

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

- 5.1.1 Tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III sebelum dilakukan tindakan terapi *thought stopping* di wilayah Kerja Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2018 sebagian besar mengalami kecemasan ringan (40%) dan sesudah dilakukan tindakan *thought stopping* mengalami peningkatan kecemasan ringan (80%).
- 5.1.2 Tingkat kecemasan ibu hamil sebelum dilakukan tindakan *guided imagery* di wilayah Kerja Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2018 sebagian besar mengalami kecemasan ringan (40%) dan sesudah dilakukan tindakan *guided imagery* mengalami peningkatan kecemasan ringan (80%).
- 5.1.3 Terdapat pengaruh Terapi *Thought Stopping* dan *Guided Imagery* terhadap tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Basirih Baru Banjarmasin Tahun 2018.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan literatur untuk melakukan keperawatan independen dalam mengurangi tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III

5.2.2 Saran Praktis

5.2.2.1 Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat di jadikan oleh pihak institusi (puskesmas) sebagai acuan dalam pembuatan standar prosedur operasional (SPO) untuk tindakan keperawatan independen yaitu terapi *thought stopping* dan *guided imagery*

5.2.2.2 Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu bahan pembelajaran yang diajarkan pada mahasiswa sehingga dapat

meningkatkan keterampilan dalam hal tindakan keperawatan secara independen kepada ibu hamil untuk menurunkan kecemasan.

5.2.2.3 Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan variabel yang sama tetapi dengan melakukan modifikasi terhadap metode penelitian seperti memperbanyak jumlah sampel, menyiapkan lingkungan yang mendukung penelitian dan mengontrol hal-hal yang dapat membuat bias hasil penelitian.

5.2.2.4 Bagi Responden

Subyek penelitian dapat menerapkan pengetahuan dan informasi yang telah didapatkan pada saat pelaksanaan proses terapi dan merupakan hal yang baik ketika subyek mampu berbagi apa yang telah ia dapatkan kepada orang lain (ibu hamil lainnya).