

## ABSTRAK

MUZAWARAH. Pengaruh Senam Yoga pada Ibu Hamil dengan Tingkat Nyeri saat Persalinan di BPM Bidan Delima Lasmitasari, S.ST Banjarbaru. Dibimbing oleh DEDE MAHDIYAH dan MOHDARI.

**Latar Belakang:** Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia terjadi penurunan sejak tahun 1991-2007, yaitu dari 390/100.000 Kelahiran Hidup (KH) menjadi 228/100.000 KH. AKI mengalami peningkatan yaitu 359/100.000 KH tahun 2012. AKI tahun 2015 kembali menurun menjadi 305/100.000 KH. Penyebab kematian ibu yaitu saat hamil, persalinan dan nifas, dikarenakan perdarahan 50%, infeksi 30%, eklamsia 20% persalinan lama dan abortus. Nyeri persalinan dapat menyebabkan aktivitas uterus tidak terkoordinasi yang akan mengakibatkan persalinan lama. Latihan fisik yang dapat dilakukan untuk mempersiapkan proses persalinan agar mudah, lancar dan tetap nyaman yaitu senam yoga.

**Tujuan:** Membuktikan Pengaruh senam yoga pada ibu hamil dengan tingkat nyeri saat persalinan di BPM Bidan Delima Lasmitasari, S.ST Banjarbaru.

**Metode:** Jenis penelitian kuantitatif analitik dengan pendekatan cross sectional. Jumlah populasi 25 ibu hamil yang mengikuti senam yoga, sampel seluruh ibu hamil yang mengikuti senam yoga berjumlah 25 orang pada saat in partu kala I fase aktif. Pengumpulan data menggunakan data primer dan sekunder. Analisis data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat dengan menggunakan Uji Fisher's Exact Test.

**Hasil:** Hasil uji analisis menggunakan Uji Fisher's Exact Test didapatkan nilai p value 0,001 lebih kecil dari 0,05 sehingga  $H_0$  diterima.

**Simpulan:** Ada Pengaruh Senam Yoga Pada Ibu Hamil dengan Tingkat Nyeri Saat Persalinan di BPM Bidan Delima Lasmitasari, S.ST Banjarbaru.

**Kata kunci:** Hamil, Persalinan, Senam Yoga, Tingkat Nyeri