

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Hasil analisa dan penelitian ini tentang Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Sambil Berzikir terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Masa Pandemi COVID-19 yang diteliti di Puskesmas Kecamatan Ciracas, maka dapat disimpulkan beberapa hal :

- a. Gambaran karakteristik umur 27 responden penelitian berada pada rata-rata umur 28.19 dengan umur termuda responden penelitian adalah 21 tahun dan umur tertua adalah 40 tahun.
- b. Gambaran karakteristik responden berdasarkan pekerjaan, yaitu mayoritas responden dalam penelitian ini menempuh pendidikan terakhir Sekolah Menengah Pertama (SMA)/Sederajat sebanyak 12 responden (44.4%).
- c. Gambaran karakteristik pekerjaan yaitu mayoritas responden tidak bekerja yaitu sebanyak 21 responden (77.8%).
- d. Gambaran berdasarkan karakteristik paritas yaitu sebagian besar responden berada pada status paritas multigravida yaitu sebanyak 18 responden (66.7%).
- e. Gambaran nilai rata-rata kecemasan pada responden yang diteliti di Puskesmas Kecamatan Ciracas sebelum (*pre test*) pemberian intervensi terapi rendam kaki air hangat sambil berzikir sebesar 31.74 dengan menggunakan kuesioner *Perinatal Anxiety Screening Scale* (PASS).
- f. Gambaran nilai rata-rata kecemasan pada responden yang diteliti di Puskesmas Kecamatan Ciracas sesudah (*post test*) pemberian intervensi terapi rendam kaki air hangat sambil berzikir sebesar 23.78 dengan menggunakan kuesioner PASS.
- g. Pengaruh dari pemberian intervensi terapi rendam kaki air hangat sambil berzikir terlihat pada perbedaan hasil total skor kecemasan sebelum dan sesudah intervensi berlangsung. Perbedaan rata-rata (mean) dari skor kecemasan sebesar 7.963.

- h. Ada pengaruh signifikan antara pemberian terapi rendam kaki air hangat sambil berzikir terhadap kecemasan ibu hamil trimester III di masa pandemi COVID-19. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji statistik menggunakan metode uji T-Dependen di dapatkan *p value* sebesar 0,000 ($p \text{ value} < 0,005$).

V.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa hal rekomendasi atau saran yang dapat dijadikan pertimbangan untuk penelitian terkait dengan topik ini, antara lain :

V.1.1 Bagi Masyarakat

Peneliti berharap hendaknya ibu hamil trimester III dapat melakukan terapi rendam kaki air hangat sambil berzikir untuk mengurangi kecemasan yang dapat terjadi selama kehamilan hingga mendekati proses persalinan untuk mengurangi risiko yang terjadi akibat kecemasan yang tidak ditangani. Selain itu juga diharapkan ibu hamil dapat mempersiapkan persalinannya dengan perasaan yang lebih tenang.

V.1.2 Bagi Perawat

Hendaknya dapat memberikan masukan bagi perawat dalam memberikan edukasi dan sebagai upaya penanganan secara nonfarmakologi bagi ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan.

V.1.3 Bagi Institusi Pendidikan

Hendaknya hasil dari penelitian ini dapat dijadikan salah satu informasi atau pengetahuan khususnya bagi mahasiswa dibidang keperawatan, mengenai penerapan terapi rendam kaki air hangat sambil berzikir sebagai salah satu intervensi nonfarmakologi dalam menurunkan perasaan cemas yang terjadi pada ibu hamil khususnya yang sudah memasuki trimester ketiga.

V.1.4 Bagi Tempat Penelitian

Peneliti berharap hendaknya hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi lokasi penelitian untuk mengadakan pendidikan kesehatan melalui pembagian leaflet sebagai panduan untuk melakukan terapi rendam kaki air hangat sambil berzikir dirumah sebagai upaya ibu hamil trimester III dalam menurunkan kecemasan.

V.1.5 Bagi Penelitian Selanjutnya

Hendaknya penelitian ini dapat dijadikan referensi ataupun acuan bagi peneliti berikutnya untuk mengembangkan penelitian mengenai penatalaksanaan nonfarmakologi bagi ibu hamil trimester III. Peneliti berikutnya dapat menggunakan desain penelitian yang lain seperti penelitian dengan adanya kelompok kontrol ataupun *series time design*. Sehingga dapat membandingkan dengan kelompok lain serta terlihat seberapa besar pengaruh dari intervensi yang diterapkan kepada responden dalam penelitian.