

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah penulis melakukan asuhan penatalaksanaan teknik pijat endorfin terhadap 5 remaja putri yang mengalami dismenorea dan evaluasi pada hasil asuhan, maka dapat disimpulkan bahwa teknik pijat endorfin dapat menurunkan intensitas nyeri dismenorea, dengan penurunan rata-rata 3. Hal ini akan bermanfaat untuk menurunkan angka kejadian dismenorea.

B. Saran

1. Bagi Remaja Putri

Dapat mencari sumber pengetahuan terkait untuk memperkuat pengetahuan dan keterampilan remaja putri bagaimana cara menurunkan nyeri dismenorea

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil studi ini dapat diintegrasikan pada mata kuliah kebidanan, khususnya mata kuliah kesehatan reproduksi.

3. Bagi Penulis

Diharapkan dapat menambah referensi dan juga ilmu pengetahuan serta wawasan dalam melakukan asuhan selanjutnya.