

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Kebidanan Reguler Transfer, Fakultas Ilmu Kesehatan
Skripsi, Desember 2020
Ramadhanty Risma, Masruroh
152191165

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG YOGA
DI BPM YULINDA, SST BUNGAMAS KABUPATEN LAHAT
SUMATERA SELATAN TAHUN 2020**

ABSTRAK

Latar Belakang: Kehamilan merupakan penyatuan antara spermatozoa dan ovum. Tumbuh di dalam rahim, berlangsung selama 40 minggu atau 10 bulan yang dibagi menjadi 3 trimester. Masih banyak ibu hamil yang tidak mengetahui tentang yoga. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 22 Oktober 2020 dengan hasil wawancara yang dilakukan secara online pada 8 orang ibu hamil, 6 diantaranya belum mengetahui apa itu yoga, namun terdapat 2 orang yang pernah mendengar yoga melalui media elektronik. Hasil wawancara dengan bidan desa setempat belum adanya program yoga di BPM tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan ibu hamil tentang yoga di BPM Yulinda, SST Bungamas Kabupaten Lahat Sumatera Selatan.

Metode: Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan teknik sampling jenuh. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya di BPM Yulinda, SST Bungamas Kabupaten Lahat Sumatera Selatan. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 45 responden. Metode pengumpulan data secara *door to door* ketempat responden dengan mengisi kuesioner yang berupa instrument penelitian. Pengolahan data pada penelitian ini menggunakan *editing, entry data, coding, cleaning*. Analisa yang digunakan menggunakan analisa univariat.

Hasil: Menunjukkan bahwa pengetahuan responden mengenai yoga di BPM Yulinda, SST Bungamas Kabupaten Lahat Sumatera Selatan pada tahun 2020 baik, sebanyak 23 orang (51,1%). Dan yang berpengetahuan kurang sebanyak 14 orang (31,1%).

Simpulan: Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan responden mengenai yoga di BPM Yulinda, SST Bungamas Kabupaten Lahat Sumatera Selatan pada tahun 2020 berpengetahuan baik.

Kata Kunci: Pengetahuan, Ibu Hamil, Yoga

Ngudi Waluyo University
S1 Regular Midwifery Transfers, Faculty of Health Sciences
Final Project, December 2020
Ramadhanty Risma, Masruroh
152191165

**THE KNOWLEDGE DESCRIPTION OF PREGNANT WOMEN ABOUT
YOGA AT BPM YULINDA, SST BUNGAMAS KABUPATEN LAHAT
SUMATERA SELATAN YEAR 2020**

ABSTRACT

Background: Pregnancy is a union between spermatozoa and ovum. It grows in the uterus, lasts for 40 weeks or 10 months which is divided into 3 trimesters. Many pregnant mothers are still having no idea about yoga. Based on the results of a preliminary study on October 22, 2020 where the results of interviews were conducted by online with 8 pregnant women, 6 of them did not know what yoga was, but there were 2 people who had heard about yoga through electronic media. The results of the interview with the local midwife that there was no exercise of yoga program at the BPM Yulinda. The study purposed to determine the knowledge of pregnant women about yoga at BPM Yulinda, SST Bungamas Kabupaten Lahat Sumatera Sumatra.

Methods : The type of research was quantitative using saturated sampling techniques. The population used in this study was all pregnant women who had their pregnancy checked at BPM Yulinda, SST Bungamas Kabupaten Lahat Sumatra Selatan. The sample in this study was 45 respondents. The method of collecting data was by visiting the respondents door to door and filled out the questionnaire in the form of a research instrument. Data processing in this study used editing, data entry and coding, cleaning. The analysis used univariate analysis.

Results : It showed that the respondents' knowledge about yoga at BPM Yulinda, SST Bungamas, Kabupaten Lahat Sumatra Selatan year 2020 was good, as many as 23 people (51.1%). And those with less knowledge were 14 people (31.1%).

Conclusion : The results of the study indicated that the knowledge of respondents about yoga at BPM Yulinda, SST Bungamas Kabupaten Lahat Sumatra Selatan year 2020 was good.

Keywords : Knowledge, Pregnant Mother, Yoga