementerian Kesehatan RI. Situasi kesehatan ibu [Internet]. 2014. Available from: <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-ibu.pdf>
3. Profil kesehatan provinsi Jawa Tengah [Internet]. 2015. Available from: dinkesjatengprov.go.id/v2015/dokumen/profil2015/Profil_2015_fix.pdf
4. Dona S. Perbedaan lama persalinan menggunakan teknik hypnobirthing dan tanpa teknik hypnobirthing. 2017;7:18–24.
5. Fatoni A. Hubungan usia ibu, paritas, dan berat lahir terhadap kala II lama di rumah sakit Adji Darmo Lebak. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta; 2011.
6. Tandiono E. Hubungan senam hamil dengan lama proses persalinan kala I & II pada ibu primigravida di RSKIA Sakina Idaman Yogyakarta. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta; 2017.
7. Cunningham F, Leveno K, Bloom S, Spong C, Dashe J, Hoffman B, et al. William obstetrics. 24th ed. New York: McGraw-Hill Education; 2014. 445-446 p.
8. Negari K, Christiani N. Manfaat prenatal yoga terhadap proses persalinan [Internet]. Universitas Ngundi Waluyo; 2017. Available from: <http://e-prosiding.unw.ac.id/index.php/snk/article/view/41>
9. Thompson EL, Vamos CA, Daley EM. Physical activity during pregnancy and the role of theory in promoting positive behavior change: a systematic review. J Sport Heal Sci [Internet]. 2017;6:198–206. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jshs.2015.08.001>
10. Kader M, Naim-Shuchana S. Physical activity and exercise during pregnancy. Eur J Physiother. 2014;16:2–9.
11. Ghodsi Z, Asltoghiri M, Hajiloomohajerani M. Exercise and pregnancy: duration of labor stages and perinea tear rates. Procedia - Soc Behav Sci [Internet]. 2011;31:441–5. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.12.082>
12. Evenson K, Barakat R, Brown W, Dargent-Molina P, Haruna M, Mikkelsen E. Guidelines for physical activity during pregnancy: comparisons from around the world. NIH Public Access [Internet]. 2013;31:1713–23. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4206837/>

13. Rohani, Saswita R, Marisah. Asuhan kebidanan pada masa persalinan. Salemba Medika; 2011.
14. Manuba I. Ilmu kebidanan dan penyakit kandungan dan keluarga berencana untuk pendidikan bidan. Jakarta: EGC; 2010. 158-159 p.
15. Prawirohardjo S, Saifuddin A, Rachinhadhi T, Wiknjosastro G, editors. Ilmu kebidanan. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2008.
16. Mika O. Buku ajar asuhan kebidanan persalinan dan bayi baru lahir. Yogyakarta: Deepublish; 2016. 40-45 p.
17. Putri D, Liva M, Ani T, Rita A. Buku ajar asuhan kebidanan komprehensif pada ibu bersalin dan bayi baru lahir. Deepublish; 2014.
18. Setyorini R. Belajar tentang persalinan. Pertama. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2013.
19. Anggarini D, Subakti Y. Kupas tuntas kehamilan. Hamzah I, editor. Jakarta: PT AgroMedia Pustaka; 2013.
20. Murray M, Huelsmann G. Persalinan dan melahirkan : praktik berbasis bukti. Tampubolon A, Yulianti D, editors. Jakarta: EGC; 2013.
21. Wagiyo N, Putrono. Asuhan keperawatan antenatal, intranatal, dan bayi baru lahir fisiologis dan patologis. Yogyakarta: ANDI; 2016.
22. Thomas JR, Nelson JK, Silverman SJ. Research methods in physical activity. seventh. united States: Human Kinetics; 2015.
23. Iqbal M. Hubungan aktivitas fisik dengan kualitas tidur mahasiswa perantau di Yogyakarta. Universitas Negeri Yogyakarta; 2017.
24. Stuart JHB, Nanette M. Psychology of physical activity: Determinants, well-being and interventions. Psychology of Physical Activity: Determinants, Well-being and Interventions. 2007. 1-428 p.
25. Tandra H. Segala sesuatu yang harus anda ketahui tentang osteoporosis [Internet]. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama; 2009. Available from: https://books.google.co.id/books?id=8E75GbzEijEC&pg=PA106&dq=perbedaan+aktivitas+fisik+dan+olahraga&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwjKmpy_yP_ZAhWGsY8KHcLxCbgQ6AEIKDAA#v=onepage&q=perbedaan+aktivitas+fisik+dan+olahraga&f=false%0A%0A
26. Fatonah S. Gizi & kesehatan untuk ibu hamil. Astikawati R, editor. Erlangga; 2016.
27. Yuliarti N. Panduan lengkap olahraga bagi wanita hamil dan menyusui [Internet]. W B, editor. C.V Andi Offset; 2010. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=WHMF2-3s9p4C&pg=PA57&dq=olahraga+ibu+hamil&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwjHxOHx0oLaAhUHMI8KHQzYAbUQ6AEIRzAG#v=onepage&q=olahraga>

aga ibu hamil&f=false

28. Thorn G. Kehamilan sehat : panduan praktis diet, olahraga, dan relaksasi bagi ibu hamil. Yeni W G, Kamah E, editors. Jakarta: Erlangga; 2004.
29. Aulia. Hamil sehat dengan beragam olahraga ibu hamil. Hira, editor. Bukubiru; 2014.
30. Sati. Buku pintar kehamilan. Yogyakarta: Brilliant Books; 2018.
31. Patria F, Lammarisi E. Dahsyatnya hamil sehat & normal. Yogyakarta: Idesegar Media Utama; 2018.
32. Sari S, Handayani D, Puji P, Nurhidayah. Effectiveness of pregnancy exercise on pain reduction among women in the first stage of labor. 2017;257–63.
33. Perales M, Calabria I, Lopez C, Franco E, Coteron J, Barakat R. Regular exercise throughout pregnancy is associated with a shorter first stage of labor. *Am J Heal Promot.* 2016;30:149–54.
34. Dahlan S. Langkah-langkah membuat proposal penelitian bidang kedokteran dan kesehatan. 2nd ed. Jakarta: Sagung Seto; 2016.
35. Dahlan S. Besar sampel dalam penelitian kedokteran dan kesehatan. 4th ed. Jakarta: Epidemiologi Indonesia; 2016.
36. Suoranto J. Statistik teori dan aplikasi. 6th ed. Jakarta: Erlangga; 2000.
37. Chasan-Taber L, Schmidt MD, Roberts DE, Hosmer D, Markenson G, Freedson PS. Development and validation of a pregnancy physical activity questionnaire. *Med Sci Sports Exerc.* 2004;36:1750–60.
38. Muth J. Basic statistics and pharmaceutical statistical application. 2nd ed. Florida: Chapman & Hall/CRC; 2006.
39. Mutihir JT, Maduka WE. Comparision of pregnancy outcome between teenage and older primigravide in Jos University teaching hospital, Jos, North-Central Nigeria. Nigeria: *Annals of African Medicine*; 2006. p. 101–6.
40. WHO. Physical activity [Internet]. 2018. Available from: http://www.who.int/topics/physical_activity/en/
41. Cohen T, Cohen TR, Plourde H, Koski KG. Use of the Pregnancy Physical Activity Questionnaire (PPAQ) to identify behaviors associated with appropriate gestational weight gain during pregnancy. *J Phys Act Heal* [Internet]. 2013; Available from: <https://www.researchgate.net/publication/256836991>
42. Carnero E. Exercise prescription and pregnancy. 2014; Available from: <https://www.researchgate.net/publication/294284435>

43. Taylor P, Ko Y, Chen C, Lin P. Physical activities during pregnancy and type of delivery in nulliparae. *Eur J Sport Sci* [Internet]. 2015;37–41. Available from: <http://dx.doi.org/10.1080/17461391.2015.1028468>
44. Brzek A, Naworska B, Gallert-kopyto W. Physical activity in pregnancy and its impact on duration of labor and postpartum period. *Ann Acad Medicae Silesiensis* [Internet]. 2016;70. Available from: <http://psjd.icm.edu.pl/psjd/element/bwmeta1.element.psjd-58185be7-c4ed-44fb-ad9a-ec5d3f08253c>