

BAB IV

HASIL

A. HASIL PENELITIAN

Tabel 4.1

Literatur Review

Penulis	Tahun	Judul	Sumber	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan dan Saran
Pudji Suryani, Ina Handayani	2018	Senam hamil dan ketidaknyamanan ibu hamil trimester III di Puskesmas Wilayah Bogor Barat	Jurnal	Mengetahui pengaruh senam hamil terhadap ketidaknyamanan ibu hamil trimester III di Wilayah Bogor Barat	Pre-experimental design dengan one grup pre-test, post-test design.	Terdapat pengaruh senam hamil terhadap ketidaknya manan ibu hamil trimester III salah satunya yaitu nyeri punggung dan setelah dilakukan senam hamil terdapat pengurangan nyeri punggung pada ibu hamil	Kesimpulan : senam hamil yang dilakukan pada ibu hamil trimester III dapat mengurangi ketidaknyamanan pada ibu hamil trimester III salah satunya adalah nyeri punggung. Saran : Perlu adanya program senam hamil yang rutin dilakukan oleh ibu hamil, dan bagi peneliti selanjutnya Menggunakan metode yang berbeda dan sampel yang lebih banyak sehingga dapat dijadikan

Miratu Megasari	2015	Hubungan senam hamil dengan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III	Jurnal	Mengetahui hubungan senam hamil terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III	Analitik kuantitatif, dengan desain penelitian <i>cross sectional</i>	Hasil penelitian menunjukkan p value = 0,000 , dimana p value lebih kecil dari α (0,05), hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara senam hamil terhadap nyeri punggung di RB Fatmawati. Dari uji statistik diperoleh OR (Odds Ratio)= 2,600 artinya ibu yang tidak melakukan senam hamil 2,6 kali lebih tinggi beresiko mengalami nyeri punggung daripada ibu yang melakukan senam hamil.	Hasil Kesimpulan: berdasarkan analisis bivariat terdapat hubungan antara senam hamil terhadap nyeri punggung Saran : bagi peneliti lain untuk lebih memperhatikan faktor-faktor lain yang memiliki pengaruh terhadap kejadian nyeri punggung.
-----------------	------	---	--------	--	---	--	--

Widya Juliarti, Een Husanah	2018	Hubungan senam hamil terhadap nyeri punggung pada trimester III	Jurnal	Mengetahui hubungan senam hamil terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III	Analitik dengan desain cross sectional	penelitian menunjukkan uji statistik diperoleh P value $0,038 < \alpha(0,05)$ yang berarti $H_a = \text{ditolak}$ dan jika dilihat dari nilai prevalensi Odds Ratio(POR) = 10.000 (1,444-69,262) yang berarti ibu hamil yang tidak melakukan senam hamil berisiko 10 kali mengalami nyeri punggung	Kesimpulan : ada nya hubungan yang signifikan antara senam hamil dengan nyeri punggung pada ibu hamil. Saran : bagi ibu hamil latihan senam hamil dapat diberikan pada awal timester III kehamilan sehingga dapat terhindar dari nyeri punggung dalam menjalani kehamilannya.
Hamdiah, Tupur Tantuadik e, Evi Sulfianti	2019	Pengaruh senam hamil terhadap nyeri punggung ibu hamil Trimester III di Klinik Etam	Jurnal	Mengetahui pengaruh senam hamil terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III di Klinik Etam	<i>Quasi Eksperimen</i> dengan design <i>non equivalent control group</i>	Uji non parametric menunjukkan nilai $p=0.009 < \alpha 0,05$, hipotesa menyatakan bahwa H_a diterima dan Menolak H_0 . Sehingga ada perbedaan nyeri punggung pada ibu	Kesimpulan : bahwa ada pengaruh nyeri punggung pada ibu hamil setelah melakukan senam hamil Saran : bagi ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung dapat

Siti Ni'amah	2020	Hubungan senam hamil dengan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di desa Kayen Kecamatan Kayen Kabupaten Pati	Jurnal	Mengetahui hubungan senam hamil dengan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Desa Kayen Kecamatan Kayen	Analitik korelatif dengan design <i>cross-sectional</i>	hamil sebelum dan sesudah dilakukan senam hamil	menjadikan senam hamil sebagai salah satu tindakan untuk mengurangi keluhan.
Sylvia Meristika Rachman , Maesaroh , Nur Salamah Al Hady	2019	Senam Hamil dengan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III di Bidan	Jurnal	Mengetahui Hubungan Senam Hamil dengan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III	Survei Analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i> Sampel : 46 orang Analisa	Uji statistik <i>Chi-Square</i> menunjukkan P value=0,029 <(0,050) sehingga Ha diterima. Responden yang mengalami nyeri ringan sebanyak 16 responden(48,5%) sedangkan setelah dilakukan senam hamil sebagian besar responden mengalami nyeri punggung ringgan sebanyak 19 responden(57,6%).	Kesimpulan : Ada hubungan senam hamil terhadap tingkat nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III

Rini Anggreani	2018	Praktik Mandiri			data univariate dan bivariate : orang (58,7%) sering melakukan senam hamil. orang (17,4%) nyeri sedang, sebanyak 30 orang (65,2%) nyeri ringan dan sebanyak 8 orang (17,4%) tidak nyeri	orang (58,7%) sering melakukan senam hamil. orang (17,4%) nyeri sedang, sebanyak 30 orang (65,2%) nyeri ringan dan sebanyak 8 orang (17,4%) tidak nyeri	bawah pada ibu hamil trimester III di BPM Bidan Siti Marfuah Desa Japura Kidul Kecamatan Astanajapura Kabupaten Cirebon Tahun 2018 dengan nilai p value 0,000
		Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III	Jurnal	Mengetahui pengaruh senam hamil terhadap penurunan rasa nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di BPM Lismarini	Survey Analitik dengan pendekatan Cross-setional Sample : 30 Orang	Survey Analitik dengan pendekatan Cross-setional Sample : 30 Orang	Kesimpulan : Ada pengaruh senam hamil terhadap penurunan rasa nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dengan uji statistik <i>chi square</i> didapatkan <i>p-value</i> $0,000 \leq \alpha (0,05)$. Saran : Ibu hamil sangat dianjurkan untuk melakukan olahraga ringan yaitu

Ruri Maisepty a Sari, Yuni Ramadha niati, Desti Indaryani	2020	Pengaruh senam hamil terhadap penurunan tingkat nyeri punggung bawah pada ibu hamil TM III di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil	Jurnal	Mengetahui pengaruh senam hamil terhadap penurunan tingkat nyeri punggung bawah pada ibu hamil TM III di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil	Pre Ekeperimen tal dengan one grup pre-test dan post-test design.	mengalami nyeri punggung berat (0,0 %). Dari 5 responden (100%) yang tidak mengikuti senam hamil secara teratur semuanya mengalami nyeri punggung sedang. Sebelum diberikan senam hamil 15 ibu mengalami nyeri sedang dan 5 ibu mengalami sangat nyeri, sedangkan setelah diberikan senam hamil 12 ibu hamil yang mengalami nyeri sedang dan 8 ibu mengalami sedikit nyeri.	senam hamil untuk mengurangi ketidaknyamanan dan menjaga kesehatan selama kehamilan berlangsung. Kesimpulan : terdapat pengaruh yang bermakna antara pelaksanaan senam hamil terhadap penurunan tingkat nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Jembatan Kecil di Kota Bengkulu Saran : diharapkan kepada lahan praktik untuk
---	------	--	--------	---	---	---	--

Merlyna Suryaningsih, Alvin Abdillah, Sufiyani	2018	Pengaruh senam hamil terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil Trimester ketiga di Puskesmas Bangkalan	Jurnal	menganalisis pengaruh senam hamil untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III di Puskesmas Bangkalan	Quasy Eksperimen dengan pretest dan posttest with Control group.	Uji statistik independent t-test di dapatkan P value lebih kecil dari α ($0,000 < 0,05$) menunjukkan adanya perbedaan skala nyeri punggung pada ibu hamil yang diberikan senam hamil, sedangkan yang tidak diberikan senam hamil nyeri nya tetap bahkan mengalami Peningkatan	menjadi wadah serta fasilitator bagi ibu bersalin dalam menghadapi proses persalinan yang nyaman dna menyenangkan dalam melewati Kala I yang lebih singkat. Kesimpulan : adanya perbedaan nyeri punggung sebelum dan sesudah diberikan senam hamil, adanya perbedaan nyeri punggung pada kelompok yang tidak diberikan senam hamil, adanya pengaruh senam hamil terhadap penurunan nyeri punggung pada kelompok
--	------	---	--------	---	--	--	--

							ibu hamil yang melakukan senam hamil dan kelompok ibu hamil yang tidak melakukan senam hamil. Saran : agar tenaga kesehatan meningkatkan pelayanan dan lebih intensif baik kualitas maupun kuantitas dalam memberikan penyuluhan kepada ibu hamil tentang manfaat senam hamil.
Ulfah Hidayati	2019	Senam hamil untuk masa kehamilan dan persiapan persalinan	Jurnal	Mengetahui senam hamil selama kehamilan memberikan manfaat selama kehamilan dan persiapan melahirkan.	Sistematik Riview menggunakan data base: scopus, pubmed, sciene direct, dan emerald.	Hasil penelitian yang dilakukan oleh Papp et.al latihan fisik selama kehamilan seperti senam hamil selama 8-12 minggu 44% Ibu hamil mengalami pengurangan nyeri	Kesimpulan : latihan fisik selama kehamilan dapat dilakukan dengan senam hamil dan yoga. Latihan fisik secara berkala mampu mengeluarkan hormon endorfin dan enkefalin yang akan

					punggung dan pelvik.	mengambat rangsang nyeri akibat ketidaknyamanan selama kehamilan. Saran : bagi pembuat kebijakan latihan fisik pada ibu hamil dapat diterapkan pada kelas ibu hamil di seluruh wilayah kerja masing-masing dipuskesmas.
--	--	--	--	--	----------------------	---

Tabel 1 menjelaskan bahwa terdapat sembilan jurnal tentang nyeri punggung dan senam hamil yang terbit pada jurnal nasional dari tahun 2015 hingga tahun 2020 dengan rincian sebagai berikut : dua jurnal hasil penelitian Pre-Eksperimen, dua jurnal hasil penelitian Quasi Eksperimen, dan empat jurnal hasil penelitian desain potong lintang (cross sectional) bersifat deskritip analitik kuantitatif dan korelatif. Analisa data bervariasi mulai analisa bivariate, univariate, independent t-test, dan Chi-square. Sembilan jurnal diterbitkan dengan terindeks seperti Jurnal Kesehatan Komunitas, Jurnal Ilmu Kebidanan, Jurnal

Kesehatan Pertiwi, Cendikia Medika, TSJKeb-Jurnal, Jurnal Bidan, Garuda, Indonesian Journal Of Midwife dan Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya.

Jumlah sampel bervariasi mulai dari 20 hingga 47 orang ibu hamil Trimester III namun belum tentu semua menjadi responden nyeri punggung dan senam hamil.

Tujuan penelitian secara umum adalah untuk mengetahui efektivitas atau pengaruh atau hubungan senam hamil terhadap nyeri punggung ibu hamil Trimester III.

Tabel 2. Penilaian Kesesuaian antara Tujuan dan Hasil

Judul	Tujuan	Hasil	Penilaian kesesuaian
Senam hamil dan ketidaknyamanan ibu hamil trimester III di Puskesmas Wilayah Bogor Barat	Mengetahui pengaruh senam hamil terhadap ketidaknyamanan ibu hamil trimester III di Wilayah Bogor Barat	Terdapat pengaruh senam hamil terhadap ketidaknyamanan ibu hamil trimester III salah satunya yaitu nyeri punggung dan setelah dilakukan senam hamil terdapat pengurangan nyeri punggung pada ibu hamil	Penulis telah menjawab tujuan penelitiannya yaitu adanya pengaruh senam hamil terhadap ketidaknyamanan ibu hamil trimester III yaitu nyeri punggung yang disebabkan oleh pertumbuhan uterus yang menyebabkan perubahan postur penambahan berat badan sehingga perlu dilakukan senam hamil.
Hubungan senam hamil dengan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di RB Fatmawati	Mengetahui hubungan senam hamil terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III Di RB Fatmawati	Terdapat p value = 0,000 , dimana p value lebih kecil dari α (0,05), hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara senam hamil terhadap nyeri punggung di RB Fatmawati. Dari uji statistik diperoleh OR (Odds Ratio)= 2,600 artinya ibu yang tidak melakukan senam hamil 2,6 kali lebih tinggi beresiko mengalami nyeri punggung daripada ibu yang melakukan senam hamil.	Penulis telah menjawab tujuan penelitian dengan menemukan ibu hamil yang tidak melakukan senam hamil lebih memiliki resiko tinggi mengalami nyeri punggung dibandingkan dengan ibu hamil yang melakukan senam hamil.

Hubungan senam hamil terhadap nyeri punggung pada trimester III di BPM Dince Safrina Pekanbaru	Mengetahui hubungan senam hamil terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di BPM Dince Safrina Pekanbaru	Hasil penelitian menunjukkan uji statistik diperoleh P value $0,038 < \alpha(0,05)$ yang berarti Ha=ditolak dan jika dilihat dari nilai prevalensi Odds Ratio(POR)= 10.000 (1,444-69,262) yang berarti ibu hamil yang tidak melakukan senam hamil berisiko 10 kali mengalami nyeri punggung.	Penulis telah menjawab tujuan penelitian dengan membuat hasil dari penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil yang tidak melakukan senam hamil 10 kali berisiko mengalami nyeri punggung, berarti adanya hubungan senam hamil terhadap nyeri punggung.
Pengaruh senam hamil terhadap nyeri punggung ibu hamil Trimester III di Klinik Etam	Mengetahui pengaruh senam hamil terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III di Klinik Etam	Uji non parametric menunjukkan nilai $p=0.009 < \alpha 0,05$, hipotesa menyatakan bahwa Ha diterima dan Menolak Ho. Sehingga ada perbedaan nyeri punggung pada ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukan senam hamil	Penulis telah terjawab dengan menyimpulkan adanya pengaruh nyeri punggung pada ibu hamil setelah melakukan senam hamil

Hubungan senam hamil dengan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di desa Kayen Kecamatan Kayen Kabupaten Pati	Mengetahui hubungan senam hamil dengan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Desa Kayen Kecamatan Kayen	Uji statistik <i>Chi-Square</i> menunjukkan P value=0,029<(0,050) sehingga Ha diterima. Responden yang mengalami nyeri ringan sebanyak 16 responden(48,5%) sedangkan setelah dilakukan senam hamil sebagian besar responden mengalami nyeri punggung ringan sebanyak 19 responden(57,6%).	Tujuan penelitian sudah terjawab dengan adanya 16 responden(48,5%) mengalami nyeri ringan, sedangkan setelah dilaksanakan senam hamil 19 responden(57,6%) mengalami nyeri punggung ringan. Yang artinya adanya hubungan senam hamil dengan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil.
Senam Hamil dengan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III di Bidan Praktik Mandiri	Mengetahui Hubungan Senam Hamil dengan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III	Senam hamil di BPM Bidan Siti Marfuah Desa Japura Kidul Kecamatan Astanajapura sebagian besar 27 orang (58,7%) sering melakukan senam hamil. 8 orang (17,4%) nyeri sedang, sebanyak 30 orang (65,2%) nyeri ringan dan sebanyak 8 orang (17,4%) tidak nyeri	Tujuan penelitian telah terjawab dilihat dari jumlah ibu yang mengalami nyeri punggung ringan lebih banyak dibanding nyeri sedang dan tidak nyeri setelah melakukan senam hamil dengan rutin.
Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III	Mengetahui pengaruh senam hamil terhadap penurunan rasa nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di BPM Lismarini	Senam hamil didapatkan dari 25 responden yang melakukan senam teratur terdapat sebanyak 22 responden (88,0 %) yang mengalami nyeri	Tujuan penelitian terjawab yaitu adanya pengaruh senam hamil terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dengan responden sebanyak 22(88,0%) mengalami nyeri

		punggung ringan dan 3 responden (12,0 %) yang mengalami nyeri punggung sedang, dan tidak ada responden yang mengalami nyeri punggung berat (0,0 %). Dari 5 responden (100%) yang tidak mengikuti senam hamil secara teratur semuanya mengalami nyeri punggung sedang.	punggung ringan.
Pengaruh senam hamil terhadap penurunan tingkat nyeri punggung bawah pada ibu hamil TM III di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil	Mengetahui pengaruh senam hamil terhadap penurunan tingkat nyeri punggung bawah pada ibu hamil TM III di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil	Sebelum diberikan senam hamil 15 ibu mengalami nyeri sedang dan 5 ibu mengalami sangat nyeri, sedangkan setelah diberikan senam hamil 12 ibu hamil yang mengalami nyeri sedang dan 8 ibu mengalami sedikit nyeri.	Tujuan dari penelitian sudah terjawab tetapi masih ditemukan ibu hamil yang mengalami nyeri setelah dilakukan senam hamil.
Pengaruh senam hamil terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil Trimester ketiga di Puskesmas Bangkalan.	menganalisis pengaruh senam hamil untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III di Puskesmas Bangkalan.	Uji statistik independent t-test di dapatkan P value lebih kecil dari α ($0,000 < 0,05$) menunjukkan adanya perbedaan skala nyeri punggung pada ibu hamil yang diberikan senam hamil, sedangkan yang tidak diberikan senam hamil nyeri nya tetap bahkan mengalami peningkatan.	Peneliti telah menjawab tujuan penelitiannya dengan menyimpulkan perbedaan nyeri punggung sebelum dan sesudah melakukan senam hamil dan perbedaan penurunan nyeri punggung pada kelompok ibu hamil yang tidak melakukan dan melakukan senam hamil.

Senam hamil untuk masa kehamilan dan persiapan persalinan.	Mengetahui senam hamil selama kehamilan memberikan manfaat selama kehamilan dan persiapan melahirkan.	Hasil penelitian yang dilakukan oleh Papp et.al latihan fisik selama kehamilan seperti senam hamil selama 8-12 minggu 44% Ibu hamil mengalami pengurangan nyeri punggung dan pelvik.	Peneliti telah menjawab tujuan penelitian nya dengan menjabarkan hasil review tentang senam hamil untuk masa kehamilan dan ketidaknyamanan selama kehamilan seperti nyeri punggung.
--	---	--	---

Tabel 2 menggambarkan penilaian kesesuaian (Consistency) antara tujuan (Objective) dengan hasil (Result). Pada umumnya tujuan penelitian adalah mengetahui efektivitas atau Pengaruh atau Hubungan senam hamil terhadap nyeri punggung ibu hamil Trimester III. Sembilan jurnal telah menyajikan hasilnya sesuai dengan tujuan. Hasil penelitian umumnya menunjukan adanya efektifitas atau pengaruh senam hamil terhadap pengurangan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Namun ada beberapa jurnal yang kurang memenuhi syarat dalam pengambilan sampel karena sampel yang diambil dalam penelitiannya terlalu sedikit, sehingga kemungkinan hasil penelitian kurang maksimal.

Tabel 3. Persamaan dan Perbedaan Penelitian

Persamaan (<i>comparing</i>)	Perbedaan (<i>contrasting</i>)
<p>Terdapat dua penelitian yang memiliki persamaan dalam hal metode yaitu :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Pengaruh senam hamil terhadap penurunan tingkat nyeri punggung bawah pada ibu hamil TM III di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil 2) Senam hamil dan ketidaknyamanan ibu hamil Trimester Ketiga <p>Empat penelitian yang memiliki tujuan yang sama yaitu :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Pengaruh senam hamil terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil Trimester Ketiga di Puskesmas Bangkalan 2) Pengaruh hamil terhadap penurunan rasa nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III 3) Hubungan senam hamil terhadap nyeri punggung pada Trimester III di BPM Dince Safrina Pekanbaru 4) Senam hamil dengan Nyeri punggung bawah pada ibu hamil Trimester III di Bidan Praktik Mandiri 	<p>Penelitian yang memiliki perbedaan dalam hal metodologi :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Penelitian "Hamdiah,dkk memiliki jumlah sampel 20 responden, menggunakan metode <i>Quasi Eksperiment non equivalent control grup</i> dengan teknik Random Sampling. 2) Penelitian Miratu dan Siti Ni'amah memiliki responden besar dan teknik pengambilan sampel yang berbeda. <p>Dari tiga penelitian analitik dengan <i>cross sectional</i>, penelitian oleh Rini Anggraeini melakukan analisis yang berbeda yaitu menggunakan Uji Statistik <i>Chi-Square</i>.</p> <p>Satu penelitian menggunakan metode sistematis review.</p>

Tabel 4. Kritik dan Pendapat

Judul	Kritik/Pendapat
Senam hamil dan ketidaknyamanan ibu hamil trimester III di Puskesmas Wilayah Bogor Barat.	peneliti menuliskan bahwa di puskesmas Gang Kelor memiliki jumlah Kunjungan Ibu hamil yang cukup tinggi namun jumlah sampel penelitian hanya 12 orang ibu hamil saja, jika kunjungan ibu hamil cukup tinggi seharunya sampel penelitian bisa melebihi dari 12 orang ibu hamil.
Hubungan senam hamil dengan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di RB Fatmawati.	Peneliti telah menulis hasil penelitiannya dengan baik, dan menjelaskan hasil analisa data yang menunjukkan adanya hubungan senam hamil dengan nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III.
Hubungan senam hamil terhadap nyeri punggung pada trimester III di BPM Dince Safrina Pekanbaru.	Sampel yang diambil peneliti terlalu sedikit dan peneliti tidak menuliskan saran pada bagian akhir hanya menuliskan kesimpulan saja.
Pengaruh senam hamil terhadap nyeri punggung ibu hamil Trimester III di Klinik Etam.	Kurangnya jumlah sampel dalam melakukan penelitian.
Hubungan senam hamil dengan tingkat nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di desa Kayen Kecamatan Kayen Kabupaten Pati.	Peneliti sudah bagus dalam menulis jurnal dengan menjelaskan pembahasan dengan lengkap namun ada jumlah populasi di Abstrak berbeda dengan jumlah populasi di Metode penelitian.
Senam Hamil dengan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III di Bidan Praktik Mandiri.	peneliti sudah menuliskan hasil penelitiannya dengan jelas dan lengkap.
Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di BPM Lismarini.	Pada bagian Abstrak peneliti tidak menuliskan jumlah populasi dan sampel ibu hamil yang melakukan senam hamil di tempat penulis melakukan penelitian, hanya menuliskan persentase saja.
Pengaruh senam hamil terhadap penurunan tingkat nyeri punggung bawah pada ibu hamil TM III di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil	Di Abstrak peneliti menuliskan sebelum dilakukan senam hamil 15 ibu mengalami nyeri sedang dan 5 ibu mengalami sangat nyeri, sedangkan setelah dilakukan senam

	hamil, 12 ibu mengalami nyeri sedang dan 8 ibu mengalami sedikit nyeri, ini menunjukkan berarti senam hamil tidak terlalu berpengaruh terhadap penurunan tingkat nyeri karena hanya 3 orang ibu hamil saja yang mengalami penurunan nyeri.
Pengaruh senam hamil terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil Trimester ketiga di Puskesmas Bangkalan	Peneliti menuliskan bahwa populasi pasien yang mengalami nyeri punggung sebanyak 20 orang, namun peneliti menggunakan sampel hanya 18 orang, mengapa tidak memakai keseluruhan populasi, dan sudah jelas bahwa populasi pasien tersebut mengalami nyeri punggung yang berhubungan dengan judul peneliti.
Senam hamil untuk masa kehamilan dan persiapan persalinan.	Peneliti sudah menjelaskan hasil penelitiannya dengan baik . namun seharusnya penulis menyamakan jumlah jurnal yg diriview antara jurnal senam hamil dengan jurnal persalinan.

B. PEMBAHASAN

Dari sepuluh jurnal nyeri punggung dan senam hamil yang telah di riview menyimpulkan bahwa:

1. Menurut jurnal Miratu Megasari, yang menggunakan jenis penelitian analitik kuantitatif dengan teknik *accidental sampling*, uji data chi-square diperoleh p value=0,000 dimana p value lebih kecil dari α (0,05) hal ini menunjukkan adanya hubungan signifikan antara senam hamil terhadap nyeri punggung, dan nilai OR=2,600 artinya ibu yang

tidak melakukan senam hamil 2,6 kali lebih berisiko mengalami nyeri punggung dibanding dengan ibu yang melakukan senam hamil.

2. Menurut jurnal Sylvia Meristika, dkk yang menggunakan jenis penelitian survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*, hasil penelitian menunjukkan 46 responden sebanyak 27 orang (58,7%) sering melakukan senam hamil dan 9 orang (19,6%) selalu melakukan senam hamil. Setelah dilakukan olah data sebanyak 8 orang (17,4%) mengalami nyeri sedang, sebanyak 30 orang (65,2%) mengalami nyeri ringan, dan 8 orang (17,4%) tidak mengalami nyeri. Dengan nilai p value 0,000 yang menunjukkan bahwa adanya hubungan pelaksanaan senam hamil dengan nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III.
3. Menurut jurnal Rini Anggeriani, yang menggunakan metode analitik dengan pendekatan *cross-sectional*, hasil bivariat menunjukkan bahwa ada pengaruh senam hamil terhadap penurunan nyeri punggung (p-value 0,000) dan adanya hubungan yang signifikan antara senam hamil terhadap penurunan nyeri punggung.
4. Menurut jurnal Siti Ni'amah, yang menggunakan metode analitik korelatif dengan *cross-sectional*, hasil penelitian menunjukkan sebelum dilaksanakan senam hamil rutin sebagian besar responden mengalami nyeri punggung ringan sebanyak 16 responden (48,5%) sedangkan setelah dilaksanakan senam hamil sebagian besar responden mengalami nyeri punggung ringan sebanyak 19 responden (57,6%), p value=0,029< α (0,050) sehingga Ha diterima yang berarti adanya

hubungan senam hamil terhadap tingkat nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III.

5. Menurut jurnal Pudji Suryani, dkk menggunakan metode pre-eksperimen dengan one group post-test dengan hasil uji wilcoxon ketidaknyamanan pada nyeri punggung ($p=0,003$) yang berarti ada pengaruh senam hamil terhadap ketidaknyamanan ibu hamil trimester III salah satunya yaitu nyeri punggung.
6. Menurut Ruri Maiseptya, dkk menggunakan pre-eksperimental dengan one grup pre-post test hasil penelitian sebelum diberikan senam hamil 15 ibu mengalami nyeri sedang dan 5 ibu mengalami sangat nyeri, sedangkan setelah diberi senam hamil 12 ibu yang mengalami nyeri sedang dan 8 mengalami sedikit nyeri. Oleh karena itu berarti terdapat pengaruh senam hamil terhadap penurunan tingkat nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.
7. Menurut jurnal Widya Juliarti menggunakan analitik dengan *cross-sectional*, hasil penelitian diperoleh p value yaitu 0,038 nilai tersebut $\alpha<0,005$ sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan antara senam hamil dengan nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III.
8. Menurut jurnal Hamdiah, dkk menggunakan Quasi Eksperimen dengan desain non equivalent control group dengan hasil penelitian pada kelompok intervensi ibu hamil sebelum dilakukan senam hamil didapatkan nyeri punggung dengan rata-rata 3,7 dan kelompok kontrol 3,2 sedangkan pada kelompok intervensi ibu hamil sesudah dilakukan senam hamil didapatkan nyeri punggung dengan rata-rata 0 dan

kelompok control 3. Dengan pengujian hipotesis menunjukkan nilai $p=0,009 < \alpha 0,05$ dengan demikian H_a diterima dan H_0 ditolak, disimpulkan bahwa adanya pengaruh nyeri punggung ibu hamil setelah melakukan senam hamil.

9. Menurut Merlyna Suryaningsih, dkk menggunakan metode Quasi Eksperiment dengan pre-post test control group dengan hasil penelitian p value lebih kecil dari $\alpha (0,000 < 0,05)$ menunjukkan bahwa adanya perbedaan skala nyeri punggung pada ibu hamil yang diberikan senam hamil, sedangkan yang tidak diberikan senam hamil nyerinya tetap bahkan mengalami peningkatan.

10. Menurut Ulfah Hidayati, menggunakan sistematik review menggunakan database scopus, pubmed, science direct dan emerald didapatkan 1176 ibu hamil yang mengikuti laihan fisik seperti senam hamil selama 8-12 minggu dapat mengurangi nyeri pada bagian punggung.

Dari sepuluh jurnal yang diriview menunjukkan bahwa adanya efektivitas/pengaruh/hubungan senam hamil terhadap pengurangan nyeri punggung ibu hamil Trimester III. Perlu nya upaya pemerintah dan fasilitas kesehatan seperti Klinik bersalin dan Rumah Sakit dalam meningkatkan pelayanan kepada ibu hamil dan membuat program senam hamil, karena masih banyak ibu hamil yang belum melakukan senam hamil, yang seharusnya senam hamil dapat meningkatkan daya tahan tubuh ibu hamil dan membuat tubuh ibu hamil menjadi bugar

dan salah satu cara mengurangi ketidaknyamanan yang dialami ibu hamil memasuki usia kehamilan Trimester III yaitu nyeri punggung.