

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dengan melakukan studi literature dan menganalisisnya dapat disimpulkan bahwa penatalaksanaan non farmakologi untuk mengurangi nyeri dismenore dengan terapi non farmakologi dapat menunjukkan bahwa adanya penurunan tingkat nyeri yang berarti ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan pemberian terapi non farmakologi dengan terapi massage effleurage, terapi kompres hangat, yoga senam dan aromaterapi yang dapat menurunkan nyeri dismenore sehingga terapi non farmakologi ini bias menjadi pilihan terapi untuk mengurangi nyeri pada saat dismenore pada remaja

6.2 Saran

6.2.1 Penulis

Melalui penelitian ini peneliti dapat menerapkan ilmu yang didapat selama pendidikan dan memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan dipelayanan keperawatan khususnya penelitian tentang penatalaksanaan non farmakologi untuk mengurangi nyeri dismenore pada remaja putri.

6.2.2 Peneliti selanjutnya.

Bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan *literature review* terkait metode yang tepat digunakan dalam melakukan penelitian

penatalaksanaan non farmakologi untuk mengurangi nyeri dismenore pada remaja putri.