

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

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

1. Pengetahuan tentang senam hamil pada ibu hamil TM II di BPS Wati Subagya Sleman kategori cukup sebanyak 15 orang (42,9%).
2. Pengetahuan tentang pengertian senam hamil pada ibu hamil TM II di BPS Wati Subagya Sleman kategori baik sebanyak 15 orang (42,9%).
3. Pengetahuan tentang tujuan senam hamil pada ibu hamil TM II di BPS Wati Subagya Sleman kategori cukup sebanyak 16 orang (45,7%).
4. Pengetahuan tentang manfaat senam hamil pada ibu hamil TM II di BPS Wati Subagya Sleman kategori baik sebanyak 15 orang (42,9%).
5. Pengetahuan tentang syarat senam hamil pada ibu hamil TM II di BPS Wati Subagya Sleman kategori cukup sebanyak 15 orang (42,9%).
6. Pengetahuan tentang kontraindikasi senam hamil pada ibu hamil TM II di BPS Wati Subagya Sleman kategori baik sebanyak 15 orang (42,9%).
7. Pengetahuan tentang waktu senam hamil pada ibu hamil TM II di BPS Wati Subagya Sleman kategori cukup sebanyak 17 orang (48,6%).

B. Saran

Saran yang dapat diberikan peneliti berdasarkan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi Mahasiswa STIKES Achmad Yani Yogyakarta

Hasil penelitian ini digunakan sebagai bahan bacaan di perpustakaan bagi mahasiswa yang berminat melakukan penelitian yang berkaitan dengan senam hamil pada ibu hamil TM II

2. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi tambahan referensi untuk melanjutkan penelitian serupa dengan meneliti faktor-faktor karakteristik ibu hamil TM II yang mempengaruhi pengetahuan tentang senam hamil.

3. Bagi BPS Wati Subagya, Sleman

BPS Wati Subagya Sleman perlu memberikan konseling kepada ibu hamil TM II tentang pentingnya melakukan senam hamil dan memberikan informasi terutama tentang tujuan dan syarat senam hamil karena pada kedua indikator ini tingkat pengetahuan ibu hamil masih kategori cukup.