

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui adanya efek dari penggunaan jahe dalam mengurangi mual pada ibu hamil trimester I di PKD Permata

Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Sebelum (pre) diberi perlakuan yaitu pemberian minuman jahe sebanyak 9 orang (60,0%) memiliki skala mual tingkat sedang
2. Setelah (post) diberi perlakuan dengan cara minum jahe terjadi penurunan tingkat mual yaitu menjadi mual ringan sebanyak 12 orang (80,0%).
3. Terdapat penurunan skala mual pada responden yaitu sebelum (pre) diberi perlakuan memiliki skala mual tingkat sedang dan setelah (post) diberi perlakuan memiliki skala mual tingkat ringan. Penurunan skala mual yang terjadi sebesar 20%.

#### **B. Saran**

1. Bagi ibu hamil trimester I di PKD Permata

Disarankan menggunakan terapi lain yaitu terapi non farmakologik yaitu menggunakan minuman jahe sesuai dosis yang ditentukan untuk mengurangi rasa mual yang terjadi pada awal kehamilan.

2. Bagi tenaga kesehatan khususnya bidan di PKD Permata

Disarankan bagi bidan untuk memberikan konseling bahwa dalam mengurangi mual terdapat cara lain yaitu dengan cara meminum jahe sesuai dosis yang telah ditentukan.

3. Bagi peneliti

Disarankan bagi peneliti untuk meneliti penggunaan jahe dengan observasi yang lebih lama.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti penggunaan jahe dengan observasi yang lebih lama sehingga dapat diperoleh hasil yang lebih efektif dengan pengamatan selama beberapa hari. Dapat juga dengan menambah jumlah responden yang akan diteliti.