

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 46 responden di Puskesmas Kota Utara Kota Gorontalo, maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar 30 responden (65,2%) mengikuti senam hamil secara teratur dan 16 responden (34,8%) mengikuti senam hamil secara tidak teratur di Puskesmas Kota Utara Kota Gorontalo.
2. Sebagian besar 38 responden (82,6%) mengalami persalinan spontan dan 8 responden (17,4%) mengalami persalinan tidak spontan di Puskesmas Kota Utara Kota Gorontalo.
3. Terdapat hubungan yang signifikan dari senam hamil dengan proses persalinan di Puskesmas Kota Utara Kota Gorontalo dengan hasil yang didapatkan yaitu  $\rho = 0.000 < \alpha = 0.05$ .

#### **5.2. Saran**

Saran yang peneliti dapat berikan terkait dengan penelitian ini antara lain sebagai berikut :

1. Untuk dinas kesehatan Kota Gorontalo Perlu dilakukan sosialisasi yang lebih sering terhadap manfaat senam hamil. Sosialisasi dapat dilakukan melalui berbagai cara seperti media poster, seminar, dll.
2. Untuk profesi keperawatan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan wawasan dan pengetahuan kepada perawat tentang

pelaksanaan senam hamil yang dapat memudahkan dalam proses persalinan.

3. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambah sampel pengamatan agar kesimpulan yang diperoleh lebih objektif. Selain itu juga sebaiknya diamati faktor-faktor lain yang berhubungan dengan proses persalinan selain senam hamil seperti faktor keturunan, pengetahuan, usia pernikahan, dll.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggriyana & Atikah. 2010. *Senam Kesehatan*. Nuha Medika, Yogyakarta.
- American Gynecological Society, 2007. *American Journal of Obstetric and Gynecology*. Universitas Harvard. C. V. Mosby Company.
- Ade Benih Nirwana, 2011. *Psikologi Kesehatan Wanita*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Datta, M. 2007. *Panduan praktis kehamilan dan persalinan*. Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer.
- Depkes RI. 2002. *Asuhan Persalinan Normal*. JHPIEGO. Jakarta.
- Departemen Kesehatan RI. 2009. *Kategori Usia*. Dalam <http://kategori-umur-menurut-Depkes.html>. Diakses pada tanggal 9 Juli 2016
- Emilia, O., & Freitag, H. 2010. *Tetap bugar dan energik selama hamil*. Jakarta: Agromedia Pustaka.
- Guyton, AC. Hall JE. 2007. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran, Edisi 11*. Jakarta. EGC.
- Hidayat, A. Aziz Alimul. 2007. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika.
- , 2011. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika.
- Indiarti, M.T. 2008. *Senam Hamil dan Balita*. Yogyakarta: Cemerlang Publishing.
- Jannah, Nurul. 2012. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan: Kehamilan*. Yogyakarta: ANDI.
- Kemenkes RI. 2012. *Pegangan Fasilitator Kelas Ibu Hamil*. Jakarta: Indonesia.
- Kemenkes RI. 2012. *Profil Data Kesehatan Indonesia Tahun 2011*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Manuaba, IBG. 2008. *Buku Ajar: Patologi Obstetri – Untuk Mahasiswa Kebidanan*. Jakarta: EGC.
- , I.B.G. 2002. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC.

- \_\_\_\_\_, IBG. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC, 1998.
- Mochtar, R., 2002. *Sinopsis Obstetri*. Penerbit EGC: Jakarta.
- Medika Prawirohardjo, Sarwono. 2009. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka.
- Notoatmodjo, 2005. *Metodologi Pendidikan Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam. 2011. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Prawirohardjo, Sarwono. 2005. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- \_\_\_\_\_, 2005. *Buku Ilmu Kebidanan Cetakan ke VII Edisi ke Tiga*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- \_\_\_\_\_, 2009. *Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal*. Jakarta: PT Bina Pustaka.
- Pusdiknakes. 2001. *Konsep Asuhan Kebidanan*. JHPIEGO. Jakarta.
- Setiadi. 2013. *Konsep Dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta: Garaha Ilmu.
- Saifudin, Abdul Bahri. 2002. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal Neonatal*. JHPIEGO. Jakarta.
- \_\_\_\_\_, 2006. *Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Saifudin, A. B. 2006. *Buku Acuan Pelayanan Kesehatan Material dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sani R, 2001. *Menuju Kelahiran Alami*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Varney, Hellen, dkk. 2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Volume 1*. Jakarta: EGC.
- Widiyawati, & Fariani, Syahrul. 2013. *Pengaruh Senam Hamil Terhadap Proses Persalinan dan Status Kesehatan Neonatus*. Jurnal Berkala Epidemiologi Vol.1.2: 316-324.

Wiknjosastro, Hanifa. 2002. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: YBP-SP.

Yuliasari. 2010. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Pelaksanaan Senam Hamil (Studi pada Ibu Hamil Timester II dan III) di Puskesmas Ciputat Tangerang Selatan*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah: Jakarta.