

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Hasil penilaian frekuensi disminore sebelum diberikan perlakuan pemberian teknik akupresur titik hegu (LI4) memiliki rata-rata nilai 5,77 yaitu skala 5-6 (nyeri sedang) , dengan nilai minimum 4 dan standar deviasi 1,924.
2. Hasil penilaian frekuensi disminore setelah diberikan teknik akupresur titik hegu (LI4) adalah nilai mean 1,37 dengan standar deviasi 1,066. Tingkat disminore berubah menjadi skala 1-2 (nyeri ringan) dengan nilai minimum 1 dan maksimum 5.
3. Teknik akupresur titik hegu (LI4) berpengaruh menurunkan derajat disminore terbukti dengan perubahan rata-rata disminore dari skala 9-10 (nyeri berat) maupun skala 5-6 (nyeri sedang) dan turun menjadi skala 1-2 (nyeri ringan) sesudah mendapatkan teknik akupresur titik hegu (LI4). Hal ini juga dapat dilihat dari nilai p value $0,00 < 0,05$ sehingga ada perbedaan derajat disminore sebelum dan sesudah diberikan teknik akupresur titik hegu (LI4).

B. Saran

1. Kepada Kepala Sekolah
Diharapkan kepada kepala sekolah SMA Negeri 1 Semarang dapat bekerjasama dengan puskesmas terdekat untuk memberikan edukasi sekaligus penyuluhan kepada siswi mengenai efektivitas teknik akupresur titik hegu (LI4) terhadap penurunan disminore dengan media poster, leaflet

maupun media cetak elektronik agar aktivitas belajar yang terganggu saat mengalami disminore dapat berkurang.

2. Bagi Perkembangan IPTEK Keperawatan

Pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan khususnya keperawatan maternitas dapat menggunakan hasil penelitian sebagai kajian terkait penanganan disminore menggunakan teknik akupresur titik hegu (LI4).

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti dapat mengembangkan penelitian ini menggunakan desain penelitian *two group pretest posttest with control group design* serta dapat mengkombinasikan dengan terapi akupresur ST 36 maupun titik SP6 sehingga bisa lebih efektif dalam penurunan nyeri.