**BAB V**

**PENUTUP**

* 1. **Kesimpulan**

Dari hasil penelitian yang dilakukan tentang pengaruh termoterapi *hot-pack* terhadap tingkat kenyamanan (nyeri) remaja putri pada saat mengalami dysmenorrhea di SMK Plus Al-Maarif Singosari dapat ditarik kesimpulan ;

* + - 1. Skala nyeri dismenore responden sebelum dilakukan pemberian termoterapi *hot-pack* pada siswi SMK Plus Al-Maarif Singosari memiliki skala nyeri sedang.
      2. Skala nyeri dismenore responden sesudah dilakukan pemberian termoterapi *hot-pack* pada siswi SMK Plus Al-Maarif Singosari berubah menjadi nyeri ringan.
      3. Hasil uji statistic menunjukkan bahwa ada pengaruh termoterapi *hot-pack* terhadap tingkat kenyamanan (nyeri) remaja putri pada saat mengalami *dysmenorrhea*.
  1. **Saran**

Institusi Pendidikan

Dengan adanya skripsi ini diharapkan dapat menjadi referensi di perpustakaan sebagai bahan kajian tentang manajemen kenyamanan (nyeri) non-farmakolgis untuk peneliti yang akan datang dengan responden yang lebih banyak.

Institusi Tempat Penelitian

Dengan adanya hasil dari penelitian ini diharapkan dapat diterapkan di UKS dalam memberikan pelayanan terhadap siswi yang sedang mengalami nyeri haid di sekolah maupun di asrama.

Peneliti Selanjutnya

Dalam penelitian ini belum diteliti bagaimana perbedaan efektifitas pemberian termoterapi *hot-pack* menggunakan dan tanpa menggunakan sabuk *hot-pack* kepada siswi yang mengalami dismenore, terhadap tingkat kenyamanan (nyeri), diharapkan saran dari peneliti dapat dilanjutkan oleh peneliti selanjutnya.