Perpustakaan Unika

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa ada hubungan yang negatif dan signifikan antara kematangan emosi dengan kecemasan menghadapi persalinan anak pertama. Artinya semakin tinggi kematangan emosi maka semakin rendah kecemasan menghadapi persalinan anak pertama, sebaliknya semakin rendah kematangan emosi maka semakin tinggi kecemasan menghadapi persalinan anak pertama. Sumbangan efektif kematangan emosi terhadap kecemasan menghadapi persalinan anak pertama sebesar 26,2%

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, penulis memberi saran kepada:

1. Bagi Wanita yang Hamil dan Mendekati Persalinan

Bagi wanita yang hamil dan mendekati persalinan diharapkan agar lebih mampu menghadapi situasi menjelang persalinan sehingga dapat mengatasi dan menghindari kecemasan yang timbul. Cara yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan relaksasi dan mengoptimalkan kemampuan diri. Misalnya dengan lebih mandiri dalam menghadapi lingkungannya dan memiliki motivasi yang tinggi dalam mencapai tujuannya. Dan senantiasa mengembangkan kematangan emosi contohnya adalah mengembangkan sikap kedewasaan dan kepercayaan diri yang lebih

Perpustakaan Unika

baik, seperti misalnya pemberian tugas yang harus diselesaikan pada waktu yang telah ditetapkan dan bertanggung jawab.

2. **Bagi tenaga kesehatan**

Mengetahui adanya hubungan kematangan emosi dengan kecemasan menghadapi persalinan anak pertama,maka diharapkan tenaga kesehatan seperti dokter dan bidan memberikan penyuluhan dan nasehat secara jelas, lengkap dan terarah agar informasi yang diperoleh dapat membantu ibu yang akan menghadapi persalinan dan mengatasi masalah-masalah kehamilan.

3. **Masyarakat luas**

Masyarakat dapat lebih memberikan perhatian kepada ibu hamil yang hendak mengalami persalinan agar masalah yang dihadapi oleh ibu hamil terutama masalah kecemasan dapat dihindari.

4. **Peneliti Selanjutnya**

Disarankan untuk lebih menyempurnakan kekurangan-kekurangan yang ada pada penelitian ini dan meneliti faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kematangan emosi pada masa kehamilan.