



JNPH

Volume 14 No. 1 (April 2026)

© The Author(s) 2026

HUBUNGAN SOSIAL BUDAYA DENGAN MINAT IBU HAMIL DALAM MENGIKUTI KELAS PRENATAL YOGA DI TPMB IDA LAINA, SST

SOCIO-CULTURAL RELATIONSHIPS WITH PREGNANT WOMEN'S INTEREST IN ATTENDING PRENATAL CLASSES AT TPMB IDA LAINA, SST

**RONALEN BR. SITUMORANG, BERLIAN KANDO SIANIPAR, TIKA LUBIS
UNIVERSITAS DEHASSEN BENGKULU, UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA**

Email: ronalen.situmorang@unived.ac.id

ABSTRAK

Dalam kehamilan yang sehat serta kehamilan yang diinginkan atau didambakan oleh setiap para ibu hamil yang sehat. Dengan rajin untuk mengkonsumsi makanan-makanan yang sehat, rajin berlatih yoga sehat dan teratur akan menjadi salah satu upaya yang baik dilakukan dari awal kehamilan buat para ibu hamil untuk mendukung kesehatan ibu dan janinnya. Adapun prenatal yoga buat ibu hamil merupakan salah satu olahraga moderen dan terbaik yang diketahui dapat memperlancar proses persalinan, mengurangi potensi komplikasi atau ketidaknyamanan pada ibu hamil dan mempercepat proses pemulihan setelah persalinan. Namun demikian, adapun kelas prenatal yoga yang diadakan setiap dua minggu sekali pasien yang mau datang ternyata kurang diminati oleh para ibu ibu hamil. Tujuan penelitian ini untuk diketahuinya Hubungan sosial budaya dengan minat ibu hamil Dalam mengikuti kelas prenatal Yoga di TPMB Ida Laina, SST. Penelitian kuantitatif telah dilakukan untuk menganalisa Hubungan sosial budaya dengan minat ibu hamil Dalam mengikuti kelas prenatal Yoga di TPMB Ida Laina, SST. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan rancangan cross sectional. Sampel penelitian berjumlah 70 orang ibu hamil yang diambil dengan teknik total sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Sebagian besar dari responden yaitu 55,7 persen responden dengan sosial budaya negatif dalam minat mengikuti senam prenatal yoga Di TPMB Ida Laina, SST kota Bengkulu. Sebagian besar responden yaitu 57,1 persen responden dengan minat ibu hamil sedang dalam minat mengikuti senam prenatal yoga Di TPMB Ida Laina, SST kota Bengkulu. Melalui uji statistik chi square dengan tingkat kepercayaan 95% (α : 0.05) diperoleh nilai sosial budaya dengan minat ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga sebesar 0,000 (p -value=0,000<0,05) sehingga H_1 diterima. Kesimpulannya, ditemukan Hubungan sosial budaya dengan minat ibu hamil Dalam mengikuti kelas prenatal Yoga di TPMB Ida Laina, SST. Disarankan agar peneliti selanjutnya lebih mengembangkan dengan pemahaman yang lebih luas mengenai faktor yang mempengaruhi minat ibu hamil dalam mengikuti khusus buat kelas prenatal yoga dan di Puskesmas, TPMB, Rumah Sakit juga dapat disiapkan kelas prenatal yoga.

Kata Kunci: Sosial, Budaya, Minat, Prenatal, Yoga

ABSTRACT

A healthy pregnancy is a desired and desired pregnancy for every healthy pregnant woman. Diligently consuming healthy foods and practicing healthy yoga regularly are good ways for pregnant women to support the health of both mother and fetus from the beginning of pregnancy. Prenatal yoga for pregnant women is one of the best and most modern exercises known to facilitate labor, reduce the potential for complications or discomfort in pregnant women, and accelerate the recovery process after delivery. However, the prenatal yoga classes, held every two weeks, have been found to be less popular among pregnant women. The purpose of this study was to determine the socio-cultural relationship with the interest of pregnant women in attending prenatal Yoga classes at TPMB Ida Laina, SST. Quantitative research has been conducted to analyze the socio-cultural relationship with the interest of pregnant women in attending prenatal Yoga classes at TPMB Ida Laina, SST. This study used a descriptive correlation design with a cross-sectional design. The research sample consisted of 70 pregnant women taken with a total sampling technique. The results showed that most of the respondents, namely 55.7 percent of respondents with negative socio-cultural interests in attending prenatal yoga exercises at TPMB Ida Laina, SST, Bengkulu City. Most of the respondents, namely 57.1 percent of respondents with moderate interests in pregnant women, were interested in attending prenatal yoga exercises at TPMB Ida Laina, SST, Bengkulu City. Through the chi-square statistical test with a 95% confidence level (α : 0.05), the socio-cultural value with the interest of pregnant women in attending prenatal yoga classes was 0.000 (p -value = 0.000 < 0.05) so that H_1 was accepted. In conclusion, a socio-cultural relationship was found with pregnant women's interest in participating in prenatal yoga classes at TPMB Ida Laina, SST. It is recommended that future researchers develop a broader understanding of the factors influencing pregnant women's interest in participating in prenatal yoga classes, and that prenatal yoga classes be provided at community health centers (Puskesmas), TPMB, and hospitals.

Keywords: Social, Cultural, Interest, Prenatal, Yoga

PENDAHULUAN

Pada kehamilan yang sehat dapat merupakan suatu dambaan bagi setiap para ibu hamil. Ibu hamil selain mengkonsumsi makanan-makanan yang sehat, juga dapat berlatih yoga menjadi salah satu upaya yang sangat baik dilakukan secara awal dalam masa kehamilan untuk dapat mendukung kesehatan ibu dan janin didalam rahim ibu. Prenatal gentle yoga merupakan salah satu sebagai olahraga moderat dan sehat serta terpercaya yang diketahui dapat memperlancar terjadinya proses persalinan yang cepat, dapat mengurangi adanya potensi komplikasi serta dapat mempercepat proses pemulihan (Lemsa, 2021). Menurut Federasi Obstetri Ginekologi Internasional, kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan spermatozoa dan ovum dan

dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi (Ronald, dkk. 2020). Untuk dapat menjalankan kehamilan yang sehat, ibu hamil dapat melakukan senam yoga dengan teratur dimana yoga dapat mengkaji tentang tubuh dan pikiran (Maharani, 2012).

Dapat dilihat bahwa menurut data dari Organisasi Internasional Kesehatan Dunia (WHO) bahwa angka kematian ibu yang ada di dunia ini dapat diprediksi yaitu dengan meraih 287.000 kematian. Angkanya setara melalui nyaris 800 kematian pada setiap harinya, kira-kira untuk yang satu kematiannya yaitu pada 2 menit. Pada saat tahun 2020, diperkirakan oleh PBB angka kematian ibu dapat dengan global meraih 223 kematian dalam setiap 100.000 kelahiran. Maka dari itu, angka kematian ibu dapat terbilang masih jauh serta yang termasuk di dalamnya yaitu adanya SDG's ataupun

dikenal melalui Tujuan Pembangunan Berkelanjutan PBB telah meminimalisir 339 kematian ketika di tahun 2000 yang akhirnya jadi 70 kematian ketika di tahun 2030 (WHO, 2023).

Didapatkan bahwa dalam Survey Perwakilan Nasional Amerika Serikat terbukti melakukan yoga adalah perempuan dan pada masa usia reproduksi. Terdapat 85% perempuan Australia menggunakan latihan yoga. Sementara didapatkan antara 17-19 % ibu hamil di Australia melakukan latihan yoga selama kehamilannya. Menurut Survei Nasional yang dilakukan di University of Maryland Nursing School, dengan tidak memandang jenis kelamin, pendidikan serta ras, peserta setuju bahwa yoga dapat membantu meningkatkan kualitas tidur (68,5%) dan kebahagiaan (86,5%).

Menurut Ketua Komite Ilmiah Internasional Conference On Indonesia family Planning and Reproductive Health (ICIFPRH), Meiwita Budhiharsana, hingga tahun 2019 AKI Indonesia masih tetap tinggi, yaitu 305 per 100.000 kelahiran hidup. Menurut Hasto Wardoyo dalam acara Nairobi Summit dalam rangka ICPD 25 (International Conference on Population and Development ke 25) yang diselenggarakan pada tanggal 12-24 November 2019 menyatakan tingginya AKI merupakan salah satu tantangan yang harus dihadapi Indonesia sehingga menjadi salah satu komitmen prioritas nasional yaitu mengakhiri kematian ibu saat hamil dan melahirkan (Marhari, 2020).

Penelitian ini bukanlah penelitian satu-satunya yang pernah dilakukan. Hasil penelitian Ronalen, dkk. 2021 yang berjudul hubungan antara pengetahuan dengan minat Ibu hamil dalam penerapan senam prenatal yoga. Dimana nilai P-value $0,001 < 0,05$. Perlu dilakukan senam prenatal yoga baik di BPM, Puskesmas, RS dan tempat pelayanan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan minat ibu hamil dalam proses kehamilannya dengan sehat dan tenaga kesehatan dapat diberikan pelatihan senam prenatal yoga dan bersertifikasi yoga (Ronalen, dkk. 2021). Sedangkan hasil

penelitian Lemsu Situmorang (2021) yang berjudul Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sosial Budaya dengan Minat Ibu Hamil dalam Mengikuti Kelas Prenatal Yoga didapat hasil bahwa dengan pengetahuan sebesar 0,002 ($p\text{-value}=0,002<0,05$) dan nilai sosial budaya sebesar 0,002 ($p\text{-value}=0,002<0,05$) dan didapatkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dan sosial-budaya dengan minat ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga di Klinik Santa Lusia Sipeapea (Lemsu Situmorang, 2021).

Dengan meningkatkan jumlah oksigen yang masuk ke dalam tubuh, maka hal itu dipercaya napas ini juga dapat membersihkan darah, menenangkan pikiran, mengurangi stres, dan meningkatkan konsentrasi. Ujjayi pranayama mendorong ekspansi penuh paru-paru, dan dengan memfokuskan perhatian pada napas, dapat membantu dalam menenangkan pikiran (Partika, 2021).

Dengan meningkatkan jumlah oksigen yang masuk kedalam tubuh, maka hal itu dipercaya napas ini juga dapat membersihkan darah, menenangkan pikiran, mengurangi stress dan meningkatkan konsentrasi dan dengan adanya Ujjayi pranayama ini dapat mendorong ekspansi penuh paru-paru dan dengan memfokuskan perhatian pada napas maka ini dapat membantu dalam menenangkan pikiran menjadi lebih tenang dan relaks (Partika, KA dan Juniarta, MG, 2021).

Budaya adalah suatu dari pada pemikiran, adanya adat istiadat, serta kepercayaan yang menjadi kebiasaan pada banyak masyarakat. Dengan adanya Nilai-nilai budaya tersebut, dapat mempengaruhi adanya minat seseorang (Husaini dkk, 2017 dalam Lemsu, 2021). Minat dapat diperoleh dari suatu lingkungan disekitar bahkan didapat dari pengetahuan kita. Dengan adanya minat ibu hamil untuk melakukan senam prenatal gentle yoga juga dapat diketahui sejak masa dini serta dapat mengamati adanya kebiasaan dari lingkungan serta dimana banyak ibu-ibu yang sednag mengalami hamil dapat bersosialisasi dengan baik (Rohman, 2012 dalam Lemsu, 2021). Jika

minat ibu hamil menyimpang dari norma sosial, masyarakat melalui komunikasi menyadarkan ibu hamil tentang apa dampak negative dari minat itu. Kebudayaan merupakan pedoman dalam kehidupan masyarakat yang menyandangnya (Husaini dkk, 2017).

Dapat dilaksanakan oleh ibu hamil yaituprenatal yoga dengan periode teratur yaitudalam dua hingga pada tiga kali pada kurunwaktu seminggu melalui durasinya sekitar 60 sampai pada 90 menit untuk setiap settingnya, lewat melaksanakan rentalyoga bisa membentukkesehatan fisik lalu juga mental yang akhirnyasemakin kuat serta fleksibel dalammencocokkan diri kepada beragamsituasi di mana tidaklah menyenangkan pada waktukehamilannya (Sindhu, 2015)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dialkukan oleh peneliti pada tanggal 01 November 2025 dengan pengambilan data sekunder di TPMB Bidan Ida Laina, SST terdapat 35 ibu hamil, adanya kegiatan kelas prenatal yoga yang dilakukan satu kali dua minggu. Dari hasil wawancara, ibu hamil yang tertarik serta dapat mengikuti kelas prenatal yoga ini di TPMB Bidan Ida Laina, SST dapat berjumlah 10 orang. Hal ini yang menyebabkan penulis tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul “Hubungan Sosial Budaya Dengan Minat Ibu Hamil Dalam Mengikuti Kelas Prenatal Yoga Di TPMB Ida Laina, SST”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelatif yang bertujuan untuk menentukan hipotesa yang ada, hal ini dilakukan untuk melihat hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain (Silalahi, 2019). Penelitian ini menilai hubungan sosial budaya dengan minat ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga, dengan rancangan cross sectional.

Populasi adalah jumlah keseluruhan satuan yang karakteristiknya hendak diteliti. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu

hamil yang ada di TPMB Ida Laina, SST sebanyak 70 orang pada bulan September -Oktober 2025

Informan yang digunakan dalam penelitian ini adalah 70 orang ibu hamil di TPMB Ida Laina, SST.

HASIL PENELITIAN

A. Hasil Penelitian

Dalam BAB V ini akan dibahas tentang hasil penelitan serta pembahasan dengan judul penelitian Hubungan Sosial Budaya Dengan Minat Ibu Hamil Dalam Mengikuti Kelas Prenatal Yoga Di TPMB Ida Laina, SST dengan jumlah responden dalam penelitian ini adalah sebanyak 70 orang ibu hamil /responden dan penelitian ini dilakukan pada tanggal 03 November sd 03 Desember 2025. Pada penelitian ini dapat disajikan data umum dan data kkhusus dalam penelitian. Dimana data umum penelitian dapat disajikan dalam bentuk karakteristik responden seperti pendidikan, pekerjaan, usia kehamilan. Kemudian data khusus mencakup tentang Sosial Budaya Dengan Minat Ibu Hamil Dalam Mengikuti Kelas Prenatal Yoga.

a. Data Umum

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan ibu hamil, Usia Kehamilan, Pekerjaan ibu hamil di TPMB Ida Laina, SST tahun 2025

No	Pendidikan	Frekuensi (f)	Persentase
1.	Tamat SD	6	8,6
2.	Tamat SMP	14	20,0
3.	Tamat SMA	38	54,3
4.	Tamat PT	1	1,1
Total		70	100,0

No	Umur	Frekuensi (f)	Persentase
1.	TM I	12	17,1
2.	TM II	30	42,9
3.	TM III	28	40,0
Total		70	100,0

No	Pekerjaan	Frekuensi (f)	Persentase
1.	Tidak Bekerja	40	57,1
2.	Bekerja	30	42,9
Total		70	100,0

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 70 hampir sebagian responden

yaitu 42,9 persen responden dengan usia kehamilan trimester dua, sebagian besar responden 57,1% dengan pekerjaan Tidak Bekerja. sebagian besar responden yaitu 54,3 persen responden berpendidikan Tamat SMA.

b. Data Univariat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan minat ibu hamil

No	Umur	Frekuensi (f)	Persentase
1.	Rendah	30	42,9
2.	Sedang	40	57,1
Total		70	100,0

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 70 responden sebagian besar responden yaitu 57,1 persen responden dengan minat ibu hamil sedang.

2. Distribusi frekuensi Responden Berdasarkan Sosial Budaya

Responden berdasarkan sosial budaya dapat dikategorikan menjadi dua yaitu negatif dan positif pada tabel 3.

Tabel 3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan Sosial Budaya

Sosial Budaya	Frekuensi (f)	Persentase
Negatif	39	55,7
Positif	31	44,3
Jumlah	70	100,0

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 70 responden sebagian besar dari responden yaitu 55,7 persen responden dengan sosial budaya negatif dalam minat mengikuti senam prenatal yoga.

c. Data Bivariat

Hubungan Sosial Budaya Dengan Minat Ibu Hamil Dalam Mengikuti Kelas Prenatal Yoga Di TPMB Ida Laina, SST

Tabel 4. Sosial Budaya Dengan Minat Ibu Hamil Dalam Mengikuti Kelas Prenatal

Sosial Budaya	Minat Ibu Hamil				Total		
	Rendah		Sedang				
	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)	f	%	Pvalue
Negatif	24	16,7	15	22,3	39	55,7	0,000
Positif	6	13,3	25	17,7	31	44,3	
	30	30	40	40	70	100	

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa dari 70 responden ibu hamil dengan sosial budaya ibu hamil negatif dengan minat ibu hamil mengikuti kelas ibu prenatal yoga adalah sedang adalah 15 ibu hamil (22,3%) Hasil uji statistik didapatkan nilai p-value 0,000 maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada hubungan antara Sosial budaya dengan minat ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga TPMB Ida Laina, SST di Kota Bengkulu.

PEMBAHASAN

Karakteristik responden penelitian sosial budaya dengan minat ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga TPMB Ida Laina, SST dikota Bengkulu

Dalam hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti terhadap 70 responden ibu hamil dengan pemberian kuesioner karakteristik penelitian, sosial budaya dan minat ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga berupa pertanyaan. Dalam table 5.1 menunjukkan bahwa dari 70 responden ibu hamil sebagian besar responden yaitu 54,3 persen responden berpendidikan Tamat SMA, Hampir sebagian responden yaitu 42,9 persen responden dengan usia kehamilan trimester dua dan sebagian besar responden 57,1% dengan pekerjaan Tidak Bekerja.

1. Distribusi Frekuensi responden berdasarkan Sosial budaya ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga TPMB Ida Laina, SST dikota Bengkulu

Dalam hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti terhadap 70 responden ibu hamil dengan pemberian kuesioner sosial budaya

berupa pertanyaan. Dalam table 5.2 menunjukkan bahwa dari 70 responden ibu hamil sebagian besar dari responden yaitu 55,7 persen responden dengan sosial budaya negatif dalam minat mengikuti senam prenatal yoga.

Hasil penelitian Lemsu Situmorang, 2021 diketahui bahwa sosial budaya dalam mengikuti kelas prenatal yoga paling banyak negatif sebanyak 18 orang (52,9%) dan yang paling sedikit adalah positif sebanyak 16 orang (47,1%). Dengan semakin positifnya budaya ibu hamil didalam lingkungan masyarakat maka prenatal yoga akan semakin tinggi minat ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga, semakin negatifnya budaya ibu hamil terhadap prenatal yoga semakin rendahnya minat ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga (Lemsu, 2021). Budaya adalah segala nilai, pemikiran, symbol yang mempengaruhi perilaku, sikap, kepercayaan dan kebiasaan seseorang atau masyarakat. Kebudayaan, agama, dan adat istiadat erat kaitannya dengan kehidupan manusia. Baik dalam keadaan sendiri maupun saat bersosialisasi dengan orang lain. Ketiganya sangat erat hubungannya (Sumarwan dalam Lemsu, 2021).

Dengan menenangkan serta mengheningkan pikiran kita melalui adanya relaksasi dan meditasi, dapat memberikan waktu yang tenang buat menciptakan ikatan batin antara ibu dengan bayi dan menanamkan rasa kesabaran, intuisi dan kebijaksanaan.

2. Distribusi Frekuensi responden berdasarkan minat ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga TPMB Ida Laina, SST dikota Bengkulu

Pada table 5.3 dapat dilihat dari 70 responden diberikan kuesioner minat ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga didapatkan bahwa sebagian besar responden yaitu 57,1 persen responden dengan minat ibu hamil sedang.

Hasil penelitian Lemsu Situmorang, 2021 diketahui bahwa minat ibu hamil dalam

mengikuti kelas prenatal yoga paling banyak rendah sebanyak 13 orang (38,2%) dan yang paling sedikit adalah tinggi sebanyak 10 orang (29,4%).

Dengan adanya Minat ibu hamil terhadap prenatal yoga sangat mempengaruhi tindakan ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga. Semakin berminat ibu hamil terhadap prenatal yoga maka akan mempengaruhi tindakannya untuk mengikuti kelas prenatal yoga. Sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh (Rohman dalam Lemsu, 2021) minat merupakan salah satu faktor yang menentukan tindakan seseorang.

Menurut penelitian Eka, 2024 bahwa Hasil penelitian ini menunjukan bahwa ada hubungan signifikan antara pengetahuan dengan Minat Prenatal yoga pada ibu hamil diperoleh nilai p-value 0,027 (OR= 0,152), dan dukungan suami dengan Minat Prenatal yoga pada ibu hamil diperoleh nilai pvalue 0,017 (OR=7,714). Saran dari peneliti adalah Diharapkan melalui penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan dorongan kepada ibu hamil untuk melakukan prenatal yoga.

Faktor yang mempengaruhi minat ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga antara lain adalah Faktor dari dalam; Kepercayaan diri, Kepribadian, Perasaan (Kecemasan), persepsi. Dan Faktor dari luar ; Jenis kelamin, Tingkat Pengetahuan, Tingkat Pendidikan (Nurbaiti, 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Desak, 2022 yang berjudul Hubungan Pengetahuan dengan Minat Ibu Hamil dalam Penerapan Prenatal Yoga di Poliklinik Kebidanan RSUD Dharma Yadnya Denpasar Tahun 2022, hasil penelitian menunjukan hamper seluruhnya yaitu 17 orang (89,5%) dengan pengetahuan baik memiliki minat yang tinggi untuk melakukan yoga. 4 orang (36,4%) dengan pengetahuan cukup memiliki minat yang tinggi, 2 orang (10,5%) dengan pengetahuan baik memiliki minat sedang. 7 orang (63,6%) pengetahuan cukup dengan minat sedang.

Hasil penelitian Nurbaiti, 2020 dapat dilihat bahwa dari total 32 responden, 18

responden yang memiliki pengetahuan baik, sebanyak 15 responden (83,3%) memiliki minat tinggi untuk mengikuti kelas yoga. Dari 14 responden yang memiliki pengetahuan cukup, sebanyak 10 responden (71,4%) memiliki minat sedang untuk mengikuti kelas yoga. Dari hasil uji statistik diperoleh p-value 0,006 ($p\text{-value} < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan prenatal yoga dengan minat ibu dalam mengikuti kelas prenatal yoga.

Solusi yang dapat dilakukan agar ibu hamil dapat memperdayakan kehamilannya sehat lancar hingga persalinan salah satunya melakukan prenatal yoga rutin. Serta memberi edukasi tentang pengetahuan serta mnsed ibu hamil untuk melakukan prenatal yoga dengan mengumpulkan ibu hamil serta memberikan leafled yang menarik tentang prenatal yoga (Adhelia, 2024). Hasil penelitian dinyatakan meski minat ibu hamil terhadap prenatal gentle yoga diekspresikan oleh 22 responden dengan minat yang sedang (55%), hanya 21 responden yang memiliki pengetahuan yang cukup tentang latihan tersebut (52,5%). Uji statistik Spearman Rank dinyatakan H1 diterima karena $p\text{ value} = 0,000 < \alpha (0,05)$. Kesimpulan minat dan pengetahuan ibu hamil terhadap prenatal gentle yoga di Polindes Lengkong, Puskesmas Gayaman Mojokerto, berhubungan.

3. Hubungan Sosial Budaya Dengan Minat Ibu Hamil Dalam Mengikuti Kelas Prenatal Yoga Di TPMB Ida Laina, SST

Berdasarkan tabel 5.4 didapatkan bahwa dari 70 responden ibu hamil dengan sosial budaya ibu hamil negatif dengan minat ibu hamil mengikuti kelas ibu prenatal yoga adalah sedang adalah 15 ibu hamil (22,3%) Hasil uji statistik didapatkan nilai p-value 0,000 maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada hubungan antara Sosial budaya dengan minat ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga TPMB Ida Laina, SST dikota Bengkulu.

Dalam masa kehamilan yang sehat dan

yang di damba-dambakan para ibu hamil merupakan sesuatu yang sangat disenangi oleh ibu hamil dengan tubuh yang sehat, kuat baik fisik dan mentalnya. Selain dengan mengkonsumsi makanan -makanan yang sehat, ibu hamil juga dapat melakukan atau berlatih yoga merupakan salah satu upaya yang baik dilakukan dari awal kehamilan untuk dapat mendukung kesehatan ibu hamil serta janin yang ada didalam rahim ibu (Lemsa, 2021).

Dengan adanya Prenatal yoga merupakan salah satu olahraga moderen dan terbaik untuk dapat diketahui dalam memperlancar terjadinya proses persalinan yang sehat, lancar, nyaman, dapat mengurangi potensi komplikasi serta dapat mempercepat proses pemulihan pada ibu hamil saat nantinya setelah melahirkan dengan sehat. Namun demikian dengan adanya kelas prenatal yoga yang diadakan setiap dua minggu di Klinik Santa Lusía Sipeapea ternyata kurang diminati oleh ibu hamil dengan mempunyai alasan tersendiri (Lemsa, 2021).

Hasil penelitian Nurbaiti, 2020 bahwa lebih separuh responden memiliki pengetahuan yang baik tentang yoga sebanyak 18 orang (56,3%). Lebih separuh responden memiliki minat yang tinggi dalam mengikuti kelas prenatal yoga sebanyak 19 orang (59,4%). Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan prenatal yoga dengan minat ibu dalam mengikuti kelas prenatal yoga ($p=0,006$)

Hasil penelitian Lemsa Situmorang, 2021 dengan Penelitian menggunakan desain deskriptif korelasi dengan rancangan cross sectional dengan jumlah sampel penelitian berjumlah 34 orang ibu hamil terdapat 11 orang (32,3%) responden memiliki sosial budaya negatif dengan minat ibu tinggi hanya 1 orang (2,9%) sedangkan untuk sosial budaya positif dan minat ibu tinggi terdapat 9 orang (26,5%). Hasil analisis chi-square diperoleh nilai $p < 0,05$ (0.002) maka H_0 ditolak artinya menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara sosial budaya dengan minat ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga.

Hasil penelitian Eka, 2024 bahwa Hasil penelitiannya menunjukkan ada hubungan signifikan antara pengetahuan dengan Minat Prenatal yoga pada ibu hamil diperoleh nilai p-value 0,027 (OR= 0,152), dan dukungan suami dengan Minat Prenatal yoga pada ibu hamil diperoleh nilai p-value 0,017 (OR=7,714). Saran dari peneliti adalah Diharapkan melalui penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan dorongan kepada ibu hamil untuk melakukan prenatal yoga.

Ada beberapa cara tindakan pencegahan selama kehamilan agar ibu dan janin berada dalam kondisi sehat dan nantinya terjadi proses persalinan normal yaitu olahraga jalan pagi, bersepeda statis, aerobik, senam air, menari, dan yoga. Senam hamil memiliki beberapa metode latihan diantaranya yaitu yoga, pilates, kegel, hypnotherapy (Curtis, 2012 dan Ronalen, 2020).

Menurut penelitian Ronalen, dkk tahun 2020 bahwa didapatkan hasil penelitian Sebagian besar ibu hamil primigravida mengalami rasa kecemasan baik tingkat ringan sampai berat. Terdapat perbedaan yang bermakna antara senam prenatal yoga dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III (Ronalen, dkk.2020).

Yoga merupakan salah satu kegiatan olah tubuh, pikiran dan mental yang sangat membantu ibu hamil dalam melenturkan persendian dan menenangkan pikiran terutama pada ibu hamil trimester III. Senam yoga dapat dilakukan sebanyak 2 kali seminggu selama 3 minggu dengan waktu 60 menit sekali yoga (Ronalen, dkk.2020).

Semakin positif budaya ibu hamil dalam lingkungan terhadap prenatal yoga maka akan semakin tinggi minat ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga, semakin negatifnya budaya ibu hamil terhadap prenatal yoga semakin rendahnya minat ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga (Lemsa, 2021).

Budaya adalah segala nilai, pemikiran, symbol yang mempengaruhi perilaku, sikap, kepercayaan dan kebiasaan seseorang atau

masyarakat. Kebudayaan, agama, dan adat istiadat erat kaitannya dengan kehidupan manusia. Baik dalam keadaan sendiri maupun saat bersosialisasi dengan orang lain. Ketiganya sangat erat hubungannya (Sumarwan dalam Lemsa, 2021).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 6 orang (13,3%) responden dengan sosial budaya positif dan memiliki minat rendah, dan terdapat 15 orang (22,3%) responden dengan sosial budaya negative dengan minat sedang. Menurut peneliti minat sangat erat kaitannya dengan tindakan seseorang terhadap suatu objek.

Minat ibu hamil terhadap prenatal yoga sangat mempengaruhi tindakan ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga. Semakin berminat ibu hamil terhadap prenatal yoga maka akan mempengaruhi tindakannya untuk mengikuti kelas prenatal yoga. Sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh (Rohman dalam Lemsa, 2021) minat merupakan salah satu faktor yang menentukan tindakan seseorang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar dari responden yaitu 55,7 persen responden dengan sosial budaya negatif dalam minat mengikuti senam prenatal yoga Di TPMB Ida Laina, SST kota Bengkulu
2. Sebagian besar responden yaitu 57,1 persen responden dengan minat ibu hamil sedang dalam minat mengikuti senam prenatal yoga Di TPMB Ida Laina, SST kota Bengkulu
3. Ada Hubungan Sosial Budaya Dengan Minat Ibu Hamil Dalam Mengikuti Kelas Prenatal Yoga Di TPMB Ida Laina, SST kota Bengkulu dengan nilai p-value 0,000

SARAN

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi, bahan pertimbangan

dan sebagai dasar untuk pengambilan kebijakan Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, BPM dan responden dalam mengikuti kelas prenatal yoga pada ibu hamil agar minat ibu hamil semakin tinggi dengan adanya kelas prenatal yoga di Kota Bengkulu.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhelia Yunita Sari¹, Reny Retnaningsih², Ina Indriati³. 2024. Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Hamil Tentang Prenatal Yoga Di Polindes Lengkong Wilayah Puskesmas Gayaman. <https://jurnal.uym.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/383>
- Curtis K, Weinrib A, Katz J. Systematic review of yoga for pregnant women: Current status and future directions. Evidence-based Complement Altern Med. 2012;2012. doi:10.1155/2012/715942
- Damayanti, A., & Nurrohmah, A. (2023). Penerapan Senam Hamil Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester Iii Di Desa Plumbungan. Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia, 2(9), 154–162.
- Desak Putu Erna F, NI Wayan Noviani, I.G.A Raras P, (2022). Hubungan Pengetahuan dengan Minat Ibu Hamil dalam Penerapan Prenatal Yoga di Poliklinik Kebidanan RSUD Dharma Yadnya Denpasar Tahun 2022. Denpasar. 2022. <https://ejournal.pkkb.ac.id/index.php/JGK/article/view/88>
- Erlin, P (2018) Hubungan Budaya Dengan Kunjungan Antenatal Care Ibu Hamil Di Puskesmas Abuki Kabupaten Konawa. Jurnal Kebidanan. Vol 9, No.1.Pp. 54-60.
- Hidayat, A. (2014) Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik analisis data, Jakarta: Salemba Medika.
- Hindhuyana, Dewi. Pranayama dalam Prenatal Yoga. Yoga dan Kesehatan. 2021;4 (2)
- Kamalah R, dkk. Literatur Review: Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III. Jurnal Bidan Pintar. 2021;2(1)
- Kementrian Kesehatan RI. (2021) Buku Kesehatan Ibu Dan Anak. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kuswanti, I (2014) Asuhan Kehamilan Jakarta: Qanita Mulya, N (2011) The Pregnancy Handbook Jakarta: Qanita Mezy (2016) Manajemen Emosi Ibu Hamil Jakarta: Saufa
- Lemsa. Situmorang. 2021. hubungan tingkat pengetahuan dan sosial budaya dengan minat ibu hamil dalam mengikuti kelas prenatal yoga di klinik santa lusia sipeapea 2021
- Nurbaiti, Suci Rahmani Nurita, (2020) Hubungan Tingkat Pengetahuan Prenatal Yoga dengan Minat Ibu Hamil dalam Mengikuti Kelas Prenatal Yoga di Puskesmas Putri Ayu Jambi. Jambi. <https://jab.ubr.ac.id/index.php/jab/article/view/179>
- Nursalam (2019) Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Jakarta: Salemba Medika.
- Perpustakaan Nasional Sindhu, P (2019) Yoga Untuk Kehamilan Bandung: Qanita
- Prasetyo, B dan Jannah, LM (2016) Metode Penelitian Kuantitatif, Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Ronalan Br. Situmorang, Yatri Hilinti, Jumita, Vitrilina Hutabarat. Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Hamil Dalam Penerapan Senam Prenatal Yoga Di Bpm Jumita, S.St., M.Kes Kota Bengkulu <https://jurnal.unived.ac.id/index.php/JM/article/view/1347/1085>
- Sardiman (2016) Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar, Yogyakarta: Pustaka belajar
- Silalahi, U (2019) Metode Penelitian Sosial Kuantitatif, Bandung: PT Refika Aditama.
- Sindhu P. (2015). Panduan Lengkap Yoga untuk Hidup Sehat dan Seimbang. Cetakan Pertama. Bandung: Qanita.
- Situmorang, R. Rossita, T, Rahmawati, DT. 2020. Hubungan senam prenatal yoga dengan tingkat kecemasan ibu hamil

- trimester ke-iii. Jurnal Nasional Terakreditasi. Dipublikasikan di STIKim The Public Health Science Journal 2020. Volume 9 nomor 3 September 2020. DO:
<https://doi.org/10.33221/jikm.v9i03.620> .
 Vol 9 No 03 (2020): Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat
- Situmorang, R., dkk. 2021. Asuhan kebidanan pada kehamilan. CV. Pustaka El Quenna. ISBN :978-623-95076-8-8.
https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=WfRo6ekAAAAJ&citation_for_view=WfRo6ekAAAAJ:ufrVoPGSRksC
- Situmorang, R., Hilinti, Y., Jumita, J., & Hutabarat, V. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Hamil Dalam Penerapan Senam Prenatal Yoga Di Bpm Jumita, S.St., M.Kes Kota Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, 9(1), 44-52.
<https://doi.org/10.37676/jm.v9i1.1347>
- Situmorang, R., Hilinti, Y., Jumita, J., & Hutabarat, V. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Minat Ibu Hamil Dalam Penerapan Senam Prenatal Yoga Di Bpm Jumita, S.St., M.Kes Kota Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, 9(1), 44-52.
<https://doi.org/10.37676/jm.v9i1.1347>
- SITUMORANG, R., RAHMAWATI, D., & SYAFRIE, I. (2022). PENGARUH PRENATAL GENTLE YOGA TERHADAP KUALITAS TIDUR IBU HAMIL TRIMESTER III DI BPM JUMITA, S.ST., M.KES. *Journal Of Midwifery*, 10(1), 48-57.
<https://doi.org/10.37676/jm.v10i1.2318>
- Situmorang, R., Vitrilina Hutabarat. 2020. Kehamilan dan Prenatal Yoga. Elmarkazi. Bengkulu.S
- WHO (2023): Satu Perempuan Meninggal Per Dua Menit dalam Kehamilan – DW – 23.02.2023 milestone (who.int).
- Widiyarti, N., Situmorang, R., & Sari, L. (2024). Pengaruh Senam Prenatal Yoga Terhadap Kecemasan Pada Ibu Hamil Dalam Menghadapi Proses Persalinan Di
- Puskesmas Perawatan Lubuk Pinang. *Journal Of Midwifery*, 12(1), 23-30.
<https://doi.org/10.37676/jm.v12i1.6185>