

## ABSTRAK

### **MEDIA PEMBELAJARAN SENAM DAN YOGA UNTUK IBU HAMIL DENGAN AUGMENTED REALITY BERBASIS ANDROID DI PUSKESMAS BANDAR JAYA**

*MEDIA LEARNING GYMNASTICS AND YOGA FOR PREGNANT WOMEN WITH  
ANDROID BASED EDUCATION AT BANDAR JAYA PUBLIC HEALTH CENTER*

Oleh  
**Beni Kurniawan**  
**16312331**

Kehamilan adalah peristiwa kodrati bagi perempuan, seorang perempuan akan mengalami perubahan dalam dirinya baik fisik maupun psikologis. Selama proses itu berlangsung terjadi perubahan secara fisik maupun psikologi yang akan dialami oleh wanita hamil. Selama proses tersebut akan terjadi ketidaknyamanan dan keluhan, hal tersebut dapat diringankan dengan melakukan senam hamil, namun dikarenakan pandemic kegiatan tersebut dihentikan. Tujuan penelitian ini adalah membuat ibu hamil dapat melakukan senam ibu hamil tanpa perlu mentor dirumah, ibu hamil dapat mempelajari senam ibu hamil dengan mudah, baik dan benar, menerapkan *Augmented Reality* (AR) dalam bidang senam dan kesehatan.

Penelitian ini menggunakan metode pengembangan *Multimedia Development Life Cycle* (MDLC) yang memiliki enam tahapan yaitu *Concept*, *Design*, *Material Collection*, *Assembly*, *Testing* dan *Distribution*. Pengujian penelitian menggunakan *Blackbox* yaitu pengujian yang menguji fungsional aplikasi. Hasil dari penelitian ini adalah menghasilkan aplikasi senam hamil animasi 3D dengan metode MDLC.

**Kata kunci** : *Augmented Reality*, *Blackbox*, *MDLC*, Senam Ibu Hamil

## **ABSTRACT**

*Pregnancy is a natural event for women, a woman will experience changes in herself both physically and psychologically. During this process, pregnant women will experience physical and psychological changes. During the process there will be discomfort and complaints, this can be alleviated by doing pregnancy exercises, but due to the pandemic these activities are stopped. The purpose of this research is to make pregnant women can do exercise for pregnant women without the need for a mentor at home, pregnant women can learn exercise for pregnant women easily, properly and correctly, applying Augmented Reality (AR) in the field of exercise and health.*

*This study uses the Multimedia Development Life Cycle (MDLC) development method which has six stages, namely Concept , Design, Material Collection, Assembly, Testing and Distribution. Research Testing using a Blackbox is a test that tests the functionality of the application. The result of this research is to produce a 3D animated pregnancy exercise application using the MDLC method.*

**Keywords:** *Augmented Reality, Blackbox , MDLC, Exercise for Pregnant Women*