

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab terakhir ini akan dituliskan beberapa Kesimpulan dari hasil penelitian tentang Gambaran pengetahuan remaja putri tentang manfaat rebusan kayu manis hangat untuk mengurangi dismenore di Universitas Bhakti Kencana serta saran-saran sebagai tindak lanjut penelitian ini.

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini yang telah dilakukan terhadap responden mengenai Gambaran pengetahuan remaja putri tentang manfaat rebusan kayu manis hangat untuk mengurangi dismenore di Universitas Bhakti Kencana, maka dapat ditarik kesimpulan dari 35 responden yaitu sebanyak 22 sebagian besar dari responden (62.9%) menunjukkan pengetahuan yang cukup.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, peneliti menyarankan beberapa hal yang dapat dijadikan masukan baik bagi institusi Pendidikan, petugas kesehatan, responden penelitian dan peneliti selanjutnya.

1. Kepada institusi penelitian (Universitas Bhakti Kencana)

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan dan acuan untuk institusi pendidikan dalam mengevaluasi mahasiswi mengenai pengetahuan remaja putri tentang rebusan kayu manis hangat untuk mengurangi dismenore.

2. Bagi petugas Kesehatan

Bagi petugas Kesehatan disarankan untuk selalu melakukan usaha promotif untuk meningkatkan derajat kesehatan. Perlu ditingkatkan kegiatan penyuluhan tentang manfaat rebusan kayu manis hangat dalam mengurangi dismenore pada remaja.

3. Bagi Responden

Bagi Responden diharapkan dengan tingkat Pengetahuan yang baik.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Manfaat rebusan kayu manis yang dapat mengurangi nyeri dismenore untuk meningkatkan kualitas hidup. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai data dasar untuk peneliti selanjutnya yang akan mengambil judul yang serupa ataupun dengan menambahkan faktor- faktor lain untuk mengurangi dismenore pada remaja.