BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian dalam bentuk studi kasus yang dilaksanakan mulai tanggal 4 sampai dengan 9 April 2022 dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik klien pada penelitian ini yaitu remaja putri berusia 12-24 tahun yang mengalami dismenore dan memiliki siklus menstruasi teratur selama dua bulan terakhir
2. Intensitas nyeri haid sebelum dilakukan teknik distraksi audio murottal pada Nn S dengan skala nyeri 8, Nn W dengan skala nyeri 7 dan Nn A dengan skala nyeri 8
3. Intensitas nyeri haid sesudah dilakukan teknik distraksi audio murottal Nn S skala nyeri menjadi 2, Nn W skala nyeri menjadi 0, Nn A skala nyeri menjadi 3
4. Setelah dilakukan distraksi audio murottal terdapat perbedaan penurunan nilai skala nyeri pada ke tiga responden. Pada Nn S mengalami penurunan skala 6, Nn W mengalami penurunan skala 7, dan Nn A mengalami penurunan skala 5.

B. Saran

1. Bagi Responden

   Teknik distraksi audio murottal yang direkomendasi untuk mengurangi nyeri haid (dismenore), menenangkan, dan memberi kenyamanan dapat terus dilakukan.

2. Bagi Penulis Selanjutnya

   Penelitian ini hanya menggunakan metode deskriptif hanya menggunakan 3 responden saja sehingga diharapkan untuk penelitian selanjutnya dapat menggunakan metode analisis dengan responden yang lebih banyak

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

   Teknik distraksi audio murottal dapat dijadikan sebagai salah satu cara untuk mengurangi rasa nyeri haid khususnya pada remaja putri, teknik distraksi audio murottal ini dapat diajarkan pada kelompok remaja putri lain seperti di sekolah.