

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Kadar prostaglandin menunjukkan tidak ada perbedaan sebelum intervensi (*p value* 0.403) pada kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol, ada perbedaan sesudah intervensi (*p value* 0.002) pada kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol.
2. Intensitas nyeri dismenore menunjukkan tidak ada perbedaan sebelum intervensi (*p value* 0.822) pada kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol, ada perbedaan sesudah intervensi (*p value* 0.005) pada kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol.
3. Ada perbedaan yang bermakna kadar prostaglandin sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok perlakuan dengan *p value* 0.000. Ada perbedaan yang bermakna skor intensitas nyeri dismenore sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok perlakuan dengan *p value* 0.007. Sedangkan pada kelompok kontrol tidak ada perbedaan kadar prostaglandin sebelum dan sesudah intervensi dengan *p value* 0.917. Tidak ada perbedaan skor intensitas nyeri dismenore sebelum dan sesudah intervensi dengan *p value* 0.165.
4. Ada perbedaan rerata yang bermakna kadar prostaglandin sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

dengan *p value* 0.012. Ada perbedaan yang bermakna skor intensitas nyeri dismenore sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan *p value* 0.027.

B. Saran

1. Bagi institusi pendidikan

- a. Sebagai informasi pada lingkup kesehatan remaja mengenai manfaat *slow stroke back massage* untuk menurunkan nyeri dismenore.
- b. Mensosialisasikan SSBM sebagai salah satu alternatif pilihan dalam penanganan nyeri dismenore dengan meminimalisir penggunaan obat-obatan dan memaksimalkan penggunaan bahan-bahan yang alami tanpa efek samping melalui setiap kegiatan kemahasiswaan melalui media kampus.
- c. Melakukan sosialisasi kepada mahasiswa kesehatan mengenai beberapa cara nonfarmakologi untuk mengurangi nyeri dismenore seperti relaksasi dengan cara *slow stroke back massage*.

2. Bagi tenaga kesehatan

- a. Memberikan informasi SSBM sebagai cara menurunkan nyeri dismenore dan menurunkan prostaglandin sebagai salah satu cara yang dapat dikembangkan oleh tenaga kesehatan untuk mengurangi nyeri pada remaja.
- b. Sebagai informasi yang dapat dikembangkan dalam upaya preventif dalam mnegurangi nyeri dismenore pada remaja.

- c. Pentingnya pendidikan kesehatan remaja dan deteksi dini terhadap remaja dengan dismenore dengan tingkat nyeri berat yang terjadi secara berulang dalam setiap siklus menstruasi sehingga dibutuhkan pemeriksaan penunjang untuk mendiagnosis sedini mungkin kemungkinan adanya penyakit ginekologi yang menyertai.

3. Bagi peneliti selanjutnya

- a. Menjadi salah satu data yang dapat dilanjutkan untuk penelitian selanjutnya.
- b. Peneliti selanjutnya dapat mengkaji dan menganalisis intervensi SSBM dengan beberapa kali pengukuran.