

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah dijabarkan maka dapat diambil kesimpulan yaitu :

1. Rata-rata tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester 1 sebelum pemberian aromaterapi adalah 21,67 atau kecemasan sedang dengan standar deviasi 5,354.
2. Rata-rata tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester 1 setelah pemberian aromaterapi adalah 18,17 atau kecemasan ringan dengan standar deviasi 4,082.
3. Hasil uji statistik didapat nilai *p value* $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan ada perbedaan tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester 1 yang diberi aromaterapi minyak jeruk nipis di wilayah Puskesmas Kotabumi II Kecamatan Kotabumi Selatan Kabupaten Lampung Utara tahun 2019.

B. Saran

1. Bagi Responden

Bagi responden disarankan untuk menyediakan sendiri dan menghirup aromaterapi di rumah sebagai salah satu upaya dalam mengurangi kecemasan dengan alternatif non farmakologi.

2. Bagi Puskesmas

Bagi Institusi pelayanan kesehatan dapat dijadikan bahan masukan, bahwa pemberian aromaterapi dapat dijadikan sebagai salah satu upaya dalam asuhan kebidanan pada ibu hamil khususnya untuk menghilangkan kecemasan.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat dijadikan sebagai salah satu materi dalam kegiatan pembelajaran pada mahasiswa kebidanan. Dan dapat dijadikan sebagai bahan perbandingan peneliti yang akan datang serta dapat dijadikan sebagai bahan bacaan untuk dapat meningkatkan kualitas pendidikan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan metode yang berbeda seperti case kontrol dan dengan menggunakan aromaterapi lainnya untuk mengurangi tingkat kecemasan khususnya pada ibu hamil.