

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan studi kasus penulis yang berjudul “Gambaran Penerapan Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid pada Nn. F dengan Dismenore Primer di Poltekkes Kemenkes Kendari” dapat disimpulkan bahwa tingkat nyeri Nn. F mengalami penurunan secara signifikan. Temuan penelitian ini sesuai dengan hasil yang diharapkan seperti yang didefinisikan oleh peneliti, yaitu berkurangnya keluhan nyeri, peningkatan kemampuan menuntaskan aktivitas, berkurangnya meringis, serta berkurangnya kegelisahan yang dirasakan oleh klien.

#### **B. Saran**

##### 1. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan oleh masyarakat terkhusus wanita dalam upaya untuk menurunkan intensitas nyeri haid (*Dismenore*) melalui terapi kompres hangat.

##### 2. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan bagi tenaga kesehatan agar lebih meningkatkan perhatian terhadap kesehatan reproduksi wanita khususnya mengenai *dismenore* dan cara untuk mengatasinya.

##### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memperoleh pengalaman dalam mengimplementasikan hasil riset keperawatan, khususnya studi kasus tentang pelaksanaan pemenuhan kebutuhan kenyamanan pada wanita dengan nyeri haid (*dismenore*).