

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. SIMPULAN

Simpulan yang didapatkan berdasarkan tujuan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Hampir seluruh (83.5%) Ibu hamil di UPTD. Puskesmas Kuta Selatan mengalami kecemasan, dengan sebagian besar 50,6% mengalami kecemasan ringan sedang.
2. Kecemasan mayoritas dialami pada ibu hamil umur resiko rendah sebesar 79,9%
3. Proporsi berdasarkan umur kehamilan paling banyak ditemukan pada ibu hamil trimester 3 sebesar 44,3%
4. Kecemasan berdasarkan paritas paling banyak (45,6%) terjadi pada ibu primigravida
5. Proporsi kecemasan berdasarkan status pendidikan ditemukan 48,2% pada ibu hamil dengan status pendidikan tinggi
6. Sebanyak 46,8% ibu hamil yang tidak bekerja mengalami kecemasan
7. Kecemasan berdasarkan status ekonomi paling banyak (39,2%) dialami ibu hamil dengan penghasilan $Rp \geq 2$ juta - ≤ 3 juta
8. Mayoritas pada ibu dengan pengetahuan baik (70,8%) ditemukan mengalami kecemasan
9. Lebih dari separuh responden ibu hamil dengan dukungan sosial tinggi (69,7%) ditemukan mengalami kecemasan

10. Sebagian besar (78,4%) kecemasan ditemukan pada ibu hamil dengan lingkungan yang tidak terpapar Covid-19.

B. SARAN

Mengacu pada proses dalam menyelesaikan penelitian ini, maka dapat diungkapkan beberapa saran yang mungkin dapat bermanfaat bagi semua pihak yang berperan dalam penelitian ini yaitu :

1. Bagi tempat penelitian
 - a. Untuk tempat penelitian dapat disarankan untuk mulai melakukan skrining mengenai kecemasan pada ibu hamil setidaknya satu kali dalam masa kehamilannya.
 - b. Agar lebih menggalakan lagi program konseling dan pendampingan bagi ibu hamil yang telah ada baik melalui kelas ibu hamil online ataupun grup *whatsapp* yang telah dilaksanakan di Puskesmas.
 - c. Lebih sering menjadwalkan program – program relaksasi untuk ibu hamil seperti misalnya yoga atau *hypno* pada kelas ibu hamil, atau membuka kelas psikologi pada kelas ibu hamil online yang dilaksanakan Puskesmas.
 - d. Melakukan kerja sama dengan pihak terkait (psikolog) untuk mengatasi kecemasan pada ibu hamil.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Untuk peneliti lain yang ingin melakukan penelitian yang sama, maka penelitian ini dapat digunakan sebagai pedoman dalam penelitian selanjutnya dengan memperluas variable-variabel lainnya, memperbanyak sampel maupun daerah jangkauan penelitian serta metode pengumpulan data dapat ditambahkan

sehingga hasil penelitian yang didapatkan lebih maksimal guna meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

3. Bagi Subjek Penelitian

Disarankan bagi para ibu hamil di UPTD. Puskesmas Kuta Selatan yang mengalami kecemasan dalam masa pandemi Covid-19 untuk lebih memperbanyak berfikir positif, melakukan relaksasi terhadap diri melalui kegiatan yoga atau kegiatan lainnya sehingga mampu mengurangi kecemasan ibu pada masa pandemi Covid, tidak segan mencari bantuan baik ke keluarga ataupun tenaga kesehatan jika diperlukan dan tetap menerapkan protokol kesehatan dalam kegiatan sehari – hari.