

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan uraian pada bab sebelumnya tentang efektifitas *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Manahan Surakarta sebelum diberikan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) rata-rata 2,2727.
2. Kecemasan ibu hamil trimester III di Puskesmas Manahan Surakarta sesudah diberikan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) rata-rata 1,6364.
3. Ada pengaruh *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) yang efektif untuk menurunkan keemasan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Manahan Surakarta dengan *p value* < 0,05.

B. Saran

1. Bagi Ilmu Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kepada institusi pendidikan akan pentingnya *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) terhadap kecemasan menghadapi persalinan trimester III.

2. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi dalam ilmu pendidikan khususnya bidang keperawatan mengenai *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) untuk menurunkan kecemasan ibu hamil trimester III menghadapi persalinan.

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi kepada bidang pelayanan kesehatan untuk memberikan penyuluhan-penyuluhan kepada ibu hamil mengenai pentingnya *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT).

4. Bagi Pasien

Semoga hasil penelitian ini memberikan motivasi rutin untuk mengikuti terapi *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT).

5. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi tambahan pengetahuan betapa pentingnya melakukan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) pada ibu hamil trimester III untuk menghadapi persalinan.

6. Bagi Penelitian selanjutnya

Semoga hasil penelitian ini dapat dijadikan tambahan referensi untuk penelitian yang sejenis dengan menambah lagi faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu hamil trimester III.