

**PROGAM STUDI DIH KEBIDANAN FAKULTAS KESEHATAN DAN
TEKNOLOGI UNIVERSITAS AISYIAH PALEMBANG**

Karya Tulis Ilmiah, November 2025

**PENGARUH EDUKASI DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA *LEAFLET*
TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG SENAM
HAMIL DI PMB SUMARTINI PALEMBANG TAHUN 2025**

(xix-80 halaman, 7 tabel, 3 bagan, 6 lampiran)

ABSTRAK

Latar Belakang: Rendahnya partisipasi ibu hamil dalam kegiatan senam hamil masih menjadi masalah karena kurangnya pengetahuan, minimnya edukasi, dan adanya persepsi keliru tentang keamanan aktivitas fisik. Padahal, tidak melakukan senam hamil dapat meningkatkan risiko keluhan fisik, kecemasan, kurangnya kesiapan persalinan, hingga kemungkinan terjadinya persalinan lama. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi dengan menggunakan media leaflet tentang senam hamil terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil di TPMB Sumartini Palembang tahun 2025. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode Quasi-Eksperimen dengan desain One-Group Pretest-Posttest. Sampel sebanyak 30 responden diperoleh dengan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan senam hamil. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon. **Hasil:** Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0.000 (<0.05)$ yang berarti terdapat pengaruh pengetahuan yang signifikan setelah diberikan edukasi menggunakan leaflet. Pengetahuan ibu hamil meningkat dari kategori kurang menjadi baik pada seluruh responden. **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh edukasi menggunakan media *leaflet* terhadap peningkatan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil di TPMB Sumartini Palembang. Media leaflet efektif digunakan sebagai sarana edukasi kesehatan pada ibu hamil.

Kata kunci : Tingkat pengetahuan ibu hamil.

**MIDWIFERY DIII STUDY PROGRAM FACULTY OF HEALTH AND
TECHNOLOGY AISYIYAH UNIVERSITY PALEMBANG**

Scientific paper, November 2025

Khoirunnikmah

**THE EFFECT OF EDUCATION USING *LEAFLET* MEDIA ON THE
KNOWLEDGE LEVEL OF PREGNANT WOMEN ABOUT PREGNANCY
EXERCISE AT PMB SUMARTINI PALEMBANG IN 2025**

(xix-80 pages, 3 charts, 10 appendices)

ABSTRACT

Background: The low participation of pregnant women in pregnancy exercise activities remains a problem due to limited knowledge, insufficient education, and misconceptions about the safety of physical activity. In fact, not performing pregnancy exercises can increase the risk of physical discomfort, anxiety, inadequate preparation for childbirth, and a higher likelihood of prolonged labor.

Objective: This study aims to determine the effect of education using leaflet media about pregnancy exercise on the knowledge level of pregnant women at TPMB Sumartini Palembang in 2025. **Methods:** This research employed a Quasi-Experimental method with a One-Group Pretest-Posttest Design. A total of 30 respondents were selected using purposive sampling. The instrument used was a pregnancy exercise knowledge questionnaire. Data were analyzed using the Wilcoxon test. **Results:** Statistical analysis showed a $p\text{-value} = 0.000 (<0.05)$, indicating a significant increase in knowledge after the educational intervention using the leaflet. The knowledge level of pregnant women improved from the “poor” category to “good” among all respondents. **Conclusion:** Education using leaflet media has a significant effect on improving the knowledge of pregnant women regarding pregnancy exercise at TPMB Sumartini Palembang. Leaflet media is effective as a health education tool for pregnant women.

Keywords : Pregnant women’s level of knowledge