

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada penelitian yang berjudul “Pengaruh Pemberian Vitamin E Pada Remaja Puteri Di SMPN 1 Pinang Belapis”, maka dapat disimpulkan bahwa

1. Dari 34 responden, penelitian dapat diketahui bahwa usia responden berada pada rentang 13-16 tahun atau remaja tengah. Sedangkan karakteristik berdasarkan usia menarche, Usia menarche responden berada pada rentang 10-13 tahun. Responden penelitian dari tiga kelas, kelas VII, VIII, dan kelas IX.
2. Terjadi perubahan rata-rata dismenore dari sebelum dan setelah diberikan vitamin E pada remaja putri, terjadi penurunan signifikan derajat dismenore setelah diberikan vitamin E pada remaja putri.

B. SARAN

1. Manfaat bagi praktisi dan pelayanan kesehatan
Dapat mengaplikasikan terapi suplen vitamin e sebagai suatu terapi alternatif terhadap penanganan dismenore.
2. Manfaat bagi remaja
Remaja dapat menerapkan terapi suplemen vitamin E pada saat mengalami dismenore primer.

3. Manfaat bagi sekolah

Memberikan penjelasan guna meningkatkan kembali pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi khususnya dismenore bila perlu kerjasama dengan dinas kesehatan atau puskesmas setempat mengenai masalah kesehatan remaja khususnya gangguan menstruasi pada remaja

4. Manfaat bagi pendidikan dan penelitian

Bila memungkinkan dilakukan penelitian lebih lanjut untuk membuktikan kadar prostaglandin pada darah menstruasi yang dapat menimbulkan nyeri pada saat menstruasi.