

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

1. Penelitian ini dilakukan pada ibu hamil trimester III di Poliklinik KIA Puskesmas Kota Timur untuk mengidentifikasi tingkat kecemasan ibu hamil diperoleh hasil 24,2% ibu mengalami kecemasan ringan, 45,5% ibu mengalami kecemasan sedang, 30,3% ibu mengalami kecemasan berat.
2. Gangguan kenyamanan fisik pada ibu hamil diperoleh hasil 12,1% ibu mengalami gangguan kenyamanan fisik ringan, 39,4% ibu mengalami gangguan kenyamanan fisik sedang, 48,5% ibu mengalami gangguan kenyamanan fisik berat.
3. Sebesar 6,1% ibu hamil di Poliklinik KIA Puskesmas Kota Timur mengalami kualitas tidur baik dan 93,9% ibu hamil mengalami kualitas tidur yang buruk.
4. Berdasarkan uji statistik *Spearman* pada tingkan kecemasan dengan kualitas tidur diperoleh nilai *p value* (0,003) sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara fariabel yang diuji..
5. Berdasarkan uji statistik *Spearman* gangguan kenyamanan fisik dengan kualitas tidur diperoleh nilai *p value* (0,000) sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara fariabel yang diuji.

## 5.2 Saran

1. Kepada pihak institusi pendidikan diharapkan agar dapat mempelajari betapa pentingnya mengenai tentang faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur yang baik pada ibu hamil.
2. Untuk masyarakat diharapkan dapat memperhatikan program penyuluhan yang disampaikan oleh pihak kesehatan agar mampu mencegah faktor resiko yang menyebabkan gangguan tidur terutama pada ibu hamil.
3. Kepada Poliklinik Kebidanan di Puskesmas Kota Timur agar menyediakan jasa konsultasi yang berguna bagi ibu hamil untuk menghindari kecemasan dan mengurangi gangguan kenyamanan fisik yang dialami oleh ibu hamil saat ini.
4. Kepada tenaga kesehatan disarankan agar dapat lebih optimal dalam memberikan asuhan keperawatan mengenai kualitas tidur yang buruk serta penyuluhan yang mendalam terhadap ibu agar ibu bisa mengatasi kecemasan dan gangguan kenyamanan fisik serta dapat dengan mudah melakukan aktivitas tidur pada malam hari.
5. Kepada peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti karakteristik serta penyebab kecemasan dan gangguan kenyamanan fisik pada ibu hamil. Karena, pada saat peneliti melakukan penelitian bukan hanya tingkat kecemasan dan gangguan kenyamanan fisik yang berhubungan dengan kualitas tidur pada ibu hamil. Namun karakteristik ibu hamil juga berhubungan dengan kecemasan seperti bentuk persalinan, pekerjaan,

pengalaman persalinan sebelumnya dan faktor penyebab gangguan kenyamanan fisik yang dialami ibu hamil.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adelina, E. 2014. ‘‘Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan di Puskesmas Turi Sleman’’. *Skripsi* Universitas Alma Ata. <http://elibrary.almaata.ac.id/id/eprint/145>
- Aprilia, A. 2014. *Diary Ibu Hamil*. Jakarta: Kawan Pustaka.
- Astria, Y. 2014. Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Trimester III dengan Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan di Poliklinik untuk Kebidanan dan Kandungan RSUP Fatmawati. *skripsi*. UIN Syarif Hidayatullah Fak.Ilmu Keperawatan.Jakarta
- Ardhiyanti, Y., Pitriani, R., Damayanti, I K. (2014). *Panduan Lengkap Keterampilan Dasar Kebidanan 1*. Edisi 1. Yogyakarta: Deepublish.
- Asfiati. 2014. Kecemasan dan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III di Rumah Sakit Sundari. *Skripsi*. Program Sarjana Universitas Sumatra Utara. Sumatra Utara.
- Bobak, Lowdermilk, Jense. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC
- Dainty, M. & Ratna, D. 2016. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Tangerang Selatan : Bina Rupa Aksara Publisher
- Deswani, et al. 2018. *Asuhan Keperawatan Prenatal dengan Pendekatan Neurosains*. Malang: Wineka Media.
- Detiana, P. 2010. *Hamil Aman Dan Nyaman Diatas 30 Tahun*. Yogyakarta; Media Pressindo
- Dewi. Vivian Nanny Lia; Sunarsih. Tri. 2011. *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas*. Jakarta : Salemba Medika.
- Donsu, J, D, T. 2017. *Psikologi Keperawatan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press. Cetakan I.
- Emilia, Ova & Freitag, Harry, 2010. *Tetap Bugar dan Energik Selama Hamil*. Agromedia : Jakarta.
- Fauziah & Sutejo. 2012. *Keperawatan Maternitas Kehamilan*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group.
- Ghufron, & Risnawati. 2017. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta : Ar-Ruzz.

- Handayani, R. 2015. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Menjelang Persalinan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III Di Wilayah Kera Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2012*. *Ners Jurnal Keperawatan*. 11(1):62-71.
- Hidayat, A. 2016. *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Iriana, D.K. 2013. *Hubungan Kecemasan dan gangguan kenyamanan Fisik terhadap kualitas tidur ibu hamil di Puskesmas Helvetia medan*. *Skripsi*. [Diakses tanggal 14 desember 2016].
- Johnson, J.Y. 2016. *Keperawatan Maternitas DeMYSTiFieD Buku Wajib Bagi Praktisi dan Mahasiswa Keperawatan*. Penerjemah : Diana Kurnia S. Yogyakarta : Rapha Publishing
- Janiwarty & Pieter. 2013. *Pendidikan Psikologi untuk Bidan*. Yogyakarta: Rapha Publishing.
- Kemenkes. 2019. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Departemen Kesehatan. <https://pusdatin.kemkes.go.id>. 12 Januari 2021 (22:34).
- Komalasari. 2012. *Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Jatinangor Kabupaten Sumedang*. *Students E-Journals*, 1.
- Lubis, N.M. 2013. *Psikologi Kespro Wanita dan Perkembangan Reproduksi Ditinjau dari Aspek Fisik dan Psikologi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Maharani, T. 2008. *Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester Ketiga*. *Jurnal Psikologi Vol 72 No 2*. [Ejournal.gunadarma.ac.id](http://Ejournal.gunadarma.ac.id)
- Musbikin. 2015. *Panduan Ibu Hamil dan Melahirkan*. Cetakan I. Jakarta : Mitra Pustaka.
- Nirwana, A. B. 2017. *Kapita Selekta Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho, dkk. 2017. *Buku Ajar Asuhan kebidanan 3 Kehamilan*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Nursalam. 2020. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika.

Jakarta Selatan.

- Pillitteri, A., 2010. *Maternal & Child Health Nursing: Care of the Childbearing & Childrearing Family*. New York : Lippincott Williams & Wilkins.
- Potter, Perry. 2010. *Fundamental Of Nursing: Concep, Proses and Practice*. Edisi 7. Vol. 3. Jakarta : EGC
- Prawirohardjo, S. 2014. *Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Putri. 2020. Hubungan antara Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Ibu Hamil Primogravida Trimester III di Rumah Sakit Bersalin Jeumpa Kota Pontianak. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan: Publikasi Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya*, 7(3), 184-187
- Rahmitha. 2017. Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester Ketiga di Puskesmas Kecamatan Tamalanrea Makasar. *Skripsi*. Sarjana Kedokteran Universitas Hasanuddin. Makasar.
- Reeder, S.J., Martin, L.L., Koniak, D. 2011. *Keperawatan Maternitas: Kesehatan Wanita, Bayi, & Keluarga* Edisi 18. Jakarta: EGC.
- Setiadi. 2013. *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta. Graha Ilmu
- Sinaga, K. E., Matondang, Z., & Sitompul, H. (2019). *Statistika: Teori dan Aplikasi Pendidikan* . Jakarta: Yayasan Kita Menulis.
- Sinclair Constance. 2010. *Buku Saku Kebidanan*. Jakarta : EGC
- Siswosuhardjo.& Chakrawati. 2010. *Panduan Super Lengkap Hamil Sehat*. Semarang : Pesona Plus. B.
- Stuart, G. W. 2013. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta : EGC
- Sujarweni, V. Wiratna. (2014). *Metode Penelitian: Lengkap, Praktis, dan Mudah Dipahami*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Sukorini. 2017. *Hubungan Gangguan Kenyamanan Fisik Dan Penyakit Dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III*. *Jurnal Kebidanan dan Ilmu Kesehatan* Volume 12 / Nomor 1 / Juli 2017
- Suryani, P & Handayani, I. 2018. Senam Hamil dan Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester Ketiga. *Jurnal Bidan "Midwife Journal"* 5(1), 33-39
- Tiran (2007), *Kehamilan dan Permasalahannya*. Jakarta : EGC

- Videbeck, S. L. 2015. *Buku Ajar Keperawatan Jiwa (Psychiatric Mental Health Nursing)*. Jakarta: ECG.
- Wagiyo, Ns. Putranto. 2016. *Asuhan Keperawatan Antenatal , Intranatal & Bayi Baru Lahir Fisiologis dan Patologis*. Yogyakarta : CV. Andi.
- Walyani, E. S. 2015. *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- West, Z. 2010. *Natural Pregnancy*. Jakarta : Pustaka Bunda.
- WHO (*World Health Statistics*). 2018. *Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi*. World Bank, 2018
- Widatiningsih, Sri, Christin Hinaya Tungga Dewi. 2017. *Praktik Terbaik Asuhan Kehamilan*. Yogyakarta: Trans Medika.
- Widiyani,R.2013. *Mengapa Ibu Hamil Sering Susah Tidur*.  
<http://health.kompas.com/read/2013/04/03/11333170/mengapa.ibu.hamil.sering.susah.tidur>. diakses tanggal 15 Juni 2012
- Yuliana. 2015. *Dukungan Suami Pada Ibu Hamil Dalam Menghadapi Masa Persalinan Di Desa Joho Kabupaten Sukoharjo*. *Jurnal Kebidanan dan Ilmu Kesehatan* Volume 2 / Nomor 2 / November 2015.
- Yulizawati, Detty, I. Lusiana, E. Aldina, A. Feni, A. 2016. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Padang : Pustaka Utama