

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian “Pengaruh Terapi *Massage Effleurage* Terhadap Penurunan Nyeri Haid pada Remaja Putri di Sma Muhammadiyah 1 Klaten”. Peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa :

1. Umur responden sebagian besar adalah 15-17 tahun. Rata-rata umur responden 15 tahun dengan menarache paling muda 9 tahun dan paling tua 13 tahun.
2. Rerata skala nyeri pada kelompok sebelum dilakukan *massage effleurage* adalah 4.71 ± 0.985 . sedangkan rerata skala nyeri setelah dilakukan *massage effleurage* adalah 2.24 ± 0.970 .
3. Rerata skala nyeri pada kelompok kontrol pada pengukuran pertama nilai adalah 4.65 ± 1.115 . sedangkan pengukuran kedua rerata skala nyeri adalah 3.71 ± 1.047 .
4. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi *massage effleurage* efektif untuk menurunkan skala nyeri haid pada remaja putri di sma muhammadiyah 1 klaten dengan nilai signifikan sebesar $P_{val} = 0.00 < \alpha = 0.05$

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, adapun beberapa saran yang dapat diberikan, yaitu :

1. Bagi profesi keperawatan
Perawat dapat mengembangkan SOP *massage effleurage* dan pendidikan kesehatan kepada siswi tentang cara mengatasi nyeri haid dengan terapi *massage effleurage* untuk menurunkan skala nyeri haid.
2. Bagi siswi
Siswi menggunakan *massage effleurage* untuk mengatasi nyeri haid saat menstruasi.
3. Bagi sekolah
Sebagai pengembangan dalam memberikan informasi pada program UKS untuk memberikan pendidikan kesehatan tentang penatalaksanaan nyeri haid dengan terapi *massage effleurage*.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya untuk meneliti lebih lanjut tentang faktor-faktor yang dapat mempengaruhi nyeri haid serta mengendalikan variabel pengganggu dalam penelitian.