

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Ibu hamil trimester I di Puskesmas Daruba sebelum mengonsumsi air jahe mengalami mual muntah kategori sedang.
2. Ibu hamil trimester I di Puskesmas Daruba sesudah mengonsumsi air jahe mengalami mual muntah kategori ringan.
3. Terdapat pengaruh pemberian air rebusan jahe terhadap penurunan mual dan muntah pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Daruba (*p-value*: 0.000)

B. Saran

1. Bagi Universitas Jenderal Ahrmad Yani Yogyakarta
Diharapkan menjadikan hasil tulisan ini sebagai bahan pembelajaran terkait pengaruh pemberian jahe dalam mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I.
2. Bagi peneliti
Bagi peneliti diharapkan dapat memberikan informasi, edukasi dan asuhan kepada ibu hamil secara holistik untuk dapat menggunakan jahe dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I dengan tetap memperhatikan dosis dan kontraindikasinya.
3. Bagi masyarakat khususnya ibu hamil trimester I
Diharapkan memanfaatkan pengobatan herbal yaitu jahe sebagai salah satu alternatif terapi nonfarmakologis untuk mencegah dan mengatasi mual muntah dalam kehamilan. Dengan konsumsi pemakaian tidak melebihi anjuran, memperhatikan kontraindikasinya dan menghindari faktor pemicu mual muntah