

Alivia Ayu Kurniawati
NIM C2015004
Program Studi Sarjana Keperawatan

Dosen Pembimbing :
1. Indarwati, M.Kes.
2. Endah Sri Wahyuni, M. Kep

**AKTIVITAS FISIK IBU HAMIL DALAM MENJAGA KESEHATAN
KEHAMILAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KARANGTENGAH
KABUPATEN WONOGIRI**

ABSTRAK

Latar Belakang; Kehamilan merupakan sesuatu yang wajar pada wanita produktif. Kesehatan kehamilan dapat dijaga salah satunya dengan melakukan aktivitas fisik yang diperbolehkan untuk ibu hamil sesuai dengan kemampuan dan waktu yang sudah ditetapkan. Berdasarkan studi pendahuluan bahwa ibu hamil melakukan aktivitas fisik hanya dengan jalan sehat dan aktivitas rumah tangga. Ibu hamil kurang memahami waktu yang tepat serta jenis aktivitas fisik kehamilan. **Tujuan;** menganalisis pengetahuan, sikap dan praktik aktivitas fisik ibu hamil dalam menjaga kesehatan kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Karangtengah Kabupaten Wonogiri. **Metode;** jenis penelitian ini adalah penelitian analitik dengan rancangan *cross sectional* teknik pengambilan sample menggunakan *cluster random sampling* serta dengan sampel sebanyak 74 responden. Instrumen penelitian ini menggunakan lembar kuisisioner. Analisa *bivariat* menggunakan uji *Chi Square* dengan taraf signifikansi 95%. **Hasil;** pengetahuan baik sebesar (35.1%), sikap positif sebanyak (64.9%), sebagian ibu hamil cukup dalam praktik aktivitas fisik ibu hamil sebesar (68.9%). Analisa *bivariat* pengetahuan dengan sikap memiliki nilai $\rho = 0.65$, pengetahuan dengan praktik aktivitas fisik memiliki nilai $\rho = 0.96$ dan sikap dengan praktik aktivitas fisik ibu hamil yaitu dengan nilai $\rho = 0.000$. **Kesimpulan;** tidak ada keterkaitan antara pengetahuan dengan sikap, tidak ada keterkaitan antara pengetahuan dengan praktik dan ada keterkaitan antara sikap dengan praktik aktivitas fisik ibu hamil.

Kata Kunci : *Kehamilan, aktivitas fisik, pengetahuan, sikap, praktik*