

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian “pengaruh kompres air hangat terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri di SMA N 1 Wedi Klaten” peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa:

1. Umur responden sebagian besar adalah 16-17. Rata-rata umur responden 16 tahun dengan IMT paling rendah 19-21. Rata rata umur responden 20.22 dengan stress responden sebagian besar 6-18. Rata-rata stress 12.56.
2. Rerata skala nyeri pada kelompok eksperimen sebelum 4.89 ± 1.054 . sedangkan sesudah penurunan nyeri kelompok eksperimen 2.11 ± 0.928
3. Rerata skala nyeri kelompok kontrol nyeri sebelum tidak di lakukan kompres air hangat 4.78 ± 0.833 . sedangkan rerata penurunan skala nyeri setelah tidak di lakukan kompres air hangat 4.44 ± 0.882
4. Menganalisis nyeri kelompok eksperimen sebelum dan sesudah dilakukan tindakan kompres air hangat *p value* 0.000; < 0.05
5. Menganalisis nyeri kelompok kontrol sebelum dan sesudah tidak dilakukan kompres air hangat *p-value* 0.081; > 0.05
6. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian kompres air hangat efektif untuk menurunkan skala nyeri haid pada remaja putri di SMA N 1 Wedi Klaten dengan signifikan sebesar *p value* 0.009 < 0.05 .

B. Saran

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

1. Bagi ilmu pengetahuan
Perawat dapat mengembangkan kompres air hangat dan pendidikan kesehatan kepada siswi tentang cara mengatasi nyeri haid dengan terapi kompres air

2. Profesi keperawatan

Perawat dapat mengembangkan kompres air hangat dan pendidikan kesehatan kepada siswi tentang cara mengatasi nyeri haid dengan terapi kompres air

3. Sekolah

Sebagai pengembangan dalam memberikan informasi pada program UKS untuk memberikan pendidikan kesehatan tentang penatalaksanaan nyeri haid dengan kompres air hangat

4. Peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitit selanjutnya untuk meneliti lebih lanjut tentang jumlah responden yang besar dan memberikan perlakuan yang berbeda pada kelompok kontrol.