

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Gambaran pengetahuan prenatal yoga berdasarkan pengetahuan responden dalam penelitian ini sebagian besar mempunyai pengetahuan kurang tentang prenatal yoga.
2. Gambaran pengetahuan prenatal yoga berdasarkan usia responden dalam penelitian ini mempunyai pengetahuan yang kurang tentang prenatal yoga sebagian besar berusia 20-30 tahun.
3. Gambaran pengetahuan prenatal yoga berdasarkan pendidikan responden dalam penelitian ini mempunyai pengetahuan yang kurang tentang prenatal yoga sebagian besar berpendidikan dasar (kelulusan SD, kelulusan MI, kelulusan SMP, kelulusan MTs).
4. Gambaran pengetahuan prenatal yoga berdasarkan pekerjaan responden dalam penelitian ini mempunyai pengetahuan yang kurang tentang prenatal yoga sebagian besar ibu tidak bekerja.

B. Saran

1. Bagi ibu hamil
Diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan ibu tentang prenatal yoga. Untuk membangkitkan minat ibu hamil tentang gambaran pengetahuan ibu tentang prenatal yoga.
2. Bagi Bidan
Diharapkan dapat terus memberikan informasi tentang pengetahuan ibu hamil tentang prenatal yoga.

3. Bagi Instusi

Diharapkan dapat menambah referensi yang berkaitan dengan prenatal yoga dan menjadikan hasil penelitian ini sebagai landasan untuk pelaksanaan penelitian lebih lanjut.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya sebaiknya meningkatkan hasil penelitian ini dengan lebih memperdalam karakteristik ibu yang digali sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih lengkap dan mendalam. Peneliti selanjutnya dapat pula menguji korelasi faktor karakteristik dengan pengetahuan ibu hamil tentang prenatal yoga sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih lengkap.