

## ABSTRAK

Dalam situasi pandemi *Covid – 19*, banyak pembatasan hampir ke semua layanan rutin termasuk pelayanan kesehatan ibu dan bayi baru lahir seperti ibu hamil enggan ke puskesmas atau fasilitas kesehatan karena takut tertular. Pemenuhan kebutuhan olahraga ibu hamil terganggu olah pandemi, karena pusat kebugaran dan taman tutup atau ketakutan akan paparan virus saat berolahraga diluar rumah. Tujuan penelitian menggambarkan pemenuhan kebutuhan olahraga ibu hamil dimasa pandemi *Covid – 19* di Puskesmas Jagir Surabaya.

Desain penelitian deskriptif, populasi 40 ibu hamil trimester 2 dan 3 di Puskesmas Jagir Surabaya, besar sampel 40 dengan teknik *total sampling*. Variabel penelitian pemenuhan kebutuhna olahraga ibu hamil dimasa pandemi *Covid – 19*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dan data dianalisis menggunakan tabel distribusi frekuensi.

Hasil penelitian pemenuhana kebutuhan olahraga ibu hamil dimasa pandemi *Covid - 19*, dari 40 responden hampir seluruhnya (82,5%) memiliki pemenuhan kurang baik dan (17,5%) memiliki pemenuhan baik selama pandemi *Covid – 19*.

Pemenuhan kebutuhan olahraga ibu hamil dimasa pandemi *Covid – 19* adalah kurang baik. Peran perawat dapat meningkatkan dan mempertahankan olahraga secara teratur pada ibu hamil. Dalam edukasi, penting untuk menekankan bahwa olahraga dalam jumlah sedang 150 menit/minggu seperti jalan kaki dan yoga dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti berolahraga di dalam rumah atau melihat video dari *youtube*, *zoom* selama pandemi *Covid – 19* untuk meningkatkan imunitas tubuh.

**Kata Kunci: Pemenuhan Kebutuhan Olahraga, Covid - 19**