

**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES AIR HANGAT TERHADAP  
PENURUNAN NYERI DISMENORE REMAJA PUTRI  
DI DESA SIDOWARNO WONOSARI KLATEN**

**ABSTRAK**

Tenda Noer Wijayanti<sup>1</sup>, Desy Widyastutik<sup>2</sup>, Rahajeng Putriningrum<sup>3</sup>

Latar Belakang. Menstruasi dapat menyebabkan gangguan yang signifikan bagi wanita. Gangguan menstruasi yang sering terjadi pada sebagian besar wanita adalah dismenore. Dismenore dapat ditangani dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Penggunaan terapi farmakologis dapat menimbulkan efek samping yang tidak diinginkan. Terapi non farmakologi lebih aman bagi wanita yang mengalami dismenore. Upaya mengurangi dismenore dapat dilakukan dengan Terapi Kompres Hangat.

Objektif. Untuk menganalisis pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap nyeri dismenore pada remaja putri di Desa Sidowarno Kecamatan Wonosari Klate.

Metode. Metode penelitian ini adalah penelitian pre-eksperimental. Dalam pendekatannya menggunakan desain one group pra-post test design. Populasi pada penelitian ini adalah 32 remaja putri yang mengalami dismenorea di Desa Sidowarno, Wonosari, Klaten. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Instrumen penelitian comparative pain scale. Analisa data menggunakan uji *Wilcoxon*.

Hasil. Karakteristik remaja putri berdasarkan umur sebagian besar berumur 19-22 tahun sebanyak 18 responden (60%). Usia menarche responden mayoritas adalah 10 tahun sebanyak 10 responden (53,3%). Remaja putri dalam penelitian ini mayoritas bekerja sebanyak 16 responden (53,3%), riwayat penyakit terdahulu 100% tidak adan saat ini sedang tidak menderita penyakit (100%). Rata-rata penurunan nyeri sebelum yaitu 6,20 dan sesudah menjadi 4,43

Kesimpulan. Ada Pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap nyeri dismenore remaja putri di desa Sidowarno, Wonosari, Klaten dengan nilai  $p$  value = 0,000

Kata Kunci. Pemberian Kompres Air Hangat, Nyeri, Dismenorea, Remaja Putri

# **THE EFFECTS OF WARM WATER COMPRESSES ON ALLEVIATING DYSMENORRHEA PAIN IN ADOLESCENT GIRLS IN SIDOWARNO VILLAGE, WONOSARI, KLATEN**

Tenda Noer Wijayanti<sup>1</sup>, Desy Widyastutik<sup>2</sup>, Rahajeng Putriningrum<sup>3</sup>

## **ABSTRACT**

**Background:** Menstruation often causes significant disturbances in girls, one of which is dysmenorrhoea. Dysmenorrhoea could be managed with pharmacological and non-pharmacological therapies. The use of pharmacological therapy may generate unwanted side effects. Therefore, non-pharmacological therapy is secure for girls who experience dysmenorrhoea. One of the non-pharmacological efforts that can be accomplished to reduce dysmenorrhoea is warm compress therapy.

**Objective:** To analyze the effect of warm compress on dysmenorrhoea pain in adolescent girls in Sidowarno Village, Wonosari, Klaten.

**Method:** The study employed a pre-experimental method with a one-group pre-post-test design. The study population consisted of 32 adolescent girls who experienced dysmenorrhoea in Sidowarno Village, Wonosari of Klaten. The sampling technique used purposive sampling. A comparative pain scale was utilized as the research instrument. The collected data were analyzed using the Wilcoxon test.

**Result:** The characteristics of adolescent girls based on age presented that the majority were between 19-22 years old, comprising 18 respondents or 60%. The age of menarche was mostly ten (10) years old (10 respondents or 53.3%). Most of the adolescent girls worked (16 respondents or 53.3%), had no history of previous illness (100%), and were not currently suffering from illness (100%). The average pain reduction before the intervention was 6.20, which decreased to 4.43 after the intervention.

**Conclusion:** There was a statistically significant effect of applying warm water compresses on dysmenorrhea pain in adolescent girls, indicated by a p-value = 0.000, in Sidowarno Village, Wonosari of Klaten.

**Keywords:** Adolescent Girls, Dysmenorrhoea, Pain, Warm Water Compress

## 1. PENDAHULUAN –

Menyusui atau masa pubertas melibatkan banyak aktivitas seksual, masa ini ditandai dengan perubahan fisik, hormonal dan seksual yang mendorong proses reproduksi. Pada usia dini, pubertas berlangsung antara 9 hingga 16 jam. Menurut American Academy of Obstetrics and Gynecology, pubertas adalah salah satu jenis kehamilan atau menstruasi (Kompres et al., 2021).

Menstruasi dapat menghasilkan ketidakseimbangan hormon yang sangat umum terjadi pada menstruasi. Siklus menstruasi yang sering terjadi pada siklus menstruasi adalah dismenore. Dismenore tidak langsung muncul dalam urin sehingga sama sekali tidak berbahaya. Dismenore terjadi ketika prostaglandin yang meningkatkan risiko kontraksi rahim terjadi saat menstruasi (Munthe et al., 2021)

Dismenore terjadi dua kali dalam setahun, baik dismenore primer maupun sekunder. Dismenore terutama terjadi selama menstruasi yang sangat sering, dengan patologi saluran panggul yang dapat diidentifikasi dan diamati selama menarche atau selama kehamilan. Dismenore merupakan salah satu jenis kista yang terjadi segera atau tiba-tiba setelah menstruasi dan berlangsung sekitar 48 hingga 72 tahun (Munthe et al., 2021).

Dismenorea dibagi menjadi dua yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenorea primer adalah menstruasi yang sangat nyeri, tanpa patologi pelvis yang dapat diidentifikasi dan dapat terjadi pada waktu menarche atau segera setelahnya. Dismenore ditandai oleh nyeri keram yang dimulai sebelum atau segera setelah awitan aliran menstruasi dan berlanjut selama 48 hingga 72 jam (Munthe et al., 2021).

tingkat aktivitas terus meningkat – makanan harian dan mingguan seringkali penuh, kering, dan diare.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), dismenore merupakan penyakit langka di dunia. Di Indonesia, menurut Dewan Penelitian Uji Klinis dan Gizi Nasional (PIK-KRR), angka dismenore primer mencapai 72,89% dan angka dismenore sekunder mencapai 27,11%. Rata-rata tingkat dismenore harian tercatat sebesar 16,8%-81%. Menurut Jawa Tengah, angka kejadian dismenore tertinggi adalah 64,25%, dibandingkan dengan dismenore primer 54,89% dan dismenore sekunder 9,36%. Angka kejadian dismenore orang kulit hitam Eropa meningkat sebesar 45-97%. Dengan prevalensi 8,8% di Bulgaria dan rekor 94% di Finlandia, angka tersebut lebih rendah. Prevalensi dismenore di Indonesia sebanyak 107.673 orang (64,25%), dibandingkan 59.671 orang (54,89%) yang mengalami dismenore primer dan 9.496 orang (9,36%) yang mengalami dismenore sekunder (Oktorika, Indrawati dan Sudiarti, 2020). dismenore pada pria berkisar antara 45% hingga 95% (Oktorika, Indrawati dan Sudiarti, 2020). Dismenore pertama-tama mengencerkan 60% - 75% minyak. Peningkatan risiko dismenore sebesar 30%-60% mengakibatkan 7%-15% tidak mengalami perubahan pada usia sekolah (Oktorika, Indrawati dan Sudiarti, 2020). Dismenore dapat diatasi dengan pengobatan farmakologis maupun nonfarmakologis.

Angka kejadian dismenorea pada kalangan wanita usia produktif berkisar 45% - 95% (Oktorika, Indrawati and Sudiarti, 2020). Dismenore primer dialami oleh 60% - 75% remaja. Dilaporkan 30% - 60% remaja wanita yang mengalami dismenorea, didapatkan 7% - 15% tidak pergi ke sekolah (Oktorika, Indrawati and Sudiarti, 2020). Dismenore dapat diatasi dengan terapi farmakologi dan non farmakologi.

Pemakaian terapi farmakologi dapat memberikan efek samping yang tidak diinginkan. Terapi nonfarmakologi lebih aman bagi perempuan yang mengalami dismenore. Upaya untuk mengurangi dismenore dapat dilakukan dengan Terapi Kompres Hangat. Terapi nonfarmakologi dengan kompres hangat adalah terapi komplementer yang sederhana bagi remaja putri yang mengalami dismenore. Kompres hangat dapat dilakukan sendiri oleh remaja putri dirumah sebagai alternatif mengurangi nyeri akibat dismenore.

Angka kejadian dismenore pada pria berkisar antara 45% hingga 95% (Oktorika, Indrawati dan Sudiarti, 2020). Dismenore pertama-tama mengencerkan 60% - 75% minyak. Peningkatan risiko dismenore sebesar 30%-60% mengakibatkan 7%-15% tidak mengalami perubahan pada usia sekolah (Oktorika, Indrawati dan Sudiarti, 2020). Dismenore dapat diatasi dengan pengobatan farmakologis maupun nonfarmakologis.

Terapi farmakologis saja dapat menghasilkan efek samping yang tidak mengganggu. Terapi nonfarmakologis lebih bermanfaat bagi penderita dismenore. Persiapan pengobatan dismenore dapat dilakukan dengan kompres lembut. Terapi nonfarmakologis dengan kompres merupakan terapi komplementer yang menghilangkan nyeri dan mengurangi dismenore. Kompres dapat digunakan untuk mengatasi bekas jerawat dengan berbagai cara, misalnya dengan mengubah warna kulit sehingga mencegah perubahan warna.

Penelitian bertujuan untuk mengetahui dan mengevaluasi pengaruh perubahan hormonal di wilayah Kabupaten Wonosari dengan melakukan pemeriksaan terhadap 10 orang, diantaranya 8 orang pernah menstruasi sebelumnya, untuk mengetahui 5 orang

yang mengkonsumsi cukup hormon dan 3 orang yang mengkonsumsi terlalu banyak. hormon. Namun untuk harga yang Anda bayar, udara bertekanan tidak perlu diubah. Gambaran cedera dan nyeri penis terbesar ketiga ditunjukkan oleh fakta bahwa “harga udara bertekanan terendah di dunia hampir nol” di Sidowarno, Wonosari, Klaten.

## 2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini adalah penelitian pre-eksperimental. Dalam pendekatannya menggunakan desain one group pra-post test design. Populasi pada penelitian ini adalah 32 remaja putri yang mengalami dismenorea di Desa Sidowarno, Wonosari, Klaten. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Instrumen penelitian comparative pain scale. Analisa data menggunakan uji *Wilcoxon*.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 4.1.1 Karakteristik remaja putri di Desa Sidowarno Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten

Karakteristik remaja putri dalam penelitian ini meliputi usia remaja putri, usia menarche, riwayat penyakit dan penyakit yang diderita saat ini. Untuk lebih jelasnya akan disajikan pada tabel 4.1 berikut ini

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Remaja Putri di Desa Sidowarno Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten

No	Karakteristik	f	%
1	Umur		
	14-18 tahun	12	40
	19-22 tahun	18	60
2	Usia Menarche		
	9 tahun	6	20
	10 tahun	10	33,3
	11 tahun	8	26,7
	12 tahun	6	20
3	Pekerjaan		
	Bekerja	16	53,3
	Tidak Bekerja	14	46,7

4	Riwayat		
	Penyakit Ada	0	0
	Tidak	30	100
5	Penyakit		
	Saat Ini Ada	0	0
	Tidak	30	100

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri berumur 19-22 tahun sebanyak 18 responden (60%). Usia menarche responden mayoritas adalah 10 tahun sebanyak 10 responden (33,3%). Remaja putri dalam penelitian ini mayoritas bekerja sebanyak 16 responden (53,3%), riwayat penyakit terdahulu 100% tidak ada dan saat ini sedang tidak menderita penyakit (100%).

4.1.2 Rata-rata penurunan nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres air hangat di Desa Sidowarno Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten

Tabel 4.2 Rata-rata penurunan nyeri sebelum dan sesudah diberikan kompres air hangat di Desa Sidowarno Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten

Kelompok	n	Mean	Min	Maks	SD
Sebelum	30	6,20	5	7	0,61
Sesudah	30	4,43	3	7	1,45

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa rerata tingkat nyeri remaja putri sebelum diberikan kompres air hangat adalah 6,20 dan standar deviasi 0,61. Sedangkan sesudah diberikan kompres air hangat didapatkan rerata tingkat nyeri adalah 4,43 dan standar deviasi 1,45.

4.1.3 Pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap nyeri diseminore remaja putri di desa Sidowarno, Wonosari, Klaten

Sebelum dilakukan uji bivariat dilakukan uji normalitas terlebih dahulu dengan menggunakan uji shapiro wilks karena jumlah responden kurang dari 30.

Tabel 4.3 Uji Normalitas

Kelompok	N	P value
----------	---	---------

Sebelum	30	0,003
Sesudah	30	0,046

Data Diolah Uji Shapiro Wilks

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa hasil uji shapiro wilks didapatkan nilai p value = 0,000 hal ini berarti  $\alpha < 0,05$  sehingga data berdistribusi tidak normal maka uji hipotesis menggunakan uji Wilcoxon

Tabel 4.4 Pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap nyeri diseminore remaja putri di desa Sidowarno, Wonosari, Klaten

Kelompok	N	Mean Rank	Z	P value
Sebelum	30	13,00	-4,425	0,000
Sesudah	30	0,00		

Data Diolah Wilcoxon

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa dari hasil uji statistik menggunakan uji wilcoxon didapatkan nilai p value = 0,000 ( $\alpha < 0,05$ ) sehingga  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak yang artinya ada pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap nyeri dismenorea remaja putri di Desa Sidowarno Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten.

## PEMBAHASAN

### 5.1 Karakteristik Responden

Mayoritas responden pada Kamis 19-22 September menyatakan sebanyak 18 responden (60%) menjawab. Data ini digunakan untuk menggambarkan kulit dengan cara yang hangat di mulut dan mengurangi risiko infeksi. Menurut WHO (2016), penyakit ini diklasifikasikan menjadi interval 13-19 jam dan interval 20-44 jam, meskipun dengan tingkat keparahan sedang. Dismenore ditandai dengan penurunan tekanan darah, jenis kulit lain <30 hari, menarche <12 hari, sering haid, sering haid, tekanan psikologis sedang, dan kanker ovarium berat (Mandasari, 2021).

Mayoritas responden saat menarche sebanyak 10 dari 10 responden (53,3%). Menarche merupakan penyakit yang awalnya menimbulkan kelelahan. (www.bkkbn.co.id). Dalam Jurnal Pediatri bulan Oktober 2002, menstruasi sudah memasuki hari ke 11 menarche. Pria seringkali mengalami menstruasi pertama kali pada jam 12 sehari, hal ini dianggap sebagai menarche yang normal. Teori yang melatarbelakangi hal ini adalah menarche sangat bervariasi tergantung faktornya. Satu-satunya faktor yang mempengaruhi tubuh adalah faktor biologis atau faktor nutrisi. Nutrisi itu sangat penting sebagai faktor dalam perkembangan protein. Pada masa pubertas, terkadang sel-sel otak mengalami kerusakan, seringkali lemak diserap oleh tubuh, bukan oleh kulit, dan baunya berkurang pada anak yang lebih besar. Asupan kalori yang signifikan secara klinis meningkatkan sekresi FSH dan LH. Malnutrisi, obesitas atau penurunan berat badan, pubertas atau obesitas adalah penyebab paling umum

Remaja putri dalam penelitian ini mayoritas bekerja sebanyak 16 responden (53,3%), riwayat penyakit terdahulu 100% tidak ada dan saat ini sedang tidak menderita penyakit (100%).

## 5.2 Rerata Nyeri Sebelum dan Sesudah diberikan kompres air hangat

Tabel 4.2 menunjukkan tekanan rata-rata sistem udara tekan sebagai berikut: tekanan udara berkisar antara 6,20 hingga 0,61 per menit. Karena digunakan udara bertekanan, deviasinya antara 4,43 dan deviasi standarnya adalah 1,45. Obat ini dianjurkan untuk mengobati dismenore dan kondisi lain seperti serangan jantung dan stroke.

Dismenore terjadi ketika prostaglandin yang meningkatkan risiko kontraksi rahim terjadi pada saat

menstruasi (Yunianingrum, 2017). Dismenore terjadi dua kali sehari, baik dismenore primer maupun dismenore sekunder. Dismenore terutama terjadi selama menstruasi yang sangat sering, dengan patologi saluran panggul yang dapat diidentifikasi dan diamati selama menarche atau selama kehamilan. Dismenore merupakan salah satu jenis kanker yang terjadi segera setelah menstruasi atau setelah 48 jam menstruasi dan berlangsung sekitar 72 jam (Dahlan dan Syahminan, 2017).

Hal ini terjadi karena kontraktur miometrium yang terjadi saat menstruasi ditandai dengan peningkatan produksi oksigen yang pada gilirannya meningkatkan volume sirkulasi miometrium saat menstruasi dan kejang, sedangkan kontraktur ini menyebabkan kram menstruasi yang parah. Hal ini disebabkan karena semua wanita yang pernah menstruasi pasti mempunyai masalah (Lowdermilk, dkk :2013).

Menurut Menopause dan Sari (2016), wanita yang mengalami dismenore disebabkan oleh faktor hormonal, sedangkan hormon meningokokus progesteron dan stres dapat menyebabkan menopause. Tanpa stres yang nyata, Anda bisa bersantai di pagi dan sore hari dan merasa bosan. Tekanan dari gelombang panas dapat meningkat karena gelombang panas menimbulkan masalah pada tubuh sehingga harus mempersiapkan diri dengan baik menghadapi gelombang panas.

Nyeri ini disebabkan karena kontraksi otot *moimetrium* yang berlebihan maka akan mengurangi aliran darah, sehingga kekurangan oksigen dalam sel-sel miometrium yang mengakibatkan timbulnya nyeri pada saat menstruasi *spasmodik*, nyeri ini menyebabkan perut terasa mulas. Ini terjadi pada semua wanita yang

mengalami menstruasi (Lowdermilk, dkk :2013).

Menurut Nida dan Sari (2016) disebutkan bahwa nyeri dismenore disebabkan oleh faktor hormonal yaitu peningkatan hormon progesteron dan stres yang dapat menyebabkan nyeri haid. Tanpa disadari stres dapat memberikan tekanan pada otot pinggul dan punggung bawah. Melihat dampak nyeri haid dapat dikatakan bahwa nyeri haid merupakan salah satu permasalahan dalam kehidupan remaja sehingga memaksa mereka untuk melakukan berbagai cara untuk mencegah terjadinya nyeri haid.

Beberapa faktor yang mempengaruhi salah satunya adalah usia. Dimana usia sebagian besar responden adalah 16 tahun. Menurut Dahlan dan Syahminan (2017) disebutkan bahwa usia merupakan variabel yang mempengaruhi nyeri terutama pada anak-anak dan orang dewasa. Usia juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi nyeri.

Pengobatan untuk mengurangi atau menghilangkan nyeri haid (dismenore) biasanya dilakukan dengan dua cara, yaitu farmakologis dan nonfarmakologis. Pengobatan farmakologis pada dismenore dengan penggunaan obat analgesik dengan dosis teratur mempunyai efek samping antara lain mual, muntah, konstipasi, gelisah dan mengantuk (Dahlan dan Syahminan, 2017). Sedangkan pengobatan non farmakologi dapat dilakukan dengan terapi komplementer salah satunya dengan penggunaan kompres hangat (Yunianingrum, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa nyeri dismenore pada remaja sebelum diberikan Kompres Air Hangat di wilayah Puskesmas Simangalam Kabupaten Labuhanbatu Utara tahun 2020 sebagian besar merupakan nyeri ringan. Hal ini sejalan dengan Lowdermilk, dkk (2013)

dimana nyeri dismenore dapat dikurangi dengan terapi non farmakologi berupa kompres hangat. Didukung oleh penelitian Sesuai dengan penelitian Bonde, dkk (2014) tentang pengaruh kompres panas terhadap penurunan derajat nyeri haid pada Responden SMA dan SMK Yadika Kopandakan II diperoleh data bahwa rata-rata nyeri haid setelah pemberian kompres hangat adalah 1,27, nilai terendah adalah skala nyeri 1 (ringan) dan tertinggi adalah skala nyeri 2 (sedang) pada skala 0–4.

Kompres hangat memberikan rasa hangat pada responden dengan menggunakan cairan atau alat yang menimbulkan hangat pada bagian tubuh yang memerlukannya (Natali, 2013). Kompres hangat efektif untuk menurunkan nyeri dismenore yang dirasakan remaja putri baik dihari pertama menstruasi maupun dihari kedua menstruasi. Pemberian aplikasi hangat pada tubuh merupakan suatu upaya untuk mengurangi gejala nyeri akut maupun kronis (Mahua dkk, 2018). Terapi ini efektif untuk mengurangi nyeri yang berhubungan dengan ketegangan otot walaupun dapat juga dipergunakan untuk mengurangi berbagai jenis nyeri yang lain (Mahua dkk, 2018).

Tujuan dari kompres hangat ini untuk menurunkan intensitas nyeri dengan manfaat pemberian kompres hangat secara biologis yang menyebabkan dilatasi pembuluh darah yang mengakibatkan peningkatan sirkulasi darah. Pemberian kompres hangat memakai prinsip pengantaran panas melalui cara konduksi dimanavpanas ditempelkan pada daerah yang sakit untuk melancarkan sirkulasi darah dan menurunkan ketegangan otot sehingga akan menurunkan nyeri pada wanita dengandismenore primer, karena pada wanita dengan dismenore ini mengalami kontraksi uterus dan

kontraksi otot polos (Anugraheni dan Wahyuningsih, 2013).

Dampak fisiologis dari kompres hangat adalah pelunakan jaringan fibrosa, membuat otot tubuh lebih rileks, menurunkan atau menghilangkan rasa nyeri, dan memperlancar aliran darah (Mahua dkk, 2018). Kompres hangat bermanfaat untuk meningkatkan suhu kulit lokal, melancarkan sirkulasi darah dan menstimulasi pembuluh darah, mengurangi spasme otot dan meningkatkan ambang nyeri, menghilangkan sensasi rasa nyeri, serta memberikan ketenangan dan kenyamanan (Mahua dkk, 2018).

### 5.3 Pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap penurunan nyeri dismenorea remaja putri

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan nilai rata-rata nyeri dismenore pada remaja sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat. Kemudian berdasarkan hasil uji Mann Whitney diperoleh p-value sebesar  $0,000 < \alpha = 0$ , maka  $H_0$  ditolak artinya secara simultan terdapat pengaruh kompres air hangat terhadap nyeri dismenore pada remaja di Desa Sidowarno Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten.

Sejalan dengan penelitian Nida dan Sari (2017) yang melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Pengurangan Nyeri Dismenore Pada Responden Kelas XI SMK Muhammadiyah Watukelir Sukoharjo diperoleh hasil bahwa penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh kompres hangat terhadap nyeri haid. penurunan nyeri dismenore pada Responden Kelas XI SMK Muhammadiyah Watukelir, dengan nilai p value sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ).

Didukung oleh penelitian Dahlan dan Syahminan (2017) yang melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Terapi Kompres Hangat terhadap Nyeri Haid (Dysmenore) pada Responden

SMK Perbankan Simpang Haru Padang menyebutkan bahwa kompres hangat dapat menurunkan tingkat dismenore pada Responden SMK Perbankan Simpang Haru Padang.

Didukung oleh penelitian Ramadhayanti dkk (2017) yang berjudul Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Derajat Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di SMA Karya Ibu Palembang yang menyebutkan bahwa terdapat Pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri haid. derajat nyeri haid ( $p = 0,0001$ ).

Didukung oleh penelitian Syahria (2016) yang berjudul Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Mahasiswa Tingkat Akhir IV Pendidik Kebidanan Universitas \_Aisyiyah Yogyakarta menyebutkan bahwa Terdapat pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri dismenore. pada mahasiswa tingkat akhir D IV Pendidik Kebidanan Perguruan Tinggi \_Aisyiyah Yogyakarta Sebelum diberikan kompres hangat sebagian besar responden mengalami nyeri sedang yaitu sebanyak 14 responden (93,3%). Sedangkan intensitas nyeri dismenore setelah pemberian kompres hangat paling banyak pada kategori nyeri ringan yaitu sebanyak 11 responden (73,3%). Hasil uji analisis dengan signifikansi Wilcoxon p sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ).

## PENUTUP

### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Pengaruh Kompres Hangkat terhadap Tingkat Nyeri Dismenorea adalah sebagai berikut

6.1.1 Karakteristik remaja putri di Desa Sidowarno Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten berdasarkan umur sebagian besar adalah mayoritas remaja putri berumur 19-22 tahun sebanyak 18 responden (60%). Usia menarche responden mayoortitas adalah 10 tahun sebanyak 10 responden (53,3%). Remaja



putri dalam penelitian ini mayoritas bekerja sebanyak 16 responden (53,3%), riwayat penyakit terdahulu 100% tidak ada dan saat ini sedang tidak menderita penyakit (100%).

6.1.2 Rata-rata penurunan nyeri sebelum yaitu 6,20 dan sesudah menjadi 4,43 di Desa Sidowarno Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten

6.1.3 Ada Pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap nyeri disminore remaja putri di desa Sidowarno, Wonosari, Klaten dengan nilai value = 0,000

## 6.2 Saran

### 6.2.1 Bagi Remaja

Hasil penelitian dapat menjadi bahan masukan dan tambahan bagi remaja putri untuk melakukan intervensi menurunkan nyeri dismenorea dengan cara kompres hangat

### 6.2.2 Bagi Desa Sidowarno

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan masukan bagi tenaga kesehatan untuk melakukan penanganan nyeri dismenorea dengan cara melakukan kompres hangat

### 6.2.3 Bagi Bidan

Hasil penelitian dapat dijadikan masukan bagi bidan untuk memberikan intervensi kompres hangat selain itu bisa juga dilakukan intervensi lain seperti teknik relaksasi nafas dalam.

### 6.2.4 Bagi peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian dapat menjadi referensi atau bahan masukan tambahan bagi peneliti selanjutnya tentang pengaruh kompres hangat terhadap nyeri

Daftar pustaka

Adhistry. 2023. Edukasi Nyeri Haid (Disminore) Pada Usia Remaja Di Smp It Abu Bakar Yogyakarta. Dimaslia” JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT MULIA MADANI YOGYAKARTA” ISSN : 2985-3869 (print) Vol. 1. No 1 Januari 2023

Andari, F, N, 2015. Pengaruh Pelatihan Peregangan Senam Ergonomis Terhadap Penurunan Skor Nyeri Muskuloskeletal Disorders (MSDs) Pada Perkerja Pembuat Kaleng Aluminium

Azzahra, M. S., & Ariana, A. D. (2021). Psychological Wellbeing Penggemar KPop Dewasa Awal yang Melakukan Celebrity Worship. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 137–148.

Bobak, . *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC; 2005. h. 628- 648. Brunner & Suddarth. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta : EGC

Kompres, P. et al. (2021) \_dismenore . *Dismenore\**, 9(2), pp. 8–15.

Kusmiran, E. (2014). *Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: Salemba Medika Mahua.(2018). Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat Terhadap Dismenore Pada Remaja Putri Di SMK Penerbangan Angkasa Singosari Malang.*Jurnal Nursing news*. 3 (1): 259-268

Munthe, L. et al. (2021) \_Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat terhadap Nyeri Dismenorea pada Remaja di Wilayah Puskesmas Simangalam Kabupaten Labuhanbatu Utara Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1, pp. 36–45

Muttaqin, 2018. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Persarafan*. Jakarta : Salemba Medika

Prawirohardjo, 2019. *Ilmu kebidanan*. Jakarta. YBPSP

Proverawati, A. dkk. (2019). *Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Nuha Medika. Price danWison. 2019. *Potofisiologi Konsep Klinis Proses - proses Penyakit* (Edisi 6,vol 2), Jakarta. EGC

Rejeki, S., & Hartati, E. (2017). Pengkajian Nyeri Multidimensional Pada Remaja Dengan Dismenore Primer. *Jurnal Ners Community*, 08(November), 112–122. <https://doi.org/10.5281/zenodo.1400986>

Salamah, U. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Perilaku Penanganan Dismenore. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 9, 123–127.

Saputra, A. A., Jamaluddin, M. ., & Ismail. (2021). Pengaruh Teknik Distraksi Dan Teknik Relaksasi Terhadap Nyeri Selama Perawatan Luka Operasi Di Rsud Kota Makassar. *JIMPK : Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 1(2), 203-209. <https://doi.org/10.35892/jimpk.v1i2.567>

Setyaningrum Rahmawaty, A., dan Listiana Dharmawati. (2017) Hubungan Jenis Kelamin dan Asupan Purin dengan Kadar Asam Urat pada Lansia di Posyandu Peduli Insani Mendungan Desa Pabelan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. Diss. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Tamsuri, 2007, *Konsep Penatalaksanaan Nyeri* EGC, Jakarta

Tamsuri, A. (2012). *Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta: EGC

Tasnim;dkk. 2020. *Keterampilan Dasar Kebidanan Teori dan Praktik*: Yayasan Kita Menulis

Uliyah, M dan Hidayat, A 2010. *Praktikum klinik: Keterampilan Dasar Praktek Klinik Untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.