

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Dari hasil penelitian Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Tiga Dalam Menghadapi Proses Persalinan di Puskesmas DTP Tanjungsari Kabupaten Sumedang, dapat disimpulkan :

1. Hampir setengah dari ibu hamil trimester III di Puskesmas DTP Tanjungsari Kabupaten Sumedang berada dalam kategori usia muda beresiko tinggi yaitu ibu hamil yang usianya <20 tahun. Hampir seluruh ibu hamil berada pada kategori pendidikan rendah yang menyelesaikan pendidikan hanya sampai pada tingkat SD atau SMP. Serta hampir seluruh ibu hamil dalam penelitian ini tidak bekerja, dan hampir setengah dari responden merupakan multipara.
2. Hampir setengah dari ibu hamil trimester tiga di Puskesmas DTP Tanjungsari Kabupaten Sumedang mengalami tingkat kecemasan sedang.

#### **5.2 Saran**

##### **1. Bagi Institusi**

Disarankan kepada institusi pendidikan untuk memanfaatkan hasil penelitian sebagai bahan masukan dalam proses pembelajaran, khususnya materi tentang kecemasan ibu hamil. Sehingga hasil ini dapat memperkaya wawasan mahasiswa mengenai kondisi psikologis ibu hamil trimester tiga dalam menghadapi persalinan, serta menjadi referensi bagi penelitian penelitian selanjutnya yang lebih mendalam.

##### **2. Bagi Peneliti**

Disarankan perlu adanya penelitian lebih lanjut tentang kecemasan dengan pendekatan yang berbeda dan sampel yang diteliti lebih spesifik (pasien yang mengalami kecemasan berat atau panik, atau pada pasien yang menggunakan terapi obat antiansietas) sehingga kecemasan lebih terlihat lagi.

##### **3. Bagi Tenaga Kesehatan**

Diharapkan tenaga kesehatan, khususnya bidan dan petugas ANC di Puskesmas, dapat meningkatkan perhatian terhadap kondisi psikologis ibu hamil trimester tiga melalui pelaksanaan skrining menyeluruh dalam pelayanan Antenatal Care (ANC) terpadu

12T. Salah satu aspek penting dari 12T adalah "Tanya tentang perasaan ibu", yang tahap awal untuk mendeteksi gejala kecemasan, stres, atau gangguan psikologis lainnya. Melalui penerapan skrining ini secara rutin dan konsisten, tenaga kesehatan diharapkan mampu mengidentifikasi sejak dini ibu hamil yang mengalami kecemasan, agar dapat segera diberikan intervensi psikososial yang sesuai. Dengan demikian, kualitas pelayanan kehamilan dapat meningkat, serta risiko komplikasi akibat gangguan psikologis menjelang persalinan dapat diminimalkan.