

**PRENATAL YOGA PADA KEHAMILAN TRIMESTER III
UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PADA IBU HAMIL
MELALUI MEDIA VIDEO**

LAPORAN TUGAS AKHIR

Di Susun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Pada Program Studi Sarjana Kebidanan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta



oleh

NENG AYU LESTARI
202322132

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2024**

**PRENATAL YOGA PADA KEHAMILAN TRIMESTER III
UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PADA IBU HAMIL
MELALUI MEDIA VIDEO**

LAPORAN TUGAS AKHIR

Di Susun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Pada Program Studi Sarjana Kebidanan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta



oleh

NENG AYU LESTARI
202322132

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN PENULIS

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Laporan Tugas Akhir yang berjudul :

PRENATAL YOGA PADA KEHAMAILAN TRIMESTER III UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PADA IBU HAMIL MELALUI MEDIA VIDEO

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana pada Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari KIE yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di perguruan tinggi atau instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Laporan Tugas Akhir ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, Juli 2024



Neng Ayu Lestari
NIM 202322132

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Neng Ayu Lestari
NIM : 202322132
Jenis karya : Video
Judul : “Prenatal Yoga pada Kehamilan Trimester III untuk Mengurangi Kecemasan pada Ibu Hamil Melalui Media Video”

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty- Free Right*) kepada Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas ‘Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta, Juli 2024
Yang menyatakan



Neng Ayu Lestari
NIM 202322132

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan Tugas Akhir dengan judul :

PRENATAL YOGA PADA KEHAMILAN TRIMESTER III UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PADA IBU HAMIL MELALUI MEDIA VIDEO

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Sidang KIE Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 28 Mei 2024

Pembimbing

(Rita Riyanti Kusumadewi, S.ST.,Bdn., M.Kes)
NIDN 0624068803

Mengetahui,
Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan



Dr. Sri Handayani, S.SiT., M.Keb
NIDN 0627017401

PENGESAHAN PENGUJI

Laporan Tugas Akhir dengan judul:

PRENATAL YOGA PADA KEHAMILAN TRIMESTER III UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PADA IBU HAMIL MELALUI MEDIA VIDEO

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

KIE ini telah diujikan pada sidang KIE pada tanggal 28 Mei 2024 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai KIE pada Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

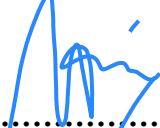
Surakarta, Juli 2024

Mengesahkan, Penguji

1. **Kamidah, S.SiT., M.Kes**
NIDN. 0610077701


(.....)

2. **Winarni, S.SiT., MPH**
NIDN. 0627017401


(.....)

3. **Rita Riyanti Kusumadewi, S.ST.,Bdn., M.Kes**
NIDN 0624068803


(.....)

Mengetahui,
Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan



Dr. Sri Handayani, S.SiT., M.Keb
NIDN. 0627017401

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, hidayat serta inayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan KIE yang berjudul “*Prenatal Yoga pada Kehamilan Trimester III untuk Mengurangi Kecemasan pada Ibu Hamil Melalui Media Video*”.

Penulis menyadari tidak akan mampu menyelesaikan skripsi dengan baik tanpa dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis ucapkan terimakasih banyak kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Sri Kustiyati, SST., M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Dr. Sri Handayani, S,SiT, M.Keb selaku Ketua Program Studi S1 Kebidanan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta dan selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan arahan sehingga penulisan KIE ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Rita Riyanti Kusumadewi, S.ST.,Bdn.,M.Kes selaku dosen pembimbing yang selalu memberikan bimbingan serta arahan sehingga penulisan KIE ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Kamidah, S.SiT., M.Kes dan Winarni, S.SiT., MPH selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan arahan sehingga penulisan KIE ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Seluruh Dosen Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
7. Karyawan beserta jajaran Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah membantu dan menyediakan sarana prasarana guna mendukung kelancaran KIE ini

8. Kedua orang tua dan seluruh keluarga besar yang telah memberi doa, dukungan dan kasih sayang sehingga penulis dapat menyelesaikan KIE ini dengan lancar.
9. Para ibu hamil trimester III yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Paka Indah yang berkenan menjadi responden sehingga penulis dapat menyelesaikan KIE ini dengan lancar
10. Teman-teman Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan semangat dan motivasi selama ini.
11. Dan teruntuk diri sendiri “*Only you can change your life, nobody else can do it for you*” Orang lain tidak akan bisa paham *Struggle* dan masa sulitnya kita, yang mereka tahu hanya bagian *Success stories*nya. Berjuanglah untuk diri sendiri walaupun tidak ada yang tepuk tangan, kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, karna kesempurnaan itu hanya milik Allah SWT. Oleh karena itu, semua masukan yang menuju sempurnanya KIE ini senantiasa penulis harapkan. Semoga KIE ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca pada umumnya.

Surakarta, Juli 2024

Penulis



Neng Ayu Lestari
NIM . 202322132