

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Kehamilan dan persalinan merupakan proses alamiah bagi wanita namun peluang terjadinya komplikasi bisa saja terjadi. Komplikasi yg terjadi selama persalinan menjadi penyumbang tertinggi angka kematian ibu di Indonesia seperti kala II memanjang dan terjadinya robekan perineum. Primigravida merupakan faktor risiko terjadinya kala II memanjang, jika lebih dari 2 jam berisiko 1.42 kali menyebabkan trauma jalan lahir dan perdarahan. Upaya pemerintah dalam pencegahan komplikasi dengan menyelenggarakan senam hamil untuk menyeimbangkan emosional, mental, fisik dan spiritual sehingga mengurangi risiko persalinan lama dan robekan perineum. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pada durasi lama kala II dan derajat robekan perineum pada primigravida yg mengikuti senam hamil dan tidak senam hamil. **Metode:** Penelitian ini adalah analitik observasional dengan rancangan *cross-sectional*, jumlah sampel 92 responden dengan teknik total sampling. Variabel independen adalah senam hamil dan variabel dependen yaitu lama kala II persalinan dan derajat robekan perineum. Instrumen yang digunakan adalah rekam medis dan kuesioner. Analisis data menggunakan uji *Mann Whitney Test*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan variabel durasi kala II persalinan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) dan variabel derajat robekan perineum  $p = 0,155$  ( $p > 0,05$ ). **Kesimpulan:** Terdapat perbedaan durasi lama kala II persalinan namun tidak terdapat perbedaan derajat robekan perineum pada primigravida yang mengikuti senam hamil dan tidak senam hamil.

**Kata kunci :** Senam hamil, Primigravida, Lama Kala II Persalinan dan Derajat Robekan Perineum

**ABSTRACT**

**Background:** *Pregnancy and childbirth are natural processes for women but opportunities that can occur anytime. Complications that occur during labor contribute to the largest maternal mortality rate in Indonesia, such as stage II extending and restoring perineal tears. Primigravida is a risk factor for prolonged second stage expenditure, if more than 2 hours the risk is 1.42 times causing trauma to the birth canal and bleeding. Government efforts in difficulties by holding pregnancy exercises to balance emotional, mental, physical and spiritual thus reducing the risk of prolong and perineal tears. This study discusses the duration of the second stage and the degree of perineal tear in primigravida who followed and did not follow pregnancy exercise.* **Method:** *This study was an analytic observational study with a cross-sectional design, the number of samples was 92 respondents with a total sampling technique. The independent variable was pregnancy exercise and the dependent variable were the duration of second stage of labor and the degree of perineal tear. The instruments used medical records and questionnaires. Data analysis using the Mann Whitney Test.* **Results:** *The results showed the variable duration of second stage of labor  $p = 0,000$  ( $p < 0.05$ ) and the degree of perineal tear  $p = 0.155$  ( $p > 0.05$ ).* **Conclusion:** *There was a difference in the duration of the second stage of labor but there were not difference in the degree of perineal tears in primigravidas who followed and did not follow pregnancy exercises.*

**Keywords:** *Pregnancy exercise, Primigravida, The second stage of labor and The Degree of perineal tear*