

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Penelitian mengenai pengaruh senam hamil tentang evaluasi penyuluhan senam hamil di BPS Indriyati Bantul Tahun 2010 didapatkan hasil bahwa :

1. Dari hasil penelitian diperoleh evaluasi dalam melakukan senam hamil dan didapatkan hasil di kategorikan baik di BPS Indriyati Bantul.
2. Dari hasil penelitian menunjukan terdapat peningkatan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil.
3. Dari hasil penelitian menunjukkan tingkat kemampuan ibu hamil dalam melakukan senam hamil di kategorikan baik.
4. Dari hasil penelitian menunjukan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan senam hamil.

B. SARAN

1. Bagi Ibu hamil di BPS Indriyati Bantul
Meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil tentang gerakan senam dan manfaat senam hamil
2. Bagi bidan di BPS Indriyati Bantul
Meningkatkan program penyuluhan tentang senam hamil kepada ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya. Sebaiknya sewaktu ibu hamil datang

untuk pemeriksaan ANC ibu bidan memberikan penyuluhan tentang senam hamil

3. Bagi peneliti di BPS Indriyati Bantul

Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan peneliti tentang pentingnya melakukan penyuluhan senam hamil untuk ibu hamil.

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA