

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penelitian mengenai gambaran pengetahuan remaja putri tentang hipnoterapi untuk mengatasi nyeri menstruasi (dismenorea) di MA Shofa Marwa, menggunakan desain deskriptif kuantitatif. Jumlah populasi berjumlah 147 orang. Sedangkan jumlah responden yang digunakan sebanyak 60 responden yang memiliki kriteria yaitu mengalami nyeri menstruasi. Metode yang digunakan oleh peneliti yaitu *cross sectional*. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan remaja putri di MA Shofa Marwa tentang hipnoterapi untuk mengatasi nyeri menstruasi (dismenorea) sebagai berikut :

1. Gambaran karakteristik umur responden remaja putri di MA Shofa Marwa yaitu mayoritas remaja putri yang mengalami nyeri saat menstruasi di MA Shofa Marwa yaitu berkisar 16-21 tahun yang masuk dalam kategori remaja akhir sebanyak 75%.
2. Gambaran pengetahuan remaja putri tentang hipnoterapi untuk mengatasi nyeri menstruasi (dismenorea) di MA Shofa Marwa yaitu mayoritas memiliki pengetahuan yang cukup tentang hipnoterapi untuk nyeri menstruasi sebanyak 50%
3. Gambaran pengetahuan remaja putri tentang pengertian hipnoterapi untuk mengatasi nyeri menstruasi (dismenorea) di MA Shofa Marwa yaitu mayoritas memiliki pengetahuan yang kurang tentang pengertian hipnoterapi untuk nyeri menstruasi sebanyak 38,3%

4. Gambaran pengetahuan remaja putri tentang manfaat hipnoterapi untuk mengatasi nyeri menstruasi (dismenorea) di MA Shofa Marwa yaitu mayoritas memiliki pengetahuan yang baik tentang manfaat hipnoterapi untuk nyeri menstruasi sebanyak 76,7%
5. Gambaran pengetahuan remaja putri tentang tahapan hipnoterapi untuk mengatasi nyeri menstruasi (dismenorea) di MA Shofa Marwa yaitu mayoritas memiliki pengetahuan yang kurang tentang tahapan hipnoterapi untuk nyeri menstruasi sebanyak 61,7 %

B. Saran

1. Bagi Tempat Penelitian

Di MA Shofa Marwa dapat memberikan program kesehatan mengenai penanganan nyeri menstruasi (dismenorea) menggunakan hipnoterapi untuk menambah pengetahuan tentang penanganan nyeri menstruasi

2. Bagi Responden

Bagi responden remaja putri, diharapkan dapat memahami dan mengaplikasikan hipnoterapi sebagai salah satu upaya untuk mengatasi nyeri menstruasi (dismenorea)

3. Bagi institusi Kebidanan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran dan pengembangan teori khususnya bagi jurusan kebidanan dalam memberikan edukasi tentang penanganan nyeri menstruasi (dismenorea)

4. Bagi tenaga kesehatan

Bagi tenaga kesehatan, diharapkan dapat memberikan penyuluhan tentang hipnoterapi sebagai referensi tambahan penanganan nyeri menstruasi (dismenorea) di sekolah sekolah.

5. Peneliti Lain

Diharapkan penelitian ini bisa dijadikan acuan dan bahan dalam pengembangan pengetahuan tentang penanganan nyeri menstruasi (dismenorea)