

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang melibatkan 27 responden mengenai pengaruh pemberian pelvick rocking terhadap penurunan intensitas dismenorea pada remaja putri di kelurahan situ gede bogor, maka kesimpulan peneliti adalah sebagai berikut :

1. Gambaran hasil karakteristik 27 responden di kelurahan situ gede bogor, disimpulkan bahwa seluruh responden termasuk kedalam remaja tengah (15-18 Tahun) dengan rata-rata usia responden $16,85 \pm 1,916$ Tahun.
2. Berdasarkan pendidikan, responden terbanyak yang mengikuti penelitian ini memiliki pendidikan SMP dengan jumlah 14 responden (51,9%).
3. Berdasarkan pekerjaan, responden yang mengikuti penelitian ini seluruhnya belum bekerja dengan jumlah responden 27 orang (100%).
4. Berdasarkan hari menstruasi, mayoritas responden mengalami menstruasi pada hari ke 2 dan 3 dengan masing masing 8 responden (29,6%).
5. Berdasarkan hasil uji normalitas *Shapiro Wilk*, mendapatkan hasil *pre-test* 0,011 ($<0,05$), dan *post-test* sebesar 0,014 ($>0,05$) yang menunjukkan data tersebut memiliki distribusi tidak normal.
6. Berdasarkan distribusi frekuensi, didapatkan hasil rata-rata *pre test* 5,11 dan *post-test* sebanyak 3,85.
7. Berdasarkan hasil analisa uji *Wilcoxon*, menunjukkan hasil *p-value* sebesar $p=0,001$ ($>0,05$). Dengan demikian, hasil analisis statistik menyatakan terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan pada *pre-test* dan *post-test*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pelvick rocking memiliki pengaruh terhadap penurunan intensitas dismenorea pada remaja putri di kelurahan Situ Gede Bogor.

V.2 Saran

1. Bagi Responden

Remaja di kelurahan Situ Gede Bogor dapat berperan aktif dalam membantu mengurangi masalah dismenorea pada remaja dengan *pelvick*

rocking exercise. Sebagai Remaja di kelurahan Situ Gede Bogor diharapkan dapat menerapkan perannya sebagai pemberi asuhan untuk mengadakan *pelvick rocking exercise* secara rutin untuk mengurangi dan mengatasi dismenorea.

2. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini meningkatkan pemahaman dan wawasan seputar pengobatan secara non medis untuk menyelesaikan masalah dismenorea. Namun, pendalaman penelitian bagi peneliti lanjutan perlu dilakukan untuk lebih memperbaiki pembahasan dan intervensi terkait dalam rentang waktu yang lama dengan responden yang lebih banyak.

3. Bagi Tempat Penelitian

Wawasan seputar manfaat tindakan *pelvick rocking* dalam menyelesaikan masalah dismenorea perlu ditingkatkan dengan tujuan untuk menambah pengetahuan yang luas bagi remaja, sehingga dapat didemonstrasikan dan dikenalkan kepada masyarakat luas.