

BAB V

SIMPULAN

1.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Apotek Klinik Sultan Agung Yogyakarta dengan mengambil empat informan ibu hamil pertama, dapat disimpulkan sebagai berikut :

Pertama, pengamalan agama yang dilakukan oleh ibu hamil relatif sama sebelum dan saat menjalani kehamilan pertamanya, mereka merasa tidak ada kesulitan. Pengamalan agama tersebut mencakup shalat, dzikir, membaca Alqur'an dan mengikuti kajian-kajian. Kendati demikian dari ke empat informan tersebut, memiliki intensitas pengamalan agama berbeda-beda. Ada yang mengalami peningkatan secara lebih dan ada juga yang tidak mengalami peningkatan atau tetap.

Kedua, saat ibu hamil menjalani masa kehamilannya, akan muncul berbagai perasaan pada dirinya seperti halnya perasaan cemas atau mengalami kecemasan. Tentunya kecemasan itu sendiri muncul melalui beberapa faktor dan dari empat ibu hamil yang bersedia menjadi responden memiliki faktor-faktor tersendiri dan bervariasi. Adapun faktor-faktor tersebut yaitu a) menantikan hasil tes kehamilan, b) mengalami sakit pada bagian tubuh tertentu, c) mendengar cerita-cerita dari tetangga, d) memikirkan sesuatu yang berlebih, e) tidak menyukai makanan sehat ibu hamil dan d) khawatir pada kondisi janin.

Ketiga, walaupun ibu hamil mengalami rasa kecemasan namun mereka memiliki cara atau langkah-langkah untuk mengatasi kecemasan yang muncul saat menjalani kehamilan pertamanya. Cara mengatasi yang mereka lakukan pun bermacam-macam bentuknya. Strategi-strategi tersebut yaitu :

1. selalu berdoa kepada Allah dan meminta do'a dari orangtua

2. melakukan dzikir dan mendengar murrotal
3. mendapat dukungan dan kasih sayang dari suami juga keluarga
4. menonton tayangan di *youtube* atau media sosial lainnya
5. merileks kan tubuh
6. menghindari dari kegiatan yang menurutnya kurang bermanfaat
7. mengkonsumsi vitamin dan makanan sehat lainnya dan membaca buku kehamilan.

1.2 Keterbatasan dan saran penelitian selanjutnya

1.2.1 Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menemukan keterbatasan dalam proses penelitian yaitu keterbatasan waktu. Karena saat peneliti melakukan izin penelitian kepada kepala Apotek Klinik Sultan Agung Yogyakarta, beliau memiliki keterbatasan waktu yang mana beliau hanya bisa ditemui pada waktu tertentu saja. Sehingga peneliti diizinkan untuk melakukan penelitian dan wawancara terbilang cukup lama. Pada akhirnya peneliti menunggu persetujuan izin dari kepala Apotek Klinik Sultan Agung Yogyakarta kurang lebih satu bulan. Sehingga jika ada penelitian kedepannya yang terkait atau sejenis, diharapkan untuk lebih bisa mengatur waktu dengan baik untuk bertemu dan meminta perizinan kepada kepala Apotek Klinik Sultan Agung Yogyakarta.

1.2.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka peneliti memberikan beberapa saran kepada ibu hamil, dokter dan apotek. Saran yang *pertama* diberikan kepada ibu hamil, disarankan supaya di masa kehamilannya lebih sering untuk meningkatkan ibadahnya karena

pada saat menjalani masa kehamilan terdapat beberapa waktu luang untuk melaksanakan ibadah seperti shalat, membaca Alqur'an, dzikir dan lain-lain. Sehingga bayi yang dikandung sudah terbiasa mengenal pendidikan agama sejak dalam kandungan. juga bermanfaat untuk kondisi ibu dan bayi.

Kedua, diberikan kepada Dokter saat melakukan konsultasi atau *check up* dengan pasien untuk lebih mengimplementasikan nilai-nilai agama untuk ibu hamil. Karena selain kondisi kehamilannya, kondisi ruhaniyah pun perlu diperhatikan saat masa-masa kehamilan. Mengingat pentingnya pendidikan agama yang perlu diterapkan pada saat masih di dalam kandungan.

Ketiga, diberikan kepada Apotek Klinik Sultan Agung Yogyakarta diharapkan supaya jika ada penelitian-penelitian selanjutnya untuk lebih memberikan ruang untuk peneliti melakukan penelitian di Apotek ini. Selanjutnya untuk peneliti kedepannya lebih menggali data ibu hamil melalui aspek-aspek psikologi secara mendalam.

