

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 33 responden mengenai pengaruh pemberian kompres hangat terhadap nyeri haid/dismenore pada remaja putri di SMK MKH Jakarta Selatan dapat disimpulkan bahwa:

- 5.1.1 Mayoritas karakteristik responden penelitian berdasarkan pada usia, kelas dan usia menarche. Variabel usia responden terdapat pada usia 16 tahun sebanyak 60,6%, kemudian variabel kelas terdapat X-1 sebanyak 51,5% dan variabel usia menarche yang terdapat pada usia 12 tahun sebanyak 51,5%.
- 5.1.2 Dalam penelitian ini didapatkan nyeri haid/dismenore sebelum diberikan kompres hangat pada remaja putri di SMK MKH Jakarta Selatan skala dismenore yaitu skala 4-6 sebanyak 60,6%. Dan setelah diberikan kompres hangat pada remaja putri di SMK MKH Jakarta Selatan skala dismenore yaitu skala 0 sebanyak 75,8%.
- 5.1.3 Terdapat pengaruh pemberian kompres hangat terhadap nyeri haid/dismenore pada remaja putri di SMK MKH Jakarta selatan tahun 2023 dengan nilai p value sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hasil menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, maka ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap nyeri haid/dismenore pada siswi di SMK MKH Jakarta Selatan.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disampaikan beberapa saran sebagai berikut:

5.1.1 Bagi Remaja Putri

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, diharapkan dapat mempraktekan kompres hangat sebagai upaya penanganan dalam menurunkan nyeri haid/dismenore pada remaja putri yang mengalami nyeri.

5.1.2 Bagi SMK MKH Jakarta Selatan

Bagi instansi Sekolah disarankan untuk memberikan kesempatan bagi para siswi untuk memperoleh pendidikan kesehatan secara luas. Pendidikan Kesehatan tersebut berguna untuk kelancaran dalam proses belajar mengajar

5.1.3 Bagi Bidang Kesehatan

Penelitian ini membuktikan bahwa ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap nyeri haid/dismenore. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi sebagai pengembangan dalam bidang Kesehatan khususnya keperawatan

5.1.4 Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan untuk meneruskan penelitian secara mendalam dengan menambah variabel penelitian dan dengan rancangan penelitian yang lebih baik.