

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pengaruh pemberian aromaterapi peppermint terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah di Puskesmas Way Sulan Lampung Selatan tahun 2019 maka dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Nilai rata-rata mual muntah sebelum pemberian aromaterapi peppermint sebesar 10,57 dengan standar deviasi 3,501 dan nilai rata-rata mual muntah sesudah pemberian aromaterapi peppermint sebesar 7,65 dengan standar deviasi 3,459.
2. Terdapat pengaruh pemberian aromaterapi peppermint terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Way Sulan Tahun 2019. Dengan hasil analisis Uji T $p\text{-value} = 0,000$ ($p\text{-value} < 0,005$).

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka dapat diberikan beberapa saran antara lain :

1. Bagi Ibu Hamil

Bagi masyarakat (ibu hamil yang mengalami mual muntah) maupun keluarga dapat menerapkan terapi komplementer yang tepat untuk mengatasi gejala mual muntah salah satunya dengan aromaterapi

peppermint sehingga dapat mengurangi penggunaan terapi farmakologis. Selain itu masih banyak aromaterapi yang dapat digunakan diantaranya aromaterapi lavender, aromaterapi lemon, aromaterapi clary sage, aromaterapi chamomile, dan aromaterapi rosemary. Dimana aromaterapi tersebut memiliki khasiat dan kegunaan yang berbeda-beda.

2. Bagi Tempat Penelitian

Disarankan bagi bidan di Puskesmas Way Sulan untuk dapat menjadikan aromaterapi peppermint sebagai alternatif yang dapat diberikan untuk menunjang pengobatan konvensional pada ibu hamil yang mengalami keluhan mual muntah trimester I.

3. Bagi Institusi

Dapat memperkaya/memperbanyak literatur tentang pengaruh aromaterapi Peppermint. Selain itu diharapkan juga dapat mengaplikasikan aromaterapi peppermint dengan membuat lap aromaterapi bagi mahasiswa. Dapat pula dijadikan bekal untuk mahasiswa yang melaksanakan Praktek Pembangunan Kesehatan Masyarakat Desa untuk membantu menurunkan kejadian mual muntah pada ibu hamil dengan menggunakan aromaterapi peppermint.

4. Bagi Peneliti

Dapat menambah ilmu pengetahuan peneliti tentang khasiat aroma terapi peppermint untuk manajemen mual dan muntah pada kehamilan trimester I. Serta dapat menjadikan aromaterapi peppermint sebagai alternatif dan sebuah terapi untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil yang

melakukan pemeriksaan di tenaga kesehatan khususnya Puskesmas Way Sulan. Selain itu dapat memberikan KIE kepada teman-teman sejawat tentang penggunaan aromaterapi peppermint sehingga dapat diterapkan penggunaannya.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti yang tertarik tentang aromaterapi peppermint disarankan untuk meneliti aromaterapi peppermint dengan melibatkan responden dalam jumlah yang lebih banyak, menggunakan kelompok kontrol dengan waktu yang lebih lama dengan metode yang lebih baik lagi serta tempat penelitian yang lebih luas (heterogen).