

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5. 1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMAN 1 Kertasari serta diuraikan pada pembahasan yang terpapar pada bab sebelumnya, maka peneliti dapat memberikan kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian besar dari responden sebelum diberikan intervensi susu jahe mengalami *dismenore* sedang,
2. Sebagian besar dari responden sesudah diberikan intervensi susu jahe mengalami *dismenore* ringan.
3. Ada pengaruh pemberian minuman susu jahe terhadap *dismenore*

5.2 Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber bacaan dan tambahan informasi tentang asuhan kebidanan komplementer *dismenore* pada remaja putri

2. Bagi Masyarakat

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sumber pengetahuan dan informasi bagi masyarakat dalam melakukan penanganan *dismenore* terhadap remaja putri.

3. Bagi Penulis

Penelitian ini diharapkan menjadi pengalaman baru bagi penulis dalam melaksanakan penelitian dan diharapkan penelitian ini dapat mengaplikasikan teori yang telah didapat untuk mengatasi masalah *dismenore*.