

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah dilakukan asuhan keperawatan pada Nn. S dengan penerapan intervensi *massage effleurage* untuk menurunkan nyeri menstruasi, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil pengkajian data subjektif didapatkan pasien mengeluh nyeri dibagian bawah perut, nyeri dirasa seperti di remas-remas, saat dikaji menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) skala nyeri berada pada rentang 6 (nyeri sedang), nyeri yang dirasakan hilang timbul setiap 15 menit, saat merasakan nyeri ia sulit melakukan aktivitas dan hanya akan beristirahat dengan menekan perutnya menggunakan bantal guling dan mengangkat kakinya sejajar dengan dinding, ketika nyeri yang dirasakan sudah tidak tertahan lagi ia membeli obat penghilang nyeri di apotik, ia mengatakan tidak mengetahui cara lain untuk mengurangi nyeri haid selain meminum obat, ia menanyakan tentang keluhan nyeri yang saat ini dirasakan. Data subjektif didapatkan pasien tampak meringis dan gelisah menahan nyeri, TD: 127/85 mmHg, S: 36,7 C, N : 105 x/i, RR: 21x/i, menunjukkan menunjukkan perilaku tidak sesuai anjuran dan menunjukkan persepsi yang keliru terhadap masalah.
2. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan ialah nyeri akut b.d agen pencedera fisiologis d.d mengeluh nyeri, tampak meringis, tampak gelisah,

frekuensi nadi meningkat, tidur kadang terganggu dan nafsu makan menurun dan defisit pengetahuan b.d kurang terpapar informasi d.d menanyakan keluhan yang saat ini dirasakan, menunjukkan perilaku tidak sesuai anjuran dan menunjukkan persepsi yang keliru terhadap masalah.

3. Intervensi keperawatan yang dilakukan ialah manajemen nyeri dan edukasi proses penyakit.
4. Implementasi yang dilakukan ialah melakukan aktivitas intervensi yang telah direncanakan dan penerapan *massage effleurage* untuk menurunkan nyeri menstruasi (*dismenore*).
5. Hasil evaluasi keperawatan pada Nn. S didapatkan bahwa dua masalah keperawatan teratasi.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penulisan ini, maka saran yang dapat diberikan oleh penulis, yaitu:

1. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penulisan karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat memberikan kontribusi informasi yang berguna bagi pengembangan ilmu keperawatan, serta menjadi dasar pertimbangan dalam meningkatkan kompetensi perawat melalui pelatihan dan pengembangan praktik mandiri, khususnya dalam penerapan teknik *massage effleurage* untuk mengurangi nyeri menstruasi.

2. Bagi Pelayanan Keperawatan dan Kesehatan

Hasil penulisan karya ilmiah ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan pelayanan keperawatan dan kesehatan

terutama bagi puskesmas sebagai pusat layanan kesehatan masyarakat dapat memperluas penerapan teknik ini dalam layanan keperawatan, terutama dalam memberikan edukasi kepada remaja putri dan perempuan di komunitas mengenai cara non farmakologis untuk mengurangi nyeri menstruasi. Edukasi mengenai teknik *massage effleurage* di puskesmas dapat dilakukan melalui program penyuluhan atau kelas kesehatan, yang tidak hanya fokus pada pengobatan medis, tetapi juga pada pendekatan holistik untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat melalui pendekatan yang lebih preventif dan edukatif.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penulisan karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat dikembangkan lebih lanjut, terutama untuk mengetahui efektivitas terapi *massage effleurage* pada tingkat skala nyeri yang berbeda. Selain itu, diperlukan penelitian lanjutan untuk mengetahui kapan waktu yang tepat dalam melakukan *massage effleurage*, apakah terapi ini dapat diterapkan secara aman dan efektif pada semua wanita yang belum menikah dan efektivitas terapi *massage effleurage* baik sebagai intervensi utama maupun sebagai kombinasi dengan penggunaan obat analgesik. Dengan demikian, dapat diketahui apakah teknik ini dapat menjadi alternatif atau pelengkap dari terapi farmakologis dalam penanganan dismenore.

4. Bagi Klien

Melalui penerapan *evidence-based nursing practice* dengan teknik *massage effleurage*, diharapkan klien dapat memperoleh pengetahuan dan

keterampilan untuk melakukan tindakan preventif secara mandiri, sehingga dapat mencegah dan mengurangi nyeri saat menstruasi.

