

ABSTRAK

Zhahara, Cut afni. 2024. Efektivitas Pemberian Edukasi Metode Ceramah dan Demonstrasi Terhadap Pemahaman Dalam Penggunaan *Birth Ball* Pada Ibu Hamil Di TPMB N Kabupaten Malang. Skripsi. Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Malang Poltekkes Kemenkes Malang. Pembimbing Utama: Tavip Dwi Wahyuni, S.Kep. Ns, M.Kes. Pembimbing Pendamping: Naimah, SKM, M.Kes.

Selama kehamilan, ibu sering mengalami nyeri punggung, edema, dan perubahan postur tubuh yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Sekitar 50-70% wanita hamil mengalami nyeri punggung karena perubahan hormonal dan penambahan berat badan yang menekan tulang belakang dan otot punggung. *Birth Ball* membantu meningkatkan fleksibilitas otot panggul dan memperbaiki postur tubuh. Penting untuk memberikan edukasi yang tepat tentang penggunaannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian edukasi metode ceramah dan demonstrasi terhadap pemahaman dalam penggunaan *Birth Ball* pada ibu hamil. Design penelitian yang digunakan adalah *Pra-Eksperimental* dengan rancangan penelitian *One Group Pre-test Post-test*. Populasi penelitian ini seluruh ibu hamil trimester III, sampel yang di gunakan 28 responden dengan menggunakan Purposive Sampling. Hasil penelitian didapatkan pemahaman responden sebelum edukasi yaitu 0% , dan sesudah edukasi yaitu 96,43%. Hasil uji statistik *Wilcoxon signed rank test* menunjukkan bahwa nilai $Z = -4,873$ artinya nilai $p < 0,05$ yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara sesudah pemberian perlakuan dan sebelum pemberian perlakuan. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi terkait *Birth Ball* yang dilakukan pada ibu hamil dapat meningkatkan pemahaman ibu hamil dalam penggunaan *Birth Ball*.

Kata Kunci : *Birth Ball*, Ceramah, Demonstrasi, Edukasi, Efektivitas, Ibu Hamil, Pemahaman.