

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

5.1.1 Kejadian Kecemasan Pada Kehamilan Trimester III

Berdasarkan 16 jurnal yang ditemukan oleh peneliti ditemukan bahwa tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester III sebelum diberikan pendidikan kesehatan berada pada rentang kecemasan ringan sampai berat. Namun, setelah dilakukan pemberian pendidikan kesehatan didapatkan bahwa ibu tidak mengalami kecemasan lagi dalam menghadapi persalinan dan hanya ditemukan ibu dengan tingkat kecemasan ringan sampai sedang.

5.1.2 Metode Pendidikan Kesehatan Persiapan Persalinan

Berdasarkan telaah jurnal yang telah dilakukan oleh peneliti didapatkan bahwa metode pendidikan kesehatan yang sering digunakan adalah metode penyuluhan. Dengan menggunakan metode penyuluhan tingkat kecemasan ibu hamil dapat mengalami penurunan yang signifikan. Sehingga dengan adanya metode yang digunakan dapat menurunkan skor rata-rata kecemasan pada ibu hamil dan meningkatkan pengetahuan maupun pemahaman pada ibu.

5.1.3 Media Pendidikan Kesehatan Persiapan Persalinan

Dalam metode pemberian pendidikan kesehatan menggunakan penyuluhan tersebut tenaga kesehatan sering menggunakan media pendidikan kesehatan booklet dan video sebagai media mereka. Namun dalam pemberian pendidikan kesehatan lain tenaga kesehatan juga dapat menggunakan media

lain seperti *virtual reality* dan *Whatsapp Group* (WAG). Hal ini dapat disimpulkan bahwa media adalah alat pendukung untuk penyampaian materi agar materi dapat diterima dengan mudah

5.1.4 Materi Pendidikan Kesehatan Persiapan Persalinan

Terdapat 16 Jurnal pada studi literatur ini menyatakan bahwa materi pendidikan kesehatan persiapan persalinan terhadap kecemasan ibu hamil trimester III yaitu terdapat kelas persiapan persalinan, pendidikan antenatal. Pendidikan antenatal dapat meningkatkan kesiapan kehamilan dan mengurangi rasa takut untuk melahirkan. SEIP (*Supprotive Education Intervention Package*) berpengaruh signifikan pengurangan rasa sakit dan kecemasan selama persalinan antara ibu primigravida. Selain itu materi mengenai persiapan persalinan tersebut terdapat juga materi mengenai proses persalinan yang ditemukan paling sering digunakan oleh tenaga kesehatan dan didapatkan bahwa materi tersebut juga sangat efektif dalam menurunkan angka kesemasan pada ibu hamil trimester III.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi bidan

Bidan dapat menggunakan metode penyuluhan yang bervariasi maupun didesain dengan penemuan baru seperti menggunakan tele edukasi menggunakan alat canggih mengingat saat ini merupakan masa pandemi dan penggunaan alat canggih dapat dengan mudah digunakan dimanapun, mengingat dari hasil studi literatur didapatkan bahwa metode tersebut

merupakan metode yang sering digunakan dan telah terbukti dapat membantu menurunkan angka kecemasan ibu hamil trimester III. Selain itu bidan dapat menggunakan media *Whatsapp Group* dalam memberikan pendidikan kesehatan mengingat media tersebut termasuk dalam media yang paling efektif dalam mengurangi kecemasan ibu hamil trimester III dan merupakan media yang paling mudah digunakan terutama pada kondisi pandemi seperti saat ini. Untuk materi pendidikan kesehatan hendaknya bidan memberikan mengenai kelas persiapan persalinan dan pendidikan antenatal karena materi tersebut telah terbukti dapat menurunkan kecemasan pada ibu hamil.

5.2.2 Bagi Ibu Hamil

Ibu hamil dapat mencari tambahan pengetahuan mengenai kehamilan dari berbagai sumber seperti buku KIA yang dibagikan diawal kehamilan oleh bidan maupun dari sumber terpercaya yang ada di internet dan buku mengenai kehamilan sehingga pengetahuan ibu dapat bertambah dan dapat terhindar dari rasa cemas selama hamil

5.3.3 Bagi Institusi Pendidikan Kebidanan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber materi mengenai kehamilan dan kecemasan pada ibu hamil, sehingga mahasiswa kebidanan juga dapat mengetahui metode media dan materi yang paling efektif dalam memberikan pendidikan kesehatan pada ibu hamil terutama pendidikan kesehatan yang berkaitan dengan kecemasan ibu hamil.

5.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hendaknya peneliti dapat mencari lebih lanjut mengenai model pendidikan kesehatan mengingat hal tersebut belum dibahas pada penelitian ini dan dapat mempengaruhi kualitas pendidikan kesehatan yang diberikan kepada ibu hamil trimester III.