

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagian besar responden sebelumnya mengalami kecemasan ringan sebanyak 41,7% dan setelah diberi terapi metode Hypnobirthing sebagian besar tidak mengalami kecemasan sebanyak 29 orang (80,6%). Dan sebagian kecil mengalami kecemasan ringan sebanyak 7 responden (19,4%)

5.2 Saran

5.2.1 Teoritis

Supaya peneliti selanjutnya menggunakan hasil penelitian ini sebagai tambahan referensi untuk mengungkap faktor apa saja yang menyebabkan ibu hamil merasa cemas, dan saran peneliti pada penelitian berikutnya supaya mengaitkan karakteristik atau faktor dukungan keluarga dalam membahas lebih lanjut tentang kecemasan ibu hamil menjelang persalinan.

5.2.2 Praktis

Bagi responden sebaiknya lebih mempersiapkan kondisi kesehatannya supaya dalam proses persalinan nanti bisa berjalan dengan lancar. Responden tidak perlu khawatir dan merasa cemas atas persalinan yang akan dihadapi, bagi keluarga responden hendaknya memberikan semangat dan selalu mendukung ibu hamil menjelang persalinan.