

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan pengolahan data didapatkan hasil rata rata skala nyeri *dismenore* sebelum dilakukan *akupresure* yaitu sebesar 3,95 poin dengan nilai minimum 2 dan nilai maximum 6
2. Berdasarkan pengolahan data didapatkan hasil rata rata skala nyeri *dismenore* sesudah dilakukan *akupresure* yaitu sebesar 1,68 poin nilai minimum 0 dan nilai maximum 3
3. Berdasarkan pengolahan data didapatkan hasil *P value* sebesar 0,000, dan nilai *Z* sebesar -5.467. Ada pengaruh yang signifikan antara *akupresure* untuk mengatasi *dismenore* pada remaja putri di Madrasah Tsanawiyah Ma'arif Nyatnyono Kecamatan Ungaran Barat

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas maka penulis menyampaikan saran yang diharapkan bisa berguna bagi pembaca yaitu :

1. Bagi Responden

Dengan adanya penelitian ini diharapkan bagi remaja putri yang mengalami *dismenore* tetap menerapkan terapi *akupresure* untuk mengatasi keluhan *dismenore* yang dirasakan karena mudah, praktis, dan tanpa efek samping serta dapat dilakukan dirumah masing-masing sesuai dengan pendidikan kesehatan yang diberikan.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Dengan adanya penelitian ini diharapkan bagi tenaga kesehatan mau mengikuti pendidikan kesehatan terapi *akupresure* dan dapat menerapkannya dipelayanan kesehatan serta dapat mempromosikan terapi *akupresure* ini pada remaja putri untuk mengatasi *dismenore* tanpa menggunakan obat, mudah, praktis, dan tanpa efek samping.

3. Bagi Mahasiswa

Dengan adanya penelitian ini diharapkan bagi mahasiswa dapat menambah informasi dan wawasan tentang pengaruh *akupresure* untuk mengatasi *dismenore* pada remaja putri.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dengan adanya penelitian ini diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk menggunakan metode pelaksanaan penelitian yang tepat, mudah dan tidak mengganggu waktu belajar maupun istirahat responden, pemilihan sampel yang berkualitas dan memadai, serta dapat menambah informasi teori yang terbaru terkait pengaruh *akupresure* untuk mengatasi *dismenore* pada remaja putri.