

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan wanita hamil mengenai senam hamil dengan ketertarikan wanita hamil untuk melakukan senam hamil Di Klinik Pratama Amanda Tahun 2023. Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pengetahuan ibu hamil mengenai senam hamil di Klinik Pratama Amanda Gamping Yogyakarta sebagian besar responden mempunyai pengetahuan cukup mengenai senam hamil yaitu sejumlah 26 responden (59,1%).
2. Minat ibu hamil dalam penerapan senam hamil di Klinik Pratama Amanda Gamping Yogyakarta sebagian besar responden mempunyai minat sedang untuk menerapkan senam hamil yaitu sejumlah 29 responden (65,9%).
3. Ada hubungan pengetahuan dengan minat ibu hamil dalam penerapan senam hamil dengan hasil uji *Spearman Rank* menunjukkan bahwa nilai signifikansi  $\rho = 0,000 < \alpha = 0,05$ .

#### B. Saran

##### 1. Bagi Ibu Hamil

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman tentang manfaat senam hamil dan memotivasi ibu hamil untuk rutin melakukan senam hamil. Ibu hamil dihimbau untuk aktif mengikuti penyuluhan di posyandu atau puskesmas dan aktif mencari informasi tentang senam hamil di radio, televisi, surat kabar, dan media publik lainnya.

##### 2. Bagi Bidan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi bidan dalam meningkatkan pelayanan kepada ibu hamil berupa pemberian KIE senam

hamil, karena semakin ditingkatkan pengetahuan mengenai senam hamil maka minat ibu hamil untuk melakukan senam hamil juga semakin meningkat sehingga fasilitas pelayanan senam hamil dapat berkembang dengan baik yang dapat menguntungkan bagi ibu hamil maupun bidan serta klinik.

3. Bagi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperbanyak literatur di perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dan menjadi referensi bagi mahasiswa lainnya.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai panduan untuk melaksanakan penelitian selanjutnya serta mengevaluasi variabel dukungan suami yang bisa mempengaruhi minat ibu hamil dalam melakukan senam hamil.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA