

## ABSTRAK

Hipertensi pada kehamilan merupakan penyebab kematian ibu terbanyak kedua setelah kejadian pendarahan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh prenatal gentle yoga terhadap tekanan darah pada ibu hamil di Wilayah Keputran Pasar Kecil RW. 11 Surabaya.

Jenis penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan jenis penelitian *one group pretest posttest design*. Sedangkan jenis rancangan penelitian yang digunakan adalah *eksperimenl*. Populasi penelitian ini menggunakan non-probability sampling dengan jenis Total sampling. Populasi penelitian ini menggunakan probability sampling dengan sampel random sampling. Besar sampel penelitian ini 38 responden. Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Keputran Pasar Kecil RW. 11 Surabaya. Pengambilan data menggunakan observasi. Analisis data menggunakan analisis univariat, bivariate (Uji Wilcoxon).

Hasil penelitian pada 38 responden menunjukkan bahwa setelah dilakukan prenatal gentle yoga terhadap tekanan darah pada ibu hamil, memiliki penurunan tekanan darah. Hasil uji Wilcoxon didapatkan nilai pretest dan posttest dengan nilai signifikan *p-value* 0,000 maka H1 diterima, artinya ada Pengaruh antara prenatal gentle yoga terhadap tekanan darah pada ibu hamil di Wilayah Keputran Pasar Kecil RW. 11 Surabaya.

Kesimpulan penelitian ini adalah adanya pengaruh antara prenatal gentle yoga terhadap tekanan darah pada ibu hamil di Wilayah Keputran Pasar Kecil RW. 11 Surabaya. Diharapkan hasil penelitian ini bermanfaat untuk peningkatan pelayanan kesehatan secara menyeluruh dengan cara adanya komunikasi yang lebih efektif antara pasien dengan petugas serta memberikan bimbingan prenatal gentle yoga terhadap tekanan darah pada ibu hamil.

**Kata kunci :** prenatal, gentle, yoga, Hipertensi, ibu, hamil.