

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari hasil penelitian faktor-faktor yang mempengaruhi pelaksanaan senam hamil di kelas ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Margorejo Kota Metro adalah :

1. Distribusi frekuensi ibu hamil tentang pelaksanaan senam hamil yang berpengetahuan baik sebanyak 41 (58,6%), mempunyai sikap mendukung 32 (45,7%), mendapat dukungan keluarga 43 (61,4%), jarak tempuh mudah dijangkau 10 (14,3%), ibu hamil bekerja 9 (12,9%), ibu hamil primipara 31 (44,3%), memiliki sarana dan prasarana lengkap 52 (74,3%), dan mendapat peran tenaga kesehatan 50 (71,4%).
2. Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu hamil dengan pelaksanaan senam hamil, $P\text{-value} = 0,000$.
3. Ada hubungan yang signifikan antara sikap ibu hamil dengan pelaksanaan senam hamil, $P\text{-value} = 0,001$.
4. Tidak ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan pelaksanaan senam hamil, $P\text{-value} = 0,584$.
5. Tidak ada hubungan yang signifikan antara jarak tempuh dengan pelaksanaan senam hamil, $P\text{-value} = 0,341$.
6. Tidak ada hubungan yang signifikan antara pekerjaan dengan pelaksanaan senam hamil, $P\text{-value} = 0,476$.
7. Tidak ada hubungan yang signifikan antara jumlah anak dengan pelaksanaan senam hamil, $P\text{-value} = 0,471$.
8. Ada hubungan yang signifikan antara ketersediaan sarana dan prasarana dengan pelaksanaan senam hamil, $P\text{-value} = 0,010$.
9. Ada hubungan yang signifikan antara peran tenaga kesehatan dengan pelaksanaan senam hamil, $P\text{-value} = 0,009$.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pelaksanaan senam hamil di kelas ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Margorejo Kota Metro, berikut adalah beberapa saran yang dapat disampaikan:

1. Bagi Institusi Pendidikan Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Metro

Semoga hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pustaka, pengetahuan, serta sumber informasi khususnya yang menyangkut dengan faktor-faktor yang mempengaruhi pelaksanaan senam hamil di kelas ibu hamil.

Mengingat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu hamil tentang senam hamil dengan pelaksanaannya, disarankan untuk meningkatkan program penyuluhan dan pendidikan kesehatan kepada ibu hamil mengenai manfaat dan teknik senam hamil. Program ini dapat diimplementasikan di Puskesmas Margorejo dengan melibatkan tenaga kesehatan terlatih

2. Bagi Wilayah Kerja Puskesmas Margorejo

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambahkan masukan untuk lebih meningkatkan mutu pelayanan kesehatan yang diberikan khususnya tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pelaksanaan senam hamil di kelas ibu hamil. Disarankan juga kepada wilayah kerja Puskesmas Margorejo agar dapat mempertahankan pelaksanaan senam hamil di kelas ibu hamil yang bermanfaat bagi kesehatan ibu dan janinnya, yang meliputi:

a. Aksesibilitas Sarana dan Prasarana

Ketersediaan sarana dan prasarana yang lengkap mempengaruhi pelaksanaan senam hamil. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengevaluasi dan mempertahankan ketersediaan serta aksesibilitas fasilitas senam hamil di Puskesmas Margorejo dan sekitarnya.

b. Peran Aktif Tenaga Kesehatan

Temuan menunjukkan bahwa peran tenaga kesehatan berpengaruh terhadap pelaksanaan senam hamil. Disarankan untuk menguatkan peran tenaga kesehatan dalam memberikan dukungan, motivasi, dan edukasi secara kontinu kepada ibu hamil mengenai pentingnya senam hamil dan cara melaksanakannya dengan benar.