

## **BAB VII**

### **PENUTUP**

#### **7.1 Kesimpulan**

Terapi dismenore (nyeri haid) yang disebabkan oleh akumulasi lembab dingin dalam uterus dengan menggunakan terapi akupunktur dan moxibusi pada titik *Guanyuan* (RN 4), *Sanyinjiao* (SP 6), *Fenglong* (ST 40) dan *Qihai* (RN 6) serta pemberian herbal serbuk jahe dapat membantu mengurangi derajat nyeri dismenore serta lama nyeri yang dirasakan pasien.

#### **7.2 Saran**

Untuk hasil yang lebih maksimal dapat diimbangi dengan penerapan terapi pijat dan nutrisi, serta menjaga pola makan dan gaya hidup sehat. Untuk penelitian selanjutnya, sebaiknya tidak menggunakan herbal jahe karena sudah banyak digunakan.