

## BAB VII

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Kesimpulan hasil penelitian maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden berdasarkan usia siswa perempuan yang paling banyak usia 14 tahun dengan 53,3% yang mengikuti terapi musik sementara yang mengikuti terapi murottal 46,7 %.
2. Rata-rata nyeri *dismenore* sebelum dilakukan terapi musik 4,13.
3. Rata-rata nyeri *dismenore* sesudah dilakukan terapi musik 1,47.
4. Rata-rata nyeri *dismenore* sebelum dilakukan terapi murottal 3,67.
5. Rata-rata nyeri *dismenore* sesudah dilakukan terapi murottal 1,93.
6. Ada pengaruh terapi musik terhadap penurunan nyeri *dismenore* pada siswi SMPN 12 Kota Tasikmalaya dengan hasil  $\rho$  value 0,000.
7. Ada pengaruh terapi murottal terhadap penurunan nyeri *dismenore* pada siswi SMPN 12 Kota Tasikmalaya dengan  $\rho$  value 0,000.
8. Tidak ada perbedaan penurunan nyeri *dismenore* yang dilakukan terapi musik dengan terapi murottal pada siswi SMPN 12 Kota Tasikmalaya dengan hasil  $\rho$  value 0,274.

#### B. Saran

1. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Kota Tasikmalaya.

Hasil penelitian ini dapat diaplikasikan dalam proses belajar mengajar serta dapat menambah wawasan mahasiswa terutama dibidang kesehatan.

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa terapi musik dan murottal tidak hanya dapat menurunkan nyeri *dismenore* namun dapat membuat ketenangan dan rileks saat mendengarkan sehingga dapat menimbulkan konsentrasi bagi pendengar.

2. Bagi SMPN 12 Kota Tasikmalaya

Penelitian ini dapat digunakan untuk penanganan siswa yang sedang mengalami nyeri *dismenore* di sekolah dan dapat dijadikan salah satu terapi non farmakologi untuk mengurangi nyeri haid.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian lain terkait penanganan nyeri *dismenore* secara alternatif atau dengan cara non farmakologi lainnya.

