

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan tujuan dalam penelitian ini, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kegiatan senam hamil kebanyakan melakukan senam hamil yaitu 28 orang (56,0%) dan yang tidak melakukan sebanyak 22 orang (44,0%).
2. Kejadian pre eklamsia diketahui bahwa kebanyakan responden tidak terjadi pre-eklamsi yaitu sebanyak 26 orang (52,0%) dan yang terjadi pre eklamsi sebanyak 24 orang (48,0%).
3. Senam hamil cukup efektif mengurangi resiko kejadian pre eklamsi pada ibu hamil di RSUD Dr. Moewardi Surakarta ( $Z = -4,200; p = 0,000$ ).

#### B. Saran

Berdasarkan pelaksanaan dan hasil penelitian, saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

##### 1. Bagi Ibu hamil

Untuk menghindari resiko tinggi kehamilan yang berdampak pada persalinan atau kejadian pre eklamsi sebaiknya secara rutin masyarakat khususnya ibu hamil untuk secara teratur dapat melakukan senam hamil dan mengantisipasi di kemudian hari dalam menjalani persalinan.

##### 2. Bagi Petugas Kesehatan

Pertama, petugas kesehatan di rumah sakit selain memberikan pengetahuan tentang senam hamil juga memberikan motivasi dan bantuan

sarana/prasarana agar ibu hamil yang sudah memiliki motivasi kuat dapat merealisasikan niatnya melakukan senam hamil yang diadakan oleh rumah sakit atau Puskesmas.

### 3. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan dapat meningkatkan sarana dan pelayanan dan ruang pelayanan khususnya pelayanan pemeriksaan kehamilan dan dapat menjadwalkan dengan fleksibel disesuaikan dengan waktu yang dimiliki oleh ibu hamil, karena senam hamil telah terbukti mampu memperlancar proses persalinan.

### 4. Bagi Peneliti

Untuk penelitian berikutnya perlu diteliti lebih lanjut tentang faktor-faktor yang mempengaruhi resiko kejadian pre eklamsi selain melakukan senam hamil, misalnya pengaruh pengalaman hamil sebelumnya, tingkat pendidikan dan lingkungan. Selain itu penelitian lebih lanjut dapat mengambil penelitian yang lebih luas cakupannya tidak hanya satu rumah sakit serta menggunakan uji statistik yang lain.