

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan senam hamil dengan lamanya persalinan kala II pada ibu primipara di PMB “S” Kota Bengkulu Tahun 2025 yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar ibu primipara di PMB “S” Kota Bengkulu aktif mengikuti senam hamil sebanyak 72 responden (70,6%), sedangkan ibu yang tidak aktif mengikuti senam hamil sebanyak 30 responden (29,4%). Sementara itu, sebagian besar ibu mengalami persalinan kala II normal sebanyak 79 responden (77,5%), dan yang mengalami persalinan kala II lama sebanyak 23 responden (22,5%).
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara senam hamil dengan lamanya persalinan kala II pada ibu primipara di PMB “S” Kota Bengkulu Tahun 2025 dengan nilai *p-value* sebesar 0,006 ($p < 0,05$). Nilai *Odds Ratio* (OR) sebesar 3,697 menunjukkan bahwa ibu yang tidak aktif mengikuti senam hamil mempunyai risiko 3,697 kali lebih besar mengalami persalinan kala II lama dibandingkan ibu yang aktif mengikuti senam hamil.

B. Saran

1. Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti faktor lain yang memengaruhi lamanya persalinan kala II seperti usia ibu, kekuatan his, kondisi

psikologis, berat badan janin, serta faktor jalan lahir dengan jumlah sampel yang lebih besar dan desain penelitian yang berbeda agar hasil penelitian lebih mendalam.

2. Saran Bagi PMB “S” Kota Begkulu

Diharapkan tenaga kesehatan, khususnya bidan, dapat meningkatkan promosi kesehatan mengenai manfaat senam hamil melalui penyuluhan, konseling, dan pelaksanaan program senam hamil secara rutin sehingga dapat meningkatkan partisipasi ibu hamil dan membantu menurunkan kejadian persalinan kala II lama.

3. Saran Bagi Instansi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan referensi dan sumber pembelajaran bagi mahasiswa, khususnya Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, serta meningkatkan kegiatan pengabdian masyarakat terkait pentingnya senam hamil dalam mempersiapkan proses persalinan.