

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Universitas Bhakti Kencana Bandung serta diuraikan pada pembahasan yang terpapar pada bab sebelumnya, maka peneliti dapat memberikan kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian besar dari responden sebelum diberikan intervensi kompres hangat dan akupresure Sp 6 mengalami *dismenore* dengan nyeri berat.
2. Hampir seluruh dari responden sesudah diberikan intervensi kompres hangat mengalami *dismenore* dengan nyeri ringan dan hampir dari seluruh responden sesudah diberikan akupresure Sp 6 mengalami *dismenore* dengan nyeri sedang.
3. Kompres hangat lebih efektif dibandingkan akupresure Sp 6 dalam mengurangi *dismenore* pada mahasiswa Kebidanan Bhakti Kencana Bandung.

#### 5.2 Saran

1. Bagi Institusi

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan masukan dalam proses pembelajaran dan digunakan sebagai bahan evaluasi dan

pengembangan bagi tenaga kesehatan dalam pemberian kompres hangat dan akupresure Sp 6 dalam mengurangi *dismenore*.

2. Bagi Lahan Penelitian

Diharapkan penelitian ini dapat menambah informasi dan masukan dalam upaya mengurangi *dismenore*.

3. Bagi Peneliti

Diharapkan bagi peneliti hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan untuk mengatasi masalah nyeri *dismenore* dan bagi peneliti selanjutnya dapat mengaplikasikan asuhan kebidanan komplementer lainnya atau menambahkan titik akupresure lainnya.