

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Setelah melakukan asuhan kebidanan pada 10 responden remaja putri dengan pemberian minuman kunyit asam ternyata dapat menurunkan atau mengurangi intensitas nyeri haid atau desminore, kesimpulan yang di peroleh penulis yaitu pengkajian yang dilakukan pada responden tersebut, dilaksanakan dengan baik. Hal ini dikarenakan adanya kerjasama yang baik antara pengkaji, bidan, klien dan keluarga, hal tersebut membuat kami berhasil menyusun rencana tindakan sesuai dengan kebutuhan yang ada.

#### B. Saran

1. Bagi masyarakat

Hasil asuhan ini dapat menjadi masukan saran bagi masyarakat dan tambahan ilmu pengetahuan dalam menggunakan obat herbal atau nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri haid atau desminore.

2. Bagi Responden

Hasil asuhan minuman kunyit asam ini bisa diterapkan atau diberikan untuk keluarga, teman dan lainnya yang mengalami nyeri haid tersebut.

3. Bagi institusi pendidikan

Bagi institusi pendidikan diberikannya asuhan ini dapat dijadikan sumber referensi dibidang farmakologis atau obat alternatif untuk mengurangi nyeri haid atau desminore.

