

BAB VII

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat ditarik dari hasil penelitian ini sebagai berikut:

1. Siswi SMAN 3 Banjar sebagian besar memiliki pengetahuan kurang sebanyak 44 orang (53.7%)
2. Siswi SMAN 3 Banjar sebagian besar melakukan penanganan dismenore menggunakan terapi non farmakologi sebanyak 61 orang (74.4%)
3. Ada hubungan antara pengetahuan remaja dengan penanganan dismenore pada siswi SMAN 3 Banjar dengan *P-Value* 0,002.

B. Saran

1. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya
Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan untuk memberikan pendidikan kesehatan tentang upaya dalam menangani dismenore pada remaja kepada siswi dan masyarakat. Hal ini dapat dilakukan dengan kolaborasi pihak sekolah atau puskesmas yang membawahi wilayah sekolah-sekolah.
2. Bagi Profesi Perawat
Perawat disarankan untuk terjun langsung ke masyarakat terutama ke sekolah-sekolah untuk memberikan pemahaman terutama dismenore dan penanganannya melalui kolaborasi dengan pihak sekolah.

3. Bagi SMAN 3 Banjar

Sarana dan prasarana pendidikan merupakan salah satu hal yang penting dalam menunjang pembelajaran. Untuk itu, diharapkan agar memberikan pendidikan kesehatan untuk mendapatkan informasi mengenai kesehatan khususnya mengenai dismenore dan penanganannya yang berkolaborasi dengan pihak puskesmas.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih mendalam untuk penanganan dismenore seperti bagaimana penurunan nyeri dengan salah satu terapi non-farmaologi misalnya dengan relaksasi nafas dalam

