

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang pengaruh kompres air hangat terhadap penurunan dismenorea primer pada siswi di SMA Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

- 1) Tingkat nyeri menstruasi sebelum diberikan kompres air hangat pada siswi di SMA Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo sebagian besar pada skala nyeri 4-6 (nyeri sedang) yaitu sebesar 74,2%.
- 2) Tingkat nyeri menstruasi setelah diberikan kompres air hangat pada siswi di SMA Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo sebagian besar pada skala nyeri 1-3 (nyeri ringan) yaitu sebesar 67,7%.
- 3) Berdasarkan uji T berpasangan (*Paired sample t-test*) didapatkan nilai *p value* = 0,000 ($\alpha < 0,05$) artinya ada pengaruh kompres air hangat terhadap penurunan dismenorea primer pada siswi di SMA Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo.

5.2 Saran

- 1) Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan mengenai kompres air hangat sebagai salah satu cara untuk mengurangi dismenorea primer.

2) Bagi siswi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai tindakan alternatif untuk menangani masalah dismenorea primer.

3) Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat melakukan penelitian selanjutnya dengan mengembangkan penelitian ini dengan metode yang berbeda dan melakukan intervensi lebih dari 1 kali serta memperbanyak sampel agar ruang lingkup dan generalisasi penelitian menjadi lebih luas.