

## BAB VI

### PENUTUP

#### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengumpulan dan Analisa data yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan yaitu:

- 6.1.1 Berdasarkan hasil penelitian terdapat 15 responden yang tidak diberi pudding lidah buaya. Sebagian besar mengalami intensitas nyeri sedang yaitu 10 orang (75%).
- 6.1.2 Berdasarkan hasil penelitian terdapat 15 responden diberi pudding lidah buaya. Seluruhnya mengalami penurunan intensitas nyeri disminorea ringan sebanyak 15 orang (100%).
- 6.1.3 Hasil uji statistik paired t-test didapatkan nilai signifikan pada kedua perlakuan lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0.05$ , tetapi pada pemberian pudding lidah buaya nilai signifikan lebih kecil (0,001) dari pada tidak diberikan pudding lidah buaya (0,05). Artinya kelompok yang diberi perlakuan pemberian pudding lidah buaya lebih berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri disminore primer.

#### 6.2 Saran

Hasil penelitian bahwa pemberian Pudding Lidah Buaya (*Aloe Vera*) memberikan pengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri disminore primer pada remaja putri tengah secara signifikan. Untuk mencapai hasil yang lebih baik, penulis dapat memberikan saran agar lebih banyak mengintensifkan

program penyuluhan yaitu dengan lebih mensosialisasikan kepada remaja putri tengah yang sedang mengalami nyeri disminore sehingga dapat mengatasi dan menurunkan intensitas nyeri disminorea primer.

#### 6.2.1 Bagi Responden

Bagi para remaja putri tengah yang mengalami masalah nyeri disminore dapat mengkonsumsi pudding lidah buaya untuk mengurangi intensitas nyeri. Hendaknya bisa dikonsumsi dua kali sehari secara teratur sehingga dapat mengurangi intensitas nyeri disminore primer.

#### 6.2.2 Bagi Tempat Penelitian

Hendaknya sebagai tenaga Kesehatan, apabila ada seorang remaja putri yang mengalami intensitas nyeri disminore primer dapat memberikan saran untuk menurunkan intensitas nyeri disminore primer yang dialami remaja putri dengan diberikan pudding lidah buaya.

#### 6.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Memberikan masukan bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian efektivitas pemberian pudding lidah buaya terhadap penurunan intensitas nyeri disminore primer pada remaja putri tengah serta menitik beratkan ke frekuensi pengeluaran darah serta obesitas responden.

#### 6.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk penelitian selanjutnya dapat mengkaji lebih dalam terkait dengan faktor-faktor penyebab serta riwayat penyakit responden

mengalami nyeri haid pada keluarga, frekuensi pengeluaran darah menstruasi. Hal ini dilakukan agar peneliti selanjutnya lebih mengetahui secara luas dan lebih efektif untuk penelitian selanjutnya.



## DAFTAR PUSTAKA

- Anurogo, D dan Wulandari, A. (2011). *Cara jitu mengatasi nyeri haid*. Yogyakarta: ANDI.
- Artha, W. I., & Supriyadi. (2013). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Self Efficacy dalam Pemecahan Masalah Penyesuaian Diri Remaja Awal. *Psikologi Udayana*, I(1), 190-202.
- Aulia. (2009). *Kupas tuntas menstruasi*. Yogyakarta: Milestone
- Bahria dan Triyanti. Faktor-faktor yang Terkait Dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di 4 SMA Jakarta Barat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2010;4.
- Dewi, dkk (2012). *Asuhan Kebidanan pada Kesehatan Reproduksi* Jakarta: Salemba Medika
- Evira, Desty. 2013. *The Miracle of Fruits*. Jakarta Selatan: Agro Media Pustaka
- Hidayat, Aziz Alimul A. (2008). *Riset Keperawatan dan teknik penulisan ilmiah*. Jakarta; Salemba Medika.
- Hidayat, A. 2010. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Judha, Mohamad. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri* Yogyakarta: Nuha Medika.
- Laila N.N. (2011). *Buku pintar menstruasi*. Yogyakarta: Buku Biru.
- Lubis, N.M. (2013). Psikologi Kespro Wanita dan Perkembangan Reproduksi Ditinjau dari Aspek Fisik dan Psikologi. Jakarta: Kencana Prenada Media Group

Manuaba. 2010. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta: EGC

Mwale, M., dan Masika, P.J. (2010). Analgesic and anti-inflammatory activities of Aloe ferox Mill. aqueous extract. *African Journal of Pharmacy and Pharmacology* Vol. 4(6) pp. 291-297, June 2010

Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

Prawirohardjo, Sarwono. (2011). *Ilmu Kandungan* Jakarta: Bina Pustaka

Prawiroharjo, Sarwono. 2012. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo

Proverawati, A dan Misaroh, S. (2009). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika

Santoso Rianti. *Kesehatan dan Gizi* Jakarta: Rineka Cipta; 2009

Setyaningrum, Erna. (2015). *Pelayanan Keluarga Berencana dan kesehatan reproduksi* Jakarta: CV Trans Info Media.

Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kombinasi*. Bandung: Alfabeta

Sukini Tuti, Bekti Yuniarti dan Anis Aryanti. (2017). Efektifitas pemberian Lidah Buaya *Aloe Vera* dan Temulawak terhadap penurunan nyeri disminore primer *Curcuma Xanthorrhiza Roxb*. *Jurnal Ilmiah Bidan* Vol II No. 1. Magelang.

Surya, P., Gouri, B., Yogeshchand, R., Gyanander, A., Jitender, B., Balram, G. (2015). Aloe vera; A natural adjunct in periodontal therapy. *Journal Of Biological Science*. VOL 2 ISSUE 9 September 2015 Paper 1

Wiknjosastro, H. (2008). *Ilmu Kandungan Edisi Ketiga*. Jakarta: PT. Bina Pustaka

Widyastuti. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Fitramaya; 2009

