

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Dari ketiga hasil penelitian, analisis, dan pembahasan di bab sebelumnya mengenai penelitian yang diteliti oleh beberapa peneliti dapat disimpulkan bahwa berdasarkan ketiga jurnal tersebut menyatakan tingkat pengetahuan ibu postpartum tentang senam nifas berdasarkan pengetahuan responden rata-rata kategori berpengetahuan cukup, pada jurnal 1 (46,8%), jurnal 2 (40%) dan jurnal 3 (52,8%).

5.2 Rekomendasi

5.2.1 Bagi Institusi

Literasi review ini diharapkan dapat menambahkan sebagai kajian pustaka dan sumber informasi mengenai gambaran pengetahuan ibu post partum spontan tentang senam nifas. Misalnya untuk bahan pembelajaran mahasiswa terkait senam nifas. Hal ini untuk menambah wawasan setiap pembacanya.

5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian *literatur review* ini dengan menjadikan hasil penelitian ini sebagai data awal untuk melakukan penelitian tentang gambaran pengetahuan ibu post partum spontan tentang senam nifas.

5.2.3 Bagi Instistusi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan hasil penelitian *literatur review* ini dapat dijadikan bahan masukan mengenai pentingnya senam nifas bagi ibu nifas sehingga dapat lebih meningkatkan pelayanan pada ibu nifas dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang senam nifas, misalnya pada saat ibu antenatal care (ANC).