

BAB VI

PENUTUP

VI.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari asuhan keperawatan yang sudah diimplementasikan kepada remaja yang mengalami dismenore, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut :

- a. Terdapat tiga masalah keperawatan pada keluarga Tn. M yang merupakan pasien kelolaan, yaitu Nyeri Akut pada keluarga Tn. M khususnya Nn. K berhubungan dengan agen cedera fisiologis yaitu masalah nyeri haid pada Nn. K, Defisiensi pengetahuan pada keluarga Tn. M khususnya Nn. K berhubungan dengan kurang terpaparnya informasi mengenai nyeri haid pada Nn. K dan Ketidakefektifan pemeliharaan kesehatan b.d strategi koping yang tidak efektif terhadap Ny. S terhadap risiko hipertensi
- b. Pada masalah keperawatan utama yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen cedera fisiologis yaitu dismenore pada Nn. K, pasien diberikan terapi inovasi berupa terapi akupresur sanyinjiao (SP 6) untuk mengurangi nyeri haid yang dialaminya dan dilakukan tiga hari pertama selama masa menstruasi selama dua siklus menstruasi.
- c. Terapi akupresur sanyinjiao (SP 6) dilakukan selama 20 menit, yang masing-masing dilakukan pada satu kaki selama 10 menit.
- d. Pengukuran nyeri yang dilakukan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi menggunakan pengukuran *Visual Analogue Scale* (VAS) dan *McGill Pain Questionnaire* (MPQ)
- e. Terdapat penurunan skala nyeri setelah diberikan terapi akupresur sanyinjiao (SP 6), baik pada pasien kelolaan maupun pasien resume.

VI.2 Saran

a. Bagi Remaja

Diharapkan bagi remaja dapat melakukan terapi akupresur sanyinjiao (SP 6) ini untuk mengurangi nyeri haid yang dialami selama 2 periode siklus haid yang masing-masing 3 hari pertama. Selain itu, disarankan bagi remaja diimbangi dengan mengatur pola makan serta menjaga asupan makanan yang bergizi dan menghindari stres agar lebih maksimal dalam upaya mengurangi nyeri haid.

b. Bagi Orang tua

Diharapkan bagi orang tua untuk selalu memberikan dukungan serta mendampingi anak dalam melakukan terapi akupresur secara mandiri di rumah, seperti dengan memberikan dukungan, serta motivasi agar remaja mampu melakukan terapi secara mandiri dan teratur.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan hasil dari asuhan keperawatan yang sudah dilakukan diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan terapi akupresur pada remaja yang mengalami dismenore pada titik akupresure lain seperti SP 8 sehingga diharapkan dapat lebih optimal untuk mencegah dan mengurangi nyeri haid yang dialami para remaja. Selain itu diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan teknik lain seperti mengatur pola makan, mengkonsumsi makan yang bergizi atau dengan konsumsi vitamin.