

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan karakteristik dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Sukawati 1, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Sukawati 1 sebagian besar berada pada umur 20–35 tahun, multigravida, berpendidikan menengah, dan bekerja.
2. Tingkat kecemasan ibu hamil trimester III sebagian besar berada pada kategori kecemasan ringan, namun masih terdapat ibu hamil yang mengalami kecemasan sedang dan berat.
3. Tidak terdapat hubungan signifikan antara umur dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III.
4. Terdapat hubungan signifikan antara paritas dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III.
5. Tidak terdapat hubungan signifikan antara tingkat pendidikan dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III.
6. Tidak terdapat hubungan signifikan antara pekerjaan dengan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III.

B. Saran

1. Bagi institusi pelayanan kesehatan

Unit Pelaksana Teknis Daerah Puskesmas Sukawati 1 diharapkan dapat meningkatkan program edukasi dan pendampingan bagi ibu hamil trimester III

melalui kelas ibu hamil, penyuluhan kesehatan mental ibu hamil, serta pemberian informasi mengenai persiapan persalinan agar kecemasan ibu dapat diminimalkan.

2. Bagi tenaga kesehatan

Tenaga kesehatan khususnya bidan diharapkan dapat meningkatkan pelayanan antenatal care secara menyeluruh, tidak hanya pada kondisi fisik ibu hamil tetapi juga kondisi psikologis ibu. Bidan diharapkan melakukan skrining kecemasan secara rutin, memberikan edukasi tentang persiapan persalinan, serta memberikan konseling dan dukungan psikologis terutama pada ibu hamil dengan umur risiko tinggi dan paritas tertentu.

3. Bagi ibu hamil

Ibu hamil diharapkan lebih aktif mencari informasi mengenai kehamilan dan persalinan melalui tenaga kesehatan maupun sumber informasi yang terpercaya. Ibu hamil juga diharapkan mampu menjaga kesehatan fisik dan mental, melakukan kontrol kehamilan secara rutin, serta meningkatkan komunikasi dengan keluarga agar memperoleh dukungan emosional selama kehamilan.

4. Bagi keluarga

Keluarga terutama suami diharapkan dapat memberikan dukungan emosional, perhatian, dan motivasi kepada ibu hamil selama masa kehamilan hingga persalinan. Dukungan keluarga sangat penting untuk membantu ibu mengurangi rasa takut, khawatir, dan kecemasan menjelang persalinan.

5. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor-faktor lain yang memengaruhi tingkat kecemasan ibu hamil trimester III seperti dukungan keluarga,

status ekonomi, tingkat pengetahuan, komplikasi kehamilan, dan dukungan sosial dengan jumlah sampel yang lebih besar serta metode penelitian yang lebih mendalam.