

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

4.1 Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil dari hasil studi literature ini yaitu dengan berbagai macam penatalaksanaan sangat berpengaruh terhadap kelancaran proses persalinan dan menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil.

Kecemasan ibu hamil adalah reaksi ibu hamil terhadap perubahan dirinya dan lingkungannya yang membawa perasaan tidak senang atau tidak nyaman yang disebabkan oleh dugaan akan bahaya atau frustrasi yang mengancam, membahayakan rasa aman, keseimbangan atau kehidupan seorang individu atau kelompok sosialnya (Hawari, 2011).

Timbulnya kecemasan disebabkan oleh rendahnya pendidikan seseorang akan menyebabkan seseorang mengalami stres, dimana stres dan kecemasan yang terjadi disebabkan kurangnya informasi yang didapat orang tersebut. Dan umur, status pekerjaan, faktor reproduksi yang meliputi kehamilan yang tidak diinginkan/kehamilan yang tidak direncanakan, pengalaman kehamilan dan persalinan sebelumnya, status kesehatan ibu, hubungan ibu dengan pasangan, dan dukungan keluarga (Heriani,2016).

Dalam studi literature ini dari 15 jurnal yang digunakan dalam mengatasi kecemasan ibu hamil menjelang persalinan sebanyak 8 jurnal membahas tentang Prenatal Gentle Yoga, 1 jurnal membahas tentang Hypnoborthing, 1 jurnal membahas tentang Couple prenatal clas, 1 jurnal membahas tentang belly dance, 2 jurnal membahas tentang senam hamil, 1 jurnal membahas tentang terapi murotal dan 1 jurnal membahas pengetahuan dan dukungan keluarga.

Tingkat kecemasan ibu hamil dapat diberikan asuhan baik dengan cara farmakologis dan non farmakologis akan tetapi pada penelitian ini tingkat kecemasan ibu hamil dapat signifikan menurun dengan penatalaksana yang efektif yaitu dengan asuhan kebidanan prenatal yoga. Dengan demikian dalam mengatasi kecemasan pada ibu hamil menjelang persalinan direkomendasikan menggunakan asuhan dengan *prenatal yoga*.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil *literature review* yang telah dibahas, penulis memnerikan saran kepada peneliti selanjutnya sebagai berikut:

1. Menggunakan metode penelitian selain studi *litetarure review*
2. Bagi peneliti selanjutnya untuk perbanyak referensi yang berkaitan dengan judul dan mencari jurnal yang berkaitan dengan asuhan kebidanan serta memberikan kriteria jurnal yang lebih spesifik dan mencari jurnal mencari jurnal internasional yang terakreditasi scopus, tersedia full teks dan tidak berbayar.