

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat ditarik kesimpulan yaitu :

1. Tingkat kecemasan yang dialami oleh ibu hamil trimester III sebelum diberi relaksasi menggunakan Murottal Al-Qur'an terdapat responden yang terjadi kecemasan 8 individu (50%), cemas sedang 4 individu (25%) dan cemas berat 4 individu (25%).
2. Tingkat kecemasan yang terjadi pada ibu hamil trimester III setelah diberikan an relaksasi menggunakan Murottal Al-Qur'an terdapat responden yang tidak terjadi kecemasan 10 individu (62,5%), ringan 3 individu (18,8%), sedang 3 individu (18,8%).
3. Hasil analisis diperoleh $p\ value = 0,000 < 0,05$. Hal itu menyatakan adanya pengaruh relaksasi menggunakan Murottal Al-Qur'an Surah Maryam pada ibu hamil trimester III di PMB Anisa Mauliddina Kab.

B. Saran

1. Bagi Institusi

Diharapkan penelitian bisa menjadi sumber Pustaka, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan terhadap terapi non farmakologi dengan pemberian relaksasi dengan murottal Al-Qur'an Surah Maryam

2. Bagi PMB Anisa Mauliddina

Peneliti berharap pihak PMB dapat mempertimbangkan penerapan terapi non-farmakologi, seperti relaksasi dengan Murottal Al-Qur'an Surah Maryam, dalam program asuhan kebidanan guna menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil. Sehingga dengan menawarkan metode relaksasi yang inovatif dan menyentuh aspek spiritual, PMB Anisa Mauliddina dapat meningkatkan kepuasan ibu hamil terhadap pelayanan yang diberikan. Ibu hamil akan merasa lebih diperhatikan dan mendapatkan dukungan yang sesuai dengan kebutuhan mereka.

3. Bagi Ibu Hamil Trimester III

Berdasarkan ibu hamil diharapkan dapat menggunakan murottal Al-Qur'an Surah Maryam untuk membantu mengurangi rasa cemas selama kehamilan. Terapi ini dapat menjadi tambahan yang berguna untuk mendukung kesehatan mental ibu hamil. Dengan mengurangi kecemasan dan stres, ibu dapat merasa lebih tenang dan fokus pada perawatan diri dan kehamilan.

4. Bagi Peneliti

Hasil penelitian diharap bisa dipakai untuk referensi bagi peneliti lainnya yang akan mengeksplorasi lebih lanjut mengenai efek murottal Al-Qur'an dalam mengurangi kecemasan pada ibu hamil trimester III.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA