

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan judul “Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di PMB Mugi Rahayu Sleman Tahun 2024” yang telah dilakukan pada tanggal 8 Juli-12 Juli 2024 di PMB Mugi Rahayu Sleman terhadap 31 responden, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kecemasan ibu hamil trimester III sebelum diberikan terapi dzikir menunjukkan bahwa 1 orang (3,2%) mengalami kecemasan ringan, 10 orang (32,3%) mengalami kecemasan sedang, dan 20 orang (64,5%) mengalami kecemasan berat.
2. Kecemasan ibu hamil trimester III setelah diberikan terapi dzikir menunjukkan 7 orang tidak mengalami kecemasan (22,6%), 18 orang kecemasan ringan (58,1%) dan 6 orang kecemasan sedang (19,4%).
3. Terdapat pengaruh terapi dzikir terhadap kecemasan ibu hamil trimester III dengan diperoleh nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* atau *p-value* 0,001 <0,05 yang menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi dzikir terhadap kecemasan ibu hamil di PMB Mugi Rahayu Sleman tahun 2024.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti, maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi PMB Mugi Rahayu Sleman

Diharapkan terapi dzikir dapat digunakan sebagai salah satu upaya promotif untuk mengatasi masalah kecemasan, terutama pada ibu hamil trimester III, dengan menanamkan nilai-nilai spiritual individu. Hal ini didasarkan pada bukti bahwa penelitian ini efektif dalam mengurangi kecemasan pada ibu hamil trimester III.

2. Bagi Fakultas Kesehatan Universitas Jendral Achmad Yani

Diharapkan dapat menjadi bahan dan referensi agar dapat memberikan Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi bagi fakultas

kesehatan khususnya mahasiswa kebidanan dalam pengembangn penelitian untuk memberikan edukasi terutama pada ibu hamil trimester III.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh terapi dzikir terhadap kecemasan ibu hamil trimester III, dengan metode lain serta memperluas cakupan wilayah, faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan seperti maturasi, tipe kepribadian, ancaman terhadap *self eksternal*, dan jumlah responden.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA