

LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

**PROGRAM PELAKSANAAN SENAM HAMIL SEBAGAI UPAYA
MEMPERSIAPKAN FISIK DAN PSIKOLOGIS DALAM MENGHADAPI
PERSALINAN DI DESA TANAK AWU KECAMATAN PUJUT KABUPATEN
LOMBOK TENGAH**



DISUSUN OLEH

SISKHA MAYA HERLINA, M.Keb	NIDN 0822118903
YADUL ULYA, M.Keb	NIDN 0808039001
HARDANIYATI, M.Kes	NIDN 0819118801

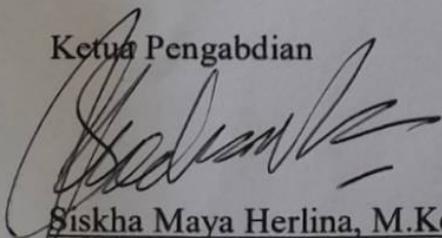
**PRODI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN YARSI MATARAM**

2021

HALAMAN PENGESAHAN PENGABDIAN

1.	Data Dosen/ Pengusul (Ketua)	
	- Nama	Siskha maya Herina, M.Keb
	- NIDN	0822118903
	- Jabatan Fungsional/Golongan	-
	- No HP/Email	081909747712/ siskhamayah@gmail.com
2.	Data Dosen/ Pengusul (Anggota)	
	- Nama	Yadul Ulya, M.Keb
	- NIDN	0808089001
	- Jabatan Fungsional/Golongan	Asisten Ahli
	- No HP/Email	081918225666/ yaduulya@gmail.com
	Data Dosen/ Pengusul (Anggota)	
	- Nama	Yesvi Zulfiana, S.Tr.Keb., M.Kes
	- NIDN	0819118801
	- Jabatan Fungsional/Golongan	Asisten Ahli
	- No HP/Email	081933149618
3.	Bidang Keahlian	Kebidanan
4.	Program Studi	S1 Kebidanan
5.	Judul Pengabdian	Pelaksanaan Program Perencanaan Persalinan Dan Pencegahan Komplikasi (P4K) Dalam Menurunkan Angka Kematian Ibu
6.	Jangka Waktu Pengabdian	3 Bulan
7.	Jenis Kegiatan	Pendidikan pada masyarakat
8.	Tahun Penelitian	Maret 2021
9.	Jumlah Usulan Dana Pengabdian	Rp. 1.500.000
10.	Sumber Dana	Mandiri

Ketua Pengabdian



Siskha Maya Herlina, M.Keb.
NIDN. 0822118903



Mataran, Maret 2021

Mengatakan

Ketua PPFM

Dr. Agus Supinganto, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIDN.0807087101

DAFTAR ISI

Halaman Judul	1
Lembar Pengesahan	2
Daftar Isi	3
RINGKASAN	4
BAB I PENDAHULUAN	5
BAB II SOLUSI PERMASALAHAN	7
A. Solusi yang Ditawaran	7
B. Luaran	7
BAB III METODE PELAKSANAAN	10
BAB IV BIAYA DAN JADWAL PENGABDIAN	11
A. Biaya	11
B. Jadwal Pengabdian	11
BAB V HASIL KEGIATAN	12
A. Gambaran Wilayah	12
B. Hasil Kegiatan	12
C. Rekomendasi Rencana Tindak Lanjut	13
BAB VI PENUTUP	14
A. Kesimpulan	14
B. Saran	14
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

RINGKASAN

Keberhasilan pembangunan kesehatan sesuai dengan tujuan dari pembangunan millennium yang menetapkan tahun 2015 sebagai batas waktu pencapaian target-target, tujuan dari *Millenium Development Goals* (MDGs). Dari delapan tujuan tersebut ada tujuan yang membahas tentang angka kematian anak dan meningkatkan kesehatan ibu yaitu masuk dalam tujuan keempat dan kelima. Kematian ibu dapat dicegah hingga 22% yaitu melalui antenatal care yang teratur, mendeteksi dini adanya komplikasi dalam kehamilan, hidup sehat dengan pemenuhan gizi yang seimbang, Salah satu kegiatan dalam pelayanan selama kehamilan yang bertujuan untuk mempersiapkan fisik dan mental ibu hamil adalah senam hamil.

Gangguan psikologis tersebut dapat meningkatkan resiko terjadinya komplikasi dalam persalinan sehingga diperlukan pencegahan dengan beberapa metode untuk meringankan dan mempersiapkan ibu dalam menjaga kehamilan dan proses persalinannya. Bidan mempunyai tugas penting dalam konseling dan pendidikan kesehatan, tidak hanya kepada perempuan, tetapi juga kepada keluarga dan masyarakat. Salah satu kegiatannya adalah mencakup pendidikan antenatal.

Kata Kunci : Senam hamil, Fisik dan Psikologi Ibu hamil, persalinan

BAB 1

PENDAHULUAN

Derajat kesehatan masyarakat dan indikator penilaian keberhasilan pelayanan kesehatan dapat dilihat dari kejadian kematian ibu dan bayi. Berdasarkan SDKI 2012 angka kematian ibu (AKI) di Indonesia masih tinggi 359 per 100.000 kelahiran hidup, sedangkan target MDGs global 102/100.000 kelahiran hidup pada tahun 2015. Jumlah kasus kematian ibu di provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) cenderung menurun dalam 3 tahun terakhir (2013-2015), yaitu 117 kasus pada tahun 2013, menurun menjadi 111 kasus pada tahun 2014 dan 95 kasus pada tahun 2015 (Dikes Provinsi NTB, 2015).

Keberhasilan pembangunan kesehatan sesuai dengan tujuan dari pembangunan millennium yang menetapkan tahun 2015 sebagai batas waktu pencapaian target-target, tujuan dari *Millenium Development Goals* (MDGs). Dari delapan tujuan tersebut adajtujuan yang membahas tentang angka kematian anak dan meningkatkan kesehatan ibu yaitu masuk dalam tujuan keempat dan kelima. Kematian ibu dapat dicegah hingga 22% yaitu melalui antenatal care yang teratur, mendeteksi dini adanya komplikasi dalam kehamilan, hidup sehat dengan pemenuhan gizi yang seimbang. Salah satu kegiatan dalam pelayanan selama kehamilan yang bertujuan untuk mempersiapkan fisik dan mental ibu hamil adalah senam hamil. Sangat penting bagi wanita untuk mempertahankan atau memperbaiki kondisi fisiknya bila ia ingin kehamilan yang terbaik dan untuk menghadapi stress yang dialami tubuhnya karena perkembangan janin.

Pada umumnya wanita yang sedang hamil takut menghadapi proses persalinan karena rasa sakit yang menimbulkan rasa takut dan cemas. Hal ini dapat menimbulkan ketegangan jiwa dan fisik yang akan mengakibatkan kakunya otot-otot dan persendian yang tidak wajar. Stres atau kecemasan tersebut terkait dengan berbagai hasil kehamilan, rasa sakit dan keluhan somatik lain yang sering terjadi dengan gangguan mood pada ibu hamil. Menurut hasil penelitian sekitar 70% dari ibu hamil mengalami sakit pinggang *Low Back Pain* (LBP) yang mungkin dimulai sejak awal trimester, puncak kejadian LBP terjadi pada trimester II dan III kehamilan dan intensitas nyeri memburuk dengan kehamilan berisiko. Gangguan psikologis pada ibu hamil juga dapat berpengaruh buruk terhadap perkembangan janin. Pada ibu hamil yang mengalami stress yang berkepanjangan dapat menimbulkan hambatan perkembangan pada janin termasuk gangguan emosi setelah kelahiran, bila stress pada ibu tidak tertangani dengan baik meskipun dengan asupan nutrisi yang baik. Gangguan psikologis tersebut dapat meningkatkan resiko terjadinya komplikasi dalam persalinan sehingga diperlukan pencegahan dengan beberapa metode untuk meringankan dan mempersiapkan ibu dalam menjaga kehamilan dan proses persalinannya.. Bidan mempunyai tugas penting dalam konseling dan pendidikan kesehatan, tidak hanya kepada

perempuan, tetapi juga kepada keluarga dan masyarakat. Salah satu kegiatannya adalah mencakup pendidikan antenatal. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan adalah latihan fisik, sebab berpengaruh positif terhadap janin, kehamilan, berat lahir dan kesehatan maternal serta mengurangi komplikasi persalinan seperti persalinan lama dan menurunkan tingkat nyeri. Latihan fisik yang dapat dilakukan selama masa kehamilan salah satunya adalah senam hamil. Senam hamil selama kehamilan dapat meningkatkan berat lahir dan mengurangi kejadian prematur dan komplikasi persalinan menurut Narendran (2009). Sedangkan manfaat dari senam hamil secara teratur sangat membantu dalam menjaga kesehatan dan kelancaran proses persalinan dan nifas sebab senam hamil akan membuat tubuh menjadi lentur terutama pada otot-otot jalan lahir. Kelenturan otot ini sangat diperlukan karena saat menghadapi persalinan ibu biasanya dilanda kecemasan dan panik. Selanjutnya keadaan ini membuat otot menjadi tegang.

Berdasarkan hal tersebut di atas, maka perlu adanya kegiatan senam ibu hamil di Desa Tanak Awu Kecamatan Pujut Kabupaten Lombok Tengah. Senam hamil ini bertujuan untuk mempersiapkan fisik dan psikologis ibu dalam menghadapi persalinannya yang berbasis masyarakat ini diharapkan dapat berimplikasi positif bagi masyarakat, khususnya pada ibu hamil dan lingkungannya.

BAB II

SOLUSI PERMASALAHAN

A. Solusi yang Ditawarkan

Kontribusi mendasar dari kegiatan ini adalah peningkatan pemahaman ibu hamil tentang tentang penanganan ketidaknyamanan yang dirasakan selama hamil dengan cara mengajarkan ibu untuk melakukan latihan senam hamil sebagai salah satu upaya untuk mempersiapkan fisik dan psikologis dalam menghadapi persalinan. Tim pengabdian menawarkan solusi terkait ketidaknyamanan yang dialami ibu hamil di Desa Tanak Awu Kecamatan Pujut Kabupaten Lombok Tengah dengan cara mengajarkan ibu senam hamil sebagai salah satu upaya mempersiapkan fisik dan psikologis dalam menghadapi persalinan.

B. Luaran

Setelah dilaksanakan pengabdian masyarakat kelompok ibu hamil dapat memahami dan mengaplikasikan cara Mengurangi ketidaknyamanan yang dirasakan ibu hamil TM III serta Ibu Hamil dapat mempersiapkan keadaan fisik dan psikologisnya dalam menghadapi persalinann dengan sehat dan aman sehingga indeks pembangunan manusia Desa Tanak Awu Kecamatan Pujut dapat ditingkatkan. Luaran yang akan dicapai adalah terpublikasi pada jurnal pengabdian masyarakat terindex sinta 6.

BAB III

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pengabdian ini terdiri dari beberapa tahap. Tahap pertama merupakan perencanaan kegiatan yang akan dilakukan. Proses perencanaan meliputi identifikasi kebutuhan, identifikasi potensi dan kelemahan yang ada, menentukan jalan keluar dan kegiatan yang akan dilakukan, dan membuat pengorganisasian kegiatan. Kegiatan tahap pertama dimulai dengan survei lapangan ke Desa tanak awu Kecamatan pujut Kabupaten Lombok Tengah. Survei lapangan dilakukan oleh tim pengabdian pada tanggal 1 Maret 2021. Selanjutnya tim pengabdian melakukan diskusi untuk penentuan solusi permasalahan.

Tahap Kedua merupakan pelaksanaan kegiatan pengabdian berupa solusi yang telah disetujui kepala Desa tanak awu Kecamatan pujut Kabupaten Lombok Tengah. Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama 1 hari, yaitu Program pelaksanaan senam hamil sebagai upaya mempersiapkan fisik dan psikologis dalam menghadapi persalinan dilaksanakan pada tanggal 11 April 2021.

BAB IV
BIAYA DAN JADWAL PENGABDIAN

A. Biaya

Rencana biaya pengabdian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2 Rencana Biaya Pengabdian

No.	Jenis Pengeluaran	Biaya yang Diusulkan (dalam Rp)
1.	Pembelian bahan habis pakai dan peralatan	Rp. 300.000
2.	Perjalanan	Rp. 75.000
3.	Pelaksanaan	Rp. 450.000
4.	Pembuatan laporan	Rp. 150.000
5.	Biaya Publikasi Hasil Pengabdian	Rp. 525.000
	Jumlah	Rp. 1.500.000

B. Jadwal Pengabdian

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan sesuai dengan jadwal sebagai berikut:

Tabel 3 Jadwal Kegiatan Pengabdian

No	Nama Kegiatan	Bulan														
		April 2021				Mei 2021				Juni 2021						
		I	II	III	IV	I	II	III	IV	I	II	III	IV			
1	Analisis situasi dan permasalahan	√														
2	Penyusunan program	√														
3	Koordinasi ke Desa dan dusun		√													
4	Persiapan rencana program			√	√	√										
5	Pelaksanaan						√									
6	Pengolahan data							√	√							
7	Penyusunan laporan									√						
8	Pengiriman laporan										√	√	√			

BAB V

HASIL KEGIATAN

A. Gambaran Wilayah

Kegiatan program pelaksanaan senam hamil sebagai upaya mempersiapkan fisik dan psikologis dalam menghadapi persalinan telah dilaksanakan di Desa Tanak Awu. Desa tanak Awu merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Pujut Kabupaten Lombok Tengah.

B. Gambaran Hasil Kegiatan

Kegiatan program pelaksanaan senam hamil sebagai upaya mempersiapkan fisik dan psikologis dalam menghadapi persalinan di Desa Tanak Awu, Kecamatan Pujut, Kabupaten Lombok Tengah, telah selesai dilaksanakan pada tanggal 20 Oktober 2020, dengan jumlah peserta 10 orang ibu hamil triemster III. Alat bantu yang digunakan adalah LCD dan laptop, menggunakan microsoft power point. Secara umum kegiatan tersebut berjalan dengan lancar. Kepala Desa, perangkat desa dan kader membantu mempersiapkan tempat dan mengkoordinir peserta pendidikan kesehatan. Peserta penyuluhan merupakan ibu hamil trimester III. Tempat yang dipakai untuk kegiatan tersebut adalah salah satu ruangan di balai desa tanak awu. Sebelum melakukan kegiatan penyuluhan, pemateri memperkenalkan diri terlebih dahulu kemudian mencoba menggali pengetahuan dasar tentang manfaat senam hamil bagi ibu hamil

Kampanye Praktik Senam Hamil

Kampanye adalah suatu gerakan (tindakan) serentak (untuk melawan, mengadakan aksi). Sedangkan sosial adalah semua hal yang berkenaan dengan masyarakat. Jadi kampanye sosial merupakan suatu gerakan yang dilakukan untuk mengubah perilaku sesuatu yang berkenaan dengan kelompok masyarakat agar menuju ke arah tertentu sesuai dengan gerakan yang dilaksanakan oleh pembuat kampanye. Masyarakat kurang menyadari pentingnya mempersiapkan fisik dan psikologisnya menghadapi persalinan. Membiarkan ketidaknyamanan yang dirasakan dan menganggap itu adalah hal yang wajar dalam kehamilan yang tidak memerlukan intervensi. Cemas yang dirasakan tidak diakomodir dengan baik sehingga yang seharusnya ibu hamil tenang menunggu detik-detik persalinan menjadi kaku dan ini berdampak pada otot jalan lahir. Hal-hal yang menyebabkan ibu hamil tidak melakukan senam hamil adalah karena :

1. Ibu hamil tidak mengetahui ketidaknyamanan yang dirasakan dapat dilakukan penanganan/solusi untuk mengurangi rasa sakit yang dirasakan
2. Ibu hamil tidak tertarik melakukan senam hamil karena tidak didampingi tenaga kesehatan, dan sebagian besar ibu hamil adalah ibu bekerja sehingga waktu untuk melakukan senam hamil tidak menjadi prioritas
3. Kurangnya kesadaran mempersiapkan fisik dan psikologis dalam menghadapi persalinan karena tidak mengetahui dampaknya dalam proses persalinan

Berdasarkan hasil observasi selama pelaksanaan penyuluhan kesehatan seluruh peserta tampak memperhatikan dan sangat antusias, dan saat dilaksanakan evaluasi secara lisan hampir 80% peserta dapat menjelaskan tentang pertanyaan yang diberikan.

C. Rekomendasi Rencana Tindak Lanjut

Berdasarkan evaluasi dan monitoring yang dilakukan maka rekomendasi yang kami ajukan bagi kegiatan ini adalah kegiatan serupa seharusnya dilaksanakan secara kontinue untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang manfaat senam hamil selama masa kehamilan sebagai upaya mempersiapkan fisik dan psikologis dalam menghadapi persalinan.

BAB VI

PENUTUP

A. Simpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai pendidikan kesehatan (penyuluhan) tentang senam hamil sebagai upaya mempersiapkan fisik dan psikologis dalam menghadapi persalinan di Desa Tanak Awu, Kecamatan Pujut, Kabupaten Lombok Tengah telah terlaksana dengan baik dan mendapatkan respon yang antusias dari para peserta penyuluhan.

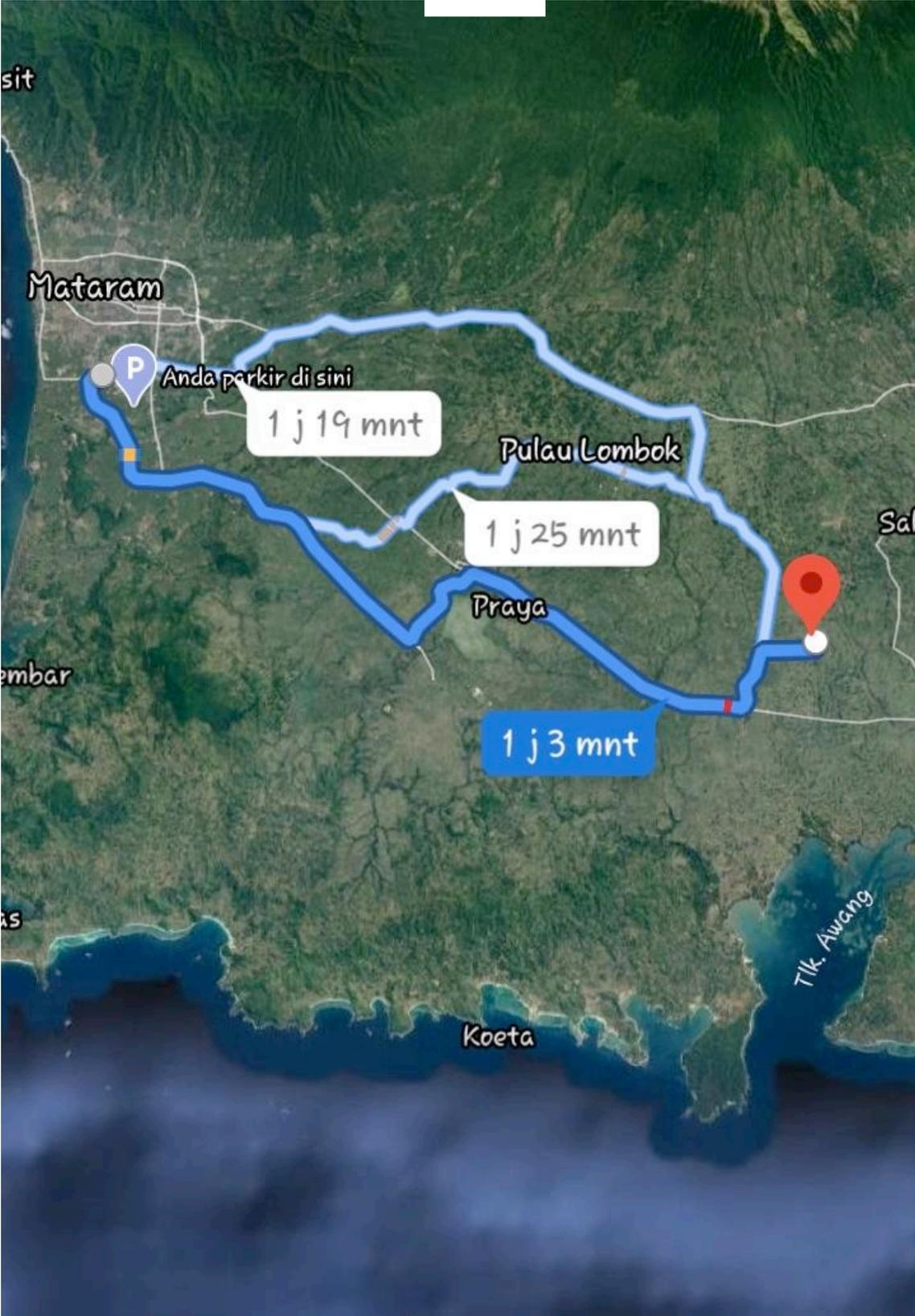
B. Saran

Kegiatan pengabdian seperti ini dapat dilakukan secara rutin baik di lokasi yang sama maupun di lokasi yang berbeda dengan sasaran masyarakat yang benar-benar membutuhkan pelayanan kesehatan terutama mengenai kesehatan ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No 450/Menkes/SK IV/2004 tentang pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif pada bayi di Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2004.
2. Kementerian Kesehatan RI. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2015. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2016.
3. Kementerian Kesehatan RI. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Tahun 2013. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI; 2013
4. Soetjiningsih. 2012. ASI Petunjuk untuk Tenaga Kesehatan. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
5. Panduan Asuhan Antenatal untuk Preceptor/Mentor: Kerjasama WHO dan Pusat Pendidikandan Pelatihan Tenaga Kesehatan; 2011.
6. Kepmenkes RI Nomor 938/Menkes/SK/VIII/2007 tentang Standar Asuhan Kebidanan, (2007). Bayu Irianti FD, Fitria Prabandari, Nova Yulita, Nova Yulianti, Setiya Hartiningtiyaswati,
7. Yuliza Anggraini. Asuhan Kehamilan Berbasis Bukti. Jakarta: Sagung Seto; 2014.
8. Peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 1464/Menkes/Per/X/2010 tentang Izin dan Penyelenggaraan Praktik Bidan, (2010).
9. Keputusan Menteri Kesehatan RI no 369/MENKES/SK/III/2007 tentang Standar Profesi Bidan, (2007).
10. Rusmita, Eli. 2011. Pengaruh Yoga selama Kehamilan terhadap Kesiapan Fisik dan Psikologis dalam Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil Trimester III di RSIA Limijati Bandung

PETA LOKASI MITRA SASARAN



	FORMULIR	No	F-1
		Berlaku	Nop 2020
	PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	Revisi	
		Unit	P3M

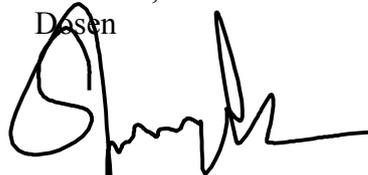
Formulir F-3. Pernyataan Bebas Plagiat

Dalam rangka permohonan insentif proposal penelitian/abdimas yang diajukan ke P3M, saya yang bertanda-tangan di bawah ini menyatakan dengan sebenarnya bahwa:

1.	Judul :	Program pelaksanaan senam hamil sebagai upaya mempersiapkan fisik dan psikologis dalam menghadapi persalinan di Desa Tanak Awu Kecamatan Pujut Kabupaten Lombok Tengah
2.	Penelitian atau kegiatan Pengabdian Masyarakat tersebut di atas bebas dari plagiarism.	
3.	Penelitian atau kegiatan Pengabdian Masyarakat tersebut tersebut di atas belum pernah mendapat insentif sebelumnya.	
4.	Apabila terbukti bahwa informasi yang saya sampaikan tersebut di atas tidak sesuai dengan fakta yang sebenarnya, maka saya akan bertanggung-jawab sesuai dengan ketentuan yang berlaku.	

Mataram, 1 Maret 2021

Desen



Siskha Maya Herlina, M.Keb
NIDN 0822118903

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Riwayat Hidup

No	Tentang	Keterangan
1	Nama lengkap	Siskha Maya Herlina
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	-
4	NIK	-
5	NIDN	822118903
6	Tempat & tanggal lahir	Keruak, 22 November 1989
7	E-Mail	siskhamayah@gmail.com
8	Nomor telepon/ HP	081909747712
9	Alamat kantor	Jl. Lingkar Selatan
10	No. telp. Kantor	
11	Mata kuliah yang diampu	Persalinan

B. Riwayat Pendidikan

	D-III	D-IV	S-2
Nama perguruan tinggi	Universitas Aisyiyah Yogyakarta	Universitas Aisyiyah Yogyakarta	Universitas Aisyiyah Yogyakarta
Bidang ilmu	Kebidanan	Kebidanan	Kebidanan
Tahun masuk - Lulus	2008-2011	2014-2015	2015-2017
Judul Skripsi	Pengetahuan Vulva Hyegene pada Remaja	Hubungan Pemberiana Suplemen Vitamin Pda Blita dengan Status Gizi Balita	Pelaksanaan Program Perencanaan Persalinan dan Pencegahan Komplikasi
Nama pembimbing	Retno Mawarti, S.SiT. M.Kes	Fathya, S.SiT,M.Keb	Prof. dr. Mohammad Hakimi., Sp.OG. Ph.D

C. Pengalaman Penelitian 5 tahun terakhir

No	Tahun	Judul Penelitian	Sumber	
			Pendanaan	Jumlah (Rp)

D. Pengalaman Pengabdian masyarakat 5 tahun terakhir

No	Tahun	Judul Kegiatan	Sumber	
			Pendanaan	Jumlah (Rp)

E. Publikasi Artikel Ilmiah dalam jurnal 5 tahun terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Volume/Nomor/Tahun	Nama Jurnal

F. Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral presentation) dalam 5 tahun terakhir

No	Nama seminar	Judul artikel ilmiah	Waktu & Tempat

G.

No	Judul buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit

H. Perolehan HKI dalam 5-10 tahun terakhir

No	Judul/ Tema HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID

I. Pengalaman merumuskan kebijakan public/ Rekayasa sosial lainnya dalam 5 tahun terakhir

No	Judul/Tema/Jenis/Rekayasa social lainnya yang telah diterapkan	Tahun	Tempat penerapan	Respon masyarakat

J. Penghargaan dalam 10 tahun terakhir (dari pemerintah, asosiasi, atau institusi lainnya)

No	Jenis Penerapan	Institusi Pemberi penghargaan	Tahun

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan proposal

Mataram, 1 Maret 2021

Pengusul,



Siskha Maya Herlina, M.Keb

NIDN. 0822118903

DOKUMENTASI KEGIATAN





YAYASAN RUMAH SAKIT ISLAM NUSA TENGGARA BARAT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN YARSI MATARAM
PUSAT PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT

JL. TGH. Muh Rais Lingkar Selatan, Kota Mataram Tlp. / Fax. (0370) 6161271
Website: www.stikesyarsimataram.ac.id Email : lppm.stikesyarsimataram@gmail.com

SURAT TUGAS

No : 37.D /STIKES/P3M/I-G/III/2021

Yang bertanda tangan di bawah ini Ketua Pusat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (P3M) STIKES YARSI MATARAM menugaskan kepada :

No	Nama	NIDN	Jafung	Pangkat	Gol.	Jabatan Dalam TIM
1	Siskha Maya Herlina, M.Keb	0822118903				Ketua
2	Yadul Ulya, M.Keb	0808089001	Asisten Ahli	Penata Muda Tk.I	III/b	Anggota
3	Hardaniyati, S.Si.T., M.Kes.	0819118801	Asisten Ahli	Penata Muda Tk.I	III/b	Anggota

Untuk melaksanakan **Pengabdian Masyarakat^{*)}** dalam rangka memenuhi salah satu tugas Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan judul : **Program Pelaksanaan Senam Hamil Sebagai Upaya Mempersiapkan Fisik dan Psikologis dalam Menghadapi Persalinan di Desa Tanak Awu Kecamatan Pujut Kabupaten Lombok Tengah**

Demikian surat tugas ini dibuat, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Mataram, 1 Maret 2021

STIKES YARSI Mataram

Ketua P3M

Dr. Agus Supinganto, S.Kep., Ners., M.Kes.
NIK. 2049712

**) Coret yang tidak perlu*



**YAYASAN RUMAH SAKIT ISLAM NUSA TENGGARA BARAT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN YARSI MATARAM**

Jl. TGH. Muh Rais Lingkar Selatan, Kota Mataram, Tlp/fax (0370) 6161271
Website : www.stikesyarsimataram.ac.id Email : lppm.stikesyarsimataram@yahoo.com

Mataram, 11 Dzulhijjah 1442 H
21 Juli 2021 M

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT KETERANGAN

Menerangkan dengan sesungguhnya:

Nama : Yadul Ulya, M.Keb
NIDN : 0808039001
Jabatan : Dosen Program Studi Kebidanan Program Sarjana
Judul : Program Pelaksanaan Senam Hamil Sebagai Upaya Mempersiapkan Fisik Dan Psikologis Dalam Menghadapi Persalinan Di Desa Tanak Awu Kecamatan Pujut Kabupaten Lombok Tengah

Memang benar yang tersebut namanya diatas sudah mengumpulkan Laporan Akhir Pengabdian Masyarakat di Perpustakaan STIKES Yarsi Mataram.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat di gunakan sebagai mestinya.

STIKes Yarsi Mataram
Kaur Perpustakaan



L. Muh. Juni Hardi, A.Md
NIK. 3060544