

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

1. Hasil *literature review* menunjukkan bahwa pada gambaran dismenorea primer didapatkan gejala fisik berupa rasa nyeri dan gejala psikologi berupa kecemasan.
2. Hasil *literature review* menyebutkan bahwa mayoritas hasil penelitian memiliki nilai signifikan terhadap nilai alfa $p < 0,05$ yang artinya chamomile berpengaruh terhadap penurunan gejala dismenorea primer dan dapat dijadikan pengobatan alternative pada dismenorea primer.
3. Hasil *literature review* menyebutkan bahwa chamomile dapat menurunkan dismenorea. Hal ini disebabkan oleh kandungan chamomile seperti Flavonoid, α -Bisabolol, apigenin, dan coumarin yang terbukti mampu menghambat produksi prostaglandin sehingga rasa nyeri pada dismenorea dapat diturunkan.

5.2 Saran

Chamomile terbukti memiliki pengaruh pada dismenorea primer namun chamomile akan lebih baik apabila dikombinasikan dengan substansi lain ataupun metode penurunan nyeri lainnya seperti yoga. Saat ini penelitian chamomile masih hanya terpusat pada region tertentu saja (Iran) sehingga diharapkan peneliti Indonesia dapat mengembangkan penelitian mengenai manfaat chamomile sebagai tanaman herbal untuk terapi dismenorea primer. Selain itu juga peneliti diharapkan dapat mengembangkan penelitian tentang tanaman herbal lainnya

seperti, jahe, daun seribu atau lainnya sebagai pengobatan alternative dismenorea primer.