

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang membandingkan pengaruh aromaterapi *bitter orange* dengan aromaterapi mawar terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin pada kala I fase aktif di RSUD Koja Tahun 2023, penulis menyusun kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Rata-rata tingkat kecemasan ibu bersalin pada tahap kala I fase aktif sebelum menerima aromaterapi *bitter orange* adalah 22,47, dan setelah menerima aromaterapi tersebut menjadi 18,33, menghasilkan selisih rata-rata sebesar 4,14.
- 2) Rata-rata tingkat kecemasan ibu bersalin pada tahap kala I fase aktif sebelum menerima aromaterapi mawar adalah 22,60, dan setelah menerima aromaterapi tersebut menjadi 21,53 menghasilkan selisih rata-rata sebesar 1,07.
- 3) Terdapat dampak yang signifikan dari pemberian aromaterapi *bitter orange* terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin pada tahap kala I fase aktif di RSUD Koja tahun 2023 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000.
- 4) Terdapat dampak yang signifikan dari pemberian aromaterapi mawar terhadap tingkat kecemasan ibu bersalin pada tahap kala I fase aktif di RSUD Koja tahun 2023, dengan nilai signifikansi sebesar 0,001.
- 5) Terdapat perbedaan yang signifikan dalam pengaruh antara aromaterapi *bitter orange* dan aromaterapi mawar terhadap tingkat kecemasan ibu

bersalin pada tahap kala I fase aktif di RSUD Koja tahun 2023, dengan tingkat signifikansi sebesar 0,003.

- 6) Aromaterapi *bitter orange* menghasilkan penurunan tingkat kecemasan tiga kali lebih besar dibandingkan dengan aromaterapi mawar terhadap ibu bersalin pada tahap kala I fase aktif di RSUD Koja tahun 2023.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan pada institusi pendidikan agar dapat digunakan sebagai bahan tambahan untuk memperkaya pengetahuan dan keperluan referensi ilmu kebidanan khususnya tentang terapi alternatif pada ibu bersalin dan pengaruhnya terhadap tingkat kecemasan pada ibu bersalin.

5.2.2 Bagi RSUD Koja

Diharapkan pemberian aromaterapi *bitter orange* maupun aromaterapi mawar dapat dijadikan sebagai pertimbangan pada tenaga kesehatan khususnya yang berada di ruang bersalin untuk mempromosikan manfaat *bitter orange* maupun aromaterapi mawar pada ibu bersalin yang sedang mengalami kecemasan sehingga bisa dimasukkan ke dalam intervensi sebagai salah satu cara yang diterapkan dalam menurunkan kecemasan pada ibu bersalin.

5.2.3 Bagi Ibu bersalin

Ibu bersalin yang mengalami kecemasan hendaknya menggunakan aromaterapi *bitter orange* maupun aromaterapi mawar untuk mengurangi kecemasan sehingga dapat mengurangi penggunaan terapi farmakologis

dengan cara memasukkan aromaterapi sebanyak 3 tetes dalam 40 ml air selama 15 menit dan hisap oleh ibu bersalin sehingga ibu merasa rileks.

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan cara mengkombinasikan terapi komplementer lain dengan aromaterapi dan membandingkannya agar dapat diketahui mana yang lebih unggul dalam upaya mengurangi kecemasan

