

SKRIPSI

**PENGARUH KIE TENTANG PRENATAL YOGA DENGAN MINAT IBU
HAMIL DALAM MELAKUKAN PRENATAL YOGA DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS MELATA KABUPATEN LAMANDAU
KALIMANTAN TENGAH**



Oleh :

EMMI HERAWATI

NIM. 2281A0704

**PROGRAM STUDI S-1 KEBIDANAN
FAKULTAS KEPERAWATAN DAN KEBIDANAN
INSTITUT ILMU KESEHATAN STRADA INDONESIA
KEDIRI 2023**

SKRIPSI

PENGARUH KIE TENTANG PRENATAL YOGA DENGAN MINAT IBU HAMIL DALAM MELAKUKAN PRENATAL YOGA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MELATA KABUPATEN LAMANDAU KALIMANTAN TENGAH

**Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam
Program Studi S-1 Kebidanan Institut Ilmu Kebidanan STRADA Indonesia**



Oleh :

EMMI HERAWATI

NIM. 2281A0704

**PROGRAM STUDI S-1 KEBIDANAN
FAKULTAS KEPERAWATAN DAN KEBIDANAN
INSTITUT ILMU KESEHATAN STRADA INDONESIA
KEDIRI 2023**

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun.

Kediri, 10 Januari 2024

Yang menyatakan



EMMI HERAWATI
NIM. 2281A0704



HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH KIE TENTANG PRENATAL YOGA DENGAN MINAT IBU HAMIL DALAM MELAKUKAN PRENATAL YOGA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MELATA KABUPATEN LAMANDAU KALIMANTAN TENGAH

Diajukan Oleh :



EMMI HERAWATI

NIM. 2281A0704

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI

Pada tanggal, Januari 2024
Pembimbing



Bd. Anggrawati Wulandari, SST, M.Kes.

NIDN. 1019028702

Mengetahui

Dekan Fakultas Keperawatan & Kebidanan
Institut Ilmu Kesehatan STRADA Indonesia



Dr. Agusta Dian Ellina, S.Kep., Ns., M.Kep.

NIDN. 0720088503

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH KIE TENTANG PRENATAL YOGA DENGAN MINAT IBU HAMIL DALAM MELAKUKAN PRENATAL YOGA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MELATA KABUPATEN LAMANDAU KALIMANTAN TENGAH

Oleh:



EMMI HERAWATI

NIM. 2281A0704

Skripsi ini telah disetujui dan dinilai oleh Panitia Penguji
Pada Program Studi S-1 Kebidanan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan
Pada hari, Tanggal 20 Februari 2024

DOSEN PENGUJI

Ketua Penguji

Bd. Miftakhur Rohmah, SST., M.Keb.

(.....)

Anggota Penguji

Asruria Sani Fajriah, SST., M.K.M

(.....)

Bd. Anggrawati Wulandari, SST, M.Kes.

(.....)

Mengetahui

Dekan Fakultas Keperawatan & Kebidanan
Institut Ilmu Kesehatan STRADA Indonesia


Dr. Agusta Dian Ellina, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIDN. 0720088503

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan begitu banyak nikmat dan karunia-Nya sehingga skripsi dengan judul **“Pengaruh KIE Tentang Prenatal Yoga Dengan Minat Ibu Hamil Dalam Melakukan Prenatal Yoga di Wilayah Kerja Puskesmas Melata Kabupaten Lamandau Kalimantan Tengah”** dapat terselesaikan dengan baik.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam Program Studi S-1 Kebidanan IIK STRADA Indonesia. Begitu banyak doa dan dukungan serta peran penting dari berbagai pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi, oleh karena itu pada kesempatan kali ini sebagai ucapan syukur, peneliti ingin menyampaikan terima kasih dan rasa hormat kepada:

1. Dr. Sentot Imam Suprpto, MM., selaku Rektor IIK STRADA Indonesia yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi S1 Kebidanan.
2. Dr. Agusta Dian Ellina, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Dekan Fakultas Kebidanan dan Keperawatan IIK STRADA Indonesia sekaligus pembimbing yang telah memberikan arahan dan berbagai kemudahan kepada penulis.
3. Riza Tsalatsatul Mufida, SST., M.Kes selaku Ketua Program Studi S1 Kebidanan yang telah memberikan arahan dan berbagai kemudahan kepada penulis.
4. Segenap Dosen Program Studi S1 Kebidanan IIK STRADA Indonesia yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan kepada penulis.

5. dr. Anang Argo Yuwono selaku Kepala Puskesmas Melata yang telah memberikan izin untuk peneliti menyelesaikan kegiatan penelitian.
6. Orang tua tersayang, adikku, keluargaku tercinta yang selalu mendo'akanku serta orang yang aku sayangi terima kasih atas semua do'a, dukungan serta semangat yang telah diberikan kepada peneliti.
7. Teman-teman seperjuangan penulis yang tidak dapat disebutkan satu persatu atas dukungan berupa kritik dan saran yang diberikan pada peneliti.
8. Pihak-pihak yang membantu, mendukung dan memotivasi dalam penyelesaian penyusunan skripsi ini.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun ke arah yang lebih baik pada skripsi ini.

Kediri, Januari 2024

Peneliti

ABSTRAK

PENGARUH KIE TENTANG PRENATAL YOGA DENGAN MINAT IBU HAMIL DALAM MELAKUKAN PRENATAL YOGA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MELATA KABUPATEN LAMANDAU KALIMANTAN TENGAH

Emmi Herawati, Anggrawati Wulandari

Institut Ilmu Kesehatan STRADA Indonesia

emmiherawati99@gmail.com, anggrawulandari64@gmail.com

Kondisi ibu hamil yang kurang aktivitas atau kurang bergerak akan menyebabkan masalah kehamilan yang membahayakan kesehatan ibu dan janin. Berlatih yoga pada masa ini merupakan salah satu *self help* yang akan mengurangi ketidaknyamanan selama masa hamil, membantu proses persalinan, dan bahkan mempersiapkan mental untuk masa-masa awal setelah melahirkan dan saat membesarkan anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh KIE tentang prenatal yoga dengan minat ibu hamil dalam melakukan prenatal yoga.

Penelitian ini menggunakan metode *pra-experimental* dengan rancangan *Pretest-Posttest with group control design*. Menggunakan teknik sampling *purposive sampling* didapatkan sampel 30 responden kelompok intervensi dan 30 responden kelompok kontrol, variabel independen pada penelitian ini adalah KIE tentang prenatal yoga dan variabel dependen adalah minat dalam melakukan prenatal yoga. Digunakan uji statistik *Mann Whitney test* untuk mengetahui pengaruh kedua variabel.

Hasil penelitian menunjukkan minat ibu hamil dalam melakukan prenatal yoga sebelum diberikan KIE sebanyak 36,7% sedang sedangkan minat ibu hamil dalam melakukan prenatal yoga setelah diberikan KIE sebanyak 20,0% sedang.

Analisis menggunakan uji statistik *Mann Whitney test* didapatkan hasil terdapat pengaruh KIE tentang prenatal yoga dengan minat ibu hamil dalam melakukan prenatal yoga dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Adanya pengaruh KIE tentang prenatal yoga dengan minat ibu hamil dalam melakukan prenatal yoga, peneliti mendapatkan informasi dan gambaran tentang ada pengaruh KIE tentang prenatal yoga dengan minat ibu hamil dalam melakukan prenatal yoga.

Kata kunci: KIE, minat, prenatal yoga.

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF INFORMATION COMMUNICATION AND EDUCATION (IEC) ABOUT PRENATAL YOGA WITH THE INTEREST OF PREGNANT WOMEN TO DOING PRENATAL YOGA IN MELATA COMMUNITY HEALTH CENTER WORKING AREA, LAMANDAU REGENCY, CENTRAL KALIMANTAN

Emmi Herawati, Anggrawati Wulandari

Institut Ilmu Kesehatan STRADA Indonesia

emmiherawati99@gmail.com, anggrawulandari64@gmail.com

By: Emmi Herawati

The condition of pregnant women who lack activity or lack of movement will cause pregnancy problems that endanger the health of the mother and fetus. Practicing yoga at this time is one of the self-help that will reduce discomfort during pregnancy, help the labor process, and even prepare mentally for the early days after giving birth and when raising children. This study aims to determine the influence of IEC about prenatal yoga with the interest of pregnant women in doing prenatal yoga.

This study used a pre-experimental method with a Pretest-Posttest design with group control design. Using purposive sampling technique, a sample of 30 intervention group respondents and 30 control group respondents was obtained, the independent variable in this study was IEC about prenatal yoga and the dependent variable was interest in doing prenatal yoga. The statistical Mann Whitney test is used to determine the effect of the two variables.

The results showed that pregnant women's interest in doing prenatal yoga before IEC was 36.7% moderate, then the interest of pregnant women in doing prenatal yoga after being given IEC was 20.0% moderat.

The analysis using statistical Mann Whitney test found that there was an influence of IEC about prenatal yoga with the interest of pregnant women in doing prenatal yoga with $p = 0.000$ ($p < 0.05$).

The influence of IEC about prenatal yoga with the interest of pregnant women in doing prenatal yoga, researchers get information and an overview of the influence of IEC about prenatal yoga with the interest of pregnant women in doing prenatal yoga.

Keywords: IEC, interest, prenatal yoga

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Surat Pernyataan	ii
Halaman Persetujuan	iii
Halaman Pengesahan	iv
Kata Pengantar	v
Abstrak	vii
Abstract	viii
Daftar Isi	ix
Daftar Gambar	x
Daftar Tabel	xi
Daftar Lampiran	xii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
1. Manfaat teoritis	7
2. Manfaat praktis	7
E. Keaslian Penelitian	9

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori	11
1. Konsep KIE	11
2. Konsep Kehamilan	16
3. Konsep Minat	30
4. Konsep Prenatal Yoga	42
B. Kerangka Teori	57
C. Hipotesis	58

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	59
B. Kerangka Kerja	61
C. Populasi, Sampel dan Sampling	62
1. Populasi	62
2. Sampel	62
3. Sampling	62
D. Variabel Penelitian	63
E. Definisi Operasional	64
F. Lokasi Penelitian	65
G. Teknik Pengumpulan Data	65
H. Analisis Data	72
I. Etika Penelitian	73

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	75
B. Hasil penelitian.....	78
1. Data Umum Karakteristik Responden.....	78
2. Data Khusus Karakteristik Respondenl.....	79
3. Hasil Analisis Data	80

BAB V PEMBAHASAN

A. Minat Ibu Hamil Sebelum diberi KIE tentang Prenatal Yoga	82
B. Minat Ibu Hamil Sesudah diberi KIE tentang Prenatal Yoga.....	84
C. Pengaruh KIE tentang Prenatal Yoga dengan Minat Ibu Hamil dalam Melakukan Prenatal Yoga.....	88
D. Keterbatasan Penelitian.....	91

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	92
B. Saran.....	92

DAFTAR PUSTAKA	94
-----------------------------	----

LAMPIRAN	99
-----------------------	----



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Latihan Pemusatan Perhatian.....	47
Gambar 2.2 <i>Mountain Pose</i>	48
Gambar 2.3 <i>Tree Pose</i>	49
Gambar 2.4 <i>Cow Pose - Cat Pose</i>	50
Gambar 2.5 Peregangan Otot Leher.....	50
Gambar 2.6 <i>Standing Lateral Stretch</i>	51
Gambar 2.7 <i>Triangle Pose</i>	51
Gambar 2.8 <i>Revolved Head to Knee Pose</i>	52
Gambar 2.9 <i>Twisting Variation</i>	52
Gambar 2.10 Peregangan Otot Pinggang.....	53
Gambar 2.11 Peregangan Lutut.....	53
Gambar 2.12 Peregangan Otot Kaki.....	54
Gambar 2.13 <i>Bound Angle Pose</i>	55
Gambar 2.14 <i>Garland Pose</i>	55
Gambar 2.15 <i>Melting Heart Pose</i>	56
Gambar 2.16 Posisi Tidur Yang Nyaman.....	57
Gambar 2.17 Kerangka Teori.....	57
Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	60
Gambar 3.2 Kerangka Kerja.....	61



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Penelitian Sebelumnya.....	9
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	65
Tabel 4.1 Gambaran Data Umum Karakteristik Responden.....	78
Tabel 4.2 Gambaran Data Khusus Karakteristik Responden.....	79
Tabel 4.3 Hasil Uji Normalitas dan Homogenitas.....	80
Tabel 4.4 Hasil Uji <i>Mann Whitney Test</i> Pengaruh KIE Tentang Prenatal Yoga dengan Minat Ibu Hamil.....	81



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat Ijin Pengambilan Data Awal.....	100
Lampiran 2 Surat Balasan Ijin Pengambilan Data Awal.....	101
Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian.....	102
Lampiran 4 Surat Balasan Ijin Penelitian.....	103
Lampiran 5 Lembar Informasi Penelitian (<i>Inform Consent</i>).....	104
Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	105
Lampiran 7 Lembar Kisi-Kisi Kuesioner.....	106
Lampiran 8 Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner.....	107
Lampiran 9 Lembar Kuesioner.....	111
Lampiran 10 Satuan Acara Penyuluhan.....	114
Lampiran 11 Rekapitulasi Hasil Penelitian.....	132
Lampiran 12 Hasil Penelitian Analisis SPSS.....	135
Lampiran 13 Dokumentasi Penelitian.....	144
Lampiran 14 Lembar Konsultasi.....	145



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ibu mengalami banyak perubahan selama masa kehamilan, yang merupakan peristiwa yang unik dan alami. Perubahan ini adalah adaptasi dari kondisi tidak hamil ke kondisi kehamilan yang dirasakan secara fisiologis dan mental. Ibu hamil mengalami perubahan fisiologis setelah konsepsi, yang mempengaruhi setiap sistem organ dalam tubuh (Yunita, Husnul & Vini, 2021). Proses adaptasi harus dimulai sejak Ibu mengalami banyak perubahan selama masa kehamilan, yang merupakan peristiwa yang unik dan alami. awal kehamilan (Siti, Luvi & Mi'anah, 2022). Penyesuaian ini dapat menyebabkan perubahan fisik dan mental. Selain itu, salah satu peristiwa yang paling membuat resah dalam hidup seorang wanita adalah kehamilan. Perubahan ibu hamil ini karena dapat memengaruhi kesehatan fisik dan mental mereka, menurunkan kualitas hidup mereka (Meda Yuliana, 2021).

Angka Kematian Ibu (AKI) saat ini masih jauh dari target *Sustainable Development Goals* (SDGs), yaitu 70 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2030. Sekitar 287.000 wanita meninggal selama dan setelah kehamilan dan persalinan pada tahun 2020. Ini adalah angka kematian ibu yang sangat tinggi. Hampir 95% kematian ibu di negara berpendapatan rendah dan menengah pada tahun 2020 dapat dicegah. Angka kematian ibu terus meningkat setiap tahun. Pada tahun 2021, terjadi 7.389 kematian ibu di

Indonesia, meningkat dari 4.627 kematian tahun sebelumnya (Kemenkes, 2022).

Yoga selama kehamilan sangat membantu menjaga kesehatan fisik dan emosi, serta mengurangi rasa sakit, stres, risiko gangguan prenatal, dan usia kehamilan yang lebih pendek. Yoga juga dianggap lebih baik daripada berjalan kaki atau jenis latihan prenatal lainnya. Dengan meningkatkan kekuatan otot, cadangan energi, dan fleksibilitas, yoga prenatal membantu proses persalinan menjadi pengalaman yang menyenangkan dan alami bagi ibu. Yoga mempersiapkan tubuh wanita untuk persalinan. Hal ini meningkatkan kepercayaan diri wanita dan meningkatkan keyakinan mereka bahwa mereka dapat melahirkan anak dengan cara normal. Yoga dan meditasi dapat membantu mengurangi rasa sakit, kecemasan, dan ketidaknyamanan yang terkait dengan kehamilan dan persalinan (Siti, Luvi & Mi'anah, 2022).

Berlatih yoga pada masa ini merupakan salah satu *self help* yang akan mengurangi ketidaknyamanan selama masa hamil, membantu proses persalinan, dan bahkan mempersiapkan mental untuk masa-masa awal setelah melahirkan dan saat membesarkan anak (Ningrum et al., 2022). Teknik olah napas yang telah dilakukan ibu hamil sedari awal masa kehamilan akan membantu ibu lebih mudah memusatkan pikiran saat bermeditasi yang akan sangat berguna untuk menguatkan mental, mengatasi kecemasan, dan menghemat energi pada detik-detik persalinan kelak (Aswitami, 2017).

Baik kehamilan maupun persalinan adalah proses fisiologis. Perubahan fisik yang terjadi selama kehamilan dapat menyebabkan

ketidaknyamanan, terutama selama trimester ketiga, seperti sering buang air kecil, sesak napas, nyeri punggung, nyeri ulu hati, konstipasi, insomnia, ketidaknyamanan pada perineum, kram otot betis, varises, edema pergelangan kaki, mudah lelah, mood yang tidak menentu, dan peningkatan kecemasan. Ketidaknyamanan yang muncul pada ibu hamil meliputi 20% bengkak pada kaki, 10% kram kaki, 60% sesak napas, 20% sakit kepala, dan 70% sakit punggung. Selain itu, 21% ibu hamil menunjukkan gejala kecemasan, dan 64% akan berlanjut selama nifas (Dewi, Nasution & Napitupulu, 2020).

Ibu hamil sangat membutuhkan tubuh yang sehat dan bugar serta pikiran yang rileks; pola makan yang teratur, istirahat yang cukup, dan aktivitas fisik adalah cara untuk mencapainya. Yoga adalah salah satu latihan olah tubuh yang baik untuk wanita hamil karena merupakan bentuk olah tubuh, psikologis, dan mental yang menggabungkan teknik seperti pernafasan (pranayama), posisi (asana), meditasi, dan relaksasi (Parwati & Wulandari, 2020).

Berdasarkan data di Wilayah Kerja Puskesmas Melata Kabupaten Lamandau Kalimantan Tengah terkait jumlah ibu hamil TM II dan TM III pada tahun 2021 yaitu 286 orang, tahun 2022 yaitu 298 orang, dan pada tahun 2023 sebanyak 243 orang. Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 25 September 2023 dengan mewawancarai 5 orang ibu hamil TM II dan TM III didapatkan bahwa 3 dari 5 orang ibu hamil tersebut memiliki minat dalam melakukan prenatal yoga karena di wilayah mereka belum pernah ada

kegiatan tersebut. Program yang sudah dilaksanakan di Puskesmas Melata adalah kelas ibu hamil dengan kegiatan senam hamil sedangkan prenatal yoga belum pernah ada sehingga perlu dijadikan pertimbangan untuk mengadakan program tersebut.

Perubahan dan adaptasi psikologis dalam masa kehamilan seorang ibu pada trisemester satu, dua maupun tiga. Khususnya pada tri semester tiga ibu akan menjadi lebih protektif terhadap kehamilannya, ibu akan mulai menghindari keramaian atau seseorang yang dianggap berbahaya untuk kehamilannya. Ibu akan merasakan cemas dengan kehidupan bayi nantinya seperti apakah bayi akan lahir abnormal, apakah bayi akan dilahirkan secara normal atau apakah organ vitalnya akan mengalami cedera akibat tendangan bayi. Hal ini akan membuat ibu memilih untuk tidak melakukan aktivitas karena kecemasan yang dirasakannya (Elisabeth, 2020). Kondisi ibu yang kurang aktivitas atau kurang bergerak akan menyebabkan masalah kehamilan yang membahayakan kesehatan ibu dan janin. Aktivitas fisik menimbulkan perasaan sehat pada ibu hamil, membantu relaksasi dan istirahat serta dapat meningkatkan sirkulasi yang terjadi di dalam tubuh ibu (Kadek, 2021).

Pemberian yoga pada masa kehamilan memiliki manfaat yang besar dalam menjaga kesehatan baik emosi maupun fisik serta menunjukkan penurunan rasa sakit, stress, terjadinya gangguan prenatal dan usia kehamilan yang kecil. Prenatal yoga juga membantu proses persalinan ibu menjadi sebuah pengalaman positif yang ibu alami dengan cara meningkatkan kekuatan otot, peningkatan cadangan energi dan fleksibilitas. Yoga bekerja

dengan cara mempersiapkan tubuh wanita untuk menjalani proses persalinan yang akan dilaluinya. Hal ini membantu wanita untuk merasa lebih percaya diri dan mendapatkan keyakinan akan kemampuan tubuhnya untuk bersalin normal. Meditasi dan yoga dapat mengurangi cedera fisik dan stress psikologis selama menjalani masa kehamilan dan persalinan, termasuk kecemasan dan rasa sakit selama masa persalinan (Siti, Luvi & Mi'anah, 2022).

Latihan yoga tidak mempunyai efek negatif pada ibu dan perkembangan janinnya. Senam yoga merupakan senam yang sangat aman, mudah, praktis dan perlu diterapkan secara mandiri dan berkesinambungan untuk dapat meningkatkan kesehatan (Situmorang et al., 2020). Mengikuti senam prenatal yoga secara teratur dan intensif dapat menjaga kesehatan tubuh dan psikologis ibu hamil serta janin (Nurvitasari & Margiyati, 2020). Terapi prenatal yoga secara signifikan mampu mengurangi kejadian hipertensi dalam kehamilan, diabetes meliitus gestasional, gangguan pertumbuhan janin, kehamilan kurang bulan dan lahir dengan APGAR score yang rendah (Yayuk & Ika, 2022).

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh KIE Tentang Prenatal Yoga Dengan Minat Ibu Hamil Dalam Melakukan Prenatal Yoga di Wilayah Kerja Puskesmas Melata Kabupaten Lamandau Kalimantan Tengah Tahun 2023”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh KIE tentang prenatal yoga dengan minat ibu hamil dalam melakukan prenatal yoga di wilayah kerja Puskesmas Melata Kabupaten Lamandau Kalimantan Tengah Tahun 2023?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh KIE tentang prenatal yoga dengan minat ibu hamil dalam melakukan prenatal yoga di wilayah kerja Puskesmas Melata Kabupaten Lamandau Kalimantan Tengah Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi minat ibu hamil dalam melakukan prenatal yoga sebelum diberikan KIE tentang prenatal yoga di wilayah kerja Puskesmas Melata Kabupaten Lamandau Kalimantan Tengah Tahun 2023.
- b. Mengidentifikasi minat ibu hamil dalam melakukan prenatal yoga setelah diberikan KIE tentang prenatal yoga di wilayah kerja Puskesmas Melata Kabupaten Lamandau Kalimantan Tengah Tahun 2023.

- c. Menganalisis pengaruh KIE tentang prenatal yoga dengan minat ibu hamil dalam melakukan prenatal yoga di wilayah kerja Puskesmas Melata Kabupaten Lamandau Kalimantan Tengah Tahun 2023.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat dipakai sebagai dasar dan dijadikan bahan perbandingan yang dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya, khususnya mengenai prenatal yoga pada ibu hamil.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Setelah mengetahui minat ibu hamil dalam melakukan prenatal yoga setelah diberikan KIE tentang prenatal yoga, peneliti dapat mendapatkan informasi dan gambaran tentang minat ibu hamil dalam melakukan prenatal yoga setelah diberikan KIE tentang prenatal yoga.

b. Bagi Petugas Kesehatan

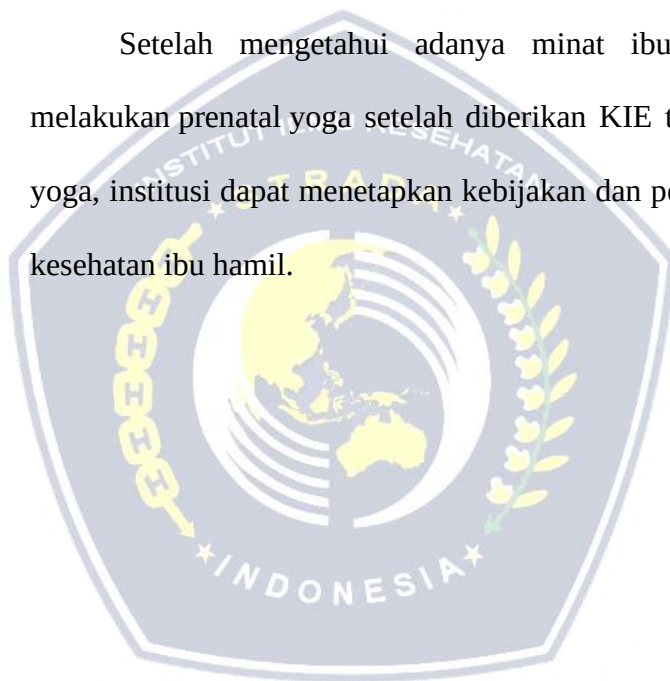
Setelah mengetahui minat ibu hamil dalam melakukan prenatal yoga setelah diberikan KIE tentang prenatal yoga, petugas kesehatan dapat memberikan konseling tentang manfaat melakukan prenatal yoga.

c. Bagi Ibu Hamil

Setelah mengetahui adanya minat ibu hamil dalam melakukan prenatal yoga setelah diberikan KIE tentang prenatal yoga, para ibu hamil dapat melakukan prenatal yoga.

d. Bagi Instansi

Setelah mengetahui adanya minat ibu hamil dalam melakukan prenatal yoga setelah diberikan KIE tentang prenatal yoga, institusi dapat menetapkan kebijakan dan peraturan tentang kesehatan ibu hamil.



E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Penelitian Sebelumnya

No	Nama Peneliti, Tahun	Judul	Nama Jurnal	Variabel		Metode Penelitian	Desain Sampling	Hasil
				Independen (X)	Dependen (Y)			
1	Yayuk Puji Lestari dan Ika Friscila 2022	Prenatal Yoga terhadap Kesehatan Mental Ibu Hamil	<i>Jurnal Media Informasi</i>	Prenatal yoga	Tingkat keehatan mental ibu hamil	Ekperimental	Total sampling	Prenatal yoga memberikan dampak berbeda terhadap kesehatan mental ibu hamil. Rerata ibu hamil yang mengikuti kelas prenatal yoga memiliki kesehatan mental yang normal. Prenatal yoga sangat baik.
2	Kadek Dwitya Widi Adnyani 2021	Prenatal Yoga Untuk Kondisi Kesehatan Ibu Hamil	<i>Jurnal Yoga dan Keseatan</i>	Prenatal Yoga	Kondisi Kesehatan Ibu Hamil	Literatul review	-	Latihan prenatal yoga pada ibu dapat membantu meningkatkan kesehatan ibu hamil. Latihan postur dan pernafasan memberikan efek rileks dan membantu mengurangi stres fisik
3	Darwitri dan Rahmadona 2021	Prenatal Yoga Menurunkan Keluhan Fisik pada Ibu Hamil Trimester II dan III	<i>Jurnal Sains dan Kesehatan</i>	Prenatal Yoga	Menurunkan Keluhan Fisik pada Ibu Hamil Trimester II dan III	quasi eksperimen	Purposive sampling	prenatal yoga dapat menurunkan keluhan fisik Ibu hamil Trimester II dan III. Diharapkan prenatal yoga dapat dilakukan secara rutin pada kelas ibu hamil.

No	Nama Peneliti,	Judul	Nama Jurnal	Variabel		Metode	Desain Sampling	Hasil
4	Aris Noviani1, Siskana Dewi Rosita 2021	Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Hamil TM II Dan III Terhadap Prenatal Gentle Yoga	Jurnal ilmiah Ilmu Kebidanan dan Kesehatan	Pengetahuan	Minat terhadap prenatal gantle yoga	Analitik korelasional	Proporsional Random Sampling	Ada hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil TM II dan III terhadap prenatal gentle yoga
5	Rully Fatriani 2023	Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Fisik Dan Yoga Prenatal Selama Kehamilan Trimester III	Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran	Pengetahuan Ibu Hamil	Ketidaknyaman an Fisik Dan Yoga Prenatal	Deskriptif	Purposive sampling	tingkat pengetahuan ibu hamil tentang ketidaknyamanan fisik pada kehamilan trimester III sebagian besar kategori kurang yaitu sebesar 46,7 % dan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang yoga prenatal sebagian besar kategori baik yaitu sebesar 55,6 %