

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil asuhan yang dilakukan pada remaja yang mengalami dismenore dengan jumlah responden 5 orang, maka dapat disimpulkan bahwa penatalaksanaan *massage effleurage* menggunakan minyak aromaterapi mawar dapat menurunkan nyeri *dismenore* yang signifikan.

B. Saran

1. Bagi Pemberi Asuhan

Sebaiknya pemberi asuhan melakukan upaya pengurangan nyeri dismenore dengan asuhan *massage effleurage* menggunakan minyak aromaterapi mawar yang lebih intensif sehingga dapat mengetahui efektifitas yang lebih besar dari asuhan tersebut.

2. Bagi Institusi

Bagi program studi kebidanan diharapkan dapat memberikan bekal kompetensi bagi mahasiswa sehingga kedepannya mampu menerapkan asuhan *massage effleurage* menggunakan minyak aromaterapi mawar untuk menurunkan intensitas nyeri *dismenore*.

3. Bagi Remaja

Sebaiknya remaja melakukan pembelajaran mengenai menstruasi untuk meningkatkan pengetahuan tentang penanganan *dismenore*, sehingga para remaja dapat mengurangi nyeri *dismenore* dengan melakukannya sendiri.

4. Bagi Bidan Praktik Mandiri

Bidan sangat diharapkan dapat meningkatkan pelayanan kesehatan, khususnya asuhan kebidanan pada remaja dengan gangguan *dismenore*.

5. Bagi Ikatan Bidan Indonesia

Hasil asuhan ini disarankan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak organisasi kebidanan dalam rangka meningkatkan kesehatan reproduksi remaja melalui penyuluhan Pendidikan kesehatan secara berkesinambungan.

