

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Dari hasil Penelitian yang telah dilakukan, maka dapat di tarik kesimpulan sebagai berikut :

- 5.1.1 Karakteristik ibu hamil yang mengalami mual muntah mayoritas berusia 20-35 tahun sebanyak 93,3% , berpendidikan SMA mayoritas sebesar 80% , yang memiliki pekerjaan sebagai Ibu Rumah Tangga diperoleh 60% , dan pada *primigravida* diperoleh 60% .
- 5.1.2 Nilai rata – rata intensitas mual muntah sebelum diberikan minuman jahe (*Zingiber officinale*) dan aromaterapi peppermint (*Mentha x piperita*) pada kelompok intervensi sebesar 8,07 dan kelompok kontrol sebesar 8,13, sedangkan Nilai rata – rata intensitas mual muntah sesudah diberikan minuman jahe (*Zingiber officinale*) dan aromaterapi peppermint (*Mentha x piperita*) pada kelompok intervensi sebesar 4,73 dan kelompok kontrol sebesar 7.40 dengan hasil *P-value* 0,000 ( $p < 0,05$ ) ada pengaruh minuman jahe (*Zingiber officinale*) dan aromaterapi peppermint (*Mentha x piperita*) terhadap *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester I.
- 5.1.3 Adanya Perbedaan intensitas mual muntah antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan diperoleh hasil selisih *mean* 2,67 dengan nilai *p-value* 0,001 ( $p < 0,05$ ).

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Bagi Tempat Penelitian**

Sebaiknya mengadakan penyuluhan atau pendidikan kesehatan mengenai mual muntah pada ibu hamil trimester I beserta cara penanganannya dengan pengobatan alternatif nonfarmakologi bagi pasien yang mengalami mual muntah sebelum diberikan obat antimuntah sehingga meminimalisir efek samping dari obat tersebut.

### **5.2.2 Bagi Ibu Hamil**

Menambah wawasan dan pengetahuan bagi ibu hamil sebagai pengobatan nonfarmakologi yang berupa minuman jahe dan aromaterapi peppermint untuk mengurangi mual muntah yang dirasakan pada masa kehamilan khususnya di trimester pertama.

### **5.2.3 Bagi Bidan**

Diharapkan adanya penelitian ini dapat menjadi masukan dalam Peningkatan Pelayanan dan penatalaksanaan masalah keluhan yang dirasakan oleh ibu hamil khususnya emesis gravidarum di trimester I dan ketika menemukan kasus emesis gravidarum dapat memberikan saran kepada ibu hamil untuk meminum jahe sesuai dosis yang dianjurkan dan bisa juga melakukan inhalasi aromaterapi peppermint untuk pengurangan keluhan mual dan muntah.