

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian Pengaruh *Massage Effleurage* Terhadap *Dismenore* Primer pada Remaja Putri kelas IX SMPN 3 Tanah Putih Tahun 2023 adalah :

1. Sebelum mendapat intervensi terapi *massage effleurage* untuk *dismenore* primer, dari 41 sampel sebagian besar masuk dalam kelompok skala nyeri sedang (4-6) dengan nilai 22 orang (53,7%) .
2. Setelah intervensi terapi *massage effleurage*, sebagian besar pasien dengan skala nyeri *dismenore* primer masuk dalam kategori tidak nyeri (0) yang meliputi 10 orang (24.4%), nyeri ringan (1-3) yang mencakup 22 orang (53.7%), dan nyeri sedang (4-6) yaitu sebanyak 5 orang (12,2%).
3. Ada pengaruh *massage effleurage* terhadap *dismenore* Primer pada remaja putri kelas IX SMPN 3 Tanah Putih, didapatkan hasil analisa uji statistic *Wilcoxon Signed Rank Test Asymp* sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya H_0 di tolak dan H_a diterima atau hasil menunjukkan bahwa *massage effleurage* dapat memberikan pengaruh *massage effleurage* dapat memberikan pengaruh dalam menurunkan intensitas nyeri *dismenore* primer pada remaja putri kelas IX SMPN 3 Tanah Putih 2023.

B. Saran

1. Bagi mahasiswa kebidanan Universitas Jenderal Ahmad Yani Yogyakarta

Di harapkan bagi mahasiswa yang mempelajari ilmu kebidanan, penelitian ini dimaksudkan untuk memberikan lebih banyak referensi ilmiah dan bahan bacaan bagi mahasiswa bidan tentang pengaruh *massage effleurage* terhadap *dismenore* primer pada remaja putri.

2. Bagi SMPN 3 Tanah Putih

Diharapkan agar dengan memberikan edukasi kepada remaja putri tentang *massage effleurage* sebagai teknik pereda nyeri non farmakologis, mereka mampu menggunakannya sendiri ketika *dismenore* primer menyerang.

3. Bagi Remaja

Diharapkan para remaja putri khususnya yang bersekolah di SMPN 3 Tanah Putih dapat memanfaatkan *massage effleurage* sebagai teknik pijat yang terbukti berhasil menurunkan kadar *dismenore*. Terapi ini juga hemat biaya, praktis, dan tidak menimbulkan efek samping negative bila digunakan dalam jangka waktu lama atau jangka panjang.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan Peneliti masa depan dapat memanfaatkan penelitian ini dan melakukan lebih banyak penelitian tentang penerapan terapi non-farmakologis yang efektif mengobati *dismenore*.

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
UNIVERSITAS JEMBER
YOGYAKARTA