

BAB 7 PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Morning Sickness Ibu Hamil Trimester I Di Puskesmas Belimbing yang dilakukan dengan 27 responden dapat disimpulkan bahwa:

1. Rata-rata skor *morning sickness* pada ibu hamil trimester I sebelum diberikan inhaler aromaterapi lemon adalah 7,89.
2. Rata-rata skor *morning sickness* pada ibu hamil trimester I setelah diberikan inhaler aromaterapi lemon adalah 4,44.
3. Terdapat pengaruh pemberian inhaler aromaterapi lemon sebagai intervensi non-farmakologis dalam mengurangi gejala *morning sickness* pada ibu hamil trimester I ($p < 0,05$).

7.2 Saran

Berdasarkan hasil yang telah disampaikan terdapat beberapa saran terkait penelitian ini, diantaranya:

1. Bagi Ibu Hamil atau responden
Ibu hamil trimester I diharapkan dapat memanfaatkan inhaler aromaterapi lemon sebagai alternatif intervensi non-farmakologis untuk membantu mengurangi gejala morning sickness, karena penggunaannya praktis, aman, dan mudah dilakukan secara mandiri.
2. Bagi Tempat Penelitian
Tenaga kesehatan, khususnya bidan dan petugas kesehatan di puskesmas, diharapkan dapat memberikan edukasi kepada ibu hamil mengenai penggunaan aromaterapi lemon sebagai terapi komplementer dalam mengatasi morning sickness, serta mengintegrasikannya dalam pelayanan kesehatan ibu hamil
3. Bagi Institusi Pendidikan
Institusi pendidikan diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai bahan pembelajaran serta mendorong pengembangan penelitian terkait terapi non-farmakologis.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan desain yang lebih kuat dan membandingkan metode pemberian aromaterapi yang berbeda atau durasi intervensi yang lebih panjang guna memperoleh hasil yang lebih komprehensif.

