

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah melaksanakan asuhan kebidanan kesehatan reproduksi Nn. D Usia 19 Tahun Dengan Dismenore, selama 40 hari dengan menerapkan manajemen varney dapat diambil kesimpulan :

1. Pada pengkajian data diperoleh hasil data subyektif Nn. D mengatakan rasa nyeri pada saat menstruasi. Data obyektif meliputi keadaan umum baik, kesadaran composmentis, BB 54 kg, TD 120/80 mmHg, N 79 x/menit, P 20x/menit, S 36,6⁰ C
2. Pada langkah interpretasi data diperoleh diagnosa kebidanan yaitu Nn. D Usia 19 Tahun Dengan Dismenore. Masalah yang muncul yaitu Nn. D mengalami nyeri dengan rasa kram dan terpusat di abdome bawah. Hal ini menyebabkan Nn. D memerlukan obat anti nyeri Kebutuhannya adalah informasi, edukasi dan motivasi untuk melakukan abdominal streaching dalam rangka menurunkan rasa nyeri pada saat mentruasi.
3. Perencanaan yang dilakukan adalah perawatan dirumah yang berupa makanan sehat (mengurangi makanan junk food), istirahat cukup, aktifiatas fisik (abdominal streaching), kompres hangat, mandi air hangat dan olahraga
4. Pelaksanaan dilakukan dengan baik sesuai rencana yang telah disusun karena adanya teman sebaya, dan rutin dalam melakukan kunjungan, sehingga pelaksanaan abdominal streaching, makanan sehat, istirahat cukup, olahraga, dapat dilakukan dengan baik,

Berdasarkan hasil melaksanakan asuhan kebidanan kesehatan reproduksi Nn. D Usia 19 Tahun Dengan Dismenore dengan melakukan abdominal stretching dapat menyimpulkan bahwa latihan abdominal stretching merupakan intervensi yang mudah, murah dan menggunakan proses fisiologis tubuh. Terapi ini digunakan untuk menurunkan kontraksi uterus, mengurangi kram pada abdomen bagian bawah, dan memperlancar peredaran darah, sehingga pada akhirnya dapat menurunkan intensitas nyeri pada remaja dengan dismenore. Evaluasi dalam kasus ini berupa edukasi, informasi, pemantauan selama 40 hari untuk mengetahui abdominal stretching dalam menurunkan rasa nyeri pada saat menstruasi. Hasil Nn. D keadaan umum baik, dan dilakukan pengukuran skala nyeri adalah dengan nilai 6 (nyeri sedang) dan setelah dilakukan abdominal stretching pengukuran skala nyeri dengan nilai 2 (nyeri ringan) terjadi penurunan tingkat nyeri yaitu dari nyeri sedang menjadi nyeri ringan.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan masukan antara lain :

1. Bagi Remaja

Remaja diharapkan dapat mengenali dan memahami tentang kesehatan reproduksi khususnya bagi remaja putri yaitu tentang menstruasi dan gangguannya, dengan membaca buku atau mencari informasi di media atau dari tenaga kesehatan terdekat. supaya remaja dapat lebih memahami pentingnya kesehatan reproduksi bagi remaja sehingga tidak terjadi komplikasi atau gangguan mengenai kesehatan reproduksi yang lebih lanjut

2. Bagi Lahan Praktik

Diharapkan agar Bidan Praktik Mandiri dapat meningkatkan kualitas pemberian pelayanan dan memberikan pelayanan yang optimal Asuhan Kebidanan Kesehatan Reproduksi.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan agar lebih melengkapi/menambah referensi tentang KB / Kespro.