

## **BAB VII**

### **PENUTUP**

#### **7.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Kurang dari separuh ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Kilangan tahun 2020 tidak melaksanakan senam hamil.
2. Sebagian kecil ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Kilangan memiliki pengetahuan rendah tentang senam hamil tahun 2020.
3. Sebagian kecil ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Kilangan memiliki motivasi yang kurang mengenai senam hamil tahun 2020.
4. Terdapat hubungan antara pengetahuan ibu hamil dengan pelaksanaan senam hamil wilayah kerja Puskesmas Lubuk Kilangan tahun 2020. Ibu yang memiliki pengetahuan tinggi cenderung akan melaksanakan senam hamil.
5. Tidak terdapat hubungan antara motivasi ibu hamil dengan pelaksanaan senam hami di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Kilangan tahun 2020.

#### **7.2 Saran**

1. Diharapkan bagi Puskesmas Lubuk Kilangan agar tetap melaksanakan kegiatan senam hamil, dan lebih giat lagi untuk mempromosikan kegiatan serta lebih melengkapi fasilitas untuk kegiatan.
2. Bagi institusi pendidikan agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai pedoman dan perbandingan agar dapat membuat penelitian tentang

pelaksanaan senam hamil lebih baik lagi.

3. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat mengetahui lebih mengetahui lagi faktor-faktor lain terkait dengan senam hamil. Selain itu diharapkan untuk peneliti selanjutnya agar dapat melaksanakan penelitian secara langsung, dan lebih baik tidak menggunakan *google from*.

