

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil pembahasan dari bab sebelumnya maka dapat disimpulkan beberapa hal, sebagai berikut :

1. Disminorea merupakan masalah utama yang sering mengganggu rasa nyaman pada wanita saat menstruasi. Insiden dan mortalitas dismonorea pada remaja putri di Jawa Tengah sebanyak 1.465.876 jiwa dari 2.899.120 jiwa.
2. Upaya penanganan yang dilakukan untuk disminorea dapat dilakukan dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Cara non farmakologi salah satunya dengan teknik pemijatan effeluage pada perut mengunakan minyak aromaterapi lavender .
3. Pembuatan media video ini sebgai media untuk menyampakain informasi terkait penanganan nyeri haid (didminorea). Serta sebgai upaya pemberian edukasi, informasi kepada masyarakat khususnya wanita yang sering mengalami nyeri haid untuk meningkatkan pengetahuan dan memeberikan pemahaman tentang cara penanganan nyeri haid sehingga para wanita bisa melakukan teknik rileksasi pemijatan minyak aromaterapi lavender.

B. SARAN

Berdasarkan dari hasil kesimpulan, berikut ini beberapa yang dapat disampaikan oleh penulis :

1. Bagi Masyarakat
Bagi semua masyarkat terutama wanita yang sering mengalami nyeri haid dapat melakukan penanganan yang tepat ketika mengalami disminore secara nonfarmakologi
2. Bagi perawat/tenaga kesehaan

Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) ini diharapkan dapat membantu tenaga kesehatan untuk memberikan edukasi pada wanita untuk mengurangi rasa nyeri haid dengan cara nonfarmakologi