

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG
SENAM HAMIL BERDASARKAN KARAKTERISTIK IBU
DI KLINIK MITRA SIAGA KECAMATAN
BLANAKAN KABUPATEN SUBANG
TAHUN 2025**

**DELIA NURDINI
221FI06031**

Program Studi DIII Kebidanan PSDKU Subang, Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Bhakti Kencana

ABSTRAK

Kehamilan adalah periode yang ditandai dengan perubahan anatomi seperti pertumbuhan rahim dan perubahan postur tubuh. Ketidaknyamanan yang terjadi karena perubahan anatomi, fisiologis dan psikologis dapat diantisipasi salah satunya dengan senam hamil. Di klinik Mitra Siaga Kecamatan Blanakan Kabupaten Subang dari 30 kunjungan ibu hamil dan terdapat 12 ibu hamil yang mengikuti senam hamil karena sebelumnya memiliki ketidaknyamanan kehamilan seperti sakit pinggang. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil berdasarkan karakteristik ibu di klinik Mitra Siaga Kecamatan Blanakan Kabupaten Subang tahun 2025. Desain penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif dengan pendekatan secara *cross sectional*, populasi yang diteliti ibu hamil dengan sampel sebanyak 30 orang, menggunakan metode total sampling. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kurang dari setengahnya responden pada kategori pengetahuan baik sebesar 14 (46,7%) responden, lebih dari setengahnya responden pada kategori pengetahuan baik adalah responden yang berusia 20-35 tahun sebesar 12 (60%) responden kategori pengetahuan cukup pada paritas grandemultipara sebesar 3 (75%) responden, seluruh responden yang memiliki pengetahuan baik adalah responden pada kategori pendidikan PT sebesar 7 (100%) responden dan sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan baik adalah responden pada kategori bekerja sebesar 13 (76,5%) responden. Dijadikan bahan masukan dalam meningkatkan dan memaksimalkan pelayanan kepada ibu hamil tentang senam hamil, dan memberikan penyuluhan-penyuluhan agar ibu hamil mengerti dan mengetahui tentang pentingnya senam hamil bagi ibu hamil.

Kata kunci: Pengetahuan, Kehamilan, Senam Hamil, Karakteristik