

BAB V

PENUTUPAN

A. Kesimpulan

Setelah melakukan asuhan kebidanan pada remaja yang mengalami *dismenorrhea primary* ini, adanya perubahan intensitas nyeri *dismenorrhea primary* pada remaja. Skala nyeri sebelum diberikan penatalaksanaan *pelvic rocking exercise* diperoleh data bahwa skala nyeri paling rendah 2 dan skala nyeri paling tinggi adalah 7 dengan rata-rata 3,8 yang tergolong kedalam kategori tingkatan nyeri sedang. Skala nyeri setelah diberikan penatalaksanaan *pelvic rocking exercise* diperoleh data bahwa skala nyeri paling rendah 1 dan skala nyeri paling tinggi yaitu 3 dengan rata-rata 1,6 yang tergolong kedalam kategori nyeri ringan.

Berdasarkan hasil asuhan kebidanan yang dilakukan pada siswi kelas VIII yang mengalami *dismenorrhea primary* dengan jumlah responden 5 orang, dapat disimpulkan bahwa penatalaksanaan *pelvic rocking exercise* dapat menurunkan *dismenorrhea primary* secara signifikan.

B. Saran

Dalam rangka meningkatkan asuhan kebidanan pada kesempatan kali ini saya memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi Remaja Putri

Pelvic rocking exercise dapat digunakan untuk mengurangi *dismenorrhea primary* meningkatkan pengetahuan bagi remaja tentang cara mengurangi *dismenorrhea primary* yaitu dengan *pelvic rocking exercise*.

2. Bagi Pemberi Asuhan

Sebaiknya dilakukan upaya pengurangan nyeri *dismenorre Primary* dengan penatalaksanaan *pelvic rocking exercise* yang lebih efektif dan mengkaji factor terjadinya *dismenorrhea primary*.

3. Bagi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Bagi program studi kebidanan diharapkan dapat memberikan bekal kompetensi sebagai referensi dalam penerapan *pelvic rocking exercise* untuk mengurangi intensitas nyeri *dismenorrhea primary*.

4. Bagi Instansi Kesehatan

Hasil asuhan ini disarankan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi instansi kesehatan dalam rangka meningkatkan kesehatan reproduksi remaja melalui penyuluhan pendidikan kesehatan secara keseimbangan.

