

# HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN MINAT IBU HAMIL DALAM PENERAPAN PRENATAL YOGA DI PMB BIDAN WULAN SINGOPURAN KARTASURO SUKOHARJO

Nia Pertiwi<sup>1</sup>, Hutari Puji Astuti<sup>2</sup>, Desy Widyastutik<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Prodi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan,  
Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>2,3</sup>Dosen Prodi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas  
Kusuma Husada Surakarta

[niapertiwi661@gmail.com](mailto:niapertiwi661@gmail.com)

## ABSTRAK

Kehamilan merupakan sebuah proses alamiah pada manusia dan bukan merupakan proses patologis, kecuali keadaan tertentu. Mengingat banyaknya kondisi yang dapat dikaitkan dengan kehamilan risiko tinggi, maka setiap Ibu sebelum hamil, dengan atau tanpa kondisi medis sebelumnya, perlu menemui tenaga kesehatan terdekat untuk mempersiapkan kehamilan dengan baik agar kondisi berpotensi mengganggu kehamilan dapat dideteksi secepatnya. Ibu hamil dapat menjalani kehamilan yang sehat, salah satunya dengan melakukan prenatal yoga. Prenatal yoga adalah salah satu bagian dari terapi non farmakologis yang dapat mengatasi ketidaknyaman selama kehamilan. Prenatal yoga tidak hanya membantu ibu hamil tetap sehat, tetapi juga mempersiapkan ibu hamil untuk menjalani persalinan yang aman serta rileks dan dapat menurunkan risiko komplikasi. Meskipun banyak manfaat dari prenatal yoga, namun ternyata masih sedikit minat ibu hamil untuk melakukannya, dikarenakan khawatir apakah dapat melakukan olahraga ketika sedang hamil dan takut akan membahayakan janin ketika melakukan olahraga. Padahal faktanya olahraga sangat diperlukan untuk ibu hamil. Keselamatan janin maupun ibu hamil akan dijamin aman dikarenakan senam yoga ini selalu diawasi oleh instruktur yang berpengalaman dan gerakan pada prenatal yoga tidak membahayakan karena bisa disesuaikan kondisi tubuh ibu hamil. Berdasarkan studi pendahuluan di PMB Bidan Wulan didapatkan Ibu hamil yang diwawancarai 7 diantaranya mengatakan bahwa selama mengikuti kelas ibu hamil hanya mendapatkan materi tentang kehamilan secara umum dan melakukan prenatal yoga akan tetapi belum mengetahui tentang prenatal yoga untuk kehamilan. Berdasarkan hal tersebut peneliti bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan minat ibu hamil dalam melakukan prenatal yoga di PMB Bidan Wulan.

Jenis penelitian ini menggunakan rancangan *Pre eksperimen design* dengan *one group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester I,II dan III yang melakukan ANC pada bulan Februari – Maret 2023 sejumlah 60 ibu hamil. Pemilihan sampel menggunakan teknik *propotional stratified sampling* dengan jumlah sampel sebanyak ibu hamil trimester I,II dan III di PMB Bidan Wulan Singopuran Kartasuro Sukoharjo sebanyak 63 ibu hamil. Analisa data dalam penelitian ini yaitu menggunakan *uji spearman rank*. Hasil penelitian menunjukkan nilai *p-value* 0,000 atau <0,05 dengan nilai korelasi sebesar 0,787. Kesimpulan dari hasil penelitian ini yaitu ada hubungan yang sangat kuat antara pengetahuan dengan minat ibu hamil dalam penerapan prenatal yoga di PMB Bidan Wulan Singopuran Kartasura Sukoharjo.

**Kata Kunci :** *Prenatal Yoga*, pengetahuan, minat, dan ibu hamil

## ABSTRACT

Pregnancy is a natural process in humans and is not a pathological process, except in certain circumstances. Considering the many conditions that can be associated with high-risk pregnancies, every mother before becoming pregnant, with or without previous medical conditions, needs to see the nearest health professional to prepare for pregnancy well so that conditions that have the potential to disrupt the pregnancy can be detected as soon as possible. Pregnant women can have a healthy pregnancy, one way is by doing prenatal yoga. Prenatal yoga is a part of non-pharmacological therapy that can overcome discomfort during pregnancy. Prenatal yoga not only helps pregnant women stay healthy, but also prepares pregnant women for a safe and relaxed birth and can reduce the risk of complications. Even though there are many benefits from prenatal yoga, it turns out there is still little interest among pregnant women in doing it, because they are worried about whether they can exercise while pregnant and are afraid of harming the fetus when doing exercise. In fact, exercise is very necessary for pregnant women. The safety of the fetus and pregnant mother will be guaranteed because yoga exercises are always supervised by an experienced instructor and the movements in prenatal yoga are not dangerous because they can be adjusted to the condition of the pregnant woman's body. Based on a preliminary study at PMB Bidan Wulan, it was found that 7 pregnant women who were interviewed said that during the class, pregnant women only received material about pregnancy in general and did prenatal yoga, but did not know about prenatal yoga for pregnancy. Based on this, the researcher aims to determine the relationship between knowledge and interest of pregnant women in doing prenatal yoga at PMB Bidan Wulan.

This type of research uses a pre-experimental design with one group pretest-posttest. The population in this study was pregnant women in the first, second and third trimesters who underwent ANC in February - March 2023, a total of 60 pregnant women. The sample selection used a proportional stratified sampling technique with a sample size of 63 pregnant women in the first, second and third trimesters at PMB Bidan Wulan Singopuran Kartasuro Sukoharjo. Data analysis in this study used the Spearman rank test. The research results show a p-value of 0.000 or  $<0.05$  with a correlation value of 0.787. The conclusion from the results of this research is that there is a very strong relationship between knowledge and interest of pregnant women in implementing prenatal yoga at PMB Midwife Wulan Singopuran Kartasura Sukoharjo.

**Keywords :** *Prenatal Yoga, knowledge, interest, and pregnant women*

## PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan sebuah proses alamiah pada manusia, dan bukan merupakan proses patologis, kecuali keadaan tertentu. (Prawirohardjo, 2019).

Berdasarkan data WHO pada tahun 2018 yaitu Angka Kematian Ibu (AKI) di dunia sebanyak 289.000 jiwa. AKI yang tinggi dimiliki oleh Negara berkembang yaitu Negara di Afrika Sub-Saharan dengan 179.000 jiwa, negara di Asia Selatan dengan 69.000 jiwa, serta

negara di Asia Tenggara dengan 16.000 jiwa. AKI yang terjadi di negara-negara Asia Tenggara yaitu negara, negara Vietnam dengan 49 per 100.000 kelahiran hidup, Negara Thailand dengan 26 per 100.000 kelahiran hidup, negara Brunei dengan 27 per 100.000 kelahiran hidup, dan di negara Malaysia dengan 29 per 100.000 kelahiran hidup dan Indonesia dengan 190 per 100.000 kelahiran hidup (WHO, 2017). Penurunan Angka Kematian Ibu di Indonesia masih belum cukup signifikan

yakni menurun 59 hal ini dibuktikan dari data Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) 2015 yaitu 305 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup yang sebelumnya pada hasil Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 dengan angka 359 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2019). Jumlah kasus kematian ibu yang terjadi di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2016 sebanyak 602 kasus, dibandingkan jumlah kasus kematian ibu pada tahun 2015 yang berjumlah sebanyak 6191 kasus, pada tahun 2016 kasus kematian ibu mengalami penurunan. Terjadinya penurunan angka kematian ibu tersebut, maka angka kematian ibu di Provinsi Jawa Tengah juga mengalami penurunan pada tahun 2015 dari 111, 16 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2016 menjadi 109, 65 per 100.000 kelahiran hidup (Dinkes Provinsi Jateng, 2017).

Namun, hal ini tidak dapat menjadi tolak ukur akan kejadian tersebut, karena komplikasi persalinan dapat juga terjadi pada ibu hamil yang tidak mempunyai faktor-faktor risiko. Oleh sebab itu, bidan sebagai petugas pelayanan kesehatan yang memiliki hubungan langsung dengan ibu hamil dalam pemberian asuhan atau perawatan kehamilan (*antenatal care*) berperan penting untuk mengelola pencegahan risiko melalui skrinning sehingga dapat menentukan tingkat risiko sesuai dengan tingkat kegawatan dari faktor risiko tersebut. Mengingat banyaknya kondisi yang dapat dikaitkan dengan kehamilan risiko tinggi, maka setiap Ibu sebelum hamil, dengan atau tanpa kondisi medis sebelumnya, perlu menemui tenaga kesehatan terdekat untuk mempersiapkan kehamilan dengan baik agar kondisi berpotensi mengganggu kehamilan dapat dideteksi secepatnya. kehamilan yang sangat di idamkan oleh ibu hamil untuk dapat menjalani yang sehat ibu hamil melakukan senam hamil.faktanya meski sudah ada senam yoga untuk ibu hamil

namun masih banyak yang belum mengetahui manfaat prenatal yoga. sehingga ibu hamil perlu mengetahui tentang senam yoga untuk kehamilan dapat memberi kesehatan, ketenangan dan kebahagiaan dimana pikiran menjadi fokus, konsentrasi dalam keseharian dan mengurangi keluhan selama yang terjadi kehamilan dan persalinan sedangkan senam yoga yang diterapkan dilakukan secara rutin akan memberikan banyak manfaat bagi ibu hamil maupun bayinya. satu olahraga yang bermanfaat dan aman untuk kesehatan ibu dan janin ialah yoga. Prenatal yoga Kehamilan merupakan sebuah proses alamiah pada manusia tanpa kondisi yang patologis, Salah yaitu bagian dari terapi non farmakologis yang dapat mengatasi ketidaknyaman kehamilan menurut Suci Rahmani (2019 ).

Yoga prenatal tidak hanya membantu bumil tetap sehat selama kehamilan, tetapi juga mempersiapkan bumil menjalani persalinan sehat dan menurunkan risiko komplikasi. prenatal dapat membantu bumil mempersiapkan persalinan dengan membantu tubuh lebih rileks. Gerakannya pun akan berfokus pada teknik dan pose yang aman di semua tahap kehamilan.adapun beberapa manfaat prenatal yoga yaitu: Meningkatkan Aliran Darah, meningkatkan pengalaman Positif, menjadi Bagian dari Komunitas Sehat, menjaga Kesehatan mental, menurunkan Komplikasi Kehamilan (Sindhu, 2016 ).

Masih banyak ibu hamil yang masih ragu, dikarenakan khawatir apakah dapat melakukan olahraga ketika sedang hamil dan takut akan membahayakan janin ketika melakukan olahraga. Padahal olahraga sangat diperlukan untuk ibu hamil. Keselamatan janin maupun ibu hamil itu sendiri akan dijamin aman dikarenakan senam yoga ini selalu diawasi oleh instruktur yang berpengalaman dan gerakan pada yoga tidak lah membahayakan. Sehingga perlu adanya komunikasi visual untuk

memberikan info kepada ibu hamil mengenai informasi akan pentingnya melakukan olahraga terutama senam yoga saat masa kehamilan. Dengan adanya pendukung kegiatan senam yoga yang terdapat di kota Semarang maka yoga bisa dilakukan oleh semua orang. Saat ini dengan adanya kecanggihan teknologi membuat banyak orang semakin jarang bergerak. Menurut peneliti dari Warwick Medical School, University of Warwick menemukan bahwa ibu hamil yang malas bergerak selama trimester kedua kehamilannya mengalami lebih banyak depresi (Sukmasari, 2016).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di PMB Bidan Wulan Singopuran Kartasuro Sukoharjo didapatkan hasil bahwa di PMB terdapat 90 ibu hamil dengan pengambilan sekunder dari buku *kohort* ibu hamil di PMB Bidan Wulan Singopuran Sukoharjo Pada bulan Oktober sampai Desember 2022 ,adanya kegiatan kelas ibu hamil yang berjalan setiap satu bulan sekali dan pada Oktober sampai Desember ada 20 ibu hamil terdiri dari 5 TM I ,7 TM II dan 8 TM III .Ibu hamil yang diwawancarai 7 diantaranya mengatakan bahwa selama mengikuti kelas ibu hamil hanya mendapatkan materi tentang kehamilan secara umum dan melakukan prenatal yoga akan tetapi belum mengetahui tentang prenatal yoga untuk kehamilan. Berlatih prenatal yoga pada masa kehamilan merupakan salah satu solusi *self help* yang menunjang proses kehamilan kelahiran dan bahkan mempersiapkan mental awal awal setelah melahirkan dan saat membesarkan anak (Sindhu,2018).

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan pengetahuan dengan ibu hamil dalam penerepan prenatal yoga di PMB Bidan Wulan Singopuran Kartasuro Sukoharjo.”

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian adalah *pre experimental research* dengan *One Group Pretest-Posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester I,II dan III yang melakukan ANC pada bulan Februari – Maret 2023 sejumlah 60 ibu hamil. Pemilihan sampel menggunakan teknik *propotional stratified sampling* dengan jumlah sampel sebanyak ibu hamil trimester I,II dan III di PMB Bidan Wulan Singopuran Kartasuro Sukoharjo sebanyak 63 ibu hamil.

Analisis yang digunakan meliputi analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat untuk mendapatkan tingkat pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah intervensi. Analisis bivariat pada penelitian ini yaitu menggunakan *uji spearman rank*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil

Karakteristik	Frekuensi ( f )	Presentase (%)
Kurang	16	25,4
Cukup	30	47,6
Baik	17	27,0
Total	63	100,0

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan Tabel 1 diketahui Pengetahuan ibu hamil mayoritas pada kategori cukup sebanyak 30 orang (47,6%).

Hasil ini menunjukkan bahwa ibu hamil memiliki pemahaman yang cukup baik tentang prenatal yoga yang berkaitan dengan pengertian, manfaat, prinsip, persiapan, kontraindikasi, teknik, gerakan. Hasil ini sesuai dengan penelitian dari Sari (2018) yang menyatakan bahwa pengetahuan tentang

antenatal yoga pada ibu hamil di wilayah Kabupaten Jombang berada dalam kategori kurang sebesar 52,4%. Hasil penelitian ini tidak sebanding dengan hasil penelitian dari Nurbaiti & Nurita (2020) yang menunjukkan lebih dari separuh responden memiliki pengetahuan yang baik tentang yoga (27.0%).

Notoadmodjo (2010) menyatakan bahwa pengetahuan adalah hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Seseorang yang memiliki pengetahuan yang luas khususnya tentang kesehatan maka seseorang itu akan cenderung dan senantiasa meningkatkan kesehatan diri, keluarga dan lingkungannya. Menurut Wawan dan Dewi (2018) pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain umur, pendidikan, pekerjaan, sosial budaya dan lingkungan.

Menurut asumsi peneliti, responden yang memiliki pengetahuan cukup ataupun kurang kemungkinan disebabkan karena responden yang kurang mendapatkan informasi tentang prenatal yoga, selain dari kurangnya informasi yang didapat, faktor pendidikan juga ikut mempengaruhi. Dari 63 responden, mayoritas berpendidikan SD sebanyak 30,2 % atau 19 ibu hamil, berpendidikan SMP sebanyak 16 orang (25,4%), berpendidikan SMA sebanyak 13 orang (20,6%), dan berpendidikan perguruan tinggi sebanyak 15 orang (23,8%). Karena pendidikan seseorang mempengaruhi cara pandang terhadap diri dan lingkungannya sehingga responden yang berpendidikan rendah mungkin juga memiliki pandangan yang kurang terhadap diri dan lingkungannya. Pengetahuan ibu hamil yang kurang cukup baik tentang prenatal yoga kemungkinan disebabkan pendidikan yang rendah.

Menurut asumsi peneliti, tingginya pengetahuan seseorang

dipengaruhi oleh umur, umur yang muda dapat mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang dengan bertambahnya umur maka pengetahuan akan berkembang sesuai pengetahuan yang didapat. Hal ini tergambar dari data bahwa mayoritas ibu hamil berusia kurang dari 20 tahun (55,6%) sehingga kemungkinan ibu hamil belum siap menghadapi proses dari kehamilannya. Sejalan dengan Ardiani (2020) yang menyatakan semakin tua umur seseorang proses mentalnya bertambah. Dan pada umur tertentu umur tidak seperti perkembangan ketika umur belasan tahun. Dimana daya ingat dipengaruhi oleh umur. Jadi semakin bertambah umur seseorang akan berpengaruh terhadap pengetahuan yang dimiliki.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Minat Ibu Hamil

Karakteristik	Frekuensi ( f )	Presentase (%)
Rendah	16	25,4
Sedang	19	30,2
Tinggi	28	44,4
Total	63	100,0

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 2 diketahui mayoritas Minat Ibu Hamil dalam penerapan Prenatal Yoga ada pada kategori rendah sebanyak 16 orang (25,4 %).

Hasil sesuai dengan penelitian ini yang menyatakan bahwa minat ibu hamil dalam antenatal yoga pada ibu hamil di wilayah Kabupaten Jombang berada dalam kategori sedang sebesar 55,0% Minat adalah suatu fungsi jiwa untuk dapat mencapai sesuatu minat merupakan kekuatan dari dalam tampak dari luar sebagai gerak gerik (Purwanto, 2020). Sejalan dengan teori Hayati (2007) dalam (Nurbaiti & Nurita, 2020), Minat merupakan keinginan individu untuk melakukan perilaku tertentu

sebelum perilaku tersebut dilaksanakan. Adanya niat/minat untuk melakukan suatu tindakan akan menentukan apakah kegiatan tersebut akhirnya akan dilakukan. Kegiatan yang dilakukan inilah yang disebut dengan perilaku. Dengan demikian perilaku merupakan 'niat/minat' yang sudah direalisasikan dalam bentuk tingkah laku yang tampak. Pada setiap orang, minat berperan sangat penting dalam kehidupannya. Minat mempunyai dampak yang besar atas perilaku dan sikap seseorang. Didalam belajarpun minat dapat menjadi sumber motivasi yang kuat dalam mendorong seseorang untuk belajar (Julianti & Astuti, 2022). Minat merupakan kesadaran ibu hamil untuk mengikuti prenatal yoga, tanpa adanya kesadaran yang terbentuk dalam diri ibu hamil maka tidak akan membentuk minat pada kegiatan prenatal yoga. Dalam penelitian ini ibu hamil banyak memiliki minat yang rendah (44,4%) dengan mayoritas tingkat pengetahuan responden pada kategori cukup. Pengetahuan memegang peranan penting dalam menentukan suatu sikap dan tindakan. Dari pengetahuan yang ibu miliki ibu akan berfikir dan berniat (kecenderungan bertindak) untuk mengikuti prenatal yoga, pengetahuan ibu cukup tentang prenatal yoga merupakan suatu faktor pendukung dalam minat mengikuti prenatal yoga, hal ini dikarenakan kebanyakan ibu hamil memperhatikan dengan seksama apa yang diharapkan oleh tenaga kesehatan bahwa prenatal sangatlah manfaat bagi ibu hamil. Sejalan dengan Suharyat (2009) dalam (Nurtini et al., 2017) Minat mengandung unsur-unsur yang terdiri dari kognisi (mengetahui), emosi (perasaan), dan konasi (kehendak).

dari yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 16 ibu hamil.

(perasaan), dan konasi (kehendak). Unsur kognisi, dalam arti minat itu didahului oleh pengetahuan dan informasi mengenai objek yang dituju oleh minat tersebut. Unsur emosi karena dalam partisipasi atau pengalaman itu disertai dengan perasaan tertentu (perasaan senang) sedangkan unsur konasi merupakan kelanjutan dari kedua unsur tersebut yaitu yang diwujudkan dalam bentuk kemauan dan hasrat untuk melakukan suatu kegiatan. Hal ini berarti untuk meningkatkan minat ibu hamil untuk mengikuti kelas prenatal yoga, perlu terlebih dahulu untuk meningkatkan pengetahuannya mengenai prenatal yoga.

### Analisis Bivariat

Pengujian hipotesis dilakukan dengan uji *spearman correlation* untuk mengetahui adanya hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil dalam penerapan prenatal yoga di PMB Bidan Wulan Singopuran Kartasura Sukoharjo. Berikut hasil pengujiannya:

Tabulasi Silang Variabel P (Pengetahuan) dengan M (Minat)

Variabel	M			T
	Ren dah	Sed ang	Tin ggi	
P Kurang	16	1	0	17
Cukup	11	18	1	30
Baik	1	0	15	16
Total	28	19	16	63

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel tabulasi silang dapat disimpulkan paling banyak dari yang memiliki pengetahuan baik memiliki Minat tinggi dalam penerapan Prenatal Yoga sebanyak 15 ibu hamil dan paling banyak yang memiliki Minat rendah dalam penerapan Prenatal Yoga.

Tabel Korelasi Minat dengan Pengetahuan

Korelasi	
Minat	
Pengetahuan	Correlation ,787 sig.(2- tailed ) 0,000 N 63

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 4 Hasil uji korelasi spearman untuk melihat lebih jauh hubungan antara variabel Pengetahuan dengan Minat Ibu Hamil dalam Prenatal Yoga mempunyai nilai  $p = 0,000$ , yang kurang dari  $0,05$ . Hal ini berarti  $H_0$  diterima artinya ada hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil dalam penerapan prenatal yoga di PMB Bidan Wulan Singopuran Kartasura Sukoharjo, dengan nilai korelasi sebesar  $0,787$ , yang artinya hubungan keeratan antara Pengetahuan dengan Minat Ibu Hamil Prenatal Yoga masuk kedalam hubungan yang kuat.

Sejalan dengan hasil penelitian Nurbaiti & Nurita (2020) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan minat kelas prenatal yoga dengan korelasi sedang ( $p=0,006$ ,  $r=0,541$ ). Hasil ini juga sesuai dengan penelitian dari Situmorang (2021) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan minat ibu hamil dalam penerapan senam prenatal yoga di Kota Bengkulu berdasarkan  $Sig.= 0,001$ . Berdasarkan tabulasi silang didapatkan paling banyak dari ibu hamil yang memiliki Pengetahuan baik juga memiliki Minat tinggi dalam penerapan Prenatal Yoga sebanyak 15 ibu hamil dan paling banyak ibu hamil yang memiliki Minat rendah dalam penerapan Prenatal Yoga berasal dari ibu yang memiliki Pengetahuan kurang sebanyak 16 ibu hamil. Hasil tersebut memberikan gambaran bahwa secara umum responden yang memiliki pengetahuan dalam kategori cukup baik memiliki

minat yang tinggi terhadap penerapan prenatal yoga.

Menurut asumsi peneliti, pengetahuan merupakan kunci dasar utama seseorang dalam menumbuhkan minat seseorang, untuk dapat mempunyai pemahaman dan ketertarikan yang baik, seseorang harus mempunyai pengalaman yang berkaitan dengan suatu objek tertentu, sehingga pengalaman mampu mempengaruhi minat seseorang terhadap suatu objek. Semakin kurang pengetahuan yang diperoleh maka akan semakin rendah minat yang akan tumbuh pada diri seorang tersebut. Hal ini sesuai dengan teori Rumini (1998) dalam Aris Noviani & Siskana Dewi Rosita (2021) yang mengatakan bahwa semakin baik pengetahuan maka akan semakin baik minat yang ditujukan pada objek tersebut, sebaliknya jika pengetahuan kurang maka akan terbentuk minat yang rendah.

Peneliti bisa menyimpulkan berdasarkan teori dan fakta bahwa minat ibu hamil untuk melakukan prenatal yoga di pengaruhi atau berhubungan dengan pengetahuan ibu tersebut. Semakin banyak manfaat positif yang diketahui ibu dalam melakukan prenatal yoga maka semakin tinggi pula minat ibu untuk melakukan prenatal yoga.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1 Pengetahuan ibu hamil tentang senam prenatal yoga di PMB Bidan Wulan Singopuran Kartasuro Sukoharjo mayoritas pada kategori cukup sebanyak 30 orang ( 47,6 %).
- 2 Minat ibu hamil dalam penerapan senam prenatal yoga di PMB Bidan Wulan Singopuran Kartasuro Sukoharjo mayoritas pada kategori rendah. 28 orang ( 44.4 % ) .

- 3 Ada hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil dalam penerapan senam prenatal yoga di PMB Bidan Wulan Singopuran Kartasuro Sukoharjo.

## SARAN

Perlunya penelitian lebih lanjut tentang kegiatan prenatal yoga dan faktor-faktor lain yang mempengaruhi minat ibu hamil terhadap kegiatan prenatal yoga.

## REFERENSI

- Arikunto. Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka cipta.
- Arikunto Suharsimi. 2019. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Renika cipta.
- Depkes RI. 2016. Profil Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2016. Jakarta: *Kementrian Kesehatan RI*
- Depdiknas. 2015. Undang Undang RI Nomer 2 Tahun 1989 *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*.
- Hidayat,A. Aziz,Alimul .2019, *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisa Data* ,Jakarta: Salemba Medika .
- Hidayat ,A,Aziz ,Alimul. 2016, *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisa Data* .Jakarta: Salemba Medika .
- Hidayat , A, Aziz ,Alimul ,2015 .*Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisa Data*,Jakarta: Salemba Medika .
- Hurluck ,2019, *Perkembangan Anak* ,Jakarta :Erlangga Kartini.2015 .*Sikap Dengan Motivasi Ibu Hamil Dalam Mengikuti Kelas Ibu Hamil Di Desa Jatiwates Kecamatan Temblang Kabupaten Jombang KTI,Program Studi D3 Kebidanan Politeknik Kesehatan Majapahit Mojokerto* .
- Lestari, Titik .2015 .*Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan* ,Yogyakarta:Nuha Medika
- Moctar, Rustam. 2016 *Sinopsis obstetric*. Jilid I,jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Nazir, Moh 2011 ,*Metode Penelitian* . Cetakan 6. Bogor .Penerbit ghalia Indonesia
- Nisak,Baiti firdausin,2016 ,*Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Hamil Dalam Penerapan Prenatal Yoga Lotus Birth* ,Laporan Penelitian, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika,Jombang
- Nursalam,2009 ,*Teori Teori Belajar Dan Model Model Pembelajaran,Untuk Meningkatkan Minatsiswa*,Jakarta: Ditjen Dikti
- Nursalam,2016,*Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* ,Surabaya: Salemba Medika
- Nursalam,2019, *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* ,Surabaya: Salemba Medika
- Nurtini,N, M,dkk .2019 ,*Tingkat Pengetahuan Dengan Minat Ibu Hamil Tentang Prenatal Yoga Di Puskesmas II Denpasar Selatan*,Jurnal Kesehatan terpadu vol 1 no 2 .
- Notoatmodjo, Soekidjo,2010, *Metodologi Penelitian Kesehatan* , Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo,2016 ,*Metodologi Penelitian Kesehatan* , Jakarta : Renika Cipta .
- Notoatmodjo, Soekidjo ,2020 ,*Metodologi Penelitian Kesehatan* ,Jakarta : Renika Cipta
- Prawirohardjo,S , 2016 ,*Ilmu Kebidanan* , Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawir hoharjo

- Pratiguyo, Tia, 2014, *Yoga Ibu Hamil*, Jakarta : Pustaka Bunda .
- Purwanto, 2017, *Pendidikan Sekolah*, Jakarta: PT, Bumi Aksara
- Sulistiyawati, Ari, 2019, *Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan*, Jakarta Salemba Medika .
- Wahib, 2016, *Psikolog social ( Suatu Pengantar )*, Yogyakarta: Andi.
- Walyani, E, S dan Endang, P .2016 *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*, Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Wawan . A , dan M, Dewi, 2017 , *Pengetahuan , Sikap Dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika