

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Rata – rata tingkat kecemasan tidak dilakukan hypnobirthing terhadap ibu bersalin di PMB Yunita Puspa Sari Kabupaten Tanggamus Tahun 2019 didapatkan 62,4 atau dalam kategori sedang.
2. Rata – rata tingkat kecemasan dilakukan hypnobirthing terhadap ibu bersalin di PMB Yunita Puspa Sari Kabupaten Tanggamus Tahun 2019 didapatkan 46,53 atau dalam kategori ringan.
3. Rata – rata lama persalinan tidak dilakukan hypnobirthing terhadap ibu bersalin di PMB Yunita Puspa Sari Kabupaten Tanggamus Tahun 2019 didapatkan selama 57 menit atau 40 detik.
4. Rata – rata lama persalinan setelah dilakukan hypnobirthing terhadap ibu bersalin di PMB Yunita Puspa Sari Kabupaten Tanggamus Tahun 2019 selama 37 menit 52 detik.
5. Ada pengaruh hypnobirthing terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin di PMB Yunita Puspa Sari Kabupaten Tanggamus Tahun 2019 didapatkan nilai p – value sebesar 0,000.
6. Ada pengaruh hypnobirthing terhadap lama persalinan di PMB Yunita Puspa Sari Kabupaten Tanggamus Tahun 2019 didapatkan nilai p – value sebesar 0,034.

B. Saran

1. Bagi Ibu bersalin

Saran kepada ibu bersalin dalam mengatasi masalah kecemasan saat persalinan dan lama persalinan bersedia dilakukan terapi hypnobirthing dan berkonsentrasi serta mengikuti instruksi bidan dalam proses terapi hypnobirthing agar mendapat hasil yang maksimal, sehingga berguna untuk menyiapkan kondisi fisik, mental dan materi dalam menghadapi persalinan, untuk keluarga diharapkan memberikan dukungan kepada ibu bersalin baik secara emosi, spiritual dan materi.

2. Bagi PMB Yunita Puspa Sari

Peneliti menyarankan kepada tenaga kesehatan untuk memberikan informasi ataupun penyuluhan tentang tahapan persalinan agar ibu bersalin siap secara fisik dan mental, serta memberikan terapi hypnobirthing untuk memberi motivasi, semangat dan dorongan agar pasien yang bersangkutan tidak merasa putus asa dan diberi keyakinan serta kepercayaan diri. Hasil penelitian ini diharapkan sebagai acuan dalam membuat standart operasional pelaksanaan (SOP) pelayanan persalinan serta menjadikan terapi hypnobirthing bagian dari SOP pelayanan persalinan.

3. Bagi Universitas Aisyah Pringsewu Lampung

Saran untuk Universitas Aisyah Lampung sebagai tambahan literature penelitian sehingga dapat dijadikan sebagai bahan

perbandingan penelitian serupa dan diharapkan terapi hypnobirthing dimasukkan kedalam kurikulum pembelajaran asuhan kebidanan khususnya materi persalinan agar meningkatkan kualitas lulusan yang berkompeten khususnya berhubungan dengan pengaruh terapi hypnobirthing terhadap kecemasan dan lama persalinan ibu bersalin.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Saran untuk peneliti selanjutnya untuk meneliti pengaruh hypnobirthing terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin dan lama persalinan dengan metode yang berbeda yaitu kualitatif sehingga dapat mempertegas penelitian ini serta dilakukan penelitian dengan membedakan paritas ibu bersalin sehingga dapat mempertegas dari hasil penelitian ini.