

PERSEPSI TENTANG *PHYSICAL ACTIVITY* SELAMA KEHAMILAN PADA IBU

HAMIL: CASE STUDY

Kanaya Sifana Dewi Utami¹, Dewi Marfuah², Astri Mutiar³, Agni Laili Perdani⁴

Program Studi DIII Keperawatan STIKep PPNI Jawa Barat

Kanayasifana744@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Ketidakaktifan fisik diakui sebagai salah satu penyebab kematian global yang bisa menyebabkan terjadinya peningkatan resiko penyakit kardiovaskular, diabetes melitus dan kanker, selama periode kehamilan tingkat aktifitas fisik ibu hamil menjadi berkurang dengan alasan berupa mual, kram pada kaki dan kurangnya pengetahuan aktifitas fisik. Sebagian bidang kesehatan hanya membahas mengenai kesehatan selama aktifitas fisik, diyakini bahwa konteks sosial ekonomui yang berbeda dapat mempengaruhi pandangan wanita hamil melakukan aktifitas fisik dianggap beresiko. **Tujuan:** untuk menggambarkan persepsi tentang *physical activity* selama kehamilan pada ibu hamil. **Metode:** desain penelitian ini menggunakan studi kasus deskriptif kualitatif. **Subjek:** penelitian ini dilakukan pada ibu hamil dengan kehamilan pertama trimester 2-3. **Prosedur:** dalam penelitian ini menggunakan data wawancara. **Hasil:** Penelitian ini menghasilkan lima tema yang sudah di dapatkan dari kedua responden yaitu yang pertama Kebutuhan aktivitas ibu hamil yang melibatkan kegiatan sehari-hari sebagai aktivitas fisik. Tema kedua melakukan aktivitas fisik untuk kesehatan ibu dan bayi. Tema ketiga adanya ketidaknyamanan setelah aktivitas fisik. Tema keempat aktivitas fisik sebagai kewajiban yang dilakukan sebagai kewajiban sehari-hari. Tema kelima petugas kesehatan sebagai penyedia jasa informasi.

Kata Kunci: Persepsi, Aktifitas Fisik, Kehamilan