

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Setelah melakukan asuhan kebidanan pada remaja putri penatalaksanaan kompres hangat untuk mengurangi nyeri dismenore, penulis mendapatkan kesimpulan bahwa kompres hangat efektif dalam menurunkan nyeri dismenore yang remaja putri rasakan.

#### B. Saran

##### 1. Saran teoritis

Dalam asuhan ini masih banyak terdapat kekurangan dalam penyajian data yang valid dan akurat, bagi yang hendak melakukan asuhan dengan menggunakan objek asuhan yang sama diharapkan dapat lebih menyajikan data yang lebih valid dan akurat. Untuk suhan selanjutnya juga perlu memperbanyak sampel klien dan lebih teliti dalam melakukan asuhan.

##### 2. Saran Praktis

###### 1) Bagi remaja putri

Diharapkan dapat menggunakan asuhan ini sebagai alternative atau sebagai salah satu jenis terapi yang lebih efektif dan lebih mudah dilakukan dalam menurunkan intensitas nyeri dismenore.

###### 2) Bagi Profesi Kebidanan

Diharapkan dapat memberikan informasi mengenai ketidanyamanan remaja putri, khususnya pada nyeri dismenore yang umum dirasakan oleh remaja