

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian dan pembahasan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Umur responden paling banyak adalah pada kelompok umur 20-25 tahun yaitu 29 orang dengan tingkat pengetahuan baik 93,7%.
2. Pendidikan responden sebagian besar adalah tingkat pendidikan dasar (SD, SMP atau sederajat) yaitu 23 orang dengan tingkat pengetahuan baik 100%.
3. Pekerjaan responden yang terbanyak adalah pada kelompok yang tidak bekerja yaitu 33 orang dengan tingkat pengetahuan baik 93,4%.
4. Pengetahuan responden di wilayah puskesmas Sigaluh 1 tentang senam hamil adalah baik yaitu 94,4% dan responden dengan pengetahuan cukup 5,6%.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian dapat diberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Praktisi Kebidanan

Bidan diharapkan tidak hanya melakukan pemeriksaan kehamilan tapi juga harus lebih aktif dalam memberikan konseling dan motivasi kepada ibu hamil tentang kesehatan ibu hamil pada umumnya dan senam hamil pada

khususnya sehingga ibu hamil akan terus termotivasi dalam menjaga kesehatannya seiring dengan tingkat pengetahuan ibu yang sudah baik.

2. Bagi Puskesmas Sigaluh 1

Puskesmas sebagai tempat pelayanan kesehatan masyarakat di tingkat dasar diharapkan lebih proaktif dalam kegiatan promotif dan preventif tidak hanya terfokus pada kegiatan kuratif. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi bagi Puskesmas Sigaluh 1 untuk dapat membuat rencana tindak lanjut kegiatan senam hamil selanjutnya sehingga kegiatan yang sudah ada akan lebih dioptimalkan. Dengan semakin baik pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil diharapkan akan meningkatkan kunjungan ibu hamil di puskesmas Sigaluh 1 khususnya pada kunjungan kelas hamil yang salah satu kegiatannya adalah senam hamil.

3. Bagi Masyarakat

Ibu hamil mau mengikuti kegiatan senam hamil secara rutin sehingga kesehatan ibu hamil lebih optimal.

4. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan pengalaman yang sangat berharga, dimana peneliti berusaha menerapkan berbagai ilmu yang telah diperoleh saat perkuliahan juga merupakan jawaban dari topik penelitian. Bagi peneliti lain diharapkan dapat melakukan penelitian yang lebih lengkap tidak hanya tentang gambaran pengetahuannya tapi mungkin perlu penelitian tentang hubungan pengetahuan, sikap dan perilaku ibu hamil tentang senam hamil.