

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Dismenore yang terjadi pada subjek 1 dan subjek 2 sebelum dilakukan *massage effleurage* menggunakan aromaterapi lavender yaitu dismenore dirasakan hari pertama dan hari kedua menstruasi, upaya yang dilakukan kedua subjek istirahat dan minum obat pereda nyeri. Setelah dilakukan *massage effleurage* menggunakan aromaterapi lavender pada kedua subjek terdapat penurunan skala nyeri haid apabila tindakannya dilakukan dengan tepat dan benar sesuai SOP dan disimpulkan bahwa *massage effleurage* menggunakan aromaterapi lavender sangat membantu dalam penurunan nyeri dan menjadi alternatif untuk mengurangi dismenore.

#### **5.2 Saran**

##### **5.2.1 Bagi Subjek Penelitian**

- a. Bagi subjek diharapkan lebih bersemangat dan tekun dalam melakukan upaya yang sudah diberikan agar mengalami penurunan yang optimal.
- b. Memeriksa keadaan nyeri dismenore ke pelayanan kesehatan apabila terjadi nyeri yang sangat berat.

##### **5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Dapat dilakukan dengan banyak sampel diharapkan peneliti dapat melakukan penelitian yang lebih luas, mendalam lagi, dan dapat dilakukan dengan banyak sampel.