

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil asuhan pada hari pertama dan kedua pemberian air kelapa hijau didapatkan bahwa untuk tingkat *dismenore* sebelum dan sesudah diberikan asuhan ada penurunan tingkat nyeri. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian air kelapa hijau dapat menurunkan tingkat *dismenore*.

#### B. Saran

1. Bagi Remaja/Wanita Usia Subur.

Dengan adanya asuhan ini diharapkan, air kelapa hijau dapat dimanfaatkan khasiatnya untuk mengatasi *dismenore* secara nonfarmakologi.

2. Bagi institusi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Hasil asuhan ini dapat digunakan sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa tentang pengobatan *dismenore* dengan menggunakan air kelapa hijau

3. Bagi profesi kebidanan

Asuhan ini diharapkan agar menambah wawasan keilmuan kebidanan dalam pengobatan nonfarmakologi khususnya air kelapa hijau untuk mengatasi *dismenore*.

4. Bagi pemberi asuhan selanjutnya

Bagi pemberi asuhan selanjutnya dengan memberikan durasi waktu yang lebih panjang selama 3 hari diberikan setiap pagi dan sore serta menggunakan sampel yang lebih banyak. Pengumpulan data dalam asuhan ini hanya menggunakan metode wawancara, pemberi asuhan selanjutnya disarankan untuk menambah metode pengumpulan data, sehingga dapat memberikan informasi yang telah akurat dan menggunakan kelompok kontrol sebagai pembanding serta asuhan tentang air kelapa hijau ini sangat cocok dilakukan didaerah yang banyak menghasilkan buah kelapa.

