

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan pengamatan dan pembahasan dari dua kasus yaitu pada kasus pertama dan kedua seperti yang telah disampaikan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1). Faktor yang mempengaruhi kecemasan :

Faktor yang mempengaruhi kecemasan pada subjek 1 merupakan faktor internal yaitu merasa cemas setiap teringat usia kehamilannya mulai bertambah dan faktor psikis yaitu khawatir jika persalinannya tidak berhasil. Sedangkan faktor yang mempengaruhi kecemasan pada subjek 2 yaitu faktor eksternal tidak mendapatkan dukungan dari keluarga suaminya dan seringkali ibu suaminya berkata tidak mengenakkan, faktor biologis yaitu sangat mencemaskan kandungannya sehingga tidak mau melakukan aktivitas berlebih setiap harinya, dan juga faktor psikis yaitu menyebabkan merasa cemas, tegang dan takut jika kehamilannya yang ke dua ini akan mengalami keguguran lagi.

2). Tingkat kecemasan :

Subjek 1 mengalami kecemasan ringan dengan nilai tingkat kecemasan 15. Sedangkan pada subjek 2 mengalami kecemasan sedang dengan nilai tingkat kecemasan 21.

3). Upaya untuk menangani kecemasan :

Subjek 1 menggunakan terapi musik karena ia menyukai dunia musik pop sehingga terapi musik sangat berpengaruh dan sangat efektif digunakan oleh subjek 1. Sedangkan pada subjek 2 Upaya untuk mengurangi kecemasan tidak menggunakan terapi, namun bercerita tentang masalahnya kepada ibunya sendiri.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Ibu Hamil

Bagi ibu hamil dengan kasus kehamilan risiko tinggi disarankan untuk dapat mengalihkan perasaan cemasnya pada kehamilannya dengan cara menggunakan terapi relaksasi atau dengan melibatkan suami dan keluarga untuk berdiskusi dalam pengambilan keputusan yang akan dihadapinya.

5.2.2 Bagi Pelayanan Kesehatan

Dapat disarankan untuk dapat lebih memperhatikan ibu hamil risiko tinggi dengan mengedukasi cara penanganan kecemasan dan menganjurkan untuk rutin kunjungan ANC.

5.2.3 Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya direkomendasikan untuk melakukan kunjungan minimal 2 kali untuk memperoleh informasi yang lebih mendalam. Selanjutnya hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman untuk meneliti lebih lanjut tentang gambaran kecemasan pada ibu hamil risiko tinggi.