

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada bulan April sampai Mei pada tahun 2025 yang telah dilakukan, maka dapat ditarik simpulan sebagai berikut:

1. Sebelum diberikan intervensi berupa minyak serai, seluruh remaja putri yang menjadi responden mengalami *dismenore* primer, rentang skala nyeri dengan nilai *minimum* sebesar 1, *maximum* sebesar 5 dan nilai *median* sebesar 3.
2. Setelah intervensi minyak serai diberikan, terjadi penurunan skala nyeri *dismenore* primer pada responden, dengan nilai *minimum* sebesar 0, *maximum* 5, dan *median* sebesar 2,5.
3. Adanya perbedaan signifikan dalam skala *dismenore* primer sebelum dan sesudah pemberian minyak serai, dengan nilai $p < 0,001$ ($p < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu referensi pendukung di perpustakaan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar dalam memperkaya literatur mengenai *dismenore* primer.

2. Bagi remaja putri

Remaja putri disarankan menggunakan minyak serai sebagai alternatif nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri *dismenore* primer. Tetap perhatikan

kemungkinan alergi dan konsultasikan dengan tenaga kesehatan jika nyeri tidak membaik.

3. Bagi peneliti

Penelitian ini berkontribusi dalam memperluas pengetahuan serta meningkatkan kemampuan peneliti dalam mengidentifikasi dan menganalisis asuhan kesehatan pada remaja, khususnya dalam penanganan dismenore primer. Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain penelitian yang lebih kuat, seperti quasi-eksperimental dengan kelompok kontrol, agar hasil lebih dapat digeneralisasikan dan validitas internal meningkat.