

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil pemaparan diatas maka penulis dapat disimpulkan bahwa:

1. Dengan adanya luaran buku saku pedoman tentang “*Essential Oil Peppermint* Untuk Mual dan Muntah Pada Ibu Hamil” pembaca akan lebih mengerti dan paham mengenai cara penggunaan *essential oil peppermint* untuk menurunkan intensitas mual dan muntah yang berlebihan pada ibu hamil.
2. Menggunakan inhalasi sederhana aromaterapi *essential oil peppermint* pada hiperemesis gravidarum agar supaya tidak mengakibatkan adanya gangguan fungsi alat-alat vital seperti ginjal dan hati, dehidrasi, kekurangan nutrisi dan komplikasi lainnya.
3. Buku saku pedoman dibuat disertai dengan gambar, cara pembuatan dan cara penggunaan agar ibu hamil dapat mempraktikkan secara mandiri dirumah.

B. Saran

1. Bagi masyarakat berdasarkan luaran yang telah dibuat diharapkan masyarakat khususnya ibu hamil yang mengalami hiperemesis gravidarum dapat mengerti tentang cara penggunaan *essential oil peppermint* dan ibu hamil dapat mempraktikkan secara mandiri dirumah.
2. Bagi penulis berdasarkan luaran yang telah dibuat diharapkan penulis semakin meningkatkan wawasan keilmuan dan pengalaman yang dimiliki.
3. Bagi tenaga kesehatan berdasarkan luaran yang telah dibuat diharapkan tenaga kesehatan dapat membantu memberikan penyuluhan kesehatan mengenai hiperemesis gravidarum.

4. Bagi institusi pendidikan berdasarkan luaran yang telah dibuat diharapkan dapat menjadi referensi dipergustakaan sehingga menambah pengetahuan mahasiswa tentang manfaat dari *essential oil peppermint* untuk mengurangi mual dan muntah pada kehamilan.