

Pengaruh Penerapan Edukasi Family Centered Maternity Care (FCMC) terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Ibu hamil dalam yoga kehamilan di Puskesmas Nguntoronadi II Kabupaten Wonogiri

Nining Setyaningsih¹⁾, Retno Wulandari²⁾, Desy Wiyastutik³⁾

¹⁾ Mahasiswa Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta

²⁾³⁾ Dosen Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta

Abstrak

Pada masa kehamilan, ibu akan mengalami perubahan fisik maupun mental. Perubahan yang terjadi bahkan memberikan ketidaknyamanan bagi ibu seperti sakit pada punggung, pegal pada kaki, cemas, dan lain sebagainya. Ibu hamil sangat membutuhkan tubuh yang sehat dan bugar, serta pikiran yang rileks, dimana kondisi ini dapat diperoleh dengan mengupayakan pola makan yang teratur, istirahat yang cukup dan olah tubuh. Salah satu kegiatan FCMC dalam rangka meningkatkan kesehatan ibu hamil yaitu olah raga (yoga). Tujuan umum penelitian ini adalah menganalisis pengaruh penerapan *Edukasi Family Centered Maternity Care (FCMC)* terhadap pengetahuan dan perilaku ibu hamil dalam yoga kehamilan di Puskesmas Nguntoronadi II Kabupaten Wonogiri.

Jenis penelitian yang digunakan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *pre eksperimen design* dengan desain *one group pre test-post test design*. Populasi penelitian ini adalah semua ibu hamil yang memeriksakan di Puskesmas Nguntoronadi II Kabupaten Wonogiri yaitu sebanyak 123 ibu hamil. jumlah sampel sebanyak 55 responden. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli - Agustus 2022 di Puskesmas Nguntoronadi II Kabupaten Wonogiri. Analisis yang digunakan statistic non parametrik yaitu analisis *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Hasil penelitian pengetahuan sebelum penerapan edukasi dengan pengetahuan cukup yaitu sebanyak 38 respoden (69,0%) dan pengetahuan sesudah diberikan edukasi sebanyak 35 responden (63,6%). Perilaku sebelum penerapan edukasi kebanyakan dengan perilaku cukup yaitu sebanyak 34 respoden (61,8%) dan perilaku sesudah penerapan edukasi dengan perilaku cukup sebanyak 39 responden (70,9)%. Ada pengaruh penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care (FCMC)* terhadap perilaku ibu hamil dalam yoga kehamilan di Puskesmas Nguntoronadi II Kabupaten Wonogiri dengan signifikan $0,000 < 0,05$.

Kata Kunci: edukasi, penerapan, pengetahuan, perilaku, yoga kehamilan

Effect of Application of Family Centered Maternity Care (FCMC) Education on Knowledge and Behavior of Pregnant Women in Pregnancy Yoga at Nguntoronadi II Public Health Center, Wonogiri Regency

Nining Setyaningsih¹⁾, Retno Wulandari²⁾, Desy Wiyastutik³⁾

¹⁾ *Student of Kusuma Husada University Surakarta Undergraduate Midwifery Study Program*

²⁾ ³⁾ *Lecturer of Midwifery at Kusuma Husada University Surakarta*

³⁾

Abstract

During pregnancy, mothers will experience physical and mental changes. The changes that occur even provide discomfort for the mother such as back pain, leg aches, anxiety, and so on. Pregnant women really need a healthy and fit body, as well as a relaxed mind, where this condition can be obtained by pursuing a regular diet, adequate rest and physical exercise. One of FCMC's activities in order to improve the health of pregnant women is exercise (yoga). The general purpose of this study was to analyze the effect of implementing Family Centered Maternity Care (FCMC) education on the knowledge and behavior of pregnant women in pregnancy yoga at the Nguntoronadi II Public Health Center, Wonogiri Regency.

type of research used is quantitative research with pre-experimental research design with one group pre-test-post-test design. The population of this study were all pregnant women who checked at the Nguntoronadi II Public Health Center, Wonogiri Regency, as many as 123 pregnant women. the number of samples as many as 55 respondents. This research was conducted in July - August 2022 at the Nguntoronadi II Public Health Center, Wonogiri Regency. The analysis used non-parametric statistics, namely the analysis of the Wilcoxon Signed Rank Test.

results of the study of knowledge before the application of education with sufficient knowledge were 38 respondents (69.0%) and knowledge after education was given as many as 35 respondents (63.6%). The behavior before the implementation of education was mostly with sufficient behavior, namely as many as 34 respondents (61.8%) and behavior after the application of education with sufficient behavior as many as 39 respondents (70.9%). There is an effect of implementing Family Centered Maternity Care (FCMC) education on the behavior of pregnant women in pregnancy yoga at the Nguntoronadi II Public Health Center, Wonogiri Regency with a significant $0.000 < 0.05$.

Keywords: education, application, knowledge, behavior, pregnancy yoga

PENDAHULUAN

Pendekatan di dalam asuhan kebidanan komunitas dalam meningkatkan kesejahteraan ibu dan bayi yaitu pendekatan yang melibatkan keluarga yang dikenal dengan istilah *family centered maternity care* (FCMC). Kegiatan *Family Centered Maternity Care* (FCMC) sebagai salah satu upaya yang dapat memotivasi ibu hamil dalam menjaga kesehatan karena mendapatkan dukungan dan keterlibatan yang penuh dari semua keluarga. Pendekatan ini melibatkan keluarga agar keluarga mau ikut berpartisipasi dalam memantau kehamilan, dengan cara mengenali dan menghargai keterlibatan keluarga, keputusan terbaik dengan menciptakan pola hidup yang sehat. memberikan dorongan untuk mengenali dan membangun kekuatannya, membantu membuat keputusan terbaik dengan menciptakan pola hidup yang sehat (Abidah dan Anggraini, 2020).

Salah satu kegiatan FCMC dalam rangka meningkatkan kesehatan ibu hamil yaitu olahraga yang bermanfaat dan aman untuk kesehatan ibu dan janin ialah yoga. Prenatal yoga yaitu bagian dari terapi non farmakologis yang dapat mengatasi ketidaknyamanan kehamilan. Prenatal yoga adalah jenis modifikasi dari hatha yoga yang disesuaikan

dengan kondisi ibu hamil. Prenatal yoga bermanfaat membantu ibu hamil mengatasi keluhan ketidaknyamanan yang di rasakan selama masa kehamilan serta membantu melancarkan proses persalinan (Hayati, 2021).

Dalam kelas prenatal, ibu hamil risiko tinggi dimotivasi untuk didampingi terutama oleh pasangan, selain dilakukan pemeriksaan rutin terhadap kesehatan ibu dan bayi, ibu hamil risiko tinggi dan pasangan diberikan berbagai penyuluhan, diantaranya tentang perubahan fisik dan psikologi pada ibu hamil, faktor risiko pada kehamilan, tanda bahaya pada kehamilan dan upaya yang harus dilakukan keluarga secara cepat dan tepat. Prenatal yoga dapat menjadi salah satu cara untuk menguatkan kekompakan dalam hubungan sehingga masa-masa ini dapat berlalu dengan lebih baik. Dalam gerakan-gerakan yoga yang dilakukan, suami dan istri akan belajar cara untuk mengkomunikasikan gerak tubuh dan interaksi menjadi lebih kuat dan baik (Istikhomah, 2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Nguntoronadi II Kabupaten Wonogiri didapatkan data kunjungan ibu hamil pada 3 bulan terakhir bulan Januari 43 kunjungan, bulan Februari sebanyak 41 kunjungan dan pada bulan

Maret sebanyak 39 kunjungan ibu hamil. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan penulis terhadap 10 ibu hamil, terdapat 6 ibu hamil belum pernah melakukan senam hamil maupun yoga dalam kehamilan, 3 ibu hamil sudah melakukan senam hamil tetapi belum pernah melakukan yoga kehamilan dan 1 orang ibu hamil pernah melakukan yoga dalam kehamilan. Berdasarkan kasus tersebut penulis ingin melakukan penelitian dengan judul “pengaruh penerapan *Edukasi Family Centered Maternity Care* (FCMC) terhadap pengetahuan dan perilaku ibu hamil dalam yoga kehamilan di Puskesmas Nguntoronadi II Kabupaten Wonogiri.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *pre eksperimen design* dengan desain *one group pre test-post test design*. Populasi penelitian ini adalah semua ibu hamil yang memeriksakan di Puskesmas Nguntoronadi II Kabupaten Wonogiri yaitu sebanyak 123 ibu hamil. jumlah sampel sebanyak 55 responden. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli - Agustus 2022 di Puskesmas Nguntoronadi II Kabupaten Wonogiri. Analisis yang digunakan statistic non parametrik yaitu analisis *Wilcoxon Signed Rank Test*.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi umur responden (n= 55)

No	Umur	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	20 – 35 tahun	48	87,3
2	> 35 tahun	7	12,7
Total		55	100

Sumber: Data Primer (2022)

Berdasarkan Tabel 4.1 diketahui dari 55 responden mayoritas berumur 20 – 35 tahun sebanyak 48 responden (87,3%).

Tabel 4.2 Karakteristik responden berdasarkan pendidikan (n = 55)

No	Pendidikan	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	SMP	17	30,9
2	SMA	33	60,0
3	Perguruan Tinggi	5	9,1
Total		55	100

Sumber: Data Primer (2022)

Berdasarkan Tabel 4.2 diketahui mayoritas pendidikan responden adalah SMA sebanyak 33 responden (60%).

Tabel 4.3 Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan (n = 55)

No	Pekerjaan	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	IRT	26	47,3
2	Swasta	24	43,6
3	PNS	5	9,1
Total		55	100

Sumber: Data Primer (2022)

Berdasarkan Tabel 4.3 diketahui sebagian besar responden seorang ibu rumah tangga ebanyak 26 responden (47,3%).

Tabel 4.4 Karakteristik responden berdasarkan jumlah kehamilan

No	Jumlah kehamilan	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	Hamil pertama	27	42,6
2	Hamil kedua	21	40,7
3	Hamil ketiga	7	16,7
Total		55	100

Sumber: Data Primer (2022)

Berdasarkan Tabel 4.4 diketahui kebanyakan yaitu hamil pertama sebanak 27 responden (42,6%).

Tabel 4.5 Pengetahuan sebelum dan sesudah penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) ibu hamil dalam yoga kehamilan (n= 55)

No	Pengetahuan	Sebelum penerapan edukasi		Sesudah penerapan edukasi	
		f	%	f	%
		1	Baik	3	5,5
2	Cukup	38	69,0	35	63,6
3	Kurang	14	25,5	0	0
Total		55	100	55	100

Sumber: Data Primer (2022)

Berdasarkan Tabel 4.5 pengetahuan sebelum penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) ibu hamil dalam yoga kehamilan kebanyakan dengan pengetahuan cukup yaitu sebanyak 38 responden (69,0%) dan pengetahuan sesudah diberikan edukasi mayoritas pengetahuan cukup sebanyak 35 responden (63,6%).

Tabel 4.6 Perilaku sebelum dan sesudah penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) ibu hamil dalam yoga kehamilan (n= 55)

No	Perilaku	Sebelum penerapan edukasi		Sesudah penerapan edukasi	
		f	%	f	%
		1	Baik	3	5,5
2	Cukup	34	61,8	39	70,9
3	Kurang	18	32,7	0	0
Total		55	100	55	100

Sumber: Data Primer (2022)

Berdasarkan Tabel 4.6 Perilaku sebelum penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) ibu hamil dalam yoga kehamilan kebanyakan dengan perilaku cukup yaitu sebanyak 34 responden (61,8%) dan perilaku sesudah penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) ibu hamil dalam yoga kehamilan dengan perilaku cukup sebanyak 39 responden (70,9%)

Analisis bivariante

Variabel pengetahuan

Tabel 4.8 Uji analisis *Wilcoxon Signed Rank Test* (n= 55)

	N	Mean Rank	Signifikan (p)
Posttest – Negative Ranks	0 ^a	00	0,000
Pretest Positive Ranks	49 ^b	25,00	
Ties	6 ^c		
Total	55		

Berdasarkan hasil analisis tersebut didapatkan hasil *negatif rank* menunjukkan 0, yang berarti tidak ada penurunan pengetahuan ibu hamil dalam yoga kehamilan sesudah penerapan

edukasi, *positive rank* menunjukkan 49 yang berarti terdapat 49 responden dengan peningkatan pengetahuan sesudah penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) dalam dalam yoga kehamilan dan *ties* 6, berarti terdapat 6 responden tidak mengalami perubahan pengetahuan baik sebelum maupun sesudah.

Hasil analisis *Wilcoxon Rank Test* didapatkan hasil dengan signifikan $0,000 < 0,05$, sehingga dapat dikatakan ada pengaruh penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) terhadap pengetahuan ibu hamil dalam yoga kehamilan di Puskesmas Nguntoronadi II Kabupaten Wonogiri.

Variabel perilaku

Tabel 4.9 Uji analisis *Wilcoxon Signed Rank Test* (n= 55)

	N	Mean Rank	Signifikan (p)
Posttest – Negative Ranks	0 ^a	00	0,000
Pretest Positive Ranks	52 ^b	26.50	
Ties	3 ^c		
Total	55		

Berdasarkan hasil analisis tersebut didapatkan hasil *negatif rank* menunjukkan 0, yang berarti tidak ada penurunan perilaku ibu hamil dalam yoga kehamilan sesudah penerapan edukasi, *positive rank* menunjukkan 52 yang berarti terdapat 52 responden dengan peningkatan perilaku sesudah

penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) dalam yoga kehamilan dan *ties* 3, berarti terdapat 3responden tidak mengalami perubahan perilaku baik sebelum maupun sesudah.

Hasil analisis *Wilcoxon Rank Test* didapatkan hasil dengan signifikan $0,000 < 0,05$, sehingga dapat dikatakan ada pengaruh penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) terhadap perilaku ibu hamil dalam yoga kehamilan di Puskesmas Nguntoronadi II Kabupaten Wonogiri.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan diketahui dari 55 responden mayoritas berumur 20 – 35 tahun sebanyak 48 responden (87,3%). Hasil ini didukung penelitian yan dilakukan oleh Setyani (2017), dengan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar berumur 20-35 tahun dalam hal ini kehamilan pada rentang usia ini, umumnya lebih sehat karena kondisi fisik perempuan dalam keadaan prima dan rahim dinilai sudah kuat untuk memberi perlindungan pada janin, diharapkan, kondisi ibu yang prima dapat mekenan komplikasi yang mungkin muncul dari terjadinya kehamilan. Hal tersebut dipertegas oleh beberapa survey yang menyebutkan bahwa kematian maternal 2-5 kali lebih

tinggi pada wanita hamil dan melahirkan pada usia > 35 tahun,

Hasil ini didukung penelitian Simanjuntak (2018), dengan hasil penelitian dari 67 responden ibu hamil yang diteliti, dapat disimpulkan bahwa sebanyak 57 (85,1%) ibu hamil berumur 20 – 35 tahun.

Hasil penelitian yang dilakukan Sukma (2020), hasil analisis uji komparatif Chi Square didapatkan hasil $p \text{ value} = 0,034$ ($p \leq 0,05$) dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh faktor usia ibu hamil terhadap jenis persalinan sehingga H_1 diterima. Dengan demikian kelompok yang memiliki faktor resiko terjadinya persalinan abdominal adalah kelompok usia >20 dan <35 tahun. Usia paling aman untuk hamil dan bersalin adalah usia antara 20 tahun sampai dengan 35 tahun karena termasuk dalam kelompok usia reproduksi sehat. Ibu yang termasuk dalam kelompok usia reproduksi sehat memiliki organ reproduksi yang telah mampu untuk hamil dan bersalin dan belum mengalami penurunan fungsi organ reproduksi yang dapat menyebabkan komplikasi pada kehamilan maupun persalinan.

Menurut Setyani (2017), Pada umur 20-35 tahun merupakan umur yang produktif karena semakin cukup umur seseorang, tingkat kematangan

serta kekuatan berpikir dan bekerja akan lebih baik, secara fisik, mental, dan sosial dimana seharusnya seorang ibu lebih mudah untuk menerima berbagai informasi yang dapat diperoleh melalui TV, radio, majalah, internet, maupun langsung dari tenaga kesehatan.

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas pendidikan responden adalah SMA sebanyak 33 responden (60%). Hasil ini sejalan penelitian yang dilakukan Setyani (2017), data pendidikan terakhir responden didapat bahwa sebagian besar memiliki pendidikan terakhir SMA sebanyak 83 responden (83%). Berbekal pendidikan yang baik, responden akan dengan mudah untuk mendapatkan informasi mengenai pentingnya mengikuti prenatal yoga exercise dengan bekal pengetahuan yang dimilikinya, walaupun telah banyak informasi yang dapat diperoleh melalui TV, radio, internet maupun tenaga kesehatan

Hasil ini sesuai penelitian yang dilakukan Parwati (2019), hubungan tingkat pendidikan ibu hamil dengan keikutsertaan dalam prenatal yoga dalam penelitian ini dilihat dari hasil korelasi yang didapatkan nilai $p < 0,001$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan.

Menurut Parwati (2019), tidak dapat dipungkiri bahwa semakin tinggi

pendidikan seseorang, semakin mudah pula mereka menerima informasi dan pada akhirnya pengetahuan yang dimilikinya akan semakin banyak. Sebaliknya jika seseorang memiliki tingkat pendidikan yang rendah, maka akan menghambat perkembangan sikap orang tersebut terhadap penerimaan informasi dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan. Pendidikan merupakan totalitas interaksi manusia untuk pengembangan manusia seutuhnya, dan pendidikan merupakan proses yang terus-menerus yang senantiasa berkembang setelah mengalami proses pendidikan dengan memanfaatkan tujuan pendidikan yaitu sumber daya dari kurikulum yang ada, menghasilkan keluaran berupa kemampuan tertentu, sehingga dapat dikatakan bahwa perubahan tingkah laku termasuk didalamnya pengetahuan, sikap, tindakan, penampilan dan sebagainya.

Hasil penelitian diketahui sebagian besar responden seorang ibu rumah tangga sebanyak 26 responden (47,3%). Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Setyani (2017), berdasarkan data pekerjaan, diketahui bahwa sebagian besar responden tidak bekerja atau memiliki aktivitas sebagai ibu rumah tangga. Pekerjaan mempengaruhi kesibukan, status sosial ekonomi dan mempengaruhi akses untuk memperoleh

pengetahuan. Orang yang bekerja biasanya mempunyai pola pikir yang lebih luas dibandingkan yang tidak bekerja, karena orang yang bekerja akan dengan mudah memperoleh informasi lebih banyak dibanding orang yang tidak bekerja.

Menurut Ikowati (2019), jenis pekerjaan mempengaruhi seseorang mempunyai waktu luang untuk mengikuti kegiatan di lingkungan sekitar atau pendidikan formal. Lingkungan pekerjaan dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung, pengalaman yang juga menjadi bagian yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan

Berdasarkan Tabel 4.4 diketahui kebanyakan yaitu hamil pertama sebanyak 27 responden (42,6%). Hasil penelitian yang dilakukan Dewi (2018), analisis data yang digunakan yaitu chi-square menunjukkan nilai $p=0,565$ dan $p=0,709$, maka disimpulkan tidak ada hubungan pengetahuan dan paritas ibu. Hasil yang sama diperoleh dari penelitian yang dilakukan oleh Haryanti (2016), dengan hasil bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara paritas dengan tingkat pengetahuan.

Paritas adalah keadaan wanita berkaitan dengan jumlah anak yang dilahirkan. Paritas anak kedua dan anak

ketiga merupakan paritas paling aman ditinjau dari sudut kematian maternal. Persalinan pertama atau lebih dari tiga mempunyai dampak buruk terhadap ibu dan janinnya. Setelah tiga kali persalinan, ibu berisiko melahirkan bayi cacat atau bayi berat lahir rendah. Pada paritas tinggi lebih dari tiga, mempunyai angka kematian maternal lebih tinggi.

Menurut Setyani (2017), seseorang yang pernah melahirkan lebih dari satu kali (multipara). memiliki pengalaman lebih banyak tentang manfaat *prenatal yoga exercise* untuk ibu dan janinnya. Pengalaman yang pernah dialami seseorang akan menambah pengetahuan tentang sesuatu yang bersifat informal, dikarenakan pengalaman adalah sumber pengetahuan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan sebelum penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) ibu hamil dalam yoga kehamilan kebanyakan dengan pengetahuan baik sebanyak 3 responden (5,5%), pengetahuan cukup yaitu sebanyak 38 responden (69,0%) dan pengetahuan kurang sebanyak 14 responden (25,5%). Pengetahuan sesudah diberikan edukasi pengetahuan baik sebanyak 20 responden (36,4%) dan pengetahuan cukup sebanyak 35 responden (63,6%), didukung data

terdapat 49 responden dengan peningkatan pengetahuan sesudah penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) dalam dalam yoga kehamilan.

Hasil ini didukung penelitian yang dilakukan Siburian (2022), berdasarkan hasil *pre test* dan *post test* bahwa ada penambahan jumlah ibu hamil yang berpengetahuan baik dari 21 (55%) ibu hamil pada saat *pre test* menjadi 31 (82 %) ibu hamil setelah *post test*. Ibu yang berpengetahuan cukup 13 orang (34%) menjadi 7 orang (18%). Berpengetahuan kurang dari 4 (11%) ibu hamil pada saat *post test* tidak ditemukan lagi ibu hamil yang berpengetahuan kurang.

Menurut Depkes RI (2012), edukasi adalah suatu proses usaha memberdayakan perorangan, kelompok, dan masyarakat agar memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatannya melalui peningkatan pengetahuan, kemauan, dan kemampuan, yang dilakukan dari, oleh, dan masyarakat sesuai dengan faktor budaya setempat.

Edukasi pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau usaha menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu. Dengan adanya pesan tersebut maka diharapkan masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan

tentang kesehatan yang lebih baik. (Notoatmodjo, 2018).

Menurut Abidah (2021), kegiatan *Family Centered Maternity Care* (FCMC) sebagai salah satu upaya yang dapat memotivasi ibu hamil dalam menjaga kesehatan karena mendapatkan dukungan dan keterlibatan yang penuh dari semua keluarga. Pendekatan ini melibatkan keluarga agar keluarga mau ikut berpartisipasi dalam memantau kehamilan, dengan cara mengenali dan menghargai keterlibatan keluarga, memberikan dorongan untuk mengenali dan membangun kekuatannya, membantu membuat keputusan terbaik dengan menciptakan pola hidup yang sehat. Sehingga melalui pendekatan FCMC keluarga dapat memberikan motivasi kepada ibu hamil dalam menjaga kesehatan selama kehamilannya dan berdampak positif yaitu ibu hamil akan merasa nyaman, aman, tenang dan percaya diri.

Hasil penelitian menunjukkan perilaku sebelum penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) ibu hamil dalam yoga kehamilan perilaku baik sebanyak 3 responden (5,5%), perilaku cukup yaitu sebanyak 34 responden (61,8%) dan perilaku kurang sebanyak 18 responden (32,7%)

Perilaku Sesudah penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) ibu hamil dalam yoga kehamilan perilaku baik sebanyak 16 responden (2,1%) dan perilaku cukup sebanyak 39 responden (70,9%).

Data menunjukkan terdapat 52 responden dengan peningkatan perilaku sesudah penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) dalam yoga kehamilan. Penelitian ini didukung penelitian yang dilakukan Adha (2018), adanya peningkatan nilai perilaku dengan uji *Mcnemar p value* = 0,031 pada perilaku ibu. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan Anggitamara (2018) perbedaan rata-rata perilaku antara kelompok yang diberikan edukasi dan kelompok 10,100 dengan probabilitas 0,001, sehingga dapat dikatakan terdapat perbedaan rata-rata perilaku kelompok yang diberikan edukasi dengan probabilitas $0,001 < 0,05$.

Menurut Notoatmodjo (2019), perilaku manusia pada hakikatnya adalah suatu aktivitas dari manusia itu sendiri, yang mempunyai bentangan sangat luas mencakup : berjalan, berbicara, bereaksi, berpakaian, berpikir, persepsi dan emosi. Perilaku dan gejala perilaku yang tampak pada kegiatan organisme tersebut dipengaruhi oleh faktor keturunan (*genetik*) dan

lingkungan ini merupakan penentu dari perilaku makhluk hidup termasuk perilaku manusia. Hereditas atau faktor keturunan merupakan konsepsi dasar atau modal untuk perkembangan perilaku makhluk hidup itu untuk selanjutnya. Sedangkan lingkungan merupakan kondisi atau lahan untuk perkembangan perilaku tersebut.

Analisis bivariante

Variabel pengetahuan

Hasil analisis *Wilcoxon Rank Test* didapatkan hasil dengan signifikan $0,000 < 0,05$, sehingga dapat dikatakan ada pengaruh penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) terhadap pengetahuan ibu hamil dalam yoga kehamilan di Puskesmas Nguntoronadi II Kabupaten Wonogiri.

Hasil ini didukung penelitian yang dilakukan Amalia (2018), terdapat perbedaan berupa peningkatan antara pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi dengan *p-value* sebesar 0,001. Terdapat perbedaan berupa penurunan antara praktik sebelum dan sesudah intervensi dengan *p-value* sebesar 0,003.

Hasil ini sejalan penelitian yang dilakukan Sukmawati (2017), dengan hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). bahwa ada perbedaan bermakna antara sebelum dan sesudah

intervensi edukasi terhadap pengetahuan responden.

Hal ini sesuai dengan pendapat Notoatmodjo (2018) bahwa penyuluhan merupakan suatu media dalam promosi kesehatan yang tujuannya dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Orang akan semakin tahu terhadap suatu hal karena adanya penginderaan terhadap suatu objek. bahwa penyuluhan kesehatan merupakan kegiatan dalam pendidikan di bidang kesehatan, yang dilakukan dengan menyebarkan suatu pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu ajaran yang ada hubungannya dengan kesehatan

Variabel perilaku

Hasil analisis *Wilcoxon Rank Test* didapatkan hasil dengan signifikan $0,000 < 0,05$, sehingga dapat dikatakan ada pengaruh penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) terhadap perilaku ibu hamil dalam yoga kehamilan di Puskesmas Nguntoronadi II Kabupaten Wonogiri.

Edukasi merupakan proses berlangsungnya interaksi antara manusia dan lingkungan dan menghasilkan perubahan-perubahan dalam pengetahuan, ketrampilan serta sikap. Melalui proses edukasi seseorang akan

belajar yang awalnya tidak tahu menjadi tahu. Adapun beberapa faktor yang dapat mempengaruhi edukasi seperti yang ditunjukkan oleh Notoatmojo yaitu adanya komunikasi, sosial maupun training. Komunikasi yang terjalin dengan baik akan memberikan pengetahuan, sikap, kepercayaan dan lain sebagainya. Kondisi sosial yang baik akan memberikan ketersediaan fasilitas, sedangkan training yang baik akan memberikan pengaruh terhadap perilaku.

PENUTUP

Simpulan

Pengetahuan sebelum penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) ibu hamil dalam yoga kehamilan kebanyakan dengan pengetahuan cukup yaitu sebanyak 38 responden (69,0%) dan pengetahuan sesudah diberikan edukasi sebanyak 35 responden (63,6%).

Perilaku sebelum penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) ibu hamil dalam yoga kehamilan kebanyakan dengan perilaku cukup yaitu sebanyak 34 responden (61,8%) dan perilaku sesudah penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) ibu hamil dalam yoga kehamilan dengan perilaku cukup sebanyak 39 responden (70,9)%.

Ada pengaruh penerapan edukasi *Family Centered Maternity Care* (FCMC) terhadap perilaku ibu hamil dalam yoga kehamilan di Puskesmas Nguntoronadi II Kabupaten Wonogiri dengan signifikan $0,000 < 0,05$.

Saran

Bagi masyarakat diharapkan melalui pendekatan FCMC (*Family Centered Maternity Care*), peran keluarga dikenali dan dihargai keterlibatannya, keluarga diberikan dorongan untuk mengenali dan membangun kekuatannya, serta memungkinkan keluarga untuk membuat keputusan yang terbaik dalam perawatan ibu hamil dengan menciptakan pola hidup yang normal.

Bagi peneliti lain diharapkan bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian sejenis untuk bisa menambah variabel penelitian dan jumlah sampel yang lebih banyak sehingga didapatkan hasil yang sempurna.

DAFTAR PUSTAKA

Abidah dan Anggraini (2021). *Family Centered Maternity Care (FCMC) Sebagai Salah Satu Upaya Memotivasi Ibu Hamil Dalam Menjaga Kesehatan Saat Kehamilan Berbasis Keluarga*. <https://journal.stikespemkabjombang.ac.id>. Diakses 25 April 2022

- Asmuji dan Indriyani (2019). Model Family Centered Maternity Care Sebagai Strategi Optimalisasi Competent Mothering. <https://e-journal.unair.ac.id>. Diakses 22 April 2022
- Astuti (2012). *Buku Ajaran Asuhan Kebidanan Ibu 1 (Kehamilan)*. Yogyakarta : Rahima Press
- Dinkes Prop. Jateng (2020). Buku Saku Kesehatan Triwulan 3 Tahun 2020
[@dinkesjateng](http://www.dinkes@jatengprov.go.id)
- Hayati, Nurul (2021). Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Prenatal Yoga Di Puseksmas Sukatenang Kabupaten Bekasi Jawa Barat. Skripsi. Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
<http://repository2.unw.ac.id>. Diakses 27 April 2022
- Istikhomah, Henik (2021). Family Centered Maternity Care (FCMC) SEBAGAI Salah Satu Upaya Skrining / Deteksi Dini Resiko Tinggi Ibu Hamil Berbasis Keluarga Di Desa Danguran. GEMASSIKA Vol. 2 No. 1 Mei 2018. <https://jurnal.aiska-university.ac.id>. Diakses 25 April 2022
- Jayanti, Nicky Danur (2020). FCMC Mobile Application Sebagai Metode Edukasi Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Hamil Di Masa Pandemi Covid-19. Conference on Innovation and Application of Science and Technology (CIASTECH 2020). Universitas Widyagama Malang, 02 Desember 2020.
<http://publishing-widyagama.ac.id>. Diakses 25 April 2022
- Mayasari, Senditya Indah (2019). Penerapan Edukasi Family Centered Maternity Care (FCMC) terhadap Keluhan Ibu Postpartum Melalui Asuhan Home Care. JURNAL NERS DAN KEBIDANAN.
<http://jnk.phb.ac.id/index.php/jnk>. Diakses 25 April 2022
- Nototatmodjo, Soekidjo. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- _____. (2019). *Kesehatan masyarakat : ilmu dan seni*. Jakarta : Rineka Cipta
- Setyani, Rizka Ayu (2018). Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Prenatal Yoga Exercise Di Kota Yogyakarta. <http://e-journal.ar-rum.ac.id>. Diakses 27 April 2022
- Sujiyatini., 2018. *Asuhan Patologi Kebidanan*, Yogyakarta: Nuha Medika