

## ABSTRAK

Universitas Ngudi Waluyo  
Program Studi Kebidanan Program Sarjana  
Skripsi, Februari 2025  
Bian Dewi Sagitaria<sup>1</sup>, Widayati<sup>2</sup>

### HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN MINAT IBU HAMIL TENTANG PRENATAL YOGA DI PUSKESMAS GUNUNGPATI

## ABSTRAK

Kehamilan memerlukan perhatian terhadap kesehatan fisik dan mental ibu. Aktivitas fisik, seperti prenatal yoga, dapat membantu mengurangi ketidaknyamanan dan meningkatkan sirkulasi darah. Pengetahuan ibu hamil tentang prenatal yoga memengaruhi minat mereka untuk mengikuti kegiatan tersebut. Studi pendahuluan di Puskesmas Gunungpati menunjukkan 6 dari 10 ibu hamil kurang mengetahui tentang prenatal yoga, meskipun mereka mengikuti kelas ibu hamil, yang menunjukkan rendahnya pengetahuan dan minat terkait kegiatan ini. Tujuan penelitian ini mengetahui hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil tentang prenatal yoga di Puskesmas Gunungpati. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah 172 ibu hamil yang melakukan pemeriksaan di Puskesmas Gunungpati pada bulan Desember 2024. Sampel ditentukan dengan rumus Slovin, menghasilkan 63 ibu hamil sebagai subjek penelitian. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *Purposive sampling* dan analisa data menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat dengan uji *chi square*. Pengetahuan tentang prenatal yoga baik pada 52,4% responden, dan 52,4% ibu hamil memiliki minat tinggi terhadap prenatal yoga. Sebagian besar responden dengan pengetahuan baik memiliki minat tinggi (84,8%). Analisis *chi-square* menghasilkan nilai  $p = 0,006 (<0,05)$ , yang menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan dan minat ibu hamil terhadap prenatal yoga. Diharapkan ibu hamil mendapatkan pengetahuan dan dorongan kepada ibu hamil untuk melakukan prenatal yoga

**Kata Kunci:** pengetahuan, minat, prenatal yoga

## ABSTRACT

*Ngudi Waluyo University*  
*Study Program Of Kebidanan Program Sarjana*  
Skripsi, February 2025

Bian Dewi Sagitaria<sup>1</sup>, Widayati<sup>2</sup>

*THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE AND INTEREST OF PREGNANT WOMEN ABOUT PRENATAL YOGA AT PUSKESMAS GUNUNGPATI*

*ABSTRACT*

*Pregnancy requires attention to both the physical and mental health of the mother. Physical activities, such as prenatal yoga, can help reduce discomfort and improve blood circulation. Pregnant women's knowledge about prenatal yoga influences their interest in participating in such activities. A preliminary study at Puskesmas Gunungpati showed that 6 out of 10 pregnant women had limited knowledge of prenatal yoga, even though they attended prenatal classes, indicating a lack of awareness and interest in this activity. The purpose of this study is to examine the relationship between knowledge and interest in prenatal yoga among pregnant women at Puskesmas Gunungpati. The research design used in this study is cross-sectional. The population in this study consisted of 172 pregnant women who had consultations at Puskesmas Gunungpati in December 2024. The sample was determined using Slovin's formula, resulting in 63 pregnant women as research subjects. Sampling was conducted using purposive sampling, and data analysis was performed using univariate and bivariate analysis with a chi-square test. The study found that 52.4% of respondents had good knowledge of prenatal yoga, and 52.4% of pregnant women had a high interest in prenatal yoga. The majority of respondents with good knowledge had high interest (84.8%). Chi-square analysis produced a p-value of 0.006 ( $<0.05$ ), indicating a significant relationship between knowledge and interest in prenatal yoga among pregnant women. It is hoped that pregnant women will gain knowledge and encouragement to practice prenatal yoga.*

**Keywords:** *knowledge, interest, prenatal yoga.*