

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara berpikir positif ibu hamil dan dukungan sosial keluarga. Berdasarkan hasil analisis data, hipotesis yang diajukan, yang menyatakan adanya hubungan positif antara kedua variabel tersebut, tidak dapat diterima. Uji korelasi Pearson menunjukkan bahwa hubungan antara berpikir positif ibu hamil dengan dukungan sosial keluarga tidak signifikan. Nilai koefisien korelasi yang rendah ($r = 0,183$) dan p-value yang lebih besar dari 0,05 ($p = 0,102$) menunjukkan bahwa berpikir positif ibu hamil tidak memiliki dampak langsung yang signifikan terhadap dukungan sosial yang diterima dari keluarga.

Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa dukungan sosial keluarga lebih dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal yang lebih kompleks, seperti dinamika hubungan interpersonal, struktur sosial, dan kondisi ekonomi keluarga, yang tidak tercakup dalam penelitian ini. Faktor-faktor ini terbukti memiliki peran yang lebih besar daripada sikap mental ibu terhadap kehamilannya, baik dalam memberikan dukungan emosional maupun dalam menjaga hubungan yang sehat antara ibu hamil dan keluarga.

Selain itu, meskipun sebagian besar responden menunjukkan tingkat berpikir positif dan dukungan sosial keluarga yang tinggi, hal ini tidak mencerminkan adanya hubungan signifikan antara keduanya. Ini menunjukkan

bahwa meskipun ibu hamil memiliki sikap positif, faktor-faktor lain seperti komunikasi keluarga, tingkat pendidikan, dan kondisi sosial-ekonomi lebih mempengaruhi dukungan sosial yang mereka terima.

Pola yang muncul dari data demografi juga memberikan wawasan penting. Ibu hamil yang lebih muda (Dewasa Muda), yang memiliki pendidikan yang lebih tinggi, dan yang sedang mengandung anak pertama, menunjukkan tingkat berpikir positif dan dukungan sosial keluarga yang lebih tinggi. Sebaliknya, ibu hamil yang lebih tua atau yang memiliki anak lebih dari satu cenderung mengalami tingkat dukungan sosial yang lebih rendah, yang mungkin disebabkan oleh pola pikir yang tidak positif yang lebih besar terkait kehamilan mereka atau penurunan perhatian dari keluarga seiring dengan banyaknya tanggung jawab.

Penelitian ini menyarankan bahwa dukungan sosial keluarga perlu dilihat dalam konteks yang lebih luas, melibatkan faktor-faktor sosial dan emosional yang lebih kompleks. Oleh karena itu, meskipun sikap berpikir positif dapat berkontribusi pada kesejahteraan mental ibu hamil, faktor-faktor eksternal seperti hubungan interpersonal dalam keluarga, stabilitas ekonomi, dan norma sosial memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap jenis dukungan yang diterima.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menggarisbawahi pentingnya memperhatikan faktor sosial, budaya, dan emosional dalam upaya mendukung ibu hamil. Intervensi yang dirancang untuk meningkatkan kesejahteraan ibu hamil perlu mempertimbangkan bukan hanya kondisi mental ibu, tetapi juga memperkuat jaringan sosial di sekitar mereka. Dukungan dari keluarga yang stabil

dan komunikasi yang terbuka harus menjadi prioritas dalam merancang program kebijakan kesehatan masyarakat yang lebih baik.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan, peneliti mengajukan saran yang diharapkan dapat berguna bagi berbagai pihak dalam meningkatkan kualitas dukungan sosial dan kesejahteraan ibu hamil. Adapun saran yang diberikan adalah sebagai berikut:

1. Untuk Ibu Hamil:

- Diharapkan dapat lebih aktif dalam membangun komunikasi dengan keluarga agar kebutuhan emosional selama kehamilan dapat lebih dipahami dan terpenuhi.
- Meningkatkan pola pikir positif melalui kegiatan yang sederhana namun konsisten, seperti berbagi cerita dengan sesama ibu hamil atau melakukan aktivitas relaksasi ringan untuk menjaga kestabilan emosi.

2. Untuk Keluarga:

- Diharapkan lebih peka terhadap kebutuhan emosional ibu hamil serta menjaga komunikasi yang terbuka agar dukungan sosial yang diberikan sesuai dengan harapan ibu hamil.
- Memberikan waktu, perhatian, serta keterlibatan dalam proses kehamilan dapat menjadi bentuk dukungan yang sangat berarti bagi ibu hamil.

3. Untuk Peneliti Selanjutnya:

- Disarankan untuk mempertimbangkan variabel lain yang mungkin berpengaruh terhadap dukungan sosial, seperti status ekonomi, budaya, atau hubungan interpersonal dalam keluarga.

- Penelitian selanjutnya juga dapat menggunakan pendekatan kualitatif untuk memperoleh gambaran yang lebih mendalam mengenai dinamika dukungan sosial yang diterima oleh ibu hamil.

Saran-saran ini disusun berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan, dengan harapan dapat menjadi acuan untuk perbaikan dan pengembangan ke depan, khususnya dalam upaya meningkatkan kesejahteraan ibu hamil melalui pendekatan psikologis dan sosial yang sesuai. Oleh karena itu, perhatian terhadap faktor-faktor psikososial yang mempengaruhi kehamilan harus menjadi fokus utama dalam perencanaan dan pelaksanaan program-program kesehatan dan kesejahteraan ibu hamil.