

## **BAB 5**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

##### **5.1.1 Karakteristik Ibu Primigravida Trimester III**

Subjek penelitian 1 (Ny. D) berusia 23 tahun, belum menikah, beragama Kristen Protestan, berasal dari Malaka, pendidikan terakhir SMA/Sederajat, saat ini merupakan seorang ibu rumah tangga, usia kehamilan 8 bulan. Subjek penelitian 2 (Ny. N) berusia 23 tahun, sudah menikah, beragama Katolik, berasal dari Rote, pendidikan terakhir SMA/Sederajat, saat ini bekerja sebagai karyawan swasta, dan usia kehamilan 7 bulan.

##### **5.1.2 Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III Di Puskesmas**

###### **Oesapa Sebelum Dilakukan Terapi Musik Klasik**

Tingkat kecemasan subjek penelitian sebelum dilakukan terapi musik klasik, yang diukur menggunakan kuesioner DASS, tingkat kecemasan Ny. D adalah kecemasan berat (Nilai 19) dan tingkat kecemasan Ny. N adalah kecemasan sangat berat (Nilai 30).

##### **5.1.3 Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III Di Puskesmas**

###### **Oesapa Setelah Dilakukan Terapi Musik Klasik**

Tingkat kecemasan subjek penelitian setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 30-60 menit setiap hari, yang diukur menggunakan kuesioner DASS, didapatkan hasil adanya penurunan tingkat kecemasan, pada Ny. D menjadi tingkat kecemasan sedang (Nilai 14) dan pada Ny. A menjadi tingkat kecemasan berat (Nilai 19).

#### **5.1.4 Gambaran Pengaruh Terapi Musik Klasik Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Ibu Primigravida Trimester III Di Puskesmas Oesapa**

Setelah dilakukan terapi musik klasik selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 30-60 menit setiap hari didapatkan hasil, pada Ny.D terjadi penurunan kecemasan pada pertemuan ke 3, yaitu dari tingkat kecemasan berat menjadi tingkat kecemasan sedang, sedangkan pada Ny.N terjadi penurunan tingkat kecemasan pada pertemuan ke 3, yaitu dari tingkat kecemasan sangat berat menjadi tingkat kecemasan berat. Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa terapi musik klasik dapat mengurangi kecemasan pada ibu primigravida trimester III. Musik klasik memiliki dampak fisiologis bagi tubuh, seperti melancarkan sirkulasi darah, merelaksasi otot, mengurangi stress dan kelelahan. Dengan mendengarkan musik klasik selama 30-60 menit dapat memberikan kenyamanan dan relaksasi pada tubuh sehingga mampu mengurangi tingkat kecemasan seseorang.

### **5.2 Saran**

#### **5.2.1 Bagi Peneliti**

Diharapkan dapat menambah wawasan, keterampilan, serta pengalaman dalam melakukan penelitian secara ilmiah. Dan kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian secara menyeluruh dengan jangka waktu yang lebih lama dan bisa menambahkan media seperti video animasi agar dapat mengatasi masalah kecemasan yang dialami oleh ibu primigravida trimester III.

#### **5.2.2 Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan acuan atau referensi dalam memberikan pendidikan kepada mahasiswa jurusan keperawatan.

#### **5.2.3 Bagi Masyarakat (Pasien dan Keluarga)**

Diharapkan pasien dan keluarga dapat menerapkan terapi musik klasik untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil trimester III.