

BAB V

PENUTUP

Setelah peneliti melakukan penelitian dengan judul “Perbedaan Penurunan Nyeri Dismenorea Pada Remaja Dengan Tatalaksana *Guided Imagery* Dan Kompres Hangat Di SMA Negeri 8 Malang”, peneliti dapat memberikan kesimpulan, saran serta rekomendasi.

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisa data dalam penelitian yang dilakukan maka dapat disimpulkan :

5.1.1 Hasil pengukuran tingkat nyeri sebelum diberikan tatalaksana *guide imagery* mengalami penurunan dimana sebelum diberikan *guided imagery* diketahui bahwa keseluruhan jumlah responden termasuk dalam kategori nyeri sedang mengalami penurunan dari 16 responden (80%) menjadi 1 responden (5%) yang mengalami nyeri sedang. Kategori nyeri ringan yang semula terdapat 3 responden (15%) sebelum terapi mengalami peningkatan sesudah diberikan *guided imagery* yaitu 15 responden (75%).

5.1.2 Hasil pengukuran tingkat nyeri sebelum diberikan tatalaksana kompres hangat mengalami penurunan dimana sebelum diberikan kompres hangat secara keseluruhan jumlah responden termasuk dalam kategori nyeri sedang mengalami penurunan dari 12 responden (60%) menjadi tidak ada responden yang mengalami nyeri sedang. Kategori tidak nyeri yang semula

tidak terdapat kategori tidak nyeri sebelum terapi mengalami peningkatan sesudah diberikan tatalaksana kompres hangat yaitu 17 responden (85%).

5.1.3 Hasil pengukuran yang telah terlihat dapat disimpulkan tatalaksana *guided imagery* dan kompres keduanya berkontribusi dalam menurunkan nyeri . Dengan uji statistic Mann Whitney dengan taraf signifikansi 0,000 kurang dari α (0,050) atau nilai z (-4,068) kurang dari nilai z tabel (-1,960) sehingga terdapat perbedaan signifikan antara pemberian tatalaksana *guided imagery* dan kompres hangat sesudah terapi.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Remaja Putri

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa tatalaksana kompres hangat lebih signifikan dalam menurunkan nyeri dismenorea daripada *guided imagery*. Oleh karena itu, bagi remaja putri yang mengalami dismenorea, alternatif yang dapat dipilih untuk menurunkan nyeri yaitu dengan melakukan kompres hangat.

5.2.2 Bagi Profesi Bidan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa penurunan nyeri dismenorea dengan tatalaksana kompres hangat lebih signifikan daripada yang diberikan tatalaksana *guided imagery*. Hasil penelitian ini dapat menjadi informasi tambahan khususnya bagi profesi bidan dalam memberikan asuhan gangguan kesehatan reproduksi remaja, yaitu dapat menjadikan kompres

hangat sebagai salah satu alternatif manajemen nyeri dismenorea secara non farmakologis.

5.3 Rekomendasi

5.3.1 Pada penelitian selanjutnya diharapkan bisa memperluas populasi dan menambah jumlah responden agar hasil penelitian bisa digeneralisasikan; mengambil populasi yang menderita dismenore sekunder, dan sebelum melakukan penelitian diharapkan terlebih dahulu mengidentifikasi faktor-faktor yang dapat mempengaruhi nyeri yang dialami oleh responden.