

BAB IV. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan review sistematis yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat 33 jenis tumbuhan yang digunakan sebagai obat untuk perawatan pada masa kehamilan dan pasca melahirkan
2. Beragam ramuan tradisional (minum, mandi, balur) digunakan untuk perawatan pasca persalinan.
3. Tumbuhan seperti daun sirih merah, binahong, dan kersen efektif dalam penyembuhan luka perineum.
4. Jamu dan ramuan herbal (pilis, uyub-uyub, kunyit-kencur) berkontribusi pada kesehatan ibu dan produksi ASI.
5. Aromaterapi (peppermint, lemon, jeruk) efektif mengatasi mual muntah pada ibu hamil.
6. Ekstrak tumbuhan (daun katuk, lidah buaya, kelor) berpengaruh positif terhadap produksi ASI dan kesehatan payudara.
7. Praktik pengobatan tradisional masih bertahan di berbagai daerah, mencerminkan keterkaitan erat dengan budaya setempat.

B. Saran

Disarankan agar dilakukan penelitian lanjutan dengan jumlah subjek penelitian yang lebih besar dengan pemantauan yang lebih lama, sehingga dapat diketahui pengaruhnya terhadap subjek penelitian yang lebih jelas. Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi masyarakat khususnya ibu hamil dan ibu yang sedang berada di fase nifas dalam memilih obat tradisional sebagai salah satu metode dalam pengobatan dan pemeliharaan kesehatan.