

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil trimester III dapat disimpulkan bahwa:

- 1) Dari 40 responden didapatkan usia ibu hamil terbanyak yaitu 20-35 tahun (87,5%), dan Pendidikan terbanyak yaitu SMA 40%.
- 2) Rata-rata tingkat kecemasan ibu hamil trimester III sebelum diberikan aromaterapi lavender didapatkan jumlah skor lebih tinggi yaitu 22,7 yang termasuk kedalam kategori sedang di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin tahun 2023.
- 3) Rata-rata tingkat kecemasan ibu hamil trimester III sesudah diberikan aromaterapi lavender didapatkan jumlah skor lebih rendah yaitu 13,2 yang termasuk kedalam kategori tidak cemas di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin tahun 2023.
- 4) Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil trimester III di wilayah kerja puskesmas Air Dingin 2023.



## B. Saran

### 1. Bagi peneliti

Di harapkan peneliti dapat mengimplementasikan penelitian ini kepada Masyarakat yang ada di sekitar agar Masyarakat tau bagaimana cara mengatasi kecemasan saat hamil menggunakan aromaterapi lavender.

### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan metode yang berbeda dan melihat pengaruh lain yang berhubungan dengan kecemasan ibu hamil trimester III.

### 3. Bagi Puskesmas Air Dingin

Diharapkan dapat menerapkan terkait pemberian aromaterapi lavender terhadap kecemasan kepada masyarakat khususnya pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin agar Ibu hamil memiliki pengetahuan cara menurunkan tingkat krcemasan.

### 4. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya bahan bacaan di perpustakaan STKes Alifah Padang yang dapat digunakan sebagai bahan dasar penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu hamil trimeter III.

