

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 31 ibu hamil trimester pertama yang mengalami mual muntah di Praktik Mandiri Bidan Delima Bdn. Yan Mona Fridayanthi, S.Tr. Keb dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Skor mual muntah (PUQE) sebelum pemberian air jahe hangat menunjukkan skor minimal 6, maksimal 14, mean 10,16, median 10,00 dan standar deviasi 2,282.
2. Skor mual muntah setelah diberikan air jahe hangat selama 3 hari mengalami penurunan signifikan yaitu sebagian skor minimal 3, maksimal 12, mean 10,16, median 7,65 dan standar deviasi 2,627.
3. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa hasil uji *paired t-test* terhadap skor PUQE sebelum dan setelah intervensi pemberian air jahe hangat, diperoleh hasil Nilai t hitung = 11,105 dan Nilai p = 0,000 ($p < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi tenaga kesehatan dan bidan

Disarankan untuk mempertimbangkan pemberian air jahe hangat sebagai salah satu terapi non-farmakologis yang aman dan efektif dalam menangani mual muntah pada ibu hamil trimester pertama.

2. Bagi ibu hamil

Diharapkan agar lebih terbuka terhadap penggunaan metode alami seperti konsumsi air jahe hangat untuk mengatasi keluhan mual muntah selama kehamilan.

3. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi tambahan dalam pengembangan asuhan kebidanan berbasis herbal dan pendekatan komplementer.