

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Setelah melakukan penelitian tentang pengalaman ibu hamil trimester 1 tentang hyperemesis gravidarum dan penanganannya, maka didapatkan kesimpulan antara lain:

1. Para partisipan mengalami mual dan muntah yang dipicu oleh berbagai faktor, seperti bau-bauan tertentu (misalnya, bau sabun, masakan, dan parfum), makanan tertentu, dan kondisi fisik saat hamil. Intensitas mual muntah bervariasi di antara partisipan.
2. Mual dan muntah yang parah menyebabkan beberapa partisipan harus dirawat inap, menerima infus, dan mengalami penurunan berat badan. Kondisi ini juga berdampak pada emosi, menyebabkan mereka mudah marah, sedih, atau merasa tertekan.
3. Partisipan mencoba mengatasi mual dan muntah dengan berbagai cara, termasuk minum air hangat, mengonsumsi obat mual, istirahat, dan menghindari pemicu. Dukungan dari suami dan keluarga sangat penting dalam membantu mereka menghadapi tantangan ini, baik dari segi emosional maupun fisik.

#### **B. SARAN**

Setelah melakukan penelitian mengenai pengalaman ibu hamil trimester 1 tentang hyperemesis gravidarum dan penanganannya di klinik Siti Kholijah maka saran dari peneliti adalah sebagai berikut:

1. Penyuluhan dan Edukasi bagi Ibu Hamil: Mengingat banyaknya pemicu mual dan muntah selama trimester pertama kehamilan, penting untuk memberikan edukasi yang tepat kepada ibu hamil mengenai cara mengidentifikasi dan menghindari pemicu-pemicu tersebut. Klinik dan tenaga kesehatan dapat mengadakan sesi penyuluhan rutin untuk memberikan informasi mengenai manajemen hyperemesis gravidarum, termasuk tips praktis seperti penggunaan masker saat memasak atau menghindari lingkungan dengan bau menyengat.
2. Pendampingan Psikologis: Ibu hamil yang mengalami hyperemesis gravidarum tidak hanya memerlukan penanganan fisik tetapi juga dukungan psikologis. Klinik dan rumah sakit sebaiknya menyediakan layanan konseling atau pendampingan psikologis untuk membantu ibu hamil mengelola stres, kecemasan, dan emosi yang muncul selama kehamilan. Dukungan ini dapat mencegah dampak negatif lebih lanjut pada kesehatan mental ibu hamil.
3. Dukungan yang Lebih Intensif: Pentingnya dukungan dari keluarga dan lingkungan sosial dalam mengatasi hyperemesis gravidarum sangat terlihat dari hasil penelitian. Masyarakat, khususnya keluarga dekat seperti suami dan orang tua, perlu diberi pemahaman mengenai pentingnya memberikan dukungan emosional dan fisik kepada ibu hamil. Ini bisa mencakup bantuan dalam pekerjaan rumah tangga, memberikan makanan yang sesuai, dan menemani ibu hamil saat berobat.