

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dalam proses pengobatan, sebagai umat muslim yang paling utama harus memulai dengan niat yang lurus. Jika dalam kondisi sakit, ingin sembuh, maka niatkan dalam hati sembuh untuk ketaatannya kepada Allah. Dalam metode dengan pijatan, merupakan metode pengobatan dengan perilaku indah. Dengan memberikan pijatan lembut, teknik memijat yang tepat serta memberikan penekanan pada titik tertentu, dapat meningkatkan kesehatan dan memberikan kebugaran bagi tubuh. Selanjutnya dalam memberikan terapi kepada pasien, pihak Klinik Akupresur Hokian Shaolin Shi Ny. Yuli Susianti kota Palembang, mereka menggunakan jari, siku atau menggunakan alat bantu yang terbuat dari kayu yang berujung tumpul sebagai media bantu dalam memberikan penekanan pada titik-titik sesuai lokasi titik di tubuh. Dari hasil tersebut maka peneliti menyimpulkan dengan terapi akupresur dapat menurunkan nyeri haid, karena dengan terapi akupresure yang dilakukan secara teratur akan memberikan efek tenang dalam tubuh sehingga dapat mengurangi rasa nyeri.

A. Saran

Peneliti berharap penelitian ini dapat dijadikan upaya meningkatkan pengetahuan remaja putri dalam menangani nyeri haid di lingkungan sekitar. Upaya promotif dapat dilakukan dengan cara membentuk beberapa kelompok kecil dengan memberikan materi terapi akupresure untuk penurunan nyeri dismenore.

Dalam lingkungan keperawatan dapat dijadikan sebagai materi tambahan dalam kurikulum. Khususnya dalam memberikan teknik penyembuhan nyeri haid secara nonfarmakologi (akupresur), dan dapat dijadikan penelitian lanjutan tentang terapi akupresure pada nyeri haid dengan memberikan penekanan pada beberapa titik lainnya. Sebagai titik tunggal ataupun titik kombinasi yang ada dalam rentang nyeri haid.