Abstract

Physical activity during pregnancy is a key factor influencing the progression of normal childbirth. Pregnant women who regularly participate in physical activity generally exhibit improved stamina, muscle strength, and physical preparedness for labor. This study investigated the association between physical activity and the normal childbirth process among intrapartum mothers at RSIA Sitti Khadidjah. A quantitative, cross-sectional design was utilized. The sample comprised 40 respondents selected through purposive sampling. Data collection involved a physical activity questionnaire and an observation sheet assessing the normal childbirth process. The findings demonstrated a significant association between physical activity and the normal childbirth process, with a p-value of 0.008 (p < 0.05). In conclusion, physical activity during pregnancy was associated with a smoother normal childbirth process among intrapartum mothers.

Keywords: physical activity; normal childbirth process; intrapartum mothers

Abstrak

Aktivitas fisik selama kehamilan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kelancaran proses persalinan normal. Ibu hamil yang rutin melakukan aktivitas fisik memiliki stamina, kekuatan otot, dan kesiapan fisik yang lebih baik dalam menghadapi persalinan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik terhadap proses persalinan normal pada ibu inpartu di RSIA Sitti Khadidjah. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner aktivitas fisik dan lembar observasi proses persalinan normal. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan proses persalinan normal dengan nilai p-value 0,008 (p<0,05). Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa aktivitas fisik selama kehamilan berhubungan dengan kelancaran proses persalinan normal pada ibu inpartu.

Kata Kunci: Aktivitas fisik; proses persalinan normal; ibu inpartu