

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Sesuai dengan pembahasan hasil penelitian yang dilakukan kepada 25 responden santriwati di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Dar Al-Qur'an Al-Islamy Lebaksiu yang mengalami nyeri haid yang masuk kedalam kriteria inklusi responden penelitian maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Gambaran karakteristik dari 25 responden santriwati yang diteliti di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Dar Al-Qur'an Al-Islamy Lebaksiu terlihat bahwa rata-rata usia responden yaitu berada pada masa remaja akhir (21,12 tahun). Gambaran karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan mayoritas responden berada pada tingkat pendidikan tingkat SLTA yaitu sebanyak 19 responden atau sebanyak (76%).
- b. Gambaran skala nyeri pada santriwati yang diteliti di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Dar Al-Qur'an Al-Islamy Lebaksiu sebelum mendapatkan intervensi didapatkan bahwa rata-rata nyeri yang dirasakan sebesar 4,56 menggunakan *NRS*.
- c. Gambaran skala nyeri pada santriwati yang diteliti di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Dar Al-Qur'an Al-Islamy Lebaksiu sesudah mendapatkan intervensi didapatkan bahwa rata-rata nyeri yang dirasakan sebesar 2,96 menggunakan *NRS*.
- d. Pengaruh dari intervensi menghafal Al-Qur'an (*Muroja'ah*) terlihat pada perbedaan hasil antara sebelum intervensi dengan nilai rata-rata nyeri 4,56 dan sesudah intervensi dengan hasil 2,96. Perbedaan rata-rata sebesar 1,6. Hasil tersebut menunjukkan bahwa adanya penurunan antara sebelum dan sesudah intervensi.
- e. Hasil uji statistik menggunakan *Paired Sample T Test* didapatkan p-value 0,000 hal tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara menghafal Al-Qur'an (*Muroja'ah*) terhadap penurunan skala nyeri haid

pada santriwati yang diteliti di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Dar Al-Qur'an Al-Islamy Lebaksiu.

## V.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terdapat beberapa hal yang perlu direkomendasikan untuk penelitian yang terkait dengan topik penelitian ini, yaitu antara lain:

a. Bagi Remaja Putri

Peneliti berharap remaja putri menggunakan terapi nonfarmakologi berupa menghafal Al-Qur'an (*Muroja'ah*) ketika merasakan nyeri dismenorea sebagai teknik distraksi dan relaksasi untuk mengurangi rasa nyeri. *Muroja'ah* yang dilakukan dapat berupa surat-surat pendek yang sudah umum dihafalkan seperti QS. Al-Ikhlâs, QS. Al-Falaq dan QS. An-Nas secara berulang-ulang.

b. Bagi Pelayanan Keperawatan

Pelayanan kesehatan khususnya pada bidang keperawatan maternitas perlu memerhatikan masalah dismenorea yang terjadi di kalangan remaja putri khususnya pada santriwati di pondok pesantren. Penyedia pelayanan kesehatan dapat melakukan pendidikan kesehatan tentang penanganan nyeri nonfarmakologi yaitu salah satunya dengan merekomendasikan terapi nonfarmakologi berupa menghafal Al-Qur'an (*Muroja'ah*).

c. Bagi Peneliti Keperawatan

Perlu dilakukan analisis lebih lanjut untuk menyempurnakan pembahasan hasil intervensi menghafal Al-Qur'an (*Muroja'ah*), dan melakukan intervensi dengan durasi yang lebih lama dari 30 menit serta menggunakan sampel yang lebih banyak.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Dari penelitian yang dilakukan didapatkan banyak responden yang bertanya-tanya tentang masalah dismenorea. Peneliti berharap bagi institusi pendidikan dapat memasukan materi tentang dismenorea ke dalam daftar kurikulum.