

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan disajikan kesimpulan dan saran dari hasil penelitian yang berjudul “Pengaruh Minuman Kunyit Dari Industrin X Terhadap Penurunan Nyeri Haid (Dismenore) Pada Remaja Siswi SMAN 9 Semarang Banyumanik, Jawa Tengah” Penelitian yang dilaksanakan pada bulan Desember – Januari 2022/2023.

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa :

1. Tingkat nyeri haid sebelum dilakukan intervensi (perlakuan) minuman kunyit dari industry X di SMAN 9 Semarang adalah sebagian besar nyeri sedang sebanyak 19 responden (76.0%)
2. Tingkat nyeri haid sesudah dilakukan intervensi (perlakuan) minuman kunyit dari industry X di SMAN 9 Semarang adalah sebagian besar tidak ada nyeri sebanyak 15 responden (60%).
3. Ada pengaruh minuman kunyit dari industry X terhadap penurunan nyeri haid (dismenore) pada remaja di SMAN 9 Semarang.

B. Saran

1. Bagi Responden

Bagi responden agar dapat memanfaatkan minuman kunyit dari industry X untuk mengurangi nyeri haid sebagai salah satu cara terapi nonfarmakologi yang aman dan mudah untuk mendapatkan

2. Bagi Istirusi Pendidikan

Agar dapat memberikan informasi dan pendidikan pengobatan alternative kepada siswi yang dapat mengurangi dan menurunkan nyeri haid haid sehingga dapat mengurangi pemakaian obat analgesic bagi siswi yang mengalami nyeri haid.

3. Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini dapat membuka wawasan yang lebih luas. Diharapkan untuk penelitian selanjutnya agar dapat menemukan obat herbal atau non farmakologi lainnya yang dapat memngurangi nyeri haid.