

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh *belly dance* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida trimester III, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Dukungan keluarga terhadap ibu hamil primigravida trimester III tinggi.
2. Tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III sebelum perlakuan sebesar 34,27 dan sesudah pemberian perlakuan sebesar 21,0
3. Tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III sebelum pemeriksaan ANC sebesar 28,45 dan sesudah pemeriksaan ANC 28,18
4. Perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III sebelum dan sesudah diberikan perlakuan *belly dance* *p value* 0,001
5. Perbedaan tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III sebelum dan sesudah pemeriksaan ANC pada kelompok ANC *p value* 0,082
6. Perbedaan tingkat kecemasan antara ibu hamil primigravida trimester III yang mendapatkan perlakuan *belly dance*, dengan yang tidak mendapatkan perlakuan *p value* 0,012

#### **B. Saran**

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan khususnya bidan diharapkan dapat mengikuti pelatihan *belly dance* sehingga mampu mengajarkan kepada ibu hamil

demi meningkatkan status kesehatannya karena terbukti efektifitasnya dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil.

## 2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan *belly dance* menjadi salah satu program baru dalam meningkatkan kesehatan ibu dan anak sehingga dapat di terapkan di berbagai fasilitas kesehatan demi memberikan pelayanan kebidanan yang profesional dan berkualitas .

## 3. Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memberikan terapi sugesti dan menilai status mental awal setiap responden serta menggunakan sampel yang lebih besar dan waktu penelitian yang lebih lama. Dimulai sejak umur kehamilan memasuki trimester II sampai menjelang persalinan sehingga hasil yang diharapkan nantinya lebih efektif.

## 4. Bagi Ibu Hamil

Ibu hamil hendaknya terus mencari informasi tentang hal yang berhubungan dengan kecemasan yang dialami pada saat kehamilan sampai persalinan sehingga ibu lebih siap menghadapi persalinannya dengan mencari solusi untuk mengatasi kecemasan yang berhubungan dengan persalinan salah satunya dengan melakukan *belly dance*