

## **BAB 5**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

Pada bab ini akan membahas kesimpulan dan saran sesuai dengan tujuan pemberian kombinasi teknik *front effelurage* dan kunyit asam di SMA Muhammadiyah 2 Surabaya.

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan tujuan dari hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan peneliti maka dapat dirumuskan simpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar remaja putri di SMA Muhammadiyah 2 Surabaya sebelum diberikan pemberian kombinasi *teknik front effelurage* dan kunyit asam mengalami nyeri dismenorea
2. Respon pasien pada saat diberikan *teknik front effleurage* dan kunyit asam sebagian besar responden melaporkan adanya nyeri.
3. Nyeri dismenorea pada responden setelah diberikan kombinasi *teknik front effelurage* dan kunyit asam mengalami penurunan nyeri.

#### **5.2 Saran**

##### **1. Bagi Pasien**

Bisa digunakan atau diaplikasikan baik minta tolong keluarga ataupun secara mandiri sebagai alternatif untuk meningkatkan kelancaran

metabolisme tubuh serta mengalirkan oksigen secara maksimal ke seluruh tubuh.

## **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan dari penelitian ini bisa dijadikan acuan ataupun landasan sebagai kerangka dalam melakukan penelitian selanjutnya tentang studi kasus pemberian teknik front effleurage dan kunyit asam untuk mengatasi nyeri dismenorea pada remaja putri.