

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil asuhan kebidanan kepada ibu hamil trimester I primipara yang diberikan intervensi berupa pemberian jahe hangat dapat disimpulkan bahwa penatalaksanaan pemberian jahe hangat dapat mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I primipara di BPM E secara signifikan.

#### B. Saran

1. Bagi Suami dan Keluarga Ibu Hamil

Suami dan keluarga dapat memperhatikan kesehatan ibu hamil melalui rutinitas pemberian ekstrak jahe kepada ibu hamil supaya dapat mengatasi keluhan mual dan muntah yang dialami oleh ibu hamil pada trimester I primipara.

2. Bagi Bidan

Hasil asuhan ini dapat menjadi salah satu metode yang bisa diajarkan kepada ibu hamil untuk mengurangi mual dan muntahnya. Bidan diharapkan dapat melibatkan kepada suami dan keluarga supaya mengurangi mual muntah pada ibu hamil trimester I dengan pemberian jahe hangat sesuai dengan dosis anjuran yaitu 1 gram per hari.

### 3. Bagi Instansi Kesehatan

Diharapkan Puskesmas dapat memfasilitasi akan keberhasilan terapi non farmakologi berupa ekstrak jahe pada ibu hamil trimester 1 yang dapat menurunkan keluhan mual muntah.

### 4. Bagi Asuhan Lain

Hasil penelitian ini diperoleh ekstrak jahe memberikan kontribusi terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil, oleh karena itu sebaiknya dilakukan penelitian lebih lanjut selain pemberian jahe hangat yang dapat mempengaruhi penurunan mual muntah dengan melibatkan faktor lain seperti tingkat kecemasan, usia dan gravida serta pengobatan non farmakologis lainnya seperti pijat akupresur atau endorphine.

