

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan:

1. hasil penelitian didapatkan bahwa skala nyeri haid sebelum diberikan air kelapa muda paling rendah yaitu 3 (nyeri ringan) dan paling tinggi yaitu 7 (nyeri hebat) dengan standar deviasi 0,927.
2. skala nyeri haid sesudah diberikan air kelapa muda paling rendah yaitu 0 (tidak nyeri) dan paling tinggi 5 (nyeri sedang) dengan standar deviasi 1,009. Responden yang tidak mengalami perubahan nyeri haid terdapat 1 remaja pada intensitas nyeri ringan dan yang mengalami peningkatan nyeri haid terdapat 1 remaja pada skala nyeri 3 (nyeri ringan) menjadi skala nyeri 5 (nyeri sedang).
3. Berdasarkan hasil analisis statistik uji beda menggunakan uji *wilcoxon* menunjukkan bahwa p value 0,000 ($p < 0,05$) hal ini dapat disimpulkan ada pengaruh skala nyeri haid remaja sebelum dan sesudah diberikan air kelapa muda.

B. Saran

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan:

1. Bagi pelayanan kesehatan
Penelitian ini bisa diaplikasikan pada klien yang mengalami nyeri haid ke dalam pemberian asuhan keperawatan di komunitas.
2. Bagi Instansi Pendidikan
Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan sumber kepustakaan di bidang kesehatan remaja sebagai wacana dan perpustakaan khususnya tentang pengaruh pemberian air kelapa terhadap penurunan nyeri haid.

3. Bagi Remaja

Bagi remaja atau mahasiswi yang mengalami nyeri haid diharapkan untuk mengkonsumsi air kelapa muda 2x sehari dengan takaran 200cc selama 2 hari untuk mengatasi terjadinya nyeri haid

4. Bagi Peneliti

- a. Penelitian selanjutnya bisa meneliti seberapa besar pengaruh pemberian air kelapa muda jika diberikan pada ibu melahirkan pada persalinan kala I.
- b. Penelitian selanjutnya juga dapat meneliti seberapa besar pengaruh pemberian air kelapa muda untuk membantu menstabilkan tekanan darah.



