

Universitas Ngudi Waluyo  
Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan  
Skripsi  
Dania Aprilia, Kartika Sari

## GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG PRENATAL YOGA DI PUSKESMAS GUBUG 2 KABUPATEN GROBOGAN

### ABSTRAK

**Latar belakang :** Prenatal yoga memiliki kekuatan untuk mengobati penyakit ketidaknyamanan yang dialami oleh setiap orang. Dari hasil wawancara diketahui 8 ibu hamil mengalami keluhan ketidaknyamanan selama kehamilan seperti cemas, sakit pinggang, pusing, dan kesemutan, dari 8 orang ibu hamil yang telah di wawancarai 6 orang diantaranya belum mengetahui prenatal yoga, namun terdapat 2 orang ibu hamil yang pernah mendengar tentang yoga melalui sosial media. Tujuan dari peneliti ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil tentang prenatal yoga berdasarkan karakteristik di Puskesmas Gubug 2 Kabupaten Grobogan.

**Metode :** desain penelitian ini menggunakan survey dengan pendekatan kuantitatif dan jenis penelitian deskriptif. Populasi dari penelitian ini 43 ibu hamil trimester III dengan Teknik total sampling. Analisa data menggunakan teknik univariat yaitu untuk mengetahui karakteristik responden yang akan diteliti.

**Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan lebih di dominasi ibu yang tidak bekerja sebanyak 15 orang dengan presentase (53,6%). Penelitian ini juga menemukan sebagian besar ibu berusia 20-30 tahun sebanyak 20 orang dengan presentase (71,4%), Sebagian besar berpendidikan dasar (kelulusan SD, kelulusan MI, kelulusan SMP, kelulusan MTS).

**Kesimpulan :** Diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan ibu tentang prenatal yoga. Untuk membangkitkan minat ibu hamil tentang gambaran pengetahuan ibu tentang prenatal yoga.

**Kata kunci :** pengetahuan, ibu hamil, prenatal yoga

Universitas Ngudi Waluyo  
Midwifery Study Program Undergraduate Program, Faculty Health  
Thesis  
Dania Aprilia, Kartika Sari  
152212024

OVERVIEW OF PREGNANT WOMEN'S KNOWLEDGE ABOUT PRENATAL YOGA  
AT PUSKESMAS GUBUG 2 GROBOGAN REGENCY

**ABSTRACT**

**Background:** Prenatal yoga has the power to treat illnesses of discomfort experienced by everyone. From the results of the interview, it is known that 8 pregnant women experience complaints of discomfort during pregnancy such as anxiety, lumbago, dizziness, and tingling, of the 8 pregnant women who have been interviewed, 6 of them do not know prenatal yoga, but there are 2 pregnant women who have heard about yoga through social media. The purpose of this researcher is to find out the picture of pregnant women's knowledge about prenatal yoga based on characteristics at Puskesmas Gubug 2 Grobogan Regency

**Method:** This research design uses a survey with a quantitative approach and descriptive research type. The population of this study was 43 III trimester pregnant women with total sampling technique. Data analysis uses univariate techniques, namely to find out the characteristics of the respondents to be studied.

**Conclusion:** It is expected to increase the insight and knowledge of mothers about prenatal yoga. To arouse the interest of pregnant women about the picture of maternal knowledge about prenatal yoga.

**Keywords:** knowledge, pregnant women, prenatal yoga