

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Pengaruh Pemberian Madu Murni Kaliandra terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMPN 6 Yogyakarta dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik usia, lama haid, riwayat dismenorea keluarga, status gizi, tingkat stress, aktivitas fisik, dan kebiasaan sarapan pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol tidak memiliki perbedaan yang signifikan $p\text{-value} > 0.05$
2. Terdapat penurunan nyeri dismenore primer yang signifikan sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok perlakuan ($p = 0.001$).
3. Terdapat penurunan nyeri dismenore primer yang tidak signifikan antara sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol ($p = 0,180$)
4. Terdapat pengaruh bermakna pemberian madu kaliandra dalam menurunkan nyeri dismenore primer pada siswi SMPN 6 Yogyakarta, hasil uji statistik didapatkan $p\text{-value} 0.000 < 0,05$

B. Saran

1. Bagi tenaga kesehatan

Bidan dan tenaga kesehatan lain dapat mengaplikasikan salah satu produk alam berupa pemberian madu kaliandra dalam memberikan asuhan

terapi alternatif non farmakologis pada remaja yang mengalami nyeri dismenore primer.

2. Bagi remaja

Remaja yang menderita dismenore primer dapat menerapkan terapi nonfarmakologis berupa konsumsi madu kaliandra dengan dosis 2 sdm madu yang dapat diminum langsung atau dilarutkan dalam air hangat 250 ml setiap hari dimulai dari hari ke 15 setelah menstruasi hingga menstruasi selanjutnya. Karena konsumsi madu ini akan berpengaruh terhadap penurunan nyeri dismenorea secara fisiologis. Diharapkan terapi ini dapat membantu remaja mengurangi konsumsi obat-obatan pengurang rasa nyeri dan digantikan dengan bahan alami seperti madu.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini sebagai acuan dan bahan referensi penelitian selanjutnya serta perlu dilakukan penelitian yang serupa dengan *RCT* yaitu dengan mengontrol variabel lain yang mempengaruhi dismenore seperti tingkat kecukupan magnesium, tingkat kecukupan kalsium, tingkat kecukupan vitamin e, dan tingkat kecukupan zat besi atau dapat dilakukan penelitian dengan sampel yang lebih besar dan pemantauan yang lebih lama.