BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, analisis data, dan pembahasan dapat disimpulkan:

1. Karakteristik ibu hamil yang mengikuti senam hamil di Puskesmas Srandakan Bantul paling banyak adalah berusia 20-35 (94,4%), berpendidikan SMA (77,8%), status pekerjaan ibu rumah tangga 30 responden (83,4%), paritas multipara 23 responden (63,9%), dan rata-rata umur kehamilan 30,08 minggu.
2. Tingkat pengetahuan ibu hamil yang mengikuti senam hamil tentang senam hamil di Puskesmas Srandakan Bantul paling banyak pada kategori baik 25 responden (69,4%).
3. Sikap ibu hamil yang mengikuti senam hamil tentang senam hamil di Puskesmas Srandakan Bantul paling banyak adalah mendukung 18 responden (50,0%).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Responden

   Ibu hamil hendaknya lebih aktif mencari informasi tentang senam hamil dari buku-buku dan majalah kesehatan, media cetak maupun elektronik atau dengan meminta penjelasan kepada petugas kesehatan tentang manfaat senam hamil sehingga dapat termotivasi untuk mengikuti senam hamil.
2. Bagi Pengelola Perpustakaan dan Mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

   Hasil penelitian ini hendaknya dapat digunakan sebagai tambahan referensi di perpustakaan bagi mahasiswa yang berminat melakukan penelitian tentang pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang senam hamil.
3. Bagi Pengelola Puskesmas

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Pengelola puskesmas diharapkan lebih meningkatkan penyuluhan tentang senam hamil sehingga partisipasi ibu hamil lebih aktif dalam mengikuti senam hamil.

Perpustakaan
Universitas Jenderal Achmad Yani
Yogyakarta