

Pengaruh Penyuluhan Senam Hamil Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Di Pustu Kabonena Kota Palu

Olkamin
Monika, Meri

Abstract

Pelaksanaan senam hamil sangat bermanfaat bagi ibu hamil karna dapat mengurangi ketidaknyamanan saat hamil dan dapat membantu proses persalinan sebab senam hamil akan melatih mental dan otot-otot yang berperan dalam proses persalinan. Akan tetapi tidak semua ibu hamil mengetahui manfaat dari senam hamil, sebagian dari mereka beranggapan bahwa tidak melakukan ataupun melakukan senam hamil tidak berpengaruh apapun pada mereka karena ketidaktahuanya itulah kebanyakan dari mereka tidak melaksanakan senam hamil. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat adanya pengaruh penyuluhan senam hamil terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil di Pustu kabonena. Jenis Penelitian ini menggunakan Quasi Eksperimen dengan pendekatan one grup pre test post test. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil di Pustu kabonena kota Palu. Sampel penelitian ini adalah 43 Responden teknik pengambilan sampel adalah purposiv sampling. Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan dari 43 responden ibu memiliki pengetahuan baik sebelum diberikan penyuluhan yaitu sebesar 26 responden 78,8%, ibu yang memiliki pengetahuan kurang baik sebesar 7 responden 21,2%. Kesimpulan ada pengaruh penyuluhan senam hamil terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil di pustu kabonena kota palu.

Kata Kunci: Penyuluhan, Senam Hamil, Peningkatan, Pengetahuan, Ibu Hamil