

BAB V

KESIMPILAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan mengenai pengaruh minuman jamu kunyit asam terhadap penurunan intensitas nyeri haid (*dismenorea*) pada remaja putri di SMK Maestro Islamik School Banjarmasin, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Intensitas nyeri haid (*dismenorea*) sebelum diberikan jamu kunyit asam pada remaja putri di SMK maestro islamik school Banjarmasin mayoritas berada dikategori nyeri sedang yaitu 9 siswi (56,25%).
2. Intensitas nyeri haid (*dismenorea*) setelah diberikan jamu kunyit asam pada remaja putri di SMK Maestro Islamik School Banjarmasin mayoritas berada dikategori nyeri ringan yaitu 11 siswi (68,75%).
3. Adanya pengaruh pemberian jamu kunyit asam terhadap penurunan intensitas nyeri haid (*dismenorea*) pada remaja putri di SMK Maestro Islamik School Banjarmasin dengan hasil nilai *p-value* $0,000 < 0,05$ artinya H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian jamu kunyit asam terhadap penurunan intensitas nyeri haid (*dismenorea*).

B. Saran

1. Bagi STIKES Suaka Insan

Bagi institusi Kesehatan/ STIKES Suaka Insan Banjarmasin dengan hasil penelitian ini dapat disajikan sebagai sumber referensi bagi Pendidikan dan dapat dijadikan pembelajaran pada bidang Keperawatan

Medikal Bedah untuk mengembangkan informasi tentang penanganan *dismenorea* pada remaja putri dengan cara terapi non farmakologi salah satunya yaitu menggunakan jamu kunyit asam.

2. Bagi SMK Maestro islamik school Banjarmasin

Diharapkan pihak SMK Maestro Islamik School Banjarmasin dapat mengoptimalkan UKS untuk membentuk program yang diselenggarakan oleh anggota PMR (Palang Merah Remaja) untuk memberikan edukasi tentang penanganan nyeri haid (*dismenorea*) menggunakan terapi non farmakologi ini salah satunya menggunakan jamu kunyit asam bersama sehingga dapat menangani masalah kesehatan remaja khususnya *dismenorea* yang banyak dialami oleh siswi SMK Maestro Islamik School Banjarmasin.

3. Bagi remaja putri (siswi)

Diharapkan para remaja putri tetap melakukan penanganan nyeri haid (*dismenorea*) dengan cara non farmakologi salah satunya dengan mengonsumsi jamu kunyit asam, yang dimana minuman jamu kunyit asam dapat menjadi alternatif pilihan untuk mengatasi nyeri haid (*Dismenorea*) sehingga tidak mengganggu aktifitas sehari-hari.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi atau data dasar untuk peneliti selanjutnya dalam meneliti pengaruh pemberian jamu kunyit asam terhadap penurunan intensitas nyeri hai (*dismenorea*),

dan dapat menjadi bahan pertimbangan untuk peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian tentang tingkat pengetahuan penanganan farmakologi dan non-farmakologi untuk nyeri haid (*dismenorea*) pada remaja putri.