

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Pengkajian telah dilakukan oleh mahasiswa profesi peminatan komunitas Fakultas Keperawatan Universitas Andalas pada tanggal 15 Februari – 6 Maret 2021 di MAN 1 Padang Panjang.
2. Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan hasil bahwa 105 (77,9 %) siswi yang mengalami nyeri pada saat menstruasi, Dari 105 (77,9 %) yang mengalami nyeri pada saat menstruasi terdapat sebanyak 108 (80,6 %) siswi mengalami nyeri haid selama 1-2 hari dari 134 siswi MAN 1 Padang Panjang.
3. Setelah ditemukan masalah kesehatan komunitas, maka dirumuskan rencana keperawatan komunitas pemberian pendidikan kesehatan senam *dismenore* untuk mengurangi nyeri *dismenore*.
4. Berdasarkan rencana keperawatan komunitas maka peneliti melakukan implementasi keperawatan berupa pemberian pendidikan kesehatan dan mendemonstrasikan senam *dismenore*.
5. Setelah melakukan implementasi keperawatan komunitas, peneliti melakukan evaluasi terhadap implementasi yang telah dilakukan di MAN 1 Padang Panjang. Dengan hasil sebagai berikut :
 - a. Evaluasi struktur
 - Siswa yang menjadi peserta kegiatan hadir pada waktu dan tempat yang ditentukan.

- Setting tempat pelaksanaan dikondisikan berdasarkan situasi yang ada pada hari itu.
- Alat yang digunakan sesuai dengan yang sudah direncanakan yaitu: leaflet, powerpoint dan video edukasi senam *dismenore*.
- Peran setiap mahasiswa sesuai dengan uraian tugas yang telah direncanakan yaitu penanggung jawab, observer, fasilitator, presenter, moderator dan dokumentator.

b. Evaluasi Proses

- Siswi yang ikut penyuluhan dan demonstrasi senam *dismenore* hadir tepat waktu pada saat kegiatan pendidikan kesehatan.
- Siswi mengikuti kegiatan dengan antusias dari awal sampai akhir. Siswi aktif berperan serta saat sesi diskusi dan mengutaran pengalamannya.
- Suasana kegiatan kondusif.

c. Evaluasi Hasil

- Siswi aktif selama kegiatan berlangsung, mampu mengulang kembali materi yang telah diberikan
- Siswi mampu untuk mendemonstrasikan senam *dismenore*
- Sebagian besar rencana terlaksana dengan baik

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

a. Institusi MAN 1 Padang Panjang

- Diharapkan kepada pihak sekolah melanjutkan pemberian edukasi terkait menstruasi dan senam *dismenore* kepada remaja putri oleh tenaga pendidik atau bekerja sama dengan dinas terkait seperti puskesmas
- Diharapkan peran serta aktif anggota UKS untuk mempromosikan kesehatan menstruasi dan senam *dismenore* saat di sekolah

b. Ilmu Keperawatan

Diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan penelitian keperawatan dan pelayanan keperawatan dalam memberikan asuhan kepada remaja putri tentang menstruasi dan cara mengatasi nyeri menstruasi dengan senam *dismenore*.

c. Pelayanan keperawatan

Sebagai sumber referensi sebagai upaya untuk menurunkan nyeri menstruasi dengan cara senam *dismenore*.



