

Hubungan Pendidikan dan Paritas dengan Keikutsertaan Ibu Hamil dalam Kelas Yoga di Desa Kalipang Kabupaten Kediri

Elin Soya Nita¹, Lailaturrohmah^{2,*}

¹Fakultas Kesehatan, Program Studi S1 Kebidanan, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata, Kediri, Indonesia

²Program Studi D3 Kebidanan, STIKes Ganesha, Kediri, Indonesia

Email: ¹elin.soyanita@iik.ac.id, ^{2,*}ellalalala89@gmail.com

Abstrak—Kehamilan adalah metode alamiah yang dialami oleh perempuan dan tidak termasuk dalam kategori patologis terkecuali pada kondisi khusus, karena pada kehamilan akan mengalami adaptasi baik anatomi, fisiologi maupun biokimiawi yang mengalami peningkatan sesuai umur kehamilan. Selama masa kehamilan akan terjadi perubahan – perubahan pada seluruh sistem tubuh baik fisik maupun psikologis. Salah satu metode yang dapat dilakukan untuk membantu dan meringkankan ibu hamil dalam mempersiapkan kehamilan yang sehat dan persalinan yang fisiologi yaitu dengan olahraga. Salah satu olahraga yang baik untuk ibu hamil adalah yoga ibu hamil / prenatal yoga. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif analitik dengan menggunakan pendekatan cross sectional dengan variabel bebasnya adalah Pendidikan dan paritas serta variable terikatnya adalah keikutsertaan ibu hamil dalam kelas yoga dengan analisis menggunakan uji Chi Kuadrat (Chi Square). Analisa data total sampling. Dari data penelitian didapatkan hasil analisa statistik yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara Pendidikan dan paritas dengan keikutsertaan ibu hamil dalam kelas yoga di Desa Kalipang Kabupaten Kediri Tahun 2023 dengan nilai P 0,463.

Kata Kunci: Kehamilan; Pendidikan; Paritas; Keikutsertaan; Yoga

Abstract—Pregnancy is a natural method experienced by women and is not included in the pathological category except in special conditions, because pregnancy will experience both anatomical, physiological and biochemical adaptations which increase according to gestational age. During pregnancy there will be changes in all body systems both physically and psychologically. One method that can be used to help and relieve pregnant women in preparing for a healthy pregnancy and physiological delivery is exercise. One good exercise for pregnant women is yoga for pregnant women / prenatal yoga. This research is a type of analytic quantitative research using a cross-sectional approach with the independent variables being Education and parity and the dependent variable being the participation of pregnant women in yoga classes with analysis using the Chi Square test. Total sampling data analysis. From the research data, the results of statistical analysis showed that there was no relationship between education and parity with the participation of pregnant women in yoga classes in Kalipang Village, Kediri Regency in 2023 with a P value of 0.463.

Keywords: Pregnancy; Education; Paritas; Participation; Yoga

1. PENDAHULUAN

Kehamilan adalah metode alamiah yang dialami oleh perempuan dan tidak termasuk dalam kategori patologis terkecuali pada kondisi khusus, karena pada kehamilan akan mengalami adaptasi baik anatomi, fisiologi maupun biokimiawi yang mengalami peningkatan sesuai umur kehamilan. Selama masa kehamilan akan terjadi perubahan – perubahan pada seluruh sistem tubuh baik fisik maupun psikologi. (Wayan & Ayu, n.d.) Perubahan fisiologis yang dialami selama masa kehamilan harus dipahami sehingga tidak menyebabkan ketidaknyamanan yang sangat berpengaruh selama proses kehamilan, persalinan dan nifas.

Kesehatan ibu pada masa kehamilan bukan hanya dipengaruhi nutrisi yang dikonsumsi selama kehamilan tetapi juga diperlukan pikiran yang tenang serta kondisi badan yang sehat sehingga dapat memudahkan dalam proses kehamilan dan persalinan. Kehamilan dapat menyebabkan peningkatan stress untuk badan ibu yang disebabkan oleh harus menyokong kebutuhan yang terus meningkat guna memenuhi kebutuhan energi untuk perkembangan janin. Oleh sebab itu berbagai perubahan fisiologi serta metabolisme yang terjadi pada tubuh ibu berfungsi untuk adaptasi dengan keadaan yang dialami, tetapi tidak menutup kemungkinan dalam proses beradaptasi dapat muncul kelainan yang dapat berbahaya baik pada ibu atau janinnya serta bisa mengakibatkan kematian. Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia pada Tahun 2021 mengalami peningkatan yaitu pada tahun 2020 sebanyak 4627 kematian meningkat menjadi 7.389 kematian. Kematian ibu yang terjadi di Indonesia disebabkan oleh beberapa kasus yaitu kematian karena Covid-19, perdarahan dan hipertensi pada kehamilan (Kemenkes RI, 2022). Di Jawa Timur untuk Angka Kematian Ibu juga mengalami peningkatan yaitu 565 kematian pada tahun 2020 meningkat menjadi 1279 kematian pada tahun 2021 (Dinkes Provinsi Jawa Timur, 2018). sedangkan di Kabupaten Kediri untuk angka kematian ibu juga mengalami peningkatan yang cukup signifikan yaitu dari 19 pada tahun 2020 menjadi 29 pada tahun 2021 (Dinkes Kabupaten Kediri, 2022).

Upaya yang dilakukan pemerintah Kabupaten Kediri untuk menurunkan AKI adalah dengan program GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) Ibu Hamil Sehat yaitu periksa kehamilan minimal 6 kali dengan 2 kali diantaranya melakukan pemeriksaan USG dengan dokter, mengikuti kelas ibu hamil minimal 4 kali, mengkonsumsi tablet tambah darah secara rutin, makan dengan gizi seimbang dan bersalin di fasilitas pelayanan kesehatan (Dinas Kesehatan, 2021). Dengan memberikan asuhan secara rutin pada ibu hamil Selama proses kehamilan dapat berpengaruh terhadap ibu hamil untuk dapat melakukan adaptasi pada perubahan fisik dan psikologis yang dialami serta dapat menyiapkan persalinan secara fisiologis yang mempunyai harapan agar ibu dan janin dalam kondisi sehat. Salah satu metode yang dapat dilakukan untuk membantu dan meringkankan ibu hamil dalam mempersiapkan kehamilan yang sehat dan persalinan yang fisiologi yaitu dengan olahraga. Salah satu olahraga yang baik untuk ibu hamil adalah yoga ibu hamil / prenatal yoga (Nurvitasari, 2020). Menurut Nurbaiti (2020) dalam penelitian Ikada Septi, dkk (2021) Prenatal yoga merupakan

metode komplementer pada masa kehamilan dan sebagai salah satu pengobatan konvensional yang mempunyai dampak yang baik untuk kesehatan fisik, psikologi dan perasaan serta reaksi emosional dan fisik ibu hamil. Tujuan dari prenatal yoga antara lain dapat menciptakan ketenangan pikiran dan tubuh, menjaga keseimbangan pikiran dan tubuh, serta kekuatan ibu hamil, menciptakan kedamaian baik fisik, mental maupun spiritual (Pratiwi, 2022). Kelas yoga ibu hamil diharapkan dapat membantu dalam mengatasi ketidaknyamanan yang dialami selama masa kehamilan dan ibu hamil dapat merasakan suasana kehamilan yang lebih tenang serta menyiapkan keadaan fisik selama kehamilan menjadi lebih baik (Beti Nurhayati et al., 2019). Prenatal yoga juga dapat memberikan bantuan kepada ibu agar lebih sadar dan bisa mengenali perubahan secara fisik tubuhnya selama masa kehamilan dan dapat melakukan komunikasi serta menciptakan kedekatan bonding dengan bayinya. Dalam kegiatan kelas yoga ibu hamil akan banyak diajarkan Gerakan – Gerakan yang tidak biasa dilakukan oleh ibu hamil sehingga dapat berpengaruh terhadap tubuh ibu hamil pada posisi sempurna.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif analitik dengan menggunakan pendekatan cross sectional dengan variabel bebasnya adalah Pendidikan dan paritas serta variabel terikatnya adalah keikutsertaan ibu hamil dalam kelas yoga. Subjek yang diteliti adalah ibu hamil di desa kalipang kabupaten kediri pada bulan januari 2023 sebanyak 19 orang. Dalam pengambilan sampel Teknik yang digunakan adalah total sampling. Data yang digunakan yaitu data primer dengan menggunakan instrument penelitian dalam bentuk kuesioner. Data penelitian yang didapat diolah dan dilakukan analisis dengan menggunakan uji Khi Kuadrat (Chi Square).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini terdiri dari umur, Pendidikan dan pekerjaan, data secara rinci disajikan dalam tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
Umur:		
<20 dan >35 Tahun	5	26,3
20 – 35 Tahun	14	73,7
Pendidikan:		
Dasar (SD, SMP)	9	47,4
Menengah (SMA)	10	52,6
Pekerjaan:		
Bekerja	5	26,3
Tidak Bekerja (IRT)	14	73,7

Berdasarkan Tabel 1. Sebagian besar umur ibu hamil adalah 20 – 35 tahun yaitu sebanyak 14 orang (73,7%), untuk Pendidikan ibu hamil lebih banyak masuk dalam kategori pendidikan menengah yaitu sebanyak 10 orang (52,6%), dan sebagian besar ibu hamil tidak bekerja (IRT) yaitu sebanyak 14 orang (73,7%).

3.2 Hasil Analisis Univariat

3.2.1 Paritas Ibu Hamil

Data univariat responden dalam penelitian ini adalah paritas ibu hamil yang disajikan secara rinci dalam pada tabel 2.

Tabel 2. Disribusi Frekuensi Paritas Ibu Hamil

Paritas	Frekuensi	Persentase
Primipara	9	47,4
Nullipara	10	52,6

Berdasarkan Tabel 2. Sebagian besar paritas ibu hamil adalah Nullipara yaitu sebanyak 10 orang (52,6%).

3.2.2 Keikutsertaan Ibu Hamil dalam Kelas Yoga

Data univariat responden dalam penelitian ini adalah keikutsertaan ibu hamil dalam kelas yoga yang secara rinci disajikan pada tabel 3.

Tabel 3. Disribusi Frekuensi Keikutsertaan Ibu Hamil dalam Kelas Yoga

Kelas Yoga	Frekuensi	Persentase
Ya	8	42,1

Kelas Yoga	Frekuensi	Persentase
Tidak	11	57,9

Berdasarkan Tabel 3. ibu hamil yang mengikuti kelas yoga yaitu sebanyak 8 orang (42,1%) dan yang tidak mengikuti kelas yoga sebanyak 11 orang (57,9%).

3.3 Hasil Analisis Bivariat

3.3.1 Hubungan Pendidikan dengan Keikutsertaan Ibu Hamil dalam Kelas Yoga

Untuk mengetahui hubungan Pendidikan dengan keikutsertaan ibu hamil dalam kelas yoga pada penelitian ini dengan menggunakan uji Khi Kuadrat (Chi Square) yang hasilnya secara rinci disajikan dalam tabel 4.

Tabel 4. Hubungan Pendidikan dengan Keikutsertaan Ibu Hamil dalam Kelas Yoga

Pendidikan	Keikutsertaan Kelas Yoga		Total	P
	Ya	Tidak		
Dasar (SD, SMP)	5	5	10	0,463
Menengah (SMA)	3	6	9	

Berdasarkan Tabel 4. Menunjukkan bahwa ibu hamil yang mempunyai Pendidikan dasar dan mengikuti kelas yoga sebanyak 5 orang dan yang mempunyai Pendidikan menengah dan mengikuti kelas yoga sebanyak 3 orang. Dari hasil Analisa statistik didapatkan nilai $P = 0,463$ yang artinya tidak terdapat hubungan antara Pendidikan dengan keikutsertaan ibu hamil dalam kelas yoga.

3.3.2 Hubungan Paritas dengan Keikutsertaan Ibu Hamil dalam Kelas Yoga

Untuk mengetahui hubungan Paritas dengan keikutsertaan ibu hamil dalam kelas yoga pada penelitian ini dengan menggunakan uji Khi Kuadrat (Chi Square) yang hasilnya secara rinci disajikan dalam tabel 5.

Tabel 5. Hubungan Paritas dengan Keikutsertaan Ibu Hamil dalam Kelas Yoga

Paritas	Keikutsertaan Kelas Yoga		Total	P
	Ya	Tidak		
Primipara	3	6	9	0,463
Nullipara	5	5	10	

Berdasarkan Tabel 5. ibu primipara yang mengikuti kelas yoga sebanyak 3 orang dan ibu nullipara yang mengikuti kelas yoga sebanyak 5 orang. Dari hasil Analisa statistik didapatkan hasil nilai $P = 0,463$ artinya tidak terdapat hubungan antara paritas dengan keikutsertaan ibu hamil dalam kelas yoga.

Berdasarkan tabel 4. Hasil Analisa menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara Pendidikan dengan keikutsertaan ibu hamil dalam kelas yoga. Menurut Notoatmodjo (2018) menyebutkan bahwa Pendidikan adalah bagian dari kebutuhan dasar manusia yang sangat dibutuhkan seseorang untuk mengembangkan diri. Menurut Sulistina (2009) dalam penelitian Ana Nurvitasari, et al (2020) menjelaskan bahwa Pendidikan juga merupakan suatu usaha untuk mengembangkan kemampuan dan kepribadian seseorang baik disekolah dan diluar sekolah yang berlangsung selama masa kehidupan.

Proses belajar seseorang dapat dipengaruhi oleh pendidikan, sehingga jika tingkat Pendidikan seseorang tinggi maka akan lebih mudah dalam menerima informasi. Sejalan dengan penelitian Uliyatul Laili tentang faktor – faktor yang mempengaruhi keikutsertaan senam hamil pada ibu hamil di BPS Nina Surabaya yang menunjukkan hasil penelitian bahwa tidak terdapat hubungan antara Pendidikan dengan keikutsertaan ibu hamil terhadap senam hamil dengan nilai $P = 0,503$ (Uliyatul, 2015).

Berdasarkan tabel 5. Hasil Analisa menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara paritas dengan keikutsertaan ibu hamil dalam kelas yoga. Menurut cholifah et al (2021) dalam penelitian Andarwulan et al. (2022) menjelaskan bahwa ibu hamil yang ikut serta dalam kelas yoga dapat berpengaruh terhadap keberhasilan dari program untuk ibu hamil yang merupakan kebutuhan inti untuk semua ibu hamil. Menurut Wiknjastro (2009) dalam penelitian Desmeriyanti et.al. (2018) menjelaskan bahwa Paritas adalah faktor resiko terjadinya komplikasi obstetric sehingga ibu hamil dengan paritas tinggi beresiko untuk mengalami plasenta previa sehingga mengakibatkan kurang sempurnanya pertumbuhan endometrium.

Ibu yang hamil pertama kali akan beranggapan bahwa hamil merupakan hal yang baru sehingga mempunyai motivasi untuk meningkatkan kesehatan kehamilannya sedangkan pada ibu hamil yang sudah pernah melahirkan akan mempunyai pengalaman lebih sehingga dapat lebih cenderung untuk mengikuti kelas yoga untuk meningkatkan kesiapan dalam menghadapi persalinan (Desmariyenti & Hartati, 2019). Hasil penelitian tidak sejalan dengan penelitian Setiana Andarwulan et.al. tentang analisis faktor – faktor keikutsertaan ibu hamil trimester III terhadap prenatal yoga yang menunjukkan hasil penelitian yaitu ada hubungan antara paritas responden dengan keikutsertaan dalam prenatal yoga dengan nilai P value 0,026 (Andarwulan et al., 2019).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan Hasil Penelitian dan Pembahasan dapat disimpulkan Hasil Analisis Bivariat Hubungan pendidikan dengan Keikutsertaan ibu hamil dalam kelas yoga dengan hasil P Value $0,463 > \alpha 0,05$ yang menunjukkan bahwa H_1 ditolak yang artinya tidak terdapat hubungan antara Pendidikan dengan Keikutsertaan ibu hamil dalam kelas yoga di desa Kalipang Kabupaten Kediri Hasil Analisis Bivariat Hubungan paritas dengan Keikutsertaan ibu hamil dalam kelas yoga dengan hasil P Value $0,463 > \alpha 0,05$ yang menunjukkan bahwa H_1 ditolak yang artinya tidak terdapat hubungan antara paritas dengan Keikutsertaan ibu hamil dalam kelas yoga di desa Kalipang Kabupaten Kediri

REFERENCES

- Andarwulan, S., Latifah, A., Khoirul, Y., Latifah, W., & Buana, P. A. (2019). ANALISIS FAKTOR – FAKTOR KEIKUTSERTAAN IBU HAMIL TRIMESTER III TERHADAP PRENATAL YOGA Analysis Factors of Participations Pregnant Mothers Third Trimester On Prenatal Yoga Kebidanan Profesi Bidan Program Profesi , 2 , 3 D III Kebidanan Fakultas Sains Dan K.
- Beti Nurhayati, Farida Simanjuntak, & Marni Br. Karo. (2019). Reduksi Ketidaknyamanan Kehamilan Trimester Iii Melalui Senam Yoga. *Binawan Student Journal*, 1(3), 167–171. <https://doi.org/10.54771/bsj.v1i3.82>
- Desmariyenti, D., & Hartati, S. (2019). Faktor Yang Berhubungan Dengan Keikutsertaan Ibu Hamil Dalam Kelas Ibu Hamil. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan*, 9(2), 114–122. <https://doi.org/10.37859/jp.v9i2.1126>
- Dinas Kesehatan. (2021). Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri Dharmasraya. 3 Februari 2021, 2(1), 1–19.
- Dinkes Kabupaten Kediri. (2022). Profil Kesehatan Kabupaten Kediri Tahun 2021. 144.
- Dinkes Provinsi Jawa Timur. (2018). Daftar Isi. In *Jurnal Dinamika Vokasional Teknik Mesin* (Vol. 3, Issue 1). <https://doi.org/10.21831/dinamika.v3i1.19144>
- Kemenkes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id*.
- Nurvitasari, A. & M. (2020). Motivasi Ibu Hamil Dalam Mengikuti Prenatal yoga. 6.
- Pratiwi, D. (2022). *Edu jurnal_ikada*.
- Uliyatul, L. (2015). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keikutsertaan Senam Hamil Pada Ibu Hamil Di Bps Nina Surabaya. *Jurnal Ilmiah Kesehaan*, 8(2), 171–174.
- Wayan, N., & Ayu, I. (n.d.). Kehamilan merupakan suatu proses yang fisiologi bagi seorang wanita, tetapi tidak semua proses kehamilan dapat berjalan dengan normal, karena selama kehamilan terjadi adaptasi anatomi, fisiologi dan biokimiawi yang terus meningkat sejalan dengan usia keha.