

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

**Skripsi, 17 Februari 2025**

Mustika Ratu Rahma Sapri<sup>1</sup>, Dwi Andina Farzani Husain<sup>2</sup>, Andi Arwinny Asmasary<sup>3</sup>, Dahlan Lamabawa<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar Angkatan 2021/ email [mustikaratu456@med.unismuh.ac.id](mailto:mustikaratu456@med.unismuh.ac.id), <sup>2</sup>Dosen Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar, <sup>3</sup>Dosen Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar, <sup>4</sup>Dosen Departemen Al-Islam Kemuhammadiyah Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar.

**" ANALISIS PENGARUH SENAM HAMIL TERHADAP LAMANYA  
KALA II PERSALINAN DAN ROBEKAN PERINEUM PADA IBU YANG  
BERSALIN DI UPT PUSKESMAS BARAKA TAHUN 2024 "**

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Persalinan adalah proses kompleks yang dipengaruhi oleh kondisi fisik dan mental ibu. Fase kala II berisiko menyebabkan komplikasi seperti robekan perineum, sementara senam hamil diyakini dapat membantu mempersiapkan tubuh ibu. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh senam hamil terhadap lamanya kala II persalinan dan robekan perineum pada ibu bersalin di UPT Puskesmas Baraka tahun 2024. **Metode:** Penelitian observasional analitik dengan desain cross-sectional ini melibatkan 33 ibu bersalin yang dipilih secara purposive sampling. Data diperoleh dari rekam medis dan dianalisis menggunakan uji Fisher (hubungan senam hamil dengan durasi kala II) serta uji Mann-Whitney (hubungan dengan robekan perineum). **Hasil:** Senam hamil berpengaruh signifikan terhadap lamanya kala II ( $p = 0,007$  pada primipara;  $p = 0,032$  pada multipara) dan kejadian robekan perineum ( $p = 0,005$ ). Ibu yang rutin melakukan senam hamil cenderung mengalami kala II yang lebih singkat dan memiliki risiko robekan perineum lebih rendah. Variabel paling berpengaruh adalah lama kala II pada primipara dengan korelasi negatif yang kuat. **Kesimpulan:** Senam hamil berpengaruh signifikan terhadap durasi kala II dan kejadian robekan perineum, sehingga direkomendasikan sebagai bagian dari persiapan persalinan.

**Kata kunci :** Senam hamil, kala II persalinan, robekan perineum, persalinan

**FACULTY OF MEDICINE AND HEALTH SCIENCES  
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY MACASSAR**

**Thesis, 17 February 2025**

Mustika Ratu Rahma Sapri<sup>1</sup>, Dwi Andina Farzani Husain<sup>2</sup>, Andi Arwinny Asmasary<sup>3</sup>, Dahlan Lamabawa<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Student in Faculty of Medicine and Health Sciences Universitas Muhammadiyah Makassar Class of 2021/ email [mustikaratu456@med.unismuh.ac.id](mailto:mustikaratu456@med.unismuh.ac.id), <sup>2</sup>Lecturer of Faculty of Medicine and Health Sciences, University Muhammadiyah Makassar, <sup>3</sup>Lecturer of Faculty of Medicine and Health Sciences, University Muhammadiyah Makassar, <sup>4</sup>Lecturer of Department of Al-Islam Kemuhammadiyah, Faculty of Medicine and Health Sciences, University Muhammadiyah Makassar.

**“ ANALYSIS OF THE EFFECT OF PRENATAL EXERCISE ON THE  
DURATION OF THE SECOND STAGE OF LABOR AND PERINEAL  
TEARS IN DELIVERING MOTHERS AT UPT PUSKESMAS BARAKA IN  
2024 ”**

**ABSTRACT**

**Background:** Labor is a complex process influenced by the mother's physical and mental condition. The second stage of labor carries risks such as perineal tears, while prenatal exercise is believed to help prepare the mother's body. **Objective:** To determine the effect of prenatal exercise on the duration of the second stage of labor and the incidence of perineal tears in mothers giving birth at UPT Puskesmas Baraka in 2024. **Methods:** This analytical observational study used a cross-sectional design involving 33 postpartum mothers selected through purposive sampling. Data were obtained from medical records and analyzed using the Fisher's exact test (for the relationship between prenatal exercise and second-stage duration) and the Mann-Whitney test (for the relationship with perineal tears). **Results:** Prenatal exercise significantly influenced the duration of the second stage of labor ( $p = 0.007$  for primiparas;  $p = 0.032$  for multiparas) and the incidence of perineal tears ( $p = 0.005$ ). Mothers who regularly performed prenatal exercise tended to have a shorter second stage of labor and a lower risk of perineal tears. The most influential variable was the second-stage duration in primiparas, showing a strong negative correlation. **Conclusion:** Prenatal exercise significantly affects the duration of the second stage of labor and the incidence of perineal tears, making it a recommended practice for labor preparation.

**Keywords:** Prenatal exercise, second stage of labor, perineal tears, labor.