

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Kecemasan sebelum penelitian pada kelompok kontrol berada pada kategori kecemasan berat sebanyak 10 responden (52,6%) dengan nilai rata-rata 83,5543. sedangkan pada kelompok intervensi rata-rata sebesar 83,2932 dengan kategori tingkat kecemasan berat sebanyak 9 responden (47,4%).
2. Kecemasan sesudah penelitian pada kelompok kontrol rata-rata sebesar 83,5543 sedangkan pada kelompok intervensi setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang Hypnosis lima jari rata-rata kecemasan turun sebesar 38,4361 dengan kategori kecemasan sedang.
3. Hasil uji *dependen t-test* diperoleh nilai t hitung (1,804) < t tabel (1,306) dan nilai *p-value* sebesar 0,065 > α (0,05), maka dapat disimpulkan tidak ada perbedaan yang signifikan kecemasan sebelum dan sesudah penelitian pada ibu hamil trimester III primigravida di wilayah kerja Puskesmas Ungaran pada kelompok kontrol.
4. Hasil uji *dependen t-test* diperoleh nilai t hitung (25,556) > t tabel (1,306) dan nilai *p-value* (0,000) < α (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan kecemasan sebelum dan sesudah diberikan hypnosis lima jari pada ibu hamil trimester III primigravida pada kelompok Intervensi
5. Hasil uji independen *t-test* diperoleh nilai t hitung (1,832) > t tabel (1,306) dan nilai *p-value* (0,003) < α (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa ada

pengaruh yang signifikan hypnosis lima jari terhadap kecemasan pada ibu hamil trimester III Primigravida.

B. Saran

1. Bagi responden

Bagi responden hasil penelitian ini diharapkan bisa meningkatkan pengetahuan bagi ibu hamil dalam menghadapi kecemasan, khususnya pada ibu primigravida yang menghadapi proses persalinan. Selain itu, ibu hamil dapat merubah pola hidup menjadi lebih baik lagi dan selalu memeriksakan kesehatan ibu dan bayi serta aktif berkonsultasi dengan bidan desa atau tenaga Kesehatan walau melalui online chat

2. Bagi institusi Pendidikan

Bagi instansi pendidikan hasil penelitian dapat dijadikan acuan serta sumber referensi, media pembelajaran pada penelitian selanjutnya mengenai pengaruh *hypnosis* lima jari.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sarana aplikasi metodologi riset bagi peneliti dan sebagai sumber informasi mengenai penggunaan terapi *hypnosis* lima jari.

