

## **BAB VII**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **7.1 KESIMPULAN**

- 7.1.1 Lama kala II persalinan pada Ibu primigravida yang melakukan senam hamil 16,5 menit, dan pada Ibu yang tidak melakukan senam hamil 23,05 menit.
- 7.1.2 Jumlah perdarahan saat persalinan pada ibu primigravida yang melakukan senam hamil 489,18 cc dan pada ibu yang tidak melakukan senam hamil 501,86 cc.
- 7.1.3 Terdapat perbedaan lama kala II persalinan pada ibu primigravida yang melakukan senam hamil dan tidak melakukan senam hamil selama kehamilan trimester III
- 7.1.4 Tidak terdapat perbedaan jumlah perdarahan saat persalinan pada ibu primigravida yang melakukan senam hamil dan tidak melakukan senam hamil selama kehamilan trimester III

#### **7.2 SARAN**

- 7.2.1 Kepada tenaga kesehatan agar dapat mengaplikasikan senam hamil pada setiap kelas ibu hamil secara rutin dan teratur sehingga dapat membantu mempercepat persalinan dan mengurangi komplikasi dan penyulit saat persalinan.
- 7.2.2 Menganjurkan kepada ibu hamil agar rutin melakukan senam hamil minimal satu kali setiap minggu dengan waktu 30-40 menit untuk membantu kelancaran proses persalinan.

7.2.3 Kepada peneliti selanjutnya untuk dapat meneliti faktor faktor yang menjadi penyebab terjadinya perdarahan pada ibu bersalin, agar dapat menurunkan angka kejadian perdarahan pada persalinan.

