

**MEDIA EDUKASI VIDEO SENAM HAMIL UNTUK
MENGATASI KETIDAKNYAMANAN PADA TRIMESTER III**

LAPORAN TUGAS AKHIR

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan pada
Program Studi Sarjana Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**OLEH :
PUSPA DIANA FITRIANI
202422015**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2025**

PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Dengan ini saya menyatakan bahwa Proyek KIE yang berjudul :

MEDIA EDUKASI VIDEO SENAM HAMIL UNTUK MENGATASI KETIDAKNYAMANAN PADA TRIMESTER III

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 proyek KIE yang sudah dipublikasikan dan pernah dipakai untuk mendapatkan gelar sarjana di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau instansi manapun. Adapun tulisan dan pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dibidang penulisan karya ilmiah. Penulis setuju dalam memberi kewenangan Universitas 'Aisyiyah Surakarta untuk menyimpan, mengalih media, merawat, dan mempublikasikan tugas akhir (KIE) untuk kepentingan akademis tanpa meminta royalti dengan memperhatikan penulis sebagai pemegang hak cipta.

Kota Gajah, 23 Juli 2025

Yang menyatakan



Puspa Diana Fitriani

NIM. 202422015

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai sivitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Saya bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Puspa Diana Fitriani
NIM : 202422015
Jenis Karya : Tugas Akhir
Judul : **Media Edukasi Video Senam Hamil Untuk Mengatasi Ketidaknyamanan Pada Trimester III.**

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non Exclusive Royalti- 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 Projek KIE saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Kota Gajah, 23 Juli 2025
Yang menyatakan,



Puspa Diana Fitriani
NIM. 202422015

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Projek KIE dengan judul:

**“MEDIA EDUKASI VIDEO SENAM HAMIL UNTUK MENGATASI
KETIDAKNYAMANAN PADA TRIMESTER III”**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Tugas Akhir Program Studi
Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 23 Juli 2025

Pembimbing



Bdn. Sri Kustiyati, SST, M.Keb
NIDN. 0610077701

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan



Dr. Istiqomah Risa Wahyuningsih, S.ST., M.Kes
NIDN. 0621068601

PENGESAHAN PENGUJI

Projek KIE dengan judul :

“MEDIA EDUKASI VIDEO SENAM HAMIL UNTUK MENGATASI KETIDAKNYAMANAN PADA TRIMESTER III”



dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana pada Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta. Projek KIE ini telah diujikan pada sidang ujian Tugas Akhir pada tanggal 30 Juli 2025 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Projek KIE pada Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 30 Juli 2025

Mengesahkan,

Penguji

1. Dr. Istiqomah Risa Wahyuningsih, S.ST.,M.Kes
NIDN. 0621068601
2. Bdn. Kamidah, S.SiT, M.Kes.
NIDN.0623077501
3. Bdn. Sri Kustiyati, SST, M.Kes.
NIDN.0610077701


(.....)

(.....)

(.....)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan



Dr. Istiqomah Risa Wahyuningsih, S.ST.,M.Kes

NIDN. 0621068601

KATA PENGANTAR

Assalamu'alikum Wr. Wb

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Projek KIE yang berjudul "Media Edukasi Video Senam Hamil Untuk Mengatasi Ketidaknyamanan Pada Trimester III". Projek KIE ini diajukan untuk memenuhi persyaratan ujian akhir di Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa penyusunan Projek KIE ini tidak lepas dari bantuan banyak pihak yang telah memberikan bimbingan, arahan dan dukungan kepada penulis. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada Bapak/Ibu:

- 1 Riyani Wulandari, S.Kep, Ns, M.Kep., selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
- 2 Bdn. Sri Kustiyati, SST, M.Keb., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, pembimbing dan penguji III yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing dan mengarahkan penulis dalam penyusunan tugas akhir ini.
- 3 Dr. Istiqomah Risa Wahyuningsih, S.ST.,M.Kes, selaku Ketua Program Studi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakartadan penguji I yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing dan mengarahkan penulis dalam penyusunan tugas akhir ini.
- 4 Bdn. Kamidah, S.SiT, M.Kes, selaku penguji II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing dan mengarahkan penulis dalam penyusunan tugas akhir ini.
- 5 Semua dosen, karyawan, dan teman-teman mahasiswa Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang telah banyak membantu, memberi ilmu serta motivasi kepada penulis dalam penyusunan tugas akhir ini.
- 6 Fitra Yusdianika, Amd. Keb, selaku Bidan Desa Poskesdes Purworejo, Indah Wahyuni dan Aynis selaku kader Poskesdes Purworejo yang telah

memberikan izin tempat dan waktu untuk mengevaluasi hasil video edukasi senam hamil sebagai tugas akhir di Poskesdes Purworejo.

- 7 Suamiku Dwi Mainarko, kedua anak ku Sheza Fiona Zhafirah dan Ibrahim Attharazka Afiat yang selalu memberikan motivasi dan dukungan dengan bersedia di kurangi perhatiannya dan diberikan kesempatan untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
- 8 Ibuku Ni Ketut Darma Budi yang selalu memberikan dukungan berupa doa dan motivasi yang tiada henti, serta selalu meluangkan waktunya untuk memberi perhatian terhadap kedua anak ku agar aku bisa menyelesaikan tugas akhir ini.
- 9 Kakakku Indah Wahyuni yang memberikan dukungan dengan mengumpulkan ibu hamil dan memberikan bingkisan juga meluangkan waktunya untuk menggantikan peranku sebagai ibu terhadap kedua anak ku saat melakukan penyusunan video.
- 10 Adik-adikku tersayang Diajeng Puspita Sari dan Nugraha Aditya Wardana yang selalu memberikan motivasi juga dukungn yang tiada habisnya sampai terselesaikannya tugas akhir ini. Walaupun kita jauh di mata, tetapi dekat dihati.
- 11 Seluruh responden yang bersedia hadir dan memberikan masukan yang bersifat membangun dalam terciptanya projek ini

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, hal ini karena adanya kekurangan dan keterbatasan kemampuan penulis. Oleh karena itu, segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan penelitian ini.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Kota Gajah, 23 Juli 2025



Puspa Diana Fitriani
NIM. 202422015