

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian ini, dapat ditarik kesimpulan bahwa Dinamika Psikologis pada Ibu Hamil Anak Pertama dan Selanjutnya cenderung tidak ada perbedaan yang menyolok, hanya sebagian kecil saja perbedaannya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dinamika psikologis ibu hamil anak pertama dan selanjutnya direspon positif sehingga memberikan akibat yang positif pula. Kondisi internal pada ibu hamil baik anak pertama maupun selanjutnya menunjukkan adanya kesiapan fisik maupun psikis, kehamilan memang diharapkan, sehingga diterima dengan perasaan bahagia..

Pada kehamilan yang pertama, beban psikologis yang dirasakan lebih besar dibandingkan kehamilan selanjutnya, karena belum adanya pengalaman sendiri tentang kehamilan. Namun kehamilan selanjutnya juga dapat merasakan kecemasan yang sama, misal sakit saat sedang hamil yang cukup berdampak pada janin yang dikandung. Permasalahan dari segi psikis seperti turunnya rasa percaya diri, merasa tidak cantik, kehamilan sebagai beban dan penghambat karir tidak muncul, disebabkan ada dukungan dari orang sekitar.

Tidak semua ibu hamil mengalami ngidam, karena ngidam lebih disebabkan oleh faktor psikis daripada medis. Ngidam cenderung merupakan perwujudan dari keinginan ibu hamil untuk mendapat perhatian lebih, terutama dari suami. Kecenderungan memilih jenis kelamin memang terjadi,

hal ini dipengaruhi oleh kebudayaan sekitar. Namun cenderung untuk bersikap lebih realistis.

Lingkungan memberikan dukungan positif sehingga mengurangi kecemasan. Tradisi mitoni hanya dilakukan pada kehamilan pertama saja. Mitos-mitos seputar kehamilan juga dipercayai dan dijalankan, seperti mengucapkan “amit-amit jabang bayi” saat memasak dan makan kepiting.

Keharmonisan yang terjalin dengan orangtua terutama ibu dan juga suami, dapat membuat ibu hamil menjadi tenang dalam menghadapi kehamilannya. Baik kehamilan pertama maupun selanjutnya, peran ibu sangat dibutuhkan. Pengalaman ibu dapat membantu mengurangi kecemasan. Sedangkan pada kehamilan selanjutnya, ibu berperan untuk membantu merawat anak sebelumnya. Suami sebagai orang terdekat, dukungannya sangat dibutuhkan.

SARAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan ini, peneliti dapat memberikan saran kepada:

1. Subjek penelitian

Perlu memiliki kesiapan fisik dan psikis sebelum merencanakan kehamilan, sehingga tidak stres, mampu memilah-milah saran-saran dari lingkungan sekitar demi kebaikan diri dan kandungannya, tetap menjalin komunikasi yang baik terhadap suami sebagai orang yang terdekat. Cenderung memilih jenis kelamin, namun harus tetap realistis, serta jangan menuruti rasa malas makan selama kehamilan, karena dapat menyebabkan kehabisan tenaga saat melahirkan.

2. Suami

Senantiasa memberikan dukungan dan kasih sayang sejak awal kehamilan, karena dapat mengurangi kecemasan, seperti memahami perubahan yang terjadi pada istri, memberikan perhatian, sabar, melayani istri, menunjukkan kebahagiaan menjadi calon ayah, selalu menjalin komunikasi dengan baik, turut serta membantu merawat anak yang sulung sehingga dapat mengurangi beban istri.

3. Peneliti berikutnya

Hendaknya lebih memperluas kriteria subjek penelitian tentang dinamika psikologis pada ibu hamil anak pertama dan selanjutnya, seperti subjek penelitian pernah mempunyai saudara atau bahkan anak yang cacat, pernah mengalami keguguran, sehingga dapat terbentuk teori-teori baru yang diharapkan dapat berguna bagi kehidupan manusia sehari-hari.

