

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 1. Simpulan

Berdasarkan hasil asuhan kebidanan pada remaja di PMB bidan Dewi Mugarsari dapat disimpulkan bahwa penatalaksanaanya terapi murrotal al-quran dapat menurunkan skala nyeri. Diharapkan dengan adanya studi kasus ini terapi murottal bisa digunakan sebagai terapi komplementer untuk meningkatkan pelayanan keperawatan untuk memebantu mengurangi intensitas nyeri pada pasien dismenore. Rekomendasi bagi peneliti selanjutnya di harapkan penerapan terapi murottal mampu di terapkan pada pasien dengan skala nyeri yang lebih berat.

#### B. Saran

##### 1. Bagi Remaja

Sebaiknya remaja yang mengalami nyeri dismenore primer dapat melakukan terapi muruttal al quran secara mandiri sebagai upaya untuk mengurangi nyeri dismenore secara berkesinambungan saat nyeri dismenore muncul

##### 2. Institusi Pelayanan

Sebaiknya hasil dari pengkajian ini dapat menjadi bahan masukan bagi Tempat Praktik Mandiri Bidan dalam upaya meningkatkan pelayanan kesehatan khususnya asuhan kebidanan pada remaja

### 3. Bagi Instusi Pendidikan

Diharapkan asuhan ini dapat bermanfaat sebagai bahan masukan bagi instusi pendidikan dalam memberikan pelajaran kepada mahasiswa didik supaya lebih kompeten, sehingga menghasilkan lulusan bidan yang profesional dan mandiri, juga sebagai penambah bahan kepustakaan yang dapat dijadikan studi banding bagi studi kasus selanjutnya

### 4. bagi penulis

Hasil asuhan ini diharapkan dapat menambah pengetahuan penulis dan keefektifan manajemen non farmakologis untuk mengurangi nyeri Dismenore sehingga bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari

