

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran pengetahuan ibu hamil primigravida trimester II dan III tentang senam hamil Di Puskesmas Kom Yos Sudarso Tahun 2015. Setelah dilakukan penelitian terhadap 30 responden dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan distribusi frekuensi karakteristik menurut umur ditemukan sebagian besar kelompok umur 20-35 tahun berjumlah 26 orang (86,67%), karakteristik menurut pendidikan sebagian besar kelompok pendidikan (SMA) sekolah menengah atas berjumlah 16 orang (53,33%), dan karakteristik menurut pendidikan ditemukan sebagian besar kelompok (IRT) ibu rumah tangga berjumlah 23 orang (76,67%).
2. Pengetahuan responden tentang pengertian senam hamil dapat disimpulkan bahwa sebagian besar dari responden berjumlah 15 orang (50%) dikategorikan kurang.
3. Pengetahuan responden tentang tujuan senam hamil dapat disimpulkan bahwa sebagian besar dari responden berjumlah 15 orang (50%) dikategorikan kurang.
4. Pengetahuan responden tentang manfaat senam hamil dapat disimpulkan bahwa sebagian besar dari responden berjumlah 20 orang (66,67%) dikategorikan kurang.

5. Pengetahuan responden tentang kontraindikasi senam hamil dapat disimpulkan bahwa hampir seluruh responden berjumlah 19 orang (63,33%) dikategorikan cukup.
6. Pengetahuan responden tentang gerakan senam hamil dapat disimpulkan bahwa hampir seluruh responden berjumlah 13 orang (43,33%) dikategorikan kurang.
7. Pengetahuan responden tentang senam hamil secara umum hampir seluruh dari responden berjumlah 14 orang (46,67%) dikategorikan kurang.

B. SARAN

Memberbaiki pengetahuan ibu hamil primigravida tentang senam hamil dengan cara adanya peran serta antara tenaga kesehatan dengan pasien dalam memberikan informasi tentang senam hamil pada Trimester I, II dan III serta mengadakan kelas-kelas ibu hamil.