

ABSTRACT**CORELATION BETWEEN PRENATAL YOGA WITH PATIENT
HYPERTENSION IN PREGNANCY'S BLOOD PRESSURE IN
PRENATAL YOGA GROUP CLINIC KRAKATAU****By****Astrid Ananda**

Background: Hypertension in pregnancy ranks second after hemorrhage, as a contributor to the most causes of maternal mortality in Indonesia. One of the management of non-medical hypertension is physical exercise. One of the safe physical exercises for pregnant women is prenatal yoga.

Objective: To find out the relationship between prenatal yoga and blood pressure in hypertensive patients in pregnancy in the Krakatau Prenatal Yoga Clinic group

Method: This research method uses a case-control method. In the case group there were 22 subjects who did prenatal yoga and in the control group there were 22 subjects who did not do prenatal yoga. The blood pressure of the research subject will be measured after doing prenatal yoga regularly 2 times a week for 10 weeks.

Result: The results showed that the average MAP in the case group was 106.3 mmHg. The average MAP in the control group was 120.2 mmHg. The data were tested by the Shapiro Wilk test followed by the unpaired T-Test. The results show all data are normally distributed (>0.05) and significantly there is a relationship between prenatal yoga and blood pressure in hypertensive patients in pregnancy (<0.05).

Conclusion: It was concluded that there was a relationship between prenatal yoga with the blood pressure of hypertensive patients in pregnancy in the yoga krakatau prenatal group

Keyword : blood pressure, hypertension in pregnancy, prenatal yoga.

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA PRENATAL YOGA DENGAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DALAM KEHAMILAN PADA KELOMPOK PRENATAL YOGA KLINIK KRAKATAU

Oleh

Astrid Ananda

Latar Belakang: Hipertensi dalam kehamilan menempati urutan kedua setelah perdarahan, sebagai penyumbang penyebab terbanyak angka kematian ibu di Indonesia. Salah satu penatalaksanaan hipertensi non-medikamentosa adalah latihan fisik. Salah satu latihan fisik yang aman untuk ibu hamil adalah prenatal yoga.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara prenatal yoga dengan tekanan darah pada pasien hipertensi dalam kehamilan pada kelompok Prenatal Yoga Klinik Krakatau

Metode: Penelitian ini menggunakan metode *case-control*. Pada kelompok kasus terdapat 22 subjek penelitian yang melakukan prenatal yoga dan pada kelompok kontrol terdapat 22 subjek penelitian yang tidak melakukan prenatal yoga. Tekanan darah subjek penelitian akan diukur setelah melakukan prenatal yoga secara rutin 2 kali minggu selama 10 minggu.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan rata-rata MAP kelompok kasus yaitu 106.3 mmHg. Rata-rata MAP kelompok kontrol yaitu 120.2 mmHg. Data diuji dengan uji Shapiro Wilk dilanjutkan dengan uji T-Test Tidak berpasangan. Hasil uji menunjukkan semua data terdistribusi normal (>0.05) dan secara signifikan terdapat hubungan prenatal yoga dengan tekanan darah pasien hipertensi dalam kehamilan (<0.01).

Simpulan: Terdapat hubungan antara prenatal yoga dengan tekanan darah pasien hipertensi dalam kehamilan pada kelompok prenatal yoga krakatau.

Kata Kunci : hipertensi dalam kehamilan, prenatal yoga, tekanan darah