

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil pembahasan penelitian yang berjudul "Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri SMA Negeri 1 Godean" didapatkan beberapa kesimpulan :

1. Ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenore primer pada remaja putri SMA Negeri 1 Godean, hasil *p-value* sebesar 0,000. Yang berarti bahwa  $p\text{-value} < 0,05$ , menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean
2. Nilai intensitas nyeri sebelum diberikan aromaterapi lavender terdapat sebanyak 15 (71,4%) responden mengalami nyeri sedang dengan rentang skor 4-6 dan 6 (28,6) responden mengalami nyeri berat dengan rentang skor 7-10
3. Nilai intensitas nyeri setelah diberikan aromaterapi lavender terdapat sebanyak 12 (57,1%) responden mengalami nyeri ringan dengan rentang skor 1-3 dan 9 (42,9%) responden mengalami nyeri sedang dalam rentang skor 4-6
4. Ada Perbedaan intensitas nyeri sebelum dan setelah pemberian aromaterapi lavender yaitu pada hasil pre test sebelum diberikan aromaterapi lavender nilai skor rata-rata (mean) nyeri dismenore adalah 5,9. Kemudian hasil post test setelah diberikan aromaterapi lavender nilai skor rata-rata (mean) nyeri dismenore adalah 3,2

## B. Saran

### 1. Bagi institusi

Penelitian ini diharapkan menjadi sumber pustaka institusi, menjadi bahan informasi dan data yang dapat dijadikan referensi.

Disarankan untuk penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan melakukan perbandingan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Untuk pengembangan keilmuan agar penelitian lebih baik disarankan untuk pengambilan sampelnya dengan merumuskan besaran sample dengan derajat kesalahan yang lebih rendah

### 2. Tenaga Kesehatan

Disarankan tenaga kesehatan dapat menambah wawasan terhadap remaja putri dan masyarakat dalam pemberian terapi komplementer aromaterapi lavender sebagai upaya meningkatkan derajat kesehatan bagi masyarakat

### 3. Bagi Tempat Penelitian (sekolah)

Dapat dijadikan bahan masukan dan penanganan terkait gangguan menstruasi yang dialami remaja putri seperti melakukan penyuluhan di UKS sebagai bentuk promosi kesehatan terkait alternative pengurangan nyeri dismenore.

### 4. Bagi Remaja

Diharapkan remaja putri dapat memilih aromateri lavender dalam penurunan nyeri dismenore dan Membantu dalam mengurangi nyeri dismenore dengan cara yang mudah dan aplikatif melalui terapi non farmakologi