Oktavia Indriani

Dosen Pembimbing

NIM IIS3OLO04

Dr M Sukron, S. KEN, M. Kes

Program Diploma IV Kebidanan

NIDN 0703038402

**UPAYA PENINGKATAN PERISTALTIK USUS DENGAN KOMBINASI**

**SENAM HAMIL DAN YOGA PADA IBU HAMIL TRIMESTER II**

**DENGAN KONSTIPASI AKUT**

**Study penelitian di BPM Meiyuni, S.ST dan Hj. Sumarti, S.ST Bangkalan**

**ABSTRAK**

Konstipasi terjadi akibat penurunan peristaltik usus yang dinebabkan relaksasi otot polos pada usus besar yang terjadi pada ibu hamil trimester II munu hal yang fisiologis akm letapi jika tidak di atas seni, kipas dapat mengakibatkan kehamilan ibu tenang dan ibu mertua tidak nyaman Berdasarkan hasil studi pendahuluan di IM Meiyuni Junok terdapat 50 ibu hamil yung menulami konstipasi ((50%). Tujun penelitian adalah menganalisis peristaltik asit belam din sudah pada pemberian senam hamil dan yoga pada thu hamil trimester II Temp penelitian di HPM Melyun des Sumurti Bangkalan dan di laksanakan pada bulan juli-agustun 2019 Desain penelitian - Eksperimen Demam. Variabel independennya kombinasi senam hamil yoga dat senam hurtil, variabel dependennya peristaltik Jumlah populasi 50 dengan sampel 44 ibu hamil trimester Il'dengan teknik Purposive Sampling, pengumpulan data enggunakun observasi Setelah data terkumpul ditahan dan dianalisis menggunakan uji Mow du wilcoxon Hasil penelitian diperoleh Pwanie 0000305 Nein Ho ditolak an ada perbedaan peristaltik uud sebelum dan sudah dilakukan kombinasi senam hamil yoga. Hasil penelitian diperoleh walau 0000005 nelim HO ditolak atau perbedaan peristaltik dulu sebelum dan dih dilakukan senam hamil Hasil uji statistik diperoleh Mewah 0.13 0.05 sehingga H diterima atau tidak ada perbedaan peristaltik kelompok pemberian senam hamil yoga dan senam hamil. Diharapkan kepada tenaga kesehatan untuk mengaplikasikan kombinasi senam hamil yoga dan senam hamil serta memberikan pendidikan kesehatan untuk memperoleh komunikasi, informasi, dan ketiga mencegah konstipasi pada ibu hamil trimester III

Kata Kunci: Kombinasi Senam Hamil Yoga, Senam Hamil, Konstipasi Akut