

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian Gambaran Intensitas dan Penanganan keluhan Nyeri Haid pada Remaja Putri Kelas XI Jurusan Tataboga di SMK N 6 Yogyakarta Tahun 2020 dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Siswi SMK N 6 Yogyakarta sebagian besar mengalami derajat dismenore ringan.
2. Upaya penanganan dismenore yang dilakukan oleh siswi SMK N 6 Yogyakarta sebagian besar dengan cara non farmakologi melalui teknik distraksi dengan mengalihkan perhatian dengan cara mendengarkan musik dan nonton tv atau film.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, perlu adanya upaya untuk meningkatkan pelayanan yang lebih baik. Oleh karena itu peneliti menyampaikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Responden

Diharapkan siswa kelas XI Jurusan Tataboga di SMK N 6 Yogyakarta mampu menjadi upaya promotif dan preventif bagi teman dan sebayanya dalam menghadapi dismenore setelah menjadi responden penelitian mengenai gambaran intensitas dan penanganan nyeri haid.

2. Bagi Guru dan Karyawan SMK N 6 Yogyakarta

Diharapkan penelitian ini mampu menambah kepustakaan, yang dapat dimanfaatkan oleh siswinya untuk meningkatkan pengetahuan mengenai intensitas dan upaya penanganan dismenore.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya melakukan penelitian lebih mendalam mengenai gambaran intensitas dan penanganan dismenore dengan memperhatikan lebih banyak variabel – variabel yang mempengaruhinya.