

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

1. **Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil:** Penelitian ini mengungkapkan bahwa sebagian besar ibu hamil di Puskesmas Bergas memiliki pengetahuan yang baik tentang manfaat rebusan jahe dalam mengurangi mual dan muntah selama trimester pertama kehamilan. Sebanyak 92% dari 63 responden, yang merupakan ibu hamil berusia 20-36 tahun, menunjukkan pemahaman yang cukup baik tentang penggunaan jahe sebagai obat tradisional.
2. **Pengetahuan Berdasarkan Pekerjaan:** Berdasarkan distribusi frekuensi pekerjaan, diketahui bahwa mayoritas responden adalah ibu rumah tangga, yang berjumlah 50 orang (79%). Temuan ini menunjukkan bahwa ibu rumah tangga di Puskesmas Bergas cenderung memiliki pengetahuan yang cukup baik tentang manfaat jahe, meskipun mereka tidak terlibat dalam pekerjaan formal yang mungkin memberikan akses lebih besar terhadap informasi kesehatan.
3. **Pengetahuan Berdasarkan Pendidikan:** Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa 70% dari responden (44 orang) berpendidikan SMA. Tingkat pendidikan ini tampaknya cukup untuk memberikan pengetahuan yang memadai tentang penggunaan jahe untuk mual dan muntah selama kehamilan. Namun, masih diperlukan upaya edukasi tambahan untuk memastikan semua ibu hamil, terutama mereka dengan pendidikan yang lebih rendah, dapat memahami penggunaan jahe dengan benar dan aman.
4. **Pengetahuan Berdasarkan Umur:** Responden penelitian ini berada pada rentang usia 20-36 tahun, dan mayoritas dari mereka memiliki pengetahuan yang baik mengenai manfaat rebusan jahe. Usia yang relatif muda dan produktif ini mungkin berkontribusi pada kemampuan mereka untuk mengakses dan memahami informasi tentang penggunaan obat tradisional selama kehamilan.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, berikut adalah beberapa saran untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil trimester I di Puskesmas Bergas:

1. Untuk Institusi Pendidikan Universitas Ngudi Waluyo

Gunakan hasil penelitian ini sebagai referensi bagi mahasiswa fakultas ilmu kesehatan, khususnya kebidanan, untuk memahami penggunaan rebusan jahe dalam mengurangi mual dan muntah.

2. Untuk Petugas Puskesmas

Tingkatkan pelayanan kesehatan dan adakan penyuluhan lebih sering di Puskesmas dan Posyandu untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil.

3. Untuk Bidan

Jika ibu hamil trimester I jarang melakukan pemeriksaan, lakukan penyuluhan kepada tokoh masyarakat dan kader posyandu untuk menyebarkan informasi kesehatan. Koordinasikan laporan kader setiap bulan tentang ibu hamil, dan gunakan posyandu untuk memberikan pendidikan kesehatan mengenai rebusan jahe.

4. Untuk Ibu Hamil

Aktiflah mencari informasi tentang manfaat rebusan jahe dan kesehatan kehamilan melalui media, lingkungan, dan penyuluhan. Ini dapat membantu mengelola mual dan muntah selama kehamilan.

5. Untuk Pembaca

Berikan kritik dan saran untuk perbaikan penelitian ini.