

## ABSTRAK

Suhartati, Susanti. 2012. *Pengaruh Penyuluhan Senam Nifas Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Nifas Tentang Senam Nifas Di BLUD Dr. H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin Tahun 2012*. Karya Tulis Ilmiah. Banjarmasin : Akademi Kebidanan Sari Mulia Banjarmasin. Pembimbing I Anggrita Sari, S.Si.T., MPd dan Pembimbing II Sukanto SKM., M.Kes.

Masalah yang diteliti yaitu menyakut Pengetahuan dan Sikap Ibu Nifas Mengenai Senam Nifas di BLUD Dr. H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin Tahun 2012.

Objek penelitian adalah ibu nifas yang dirawat di BLUD Dr. H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin pada bulan April – Mei 2012.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Penyuluhan Senam Nifas Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Nifas Tentang Senam Nifas di BLUD Dr. H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin Tahun 2012.

Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *One Group Pretest Posttest*.

Hasil penelitian sebelum penyuluhan responden dengan pengetahuan baik sebanyak 13 orang, pengetahuan cukup berjumlah 14 orang, pengetahuan kurang baik berjumlah 9 orang. Sedangkan pada sikap baik sebanyak 6 orang, sikap cukup berjumlah 26 orang, sikap kurang baik berjumlah 4 orang. Sesudah penyuluhan responden mengalami peningkatan pengetahuan baik sebanyak 35 orang, tingkat pengetahuan cukup sebanyak satu orang.

Sesudah dilakukan penyuluhan responden mengalami peningkatan sikap menjadi baik sebanyak 32 orang, tingkat sikap cukup sebanyak 4 orang.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah Terdapat Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Ibu Nifas Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penyuluhan Tentang Senam Nifas.

Dan bagi tenaga kesehatan hendaknya dapat memberikan informasi mengenai senam nifas kepada ibu nifas.

**Kata Kunci** : Penyuluhan, Senam Nifas, Pengetahuan, Sikap dan Ibu Nifas