# BAB IV

# HASIL DAN PEMBAHASAN

## 4.1 Hasil kegiatan

1. Kegiatan senam yoga prenatal ini dilakukan pada tanggal 10 April dan 12 april, 11 Juli dan -15 Juli 2019 di Bidan Praktek Mandiri Rifatul Khusnia Desa Wiyurejo Pujon dan Balai Desa Pandesari Pujon
2. Jumlah ibu yang hadir sebagai berikut:
   a. Tanggal 10 April 2019 di Balai desa Pandesari Pujon 32 orang
   b. Tanggal 12 April 2019 di desa Wiyurejo Pujon 42 orang
   c. Tanggal 11 Juli 2019 di Balai desa Pandesari Pujon 28 orang
   d. Tanggal 15 Juli 2019 di desa Wiyurejo Pujon 36 orang
3. Hasil KIE yang diberikan oleh tim
   a. Manfaat manfaat senam yoga prenatal menjelang persalinan
   b. Manfaat senam prenatal yoga untuk mengurangi stress menjelang persalinan
4. Demonstrasi senam yoga prenatal
5. Peserta yang datang kooperatif sehingga pelaksana dengan mudah menyelesaikan kegiatan. Sehingga kegiatan KIE dan senam yoga prenatal berlangsung 3 jam. Hal ini dikarenakan ibu hamil tidak datang bersamaan.
6. Seluruh peserta dapat kembali melakukan senam prenatal yoga

## 4.2 Pembahasan

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat secara garis besar mencakup beberapa komponen sebagai berikut:

1. Keberhasilan target jumlah peserta
2. Ketercapaian tujuan KIE
3. Ketercapaian target materi yang telah direncanakan
4. Kemampuan pelaksana dalam pelaksanaan senam yoga prenatal

Target peserta tidak seperti direncanakan sebelumnya yaitu 80 ibu di Desa Wiyurejo dan Balai desa Pandesari Pujon pada bulan April 2019. Dalam pelaksanaannya, kegiatan ini diikuti oleh 64 orang peserta. Pada bulan Juli jumlah menurun kembali menjadi 58. Hal ini terjadi dikarenakan telah ada ibu hamil yang melahirkan. Dengan demikian dapat dikatakan

bahwa target peserta tercapai 80%. Angka tersebut menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat dilihat dari jumlah peserta yang mengikuti dapat dikatakan berhasil/ sukses. Ketercapaian tujuan senam yoga prenatal secara umum sudah baik, namun keterbatasan waktu dan tidak bersamaannya kehadiran ibu hamil mengakibatkan tidak semua ibu hamil dapat melakukan ulang senam yoga prenatal ini.