

ABSTRAK

**HUBUNGAN YOGA PRENATAL DENGAN INTENSITAS NYERI
PERSALINAN DI PUSKESMAS TANAH KALI KEDINDING**

Oleh : FIFA MEDIAWATI

Yoga Prenatal merupakan alternatif komplementer dalam mengurangi nyeri saat persalinan. Teknik ini merupakan alternatif alami agar ibu hamil memiliki jiwa dan pikiran yang lebih tenang serta energi positif yang dapat membantu dalam mengurangi rasa sakit dan mempercepat proses persalinan. Penelitian ini merupakan penelitian Kuantitatif dengan pendekatan Study Kohort. Populasi dalam penelitian ini terdiri dari 30 Ibu Bersalin di Puskesmas Tanah Kali Kedinding. Tehnik pengambilan sampel menggunakan Accidental Sampling. Data ini dikumpulkan menggunakan kuesioner. Analisa data menggunakan analisa Univariat bivariat dengan Uji Korelasi Pearson. Hasil penelitian ini menunjukkan, sebagian besar ibu yang tidak melakukan yoga prenatal mengalami nyeri sangat berat dan berat saat proses persalinan dapatkan -905 dengan nilai signifikansi $< 0,05$), sehingga ada Hubungan Yoga Prenatal dengan Intensitas Nyeri Persalinan. Kesimpulan prenatal yoga sangat berpengaruh terhadap intensitas nyeri selama persalinan, sehingga ibu bisa menjalani persalinan normal pervaginam.

Kata kunci: Prenatal Yoga;Intensitas Nyeri;Persalinan

ABSTRACT

***THE RELATIONSHIP BETWEEN PRENATAL YOGA INTERVENTION
AND LABOR PAIN INTENSITY AT PUSKESMAS TANAH KALI
KEDINDING***

By : FIFA Mediawati

Prenatal yoga is a complementary alternative in reducing pain during labor. This technique is a natural alternative so that pregnant women have a calmer soul and mind as well as positive energy that can help in reducing pain and speeding up the labor process. This research is a Quantitative research with a Cohort Study approach. The population in this study consisted of 30 maternity mothers at the Tanah Kali Kedinding Health Center. Sampling technique using Accidental Sampling. This data was collected using questionnaires. Data analysis using bivariate Univariate analysis with Pearson Correlation Test. The results of this study showed, most mothers who did not do prenatal yoga experienced very heavy and severe pain during labor get -905 with a significance value of < 0.05), so there is a relationship between prenatal yoga intervention and labor pain intensity. The conclusion of prenatal yoga is very influential on the intensity of pain during labor, so that mothers can undergo normal vaginal delivery.

Keywords: Prenatal Yoga; intensity of pain; Labor