

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penulis berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan:

1. Penanganan dismenore pada siswi MTS Sindangraja Kabupaten Tasikmalaya sebagian besar menerapkan terapi secara non farmakologi sebesar 67 siswi (89,3%), sedangkan farmakologi sebanyak 8 siswi (10,7%).
2. Penanganan dismenore pada siswi MTS Sindangraja Kabupaten Tasikmalaya dengan terapi non farmakologi sebagian besar menerapkan kompres hangat sebanyak 41 siswi (61%), dan paling sedikit minum kunyit asam sebanyak 1 siswi (1,5%).
3. Penanganan dismenore pada siswi MTS Sindangraja Kabupaten Tasikmalaya dengan terapi farmakologi, membeli obat dari warung sebanyak 8 orang (100 %).

B. Saran

Saran yang disampaikan berdasarkan hasil penelitian sebagai berikut:

1. Bagi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Hasil penelitian ini dijadikan referensi dalam pengajaran, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat terutama dalam memberikan edukasi kesehatan dalam kegiatan pengabdian masyarakat tentang penanganan dismenore yang dapat dilakukan oleh pada siswi.

2. Bagi Remaja

Remaja lebih meningkatkan pemahaman tentang terapi non farmakologi tidak hanya macam-macam non farmakologi tetapi juga langkah dan cara dalam melakukan tindakan tersebut sehingga lebih efektif dalam menurunkan nyeri dismenore.

3. Penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini sebagai data awal dalam melakukan penelitian selanjutnya untuk mengatasi dismenore pada remaja terutama dalam terapi non farmakologi yaitu teknik nafas dalam.

