

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dengan kesiapan menghadapi persalinan di Puskesmas Langkaplancar Tahun 2025 yang telah dilaksanakan pada 60 responden, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Langkaplancar Tahun 2025 sebagian besar berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 26 orang (43,3%), diikuti kategori ringan sebanyak 24 orang (40,0%), dan kategori berat sebanyak 10 orang (16,7%). Rata-rata skor kecemasan responden adalah 15,57 yang termasuk dalam kategori sedang. Hasil ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden (60,0%) mengalami kecemasan pada tingkat yang tidak ringan, yang berarti kecemasan merupakan masalah yang cukup signifikan di kalangan ibu hamil trimester III di wilayah tersebut.
2. Kesiapan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Langkaplancar Tahun 2025 sebagian besar berada pada kategori siap, yaitu sebanyak 33 orang (55,0%), sedangkan sisanya sebanyak 27 orang (45,0%) termasuk dalam kategori tidak siap. Rata-rata skor kesiapan responden adalah 61,70 dari skor maksimal 80. Meskipun mayoritas responden sudah siap, proporsi ibu yang tidak siap masih cukup

tinggi yaitu hampir setengah dari total responden, sehingga masih diperlukan upaya peningkatan kesiapan persalinan yang lebih optimal.

3. Terdapat hubungan yang sangat signifikan antara tingkat kecemasan ibu hamil trimester III dengan kesiapan menghadapi persalinan di Puskesmas Langkaplancar Tahun 2025. Hasil uji statistik *Chi-Square* menunjukkan nilai $\chi^2 = 36,224$ dengan derajat bebas (df) = 2 dan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,001$). Karena nilai p-value lebih kecil dari $\alpha = 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Pola hubungan yang ditemukan menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan ibu hamil, maka semakin rendah kesiapan menghadapi persalinan, dan sebaliknya, semakin rendah tingkat kecemasan, maka semakin tinggi kesiapan ibu. Hal ini terlihat dari proporsi kesiapan yang menurun drastis dari 100% pada kelompok kecemasan ringan menjadi 0% pada kelompok kecemasan berat.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diuraikan, peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Ibu Hamil

Ibu hamil diharapkan dapat lebih aktif mencari informasi tentang kehamilan dan persalinan melalui berbagai sumber yang terpercaya, seperti tenaga kesehatan, buku KIA, atau media edukasi kesehatan, sehingga pengetahuan yang dimiliki dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan kesiapan menghadapi persalinan.

2. Bagi Tenaga Kesehatan (Bidan)

Bidan di Puskesmas Langkaplancar dan fasilitas kesehatan lainnya disarankan untuk melakukan skrining kecemasan secara rutin pada setiap kunjungan *antenatal care* (ANC), terutama pada trimester III, dengan menggunakan instrumen yang sederhana seperti HARS atau kuesioner kecemasan lainnya, sehingga ibu dengan kecemasan tinggi dapat teridentifikasi sejak dini dan diberikan intervensi yang tepat.

3. Bagi Puskesmas / Institusi Kesehatan

Puskesmas Langkaplancar disarankan untuk mengembangkan program kelas ibu hamil yang lebih komprehensif, dengan memasukkan materi khusus tentang kesehatan mental dan manajemen kecemasan sebagai bagian dari kurikulum kelas, tidak hanya fokus pada aspek fisik persalinan.

4. Bagi Institusi Pendidikan (Program Studi Kebidanan)

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan ajar dalam mata kuliah asuhan kebidanan pada ibu hamil, khususnya terkait aspek psikologis kehamilan dan manajemen kecemasan pada trimester III.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk melakukan penelitian dengan desain kohort prospektif atau quasi-eksperimen untuk melihat pengaruh intervensi manajemen kecemasan terhadap kesiapan persalinan secara lebih mendalam, serta untuk menentukan hubungan sebab-akibat yang lebih kuat.