

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang melibatkan 60 responden mengenai Pengaruh Pemberian Seduhan Kayu Manis (*Cinnamomum burmannii*) Terhadap Skala Nyeri Menstruasi (Dismenore) Pada Mahasiswi S1 Keperawatan 2020-2023 Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, maka kesimpulan peneliti adalah sebagai berikut :

- a. Gambaran hasil karakteristik 60 responden pada mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, disimpulkan bahwa seluruh responden termasuk ke dalam Tahap Perkembangan Remaja Akhir (18-24 tahun) dengan rata-rata usia responden, yaitu 20,32+ 1,200 tahun.
- b. Berdasarkan usia *menarche* responden didapatkan hasil rata-rata 12,53+1,371 tahun. Usia *menarche* tercepat saat responden berusia 10 tahun dan usia *menarche* terlama ketika responden berusia 16 tahun.
- c. Berdasarkan lama menstruasi responden didapatkan hasil rata-rata lama menstruasi 6,53+0,999 hari. Waktu tercepat menstruasi selama 4 hari dan waktu terpanjang selama 9 hari.
- d. Berdasarkan riwayat keluarga dengan dismenore responden didapatkan hasil sebanyak 35 (58,3%) responden tidak memiliki riwayat keluarga dengan dismenore dan sebanyak 25 (41,7%) responden menyatakan memiliki riwayat keluarga dengan dismenore.
- e. Berdasarkan data yang ditemukan bahwa skala nyeri haid kelompok intervensi sebelum diberikan perlakuan 6,850+1,394 yang diklasifikasikan sebagai *moderate pain*.
- f. Berdasarkan data yang ditemukan bahwa skala nyeri haid kelompok intervensi setelah diberikan perlakuan menjadi 2,953+1,108 yang diklasifikasikan sebagai *mild pain*.

- g. Berdasarkan analisa dari *paired sample t-test* pada *pre-test* dan *post-test* kelompok intervensi didapatkan hasil $p=0,000 (<0,05)$. Hasil ini memiliki arti bahwa terdapat pengaruh Pemberian Seduhan Kayu Manis terhadap nyeri menstruasi (*dismenore*) pada mahasiswi S1 Keperawatan 2020-2023 UPN “Veteran” Jakarta.
- h. Berdasarkan analisis *independent sample t-test* yang dilakukan pada *post-test* kelompok intervensi dan kelompok kontrol menghasilkan nilai *p-value* sebesar $p=0,000 (<0,05)$. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan sangat bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

V.2 Saran

Dari data dan temuan yang telah disajikan, peneliti telah menemukan beberapa saran bagi pembaca dari berbagai pihak, yakni :

a. Bagi Remaja Putri

Harapan peneliti, remaja putri dapat lebih aktif dalam mendalami informasi terkait penatalaksanaan non-farmakologis untuk mengurangi nyeri menstruasi, dalam hal ini yaitu dengan cara konsumsi seduhan kayu manis.

b. Bagi Pelayanan Keperawatan

Peneliti menyarankan tenaga kesehatan untuk mulai menyediakan pemahaman lebih lanjut terkait metode terapi alternatif, seperti pemberian seduhan kayu manis ataupun saran terapi lain yang tepat dan cocok dengan pasien guna menurunkan nyeri menstruasi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyarankan agar penelitian terkait pengaruh pemberian seduhan kayu manis selanjutnya dapat menambahkan pemeriksaan lab urin guna melihat perubahan kadar prostaglandin pada responden yang telah mengkonsumsi seduhan kayu manis untuk menyempurnakan keakuratan data. Peneliti juga berharap peneliti selanjutnya menggunakan desain penelitian *Randomized Controled Trial* (RCT) agar produk yang akan diujikan sudah terjamin keamanannya. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat memperluas penelitian terkait penanganan non-

farmakologis nyeri menstruasi pada mahasiswa dengan melakukan penelitian lebih lanjut dan pengembangan terhadap topik ini.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Peneliti menyarankan institusi pendidikan mulai mengenalkan terapi alternatif pemberian seduhan kayu manis sebagai penatalaksanaan penurunan nyeri menstruasi.