BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 20 responden tentang Pengaruh *Massage Endorphine* Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III, dapat disimpulkan bahwa :

1. Berdasarkan hasil penelitian, karakteristik tingkat kecemasan responden ibu hamil trimester III sebelum diberikan *Massage Endorphine* didominasi dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 11 responden (51%), tingkat kecemasan berat sebanyak 4 responden (20%), tingkat kecemasan sangat berat (15%) dan tingkat kecemasan ringan sebanyak 2 responden (10%).
2. Berdasarkan hasil penelitian, karakteristik tingkat kecemasan responden ibu hamil trimester III setelah diberikan *Massage Endorphine* mengalami penurunan sebanyak 10 responden (50%) mengalami tingkat kecemasan ringan, 5 responden (25%) mengalami tingkat kecemasan sedang, 3 responden (15%) mengalami tingkat kecemasan berat dan 2 responden (10%) mengalami tidak ada gejala kecemasan.
3. Berdasarkan Uji Wilcoxon tingkat kecemasan di dapatkan hasil bahwa hasil yang signifikan dari penelitian ini adalah nilai Asymp. Sig. (2-tailed) 0,000 lebih kecil dari tingkat alfa 5% (0,05) sehingga menolak

ho, maka kesimpulannya terdapat perbedaan rata-rata kecemasan ibu hamil trimester III sebelum dilakukan tindakan *Massage Endorphine* dengan setelah dilakukan tindakan *Massage Endorphine* pada ibu hamil trimester III.

B. Saran

1. Bagi Responden

   Hasil penelitian ini diharapakan dapat menambah wawasan ibu hamil trimester III mengenai manfaat *Massage Endrophine* terhadap penurunan tingkat kecemasan dan bisa diterapkan secara mandiri dengan keluarga maupun suami.

2. Bagi Bidan

   Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukkan kepada bidan dalam memberikan intervensi non farmakologi dengan menggunakan *Massage Endorphine* yang berguna untuk menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil Trimester III.

3. Bagi Peneliti Lain

   Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan metode kelompok kontrol sehingga dapat mengetahui perbedaan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.