

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian gambaran nyeri haid sebelum dan setelah diberikan kompres hangat terhadap penurunan nyeri haid pada siswi SMP Negeri 6 Ungaran Desa Lerep dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Gambaran nyeri haid sebelum diberikan kompres hangat dengan nilai median 5.00 , dengan nilai minimalnya 2 dan nilai maksimalnya 6, mayoritas nyeri sedang dengan jumlah 11 (68,8%) responden dan responden dengan nyeri ringan berjumlah 5 (31,3%) responden .
2. Gambaran nyeri haid setelah diberikan kompres hangat dengan nilai median 2.00, dengan nilai minimalnya 0 dan nilai maksimalnya 3. 3 (18,8%) responden tidak mengalami nyeri dan 13 (81,3%) responden mengalami nyeri ringan, tidak ada responden yang mengalami nyeri sedang.
3. Terdapat perbedaan sebelum dan setelah kompres hangat terhadap penurunan nyeri haid yang dibuktikan dengan hasil analisis nilai p (0.000) < nilai α (0.05).

B. Saran

Dari hasil penelitian yang penulis lakukan, maka penulis ingin menyampaikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Siswi SMP

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, responden dapat menggunakan kompres hangat untuk menangani nyeri haid dikarenakan terapi tersebut mudah dilakukan di rumah dan tanpa mengeluarkan biaya.

2. Bagi Ilmu Kebidanan

Diharapkan dapat memberikan informasi kesehatan tentang penatalaksanaan dismenorea, yaitu berupa penatalaksanaan non farmakologis melalui kegiatan penyuluhan dan demonstrasi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian yang serupa dengan pengembangan penelitian lebih lanjut seperti dengan menggunakan jenis atau metode penelitian yang berbeda atau jenis pengobatan non farmakologi yang lainnya.