

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh konsumsi teh *oolong* terhadap penurunan skala nyeri dismenorea primer pada mahasiswi Keperawatan Universitas Jenderal Soedirman, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik partisipan berdasarkan usia menarche didapatkan bahwa sebagian besar partisipan mengalami usia menarche di usia ≥ 11 tahun. Pada riwayat keluarga sebagian besar partisipan memiliki riwayat keluarga yang mengalami dismenore dan pada periode menstruasi sebagian besar partisipan mengalami menstruasi mana siklus normal yaitu 21-35 hari.
2. Rata-rata skala nyeri dismenorea primer partisipan mayoritas termasuk ke dalam katagori ringan pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol dengan nilai 2,26 pada kelompok eksperimen dan 3,71 pada kelompok kontrol.
3. Terdapat perbedaan skala nyeri pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan intervensi, sedangkan pada kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan.
4. Terdapat perbedaan skala nyeri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sesudah diberikan intervensi konsumsi teh *oolong*.

B. Saran

Saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian ditujukan kepada institusi, tenaga kesehatan, peneliti selanjutnya.

1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi terutama pada mata kuliah kesehatan reproduksi terkait dengan manajemen non farmakologi nyeri pada penyakit ginekologi.

2. Bagi Bidang Keperawatan

Perlunya peningkatan pelayanan pada kesehatan reproduksi remaja dengan cara memberikan informasi atau edukasi kesehatan kepada

remaja mengenai manajemen non farmakologi untuk mengurangi nyeri menstruasi salah satunya dengan mengonsumsi teh *oolong*.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan meneruskan penelitian dengan prosedur yang lebih ketat untuk mengontrol bias dalam penelitian.

