

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah proses fisiologi yang diawali dengan konsepsi hingga lahirnya janin. Ibu hamil 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 (Widianti, 2015). Proses kehamilan akan menyebabkan ibu hamil mengalami perubahan fisik dan psikologi. Perubahan tersebut seringkali menimbulkan ketidaknyamanan yang akan dirasakan berbeda-beda setiap trimester kehamilan (Irianti, 2014). Perubahan yang dialami menyebabkan ketidaknyamanan yang membuat kondisi psikis dan emosi menjadi tidak stabil serta dapat menimbulkan kekhawatiran, gelisah, cemas, depresi dan murung yang dapat terjadi hingga akhir kehamilan (Mansur, 2014). Hal tersebut bisa menyebabkan munculnya komplikasi-komplikasi pada ibu yang mengakibatkan kematian ibu.

World Health Organisation (WHO) melaporkan pada tahun 2017 setiap hari sekitar 810 orang ibu meninggal karena penyebab yang dapat dicegah terkait dengan kehamilan dan persalinan dan 94% dari semua kematian ibu terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah ke bawah (WHO, 2019). Angka Kematian Ibu di Provinsi Bali tahun 2020 (83,8 per 100.000 KH) mengalami peningkatan dibandingkan dengan tahun 2019 (67,6 per 100.000 KH) sedangkan di Kabupaten Bangli pada tahun 2020 menjadi Kabupaten dengan AKI yang tertinggi

di Provinsi dan berada diatas dari AKI Provinsi Bali yaitu 176,3 per 100.000 KH (Dinkes Bali, 2021).

Perlu dilakukan upaya preventif untuk mencegah terjadi ketidaknyamanan dan mencegah adanya komplikasi dalam kehamilan. Upaya tersebut dilakukan dengan cara non farmakologis, untuk mencegah efek negatif penggunaan obat-obatan pada bayi. Ibu dapat melakukan kegiatan prenatal yoga. Prenatal yoga merupakan bagian dari terapi non farmakologis yang dapat mengatasi ketidaknyamanan kehamilan. Yoga merupakan suatu bentuk seni ilmu pengetahuan kuno dan perawatan kesehatan yang tertua dan berasal dari india, yang semula dirancang dan dibentuk untuk memperkuat dan membentuk sikap tubuh serta menenangkan dan memusatkan pikiran untuk masuk kedalam kondisi meditasi, namun yoga berhasil diadaptasi untuk berbagai kepentingan dan gaya hidup dari orang-orang barat, sehingga sekarang yoga dikenal sebagai salah satu seni olahraga (Maharani, 2020).

Prenatal yog saat hamil akan mempersiapkan tubuh maupun pikiran untuk siap dan tegar menghadapi masa persalinan. Pada saat melakukan gerakan yoga, hipotalamus akan mempengaruhi sistem saraf otonom yaitu menurunkan aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis. Yoga akan menghambat peningkatan saraf simpatis sehingga hormon penyebab disregulasi tubuh dapat dikurangi jumlahnya. Sistem saraf parasimpatis memberi sinyal untuk mempengaruhi pengeluaran katekolamin. Akibatnya, terjadi penurunan detak jantung, irama nafas, tekanan darah, ketegangan otot, tingkat metabolisme, dan produksi hormon penyebab kecemasan atau stress (Maharani, 2020).

Prenatal yoga bermanfaat membantu ibu hamil mengatasi keluhan ketidaknyamanan yang di rasakan selama masa kehamilan serta membantu melancarkan proses persalinan (Wulandari, 2019). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Styles, et al., (2019) yoga dapat diterima oleh wanita hamil muda dan mengurangi stress, meningkatkan keterampilan yang dirasakan untuk membantu persalinan dan kelahiran bayi.

Kegiatan prenatal yoga masih kurang populer penerapannya dibandingkan senam hamil. Hal ini dipengaruhi oleh sosialisasi terapi oleh tenaga kesehatan yang belum optimal serta masih minimnya fasilitas kesehatan yang memperkenalkan dan menerapkan latihan ini (Sharma dkk, 2015). Banyak ibu hamil yang belum mengikuti prenatal yoga disebabkan oleh rendahnya pengetahuan tentang prenatal yoga (Wahyuni, 2013).

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dan berpengaruh terhadap tindakan seseorang. Pengetahuan merupakan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan sebagainya). Dengan sendirinya pada waktu penginderaan sehingga menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indra pendengaran (telinga), dan indra penglihatan (mata). Apabila pengetahuan itu mempunyai sasaran yang tertentu, mempunyai metode atau pendekatan untuk mengkaji objek tersebut sehingga memperoleh hasil yang dapat disusun secara sistematis dan diakui secara universal, maka terbentuklah disiplin ilmu. Dengan perkataan lain,

pengetahuan ini dapat berkembang menjadi ilmu apabila memenuhi kriteria mempunyai objek kajian, mempunyai metode pendekatan, bersifat universal (mendapat pengakuan secara umum) (Notoatmodjo, 2014).

Minat adalah rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktifitas, tanpa ada yang menyuruh. Minat pada dasarnya adalah penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan sesuatu di luar diri. Semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, semakin besar minatnya. Apabila seseorang menaruh perhatian terhadap sesuatu, maka minat akan menjadi motif yang kuat untuk berhubungan secara lebih aktif dengan sesuatu yang menarik minatnya. Minat akan semakin bertambah jika disalurkan dalam suatu kegiatan. Ketertarikan kegiatan tersebut akan semakin menumbuhkan minat (Hirawati, 2015).

Penelitian Situmorang dkk (2021) tentang hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil dalam penerapan prenatal yoga di BPM Jumita, Kota Bengkulu mendapatkan hasil yaitu pengetahuan ibu hamil tentang prenatal yoga didapatkan 21 responden berpengetahuan cukup (52,5%), sedangkan minat ibu hamil dalam penerapan prenatal yoga didapatkan 22 responden minat sedang (55,0%). Dengan uji statistic spearman rank menunjukkan bahwa $p \text{ value} = 0,000 < \alpha (0,05)$ dan H_1 diterima sehingga kesimpulannya terdapat hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil dalam penerapan prenatal yoga di Poskesdes Grogol Jombang tahun 2018. Begitu juga dengan penelitian dari Nurbaiti dan Nurita (2020) dengan judul hubungan tingkat pengetahuan prenatal yoga dengan minat ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga di Puskesmas Putri Ayu Jambi mendapatkan hasil separuh responden memiliki pengetahuan yang baik tentang yoga (56,3%) dan lebih

dari separuh responden memiliki minat yang tinggi dalam mengikuti kelas prenatal yoga (59,4%). Terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan prenatal yoga dengan minat ibu dalam mengikuti kelas prenatal yoga dengan nilai $p < 0,006$ (Nurbaiti dan Nurita, 2020)

Studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Puskesmas Susut I yang merupakan salah satu Puskesmas rawat inap yang ada di Kabupaten Bangli. Peneliti melakukan wawancara ke pada 10 orang ibu hamil, dari 10 yaitu enam orang (60%) mengetahui tentang prenatal yoga dan berminat melakukan prenatal sedangkan empat orang (40%) tidak mengetahui tentang prenatal yoga dan mengatakan tidak mau untuk melakukan prenatal yoga karena takut membahayakan kehamilannya. Berdasarkan hal tersebut diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Hamil Tentang Prenatal Yoga Di Wilayah Kerja Puskemas Susut I Bangli Tahun 2023”

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini “Bagaimanakah hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil tentang prenatal yoga di wilayah kerja Puskemas Susut I Bangli Tahun 2023.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil tentang prenatal yoga di wilayah kerja Puskesmas Susut I Bangli Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pengetahuan ibu hamil Trimester II dan III tentang prenatal yoga di Puskesmas Susut I tahun 2023.
2. Mengidentifikasi minat ibu hamil Trimester II dan III tentang prenatal yoga di Puskesmas Susut I tahun 2023.
3. Menganalisis hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil trimester II dan III tentang prenatal yoga di wilayah kerja Puskesmas Susut I Bangli Tahun 2023.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

a. Untuk institusi pendidikan

Di harapkan untuk dapat menjadi tambahan referensi bagi institusi pendidikan untuk mengembangkan ilmu tentang prenatal yoga bagi ibu hamil.

b. Untuk peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan menjadi tambahan data bagi peneliti selanjutnya yang berhubungan dengan yoga bagi ibu hamil..

2. Manfaat Praktis

a. Untuk masyarakat

Masyarakat khususnya ibu hamil dan suami mengetahui hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil trimester II dan III tentang prenatal yoga dan masyarakat mengetahui tentang manfaat dari mengikuti prenatal yoga selama kehamilan.

b. Untuk tempat penelitian

Untuk Puskesmas Susut I memperoleh data tentang hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil trimester II dan III tentang prenatal yoga dan bisa menjadi acuan dalam membuat kebijakan tentang pelayanan prenatal yoga.



