

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu proses alamiah dan fisiologis yang dialami oleh seorang perempuan di sepanjang kehidupannya. Kehamilan adalah proses yang terdiri dari ovulasi, konsepsi, pertumbuhan zigot, nidasi hasil konsepsi, pembentukan plasenta, dan tumbuh kembang hasil konsepsi hingga lahirnya janin yang berlangsung selama kurang lebih 40 minggu. Secara umum kehamilan dibagi menjadi tiga trimester; kehamilan trimester pertama (antara 0-12 minggu), kehamilan trimester kedua (antara 12-28 minggu), dan kehamilan trimester ketiga (antara 28-40 minggu) (Badrus *and* Khairoh, 2019).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO), sebanyak 80% praktisi kesehatan di negara berkembang lebih memilih pengobatan alternatif dibandingkan pengobatan kimia. Pelayanan kebidanan komplementer menjadi alternatif pilihan untuk mengurangi intervensi medis saat hamil dan melahirkan. Khususnya untuk mengurangi rasa ketidaknyamanan dalam kehamilan dapat diterapkan pelayanan komplementer berupa *Prenatal* yoga (Akhiryanti *and* Nisa, 2020). Pelaksanaan *prenatal* yoga juga sudah diatur dalam Menteri Kesehatan Republik Indonesia no. 15 Menkes/PER/VII/2018 tentang penyelenggaraan pelayanan kesehatan tradisional komplementer (Handayani, *et al.*, 2021).

*Prenatal* yoga adalah modifikasi dari hatta yoga yang disesuaikan dengan kondisi ibu hamil. Tujuan *prenatal* yoga adalah mempersiapkan ibu hamil secara

fisik, mental, dan spiritual untuk proses persalinan. *Prenatal* yoga dapat menurunkan *stress*, meningkatkan kualitas hidup, memberi rasa nyaman, mengurangi atau menurunkan nyeri persalinan dan memperpendek durasi persalinan (Ernawati, *et al.*, 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Girsang (2022), *prenatal* yoga dapat mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester ketiga. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa *prenatal* yoga berpengaruh dalam menurunkan intensitas kecemasan pada ibu hamil trimester ketiga (Ningsih *et al.*, 2022).

Banyaknya manfaat yang diperoleh dari gerakan *prenatal* yoga untuk mengurangi ketidaknyamanan pada ibu hamil trimester ketiga, sehingga ibu hamil perlu mengetahui tentang *prenatal* yoga. Pengetahuan dapat diperoleh melalui informasi yaitu kenyataan (fakta) dengan melihat dan mendengar sendiri, Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi timbulnya minat, yaitu kecenderungan seseorang untuk melakukan sesuatu perbuatan, misalnya minat untuk mempelajari atau melakukan sesuatu (Nursalam, 2015; Uyun and Warsah, 2021).

Situmorang *et al.* (2021) memperoleh hasil penelitian dari 30 responden terdapat sebagian besar responden ibu hamil mempunyai pengetahuan yang baik dan minat sedang dalam penerapan senam *prenatal* yoga, yaitu 9 responden (30%). Di Bali, penelitian dilakukan oleh Erna, *et al.* (2023) di RSUD Dharma Yadnya Denpasar pada 30 ibu hamil didapatkan bahwa sebanyak 17 orang responden (89,5%) dengan tingkat pengetahuan yang baik memiliki minat yang tinggi untuk melakukan yoga, sedangkan 4 orang responden (36,4%) dengan

tingkat pengetahuan cukup memiliki minat yang tinggi untuk melakukan yoga. Dua orang responden (10,5%) dengan tingkat pengetahuan baik memiliki minat yang sedang untuk melakukan yoga sedangkan 7 orang responden dengan tingkat pengetahuan cukup memiliki minat yang sedang untuk melakukan yoga.

Berdasarkan laporan data Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021, jumlah ibu hamil di seluruh Indonesia adalah 4.884.711 orang. Di Provinsi Bali jumlah ibu hamil sebanyak 71.917 orang (Kemenkes, 2022). Menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Klungkung (2022), jumlah ibu hamil berdasarkan kecamatan dan puskesmas Kabupaten Klungkung sebanyak 2.902 ibu hamil, sedangkan data kunjungan ibu hamil di Poliklinik RSUD Permata Hati berjumlah 6.587 ibu hamil tahun 2021. Dari data di atas dapat dilihat bahwa ibu hamil melakukan *antenatal care* di rumah sakit swasta daripada di puskesmas.

Di Dinas Kesehatan Klungkung belum ada yang memiliki layanan kelas *prenatal yoga* dan selama ini penerapan yang diberikan pada ibu hamil sebatas senam hamil dan hanya diberikan di tingkat puskesmas. Berdasarkan pengalaman praktik peneliti di Poliklinik RSUD Permata Hati, sebagian besar ibu hamil trimester III yang datang melakukan *antenatal care* belum mengetahui tentang *prenatal yoga* atau yoga dalam kehamilan. Wawancara yang mendalam dilakukan kepada ibu hamil yang datang melakukan *antenatal care* masih mengira senam hamil yang diperoleh di puskesmas sama dengan *prenatal yoga*. Selama ini pendidikan kesehatan untuk ibu hamil yang diberikan di pelayanan kesehatan di Kabupaten Klungkung hanya sampai senam hamil dan belum banyak yang mengetahui tentang *prenatal yoga*. Ibu hamil sangat perlu mendapatkan wawasan

tentang *prenatal* yoga. Gerakan yoga dapat membentuk postur tubuh, membantu menjadi rileks, mengurangi dan menghilangkan keluhan yang dirasakan selama masa kehamilan, serta pada yoga diajarkan latihan pernafasan yang dapat memberikan efek menenangkan alam pikiran dan perasaan (Aprillia, 2018). Peran tenaga kesehatan khususnya bidan sebagai pendamping ibu hamil dapat memberikan wawasan mengenai *prenatal* yoga yang sangat bermanfaat untuk kesejahteraan ibu hamil dan persiapan persalinan sehingga ibu hamil berminat mengikuti kelas *prenatal* yoga.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik meneliti ‘Hubungan pengetahuan terhadap minat ibu hamil trimester III dalam melaksanakan *prenatal* yoga di poliklinik RSUD Permata Hati Klungkung Tahun 2023”.

### **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat ditarik sebuah rumusan masalah yaitu “Apakah ada hubungan antara pengetahuan ibu hamil trimester III terhadap minat ibu hamil trimester III dalam melaksanakan *prenatal* yoga di Poliklinik RSUD Permata Hati Klungkung Tahun 2023?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan terhadap minat ibu hamil trimester III dalam melaksanakan *prenatal* yoga di Poliklinik RSUD Permata Hati Klungkung Tahun 2023.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan ibu hamil trimester III mengenai *prenatal* yoga di Poliklinik RSUD Permata Hati Klungkung Tahun 2023.
- b. Mengidentifikasi minat ibu hamil trimester III dalam melaksanakan *prenatal* yoga di Poliklinik RSUD Permata Hati Klungkung Tahun 2023.
- c. Menganalisa hubungan pengetahuan ibu hamil trimester III terhadap minat ibu hamil trimester III dalam melaksanakan *prenatal* yoga di Poliklinik RSUD Permata Hati Klungkung Tahun 2023.

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat teoritis

- a. Untuk institusi pendidikan. Penelitian ini dapat digunakan untuk melengkapi perpustakaan sebagai bahan pustaka bagi perkembangan penelitian lebih lanjut.
- b. Untuk peneliti selanjutnya. Penelitian ini bermanfaat sebagai acuan atau sumber data untuk penelitian berikutnya, serta mendorong bagi yang berkepentingan untuk melakukan penelitian yang lebih lanjut dan meneliti faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi pengetahuan dengan minat dalam melaksanakan *prenatal* yoga.

## 2. Manfaat praktis

- a. Untuk masyarakat. Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan kepada ibu hamil trimester III dan masyarakat tentang *prenatal* yoga serta membangkitkan minat ibu hamil dalam melaksanakan *prenatal* yoga.
- b. Untuk tempat penelitian. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai pedoman dalam memberikan pelatihan *prenatal* yoga sehingga layanan kelas *prenatal* yoga bisa dilaksanakan di Poliklinik RSUD Permata Hati Klungkung.

