

SKRIPSI

PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP TINGKAT NYERI
HAID (*DISMENOIRE*) PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN
YATIM PUTRI ISLAM RM SURYOWINOTO

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh:

CAHYANI AGNES ANGGRAINI

KP.16.01128

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (S1) DAN NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA

2023



SKRIPSI
PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP TINGKAT NYERI HAID
(DISMENORE) PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN YATIM PUTRI
ISLAM RM SURYOWINOTO

Disusun Oleh :

Cahyani Agnes Anggraini

KP.16.01.128

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal **08082023**

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

Sri Sumaryani, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Mat.

Penguji I / Pembimbing Utama

Heni Febriani, S.Si., M.PH.

Penguji II / Pembimbing Pendamping

Agnes Erida W, S.Kep., Ns., M.Kep.

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan

Yogyakarta, **04.09.2023**

Ketua Program Studi Keperawatan (S1) dan Ners



Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep.





PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Cahyani Agnes Anggraini
NIM : KP.16.01.128
Program Studi : Ilmu Keperawatan (S1) dan Ners
Judul Penelitian : Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Tingkat Nyeri Haid
(*Dismenore*) Pada Remaja di Panti Asuhan Yatim Putri Islam RM Suryowinoto

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya dalam bentuk skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di STIKES Wira Husada maupun di perguruan tinggi lainnya
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Dosen Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh atas karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 04 September 2023.

Yang membuat pernyataan,



CAHYANI AGNES ANGGRAINI



MOTTO

“Berjalan tak seperti rencana adalah jalan yang sudah biasa, dan jalan satu - satunya jalani sebaik – baiknya”

(FSTVLST – GAS)

“Kesempatan tidak datang dua kali, tapi kesempatan datang kepada siapa yang tidak pernah berhenti mencoba”

(Dzawin Nur Ikram)

“Balas dendam terbaik adalah dengan memperbaiki dirimu”

(Ali Bin Abi Thalib)

“From sprinkler splashes to fireplace ashes, You’ve got no reason to be afraid”

(You’re on Your Own, Kid - Taylor Swift)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT, penulis mempersembahkan Skripsi ini kepada:

1. Bapak ibu tercinta, bapak Warijan dan ibu Suparni yang saya sayangi terimakasih atas segala cinta, kasih sayang dan doa restu yang selalu menguatkan sehingga pada akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan. Tetaplah sehat hingga dapat kulihat senyum simpulmu bangga kepadaku. Semoga Allah selalu melindungi.
2. Adik tersayang, Wahyu Bima dan Sekar Agustin yang selalu memberikan semangat dukungan dan doa kepada saya.
3. Mas Khoiron Nul Hakim yang sudah memberikan banyak perhatian, dukungan dan support saya untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
4. Seluruh saudara dan keluarga besar, terimakasih untuk doa, nasehat, dan pertanyaan pertanyaan yang sangat memotivasi “kuliahnya selesai kapan?”, “jadinya nikah kapan?”, mohon bersabar sedang saya usahakan satu persatu.
5. Sahabat dan teman-teman baik yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang sudah memberikan dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi.
6. Seluruh Dosen dan staf, terimakasih untuk ilmu, dan bimbingan selama saya berkuliah di STIKes Wira Husada.
7. Keponakan *online* kesayangan onty yang selalu menghibur dan memberikan *mood* positif karna kegemasan kalian Ebrahim Narayana Wiratama, Rayyanza Malik Ahmad, dan Aurorae Chava Al Hakim.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena telah melimpahkan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Haid (Disminore) Pada Remaja Di Panti Asuhan Yatim Putri Islam RM Suryowinoto”**, yang merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan STIKes Wira Husada Yogyakarta.

Dalam proses penyusunan skripsi ini banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, oleh sebab itu pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan banyak terima kasih kepada :

1. Dr. Dra. Ning Rintiswati, M. Kes., selaku Ketua STIKES Wira Husada Yogyakarta.
2. Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku ketua Program Studi Keperawatan Stikes Wira Husada Yogyakarta yang telah memberi izin penelitian.
3. Sri Sumaryani, S.kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Mat selaku Dewan Penguji yang telah memberikan izin penelitian serta arahan dan saran dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan.
4. Heni Febriani, S.Si., M.PH selaku Pembimbing utama yang senantiasa dengan sabar membimbing dan mengarahkan peneliti dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan.
5. Agnes Erida W, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Pembimbing kedua yang senantiasa dengan sabar membimbing dan mengarahkan peneliti dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan.
6. Keluarga Besar Yayasan Panti Asuhan Yatim Putri Islam RM Suryowinoto yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.

Semoga Allah SWT memberikan rahmat dan karunia-Nya kepada mereka yang telah membantu dengan tulus, ikhlas, dan semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Yogyakarta, Agustus 2023

Penulis

PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP TINGKAT NYERI HAID (*DISMENOIRE*) PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN YATIM PUTRI ISLAM RM SURYOWINOTO

Cahyani Agnes Anggraini¹, Heni Febriani², Agnes Erida Wijayanti³
Jl. Babarsari Glendongan, Tambak Bayan, Caturtunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta 55281
E-mail: cahyani.agness22@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Dismenore merupakan gejala yang timbul akibat adanya kelainan dalam rongga panggul dan mengganggu aktifitas perempuan, bahkan sering kali berdampak pada remaja usia sekolah karena menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Pemberian kompres hangat merupakan salah satu tindakan mandiri, dimana efek hangat dari kompres dapat menyebabkan vasodilatasi pada pembuluh darah yang nantinya akan meningkatkan aliran darah ke jaringan penyaluran zat asam dan makanan ke sel-sel di perbesar dan pembuangan dari zaat-zat di perbaiki yang dapat mengurangi rasa nyeri haid.

Tujuan Penelitian: Penelitian ini bertujuan ntuk mengetahui pengaruh kompres hangat terhadap nyeri haid pada remaja di Panti Asuhan Yatim Putri Islam RM Suryowinoto.

Metode Penelitian: Penelitian pra eksperimental dengan metode *one group pretest-posttest design* ini melibatkan remaja putri di Panti Asuhan Yatim Putri Islam RM Suryowinoto berjumlah 38 orang yang diambil menggunakan *total sampling*. Pengambilan data menggunakan kuesioner *WaLIDD Score* untuk mengukur tingkat dismenore sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat.

Hasil Penelitian: Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan kompres hangat, sebagian besar responden mengalami nyeri sedang. Setelah dilakukan kompres hangat menggunakan *water bag electric*, sebagian besar responden mengalami penurunan tingkat nyeri menjadi nyeri ringan. Uji statistik menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan $p\ value = 0,00 < \alpha = 0,05$, berarti ada pengaruh kompres hangat terhadap tingkat nyeri haid pada remaja putri sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat.

Kesimpulan: Kesimpulan dari peneltiain ini adalah terdapat pengaruh kompres hangat terhadap tingkat nyeri haid pada remaja putri di Panti Asuhan Yatim Putri Islam RM Suryowinoto.

Kata Kunci: Dismenore, Kompres Hangat, Remaja Putri

¹ Mahasiswa Program Studi Keperawatan (S1) dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta

² Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

³ Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

THE EFFECT OF WARM COMPRESS ON THE LEVEL OF DYSMENORRHEA IN ADOLESCENTS AT THE RM SURYOWINOTO ISLAMIC ORPHANAGE

Cahyani Agnes Anggraini¹, Heni Febriani², Agnes Erida Wijayanti³
Jl. Babarsari Glendongan, Tambak Bayan, Caturtunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta 55281
E-mail: cahyani.agness22@gmail.com

ABSTRACT

Background: Dysmenorrhea is a symptom that arises due to abnormalities in the pelvic cavity and interferes with women's activities, and often affects school-age adolescents because it disrupts daily activities. Giving a warm compress is an independent action, where the warm effect of the compress can cause vasodilation in the blood vessels which will increase blood flow to the tissues the distribution of acids and food to the cells is widened and the disposal of substances is improved which can reduce menstrual pain.

Objectives: This study aims to determine the effect of warm compresses on dysmenorrhea in adolescents at the RM Suryowinoto Islamic Orphanage.

Methods: This pre-experimental study using the one group pretest-posttest design method involved 38 adolescents at the RM Suryowinoto Yatim Putri Islamic Orphanage who were taken using total sampling. The data collection used the WaLIDD Score questionnaire to measure the level of dysmenorrhea before and after giving warm compresses.

Results: The results showed that before being given a warm compress, most of the respondents experienced moderate pain. After applying warm compresses using the electric water bag, most of the respondents experienced a decrease in their pain level to mild pain. Statistic tests using the Wilcoxon Signed Rank Test obtained p value = 0.00 $< \alpha = 0.05$, which indicated that there is an effect of warm compresses on the level of menstrual pain in adolescents before and after giving warm compresses.

Conclusion: The conclusion of this study in there is an effect of warm compresses on the level of dysmenorrhea in you adolescents at the RM Suryowinoto Islamic Orphanage.

Keywords: *Adolescents, Dysmenorrhea, Warm Compresses*

¹Student of Nursing (S1) Study Program and Nurses STIKES Wira Husada Yogyakarta

²Lecturer STIKES Wira Husada Yogyakarta

³Lecturer STIKES Wira Husada Yogyakarta

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
MOTTO.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
INTISARI.....	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Ruang Lingkup.....	5
E. Manfaat Penelitian	5
F. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Landasan Teori.....	9
1. Konsep Dasar Remaja	9
2. Dismenore	13
3. Konsep Dasar Nyeri	19
4. Kompres Hangat.....	25
B. Kerangka Teori	30
C. Kerangka Konsep.....	31
D. Hipotesis Penelitian	32
BAB III METODE PENELITIAN.....	33

A. Jenis dan Rancangan Penelitian	33
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	33
C. Populasi dan Sampel	33
D. Variabel Penelitian.....	34
E. Definisi Operasional	35
F. Instrumen Penelitian	35
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	36
H. Teknik Pengumpulan Data.....	37
I. Pengolahan Data dan Analisis Data	38
J. Jalannya Penelitian.....	39
K. Etika Penelitian.....	41
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	43
A. Gambaran Lokasi Penelitian	43
B. Hasil Penelitian.....	43
C. Pembahasan	46
D. Keterbatasan Penelitian	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	53
A. Kesimpulan	53
B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	58

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Pengukuran Dismenore Berdasarkan <i>WaLIDD Score</i>	18
Tabel 2. Perbandingan Nyeri Akut dan Nyeri Kronis	21
Tabel 3. Suhu Kompres Hangat dan Dingin	28
Tabel 4. <i>One Group Pretest-Posttest Design</i>	33
Tabel 5. Definisi Operasional	35
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	43
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Haid (Dismenore) Sebelum Pemberian Kompres Hangat	44
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Haid (Dismenore) Sesudah Pemberian Kompres Hangat	44
Tabel 9. Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Tingkat Nyeri Haid (Dismenore).....	45
Tabel 10. Distribusi Usia Responden dengan Tingkat Nyeri Sebelum dan Sesudah Pemberian Kompres Hangat	45

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori.....	30
Gambar 2. Kerangka Konsep	31

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
<i>Lampiran 1. Protokol Penelitian.....</i>	59
<i>Lampiran 2. Surat Studi Pendahuluan.....</i>	60
<i>Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian</i>	61
<i>Lampiran 4. Surat Kelaikan Etik</i>	62
<i>Lampiran 5. Surat Permohonan Menjadi Responden.....</i>	63
<i>Lampiran 6. Surat Persetujuan Menjadi Responden</i>	64
<i>Lampiran 7. Surat Persetujuan Menjadi Asisten</i>	65
<i>Lampiran 8. Standar Prosedur Operasional Kompres Hangat</i>	66
<i>Lampiran 9. Lembar Data Demografi</i>	67
<i>Lampiran 10. Kuesioner.....</i>	68
<i>Lampiran 11. Water Bag Electric</i>	70
<i>Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian</i>	71
<i>Lampiran 13. WaLIDD Score Tingkat Nyeri Pre-post</i>	73
<i>Lampiran 14. Hasil Uji Statistik</i>	74
<i>Lampiran 15. Jadwal pelaksanaan penelitian</i>	76

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja atau masa pubertas merupakan masa awal pematangan seksual, suatu periode dimana seorang anak mengalami perubahan fisik, hormonal, dan seksual yang mampu mengadakan proses reproduksi. Pada anak perempuan, masa pubertas terjadi pada usia 9 - 16 tahun. Salah satu ciri masa pubertas adalah mulai terjadinya haid atau menstruasi (Wahyuni *et al*, 2020).

Menstruasi adalah suatu proses yang normal, yang terjadi setiap bulannya pada hampir semua wanita. Menstruasi adalah terjadinya pengeluaran darah, dalam jangka waktu 3-5 hari setiap bulannya (Wiknjastro, 2011). Pada saat menstruasi, sering muncul yang tidak hanya mengganggu masalah kesehatan reproduksi, tetapi dapat juga mengganggu produktivitas sehari-hari. Gangguan menstruasi yang sering dialami perempuan adalah seperti nyeri pada perut bagian bawah, menstruasi yang tidak teratur, nyeri pada pinggang, dan salah satunya adalah *dismenore*.

Dismenore berasal dari bahasa Yunani yaitu "*Dysmenorrhea*". Kata "*dys*" yang berarti sulit, nyeri, atau abnormal. Sedangkan "*meno*" yang berarti bulan dan "*rrhea*" yang berarti aliran. Dismenore adalah suatu kondisi dimana perempuan mengalami nyeri pada saat menstruasi yang memberikan efek buruk terhadap aktivitas sehari-hari karena nyeri yang dirasakan. Kondisi ini bisa berlangsung 2 hari atau lebih dari lamanya hari menstruasi setiap bulan (Afiyanti, 2016).

Dismenore dibagi menjadi dua macam yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer yaitu nyeri menstruasi yang timbul tanpa ada sebab yang dapat diketahui. Dismenore primer ini terjadi sejak usia pertama kali datangnya menstruasi dan disebabkan oleh faktor intrinsik uterus dan berhubungan erat dengan ketidakseimbangan hormon

steroid seks ovarium. Sedangkan dismenore sekunder adalah nyeri yang disebabkan oleh simptom penyakit ginekologi seperti endometriosis atau fibroid. Walaupun dismenore bukanlah suatu penyakit, melainkan gejala yang timbul akibat adanya kelainan dalam rongga panggul dan mengganggu aktifitas perempuan, bahkan sering kali berdampak pada remaja usia sekolah karena menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari (Tyas *et al.*, 2018).

Penatalaksanaan dismenore dapat dilakukan dengan dua pendekatan, yaitu farmakologis dan non farmakologis. Secara farmakologis dapat dilakukan dengan pemakaian obat-obatan, seperti: *Nonsteroidal Anti-Inflammatory Drugs (NSAIDs)*, *cyclooxygenase II inhibitors*, kontrasepsi oral, gliseril trinitrat, magnesium, kalsium antagonis, vitamin B, dan vitamin E. Sedangkan pendekatan non farmakologi dapat dilakukan dengan cara pemberian *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS)*, *heat therapy*, *compress*, akupuntur, akupressur, relaksasi dan *exercise*. Sedangkan penatalaksanaan secara non farmakologis antara lain terapi *massage*, posisi kaki ditinggikan dari badan, olahraga, pengaturan diet dan pemberian kompres hangat (Gustina & Djannah, 2017).

Pemberian kompres hangat merupakan salah satu tindakan mandiri. Efek hangat dari kompres dapat menyebabkan vasodilatasi pada pembuluh darah yang nantinya akan meningkatkan aliran darah ke jaringan penyaluran zat asam dan makanan ke sel-sel di perbesar dan pembuangan dari zaat-zat di perbaiki yang dapat mengurangi rasa nyeri haid primer yang di sebabkan suplai darah ke endometrium kurang (Natali, 2013).

Kompres hangat adalah pengompresan yang dilakukan dengan menggunakan buli-buli atau botol air panas yang dibungkus kain yaitu secara konduksi dimana terjadi pemindahan panas dari buli-buli ke dalam tubuh sehingga menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan terjadi penurunan ketegangan otot sehingga nyeri haid yang dirasakan akan

berkurang atau hilang. Kompres hangat sebagai metode yang sangat efektif untuk mengurangi nyeri atau kejang otot (Proverawati, 2017).

Kompres hangat dapat mengatasi nyeri haid karena kompres hangat berfungsi untuk memperlancar sirkulasi darah. Melalui pemberian panas, pembuluh-pembuluh darah akan melebar, sehingga akan memperbaiki peredaran darah di dalam jaringan tersebut. Melalui cara ini penyaluran zat asam dan makanan ke sel-sel diperbesar dan pembuangan dari zat-zat diperbaiki, sehingga dapat mengurangi rasa nyeri yang disebabkan suplai darah ke endometrium berkurang. Peningkatan suhu yang disalurkan melalui kompres hangat dapat meredakan nyeri menstruasi dengan menyingkirkan produk-produk inflamasi, seperti bradikinin, nistamin, dan prostaglandin yang akan menimbulkan rasa nyeri lokal (Saraswati, 2017). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anjani (2022) yang menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan tingkat nyeri dismenore pada remaja putri di SMP Negeri 278 Jakarta dengan $P=0,001 < 0,05$. Penelitian ini didukung oleh penelitian Ridha (2021) yang menunjukkan ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan intensitas dismenore pada remaja putri di Madrasah Aliyah DDI Mangkoso Kabupaten Barru.

Kompres hangat pada umumnya diberikan menggunakan *water bag* atau botol dengan dibalut kain yang telah diisi air panas, kemudian ditempelkan pada lokasi nyeri dengan durasi pemberian yang berbeda-beda. Ridha (2021) dalam penelitiannya, memberikan intervensi kompres hangat selama 60 menit dengan selang 15 menit pergantian air panas. Tingkat nyeri haid diukur sebelum dan sesudah pemberian intervensi, dengan menggunakan lembar observasi nyeri maupun *Numeric rating Scale* (NRS) dan *Visual Analog Scale* (VAS).

Studi pendahuluan yang dilakukan di Panti Asuhan Yatim Putri Islam RM Suryowinoto pada tanggal 17 Februari 2023, dari 10 remaja putri yang diwawancarai diketahui 4 remaja putri mengalami nyeri ringan, 4 remaja putri mengalami nyeri sedang dan 2 remaja putri lainnya

mengalami nyeri berat. Nyeri haid yang dirasakan setiap bulannya tidak hanya menimbulkan perasaan tidak nyaman tetapi juga mengganggu aktifitas sehari-hari. Hasil wawancara terkait penanganan nyeri haid yang dilakukan oleh remaja putri di Panti Asuhan Yatim Putri Islam RM Suryowinoto adalah sebagian besar remaja putri mengatakan mengkonsumsi obat pereda nyeri. Penggunaan obat pereda nyeri jika dikonsumsi secara terus-menerus dalam jangka waktu yang panjang dapat berbahaya terhadap perkembangan organ reproduksi, jantung maupun organ tubuh lainnya. Berdasarkan alasan tersebut, peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian terkait pengaruh kompres hangat terhadap nyeri haid pada remaja di Panti Asuhan Yatim Putri Islam RM Suryowinoto, sehingga diharapkan kompres hangat dapat menjadi salah satu pilihan terapi dalam mengurangi nyeri haid selama mengalami menstruasi.

Penelitian yang akan dilakukan di Panti Asuhan Yatim Putri Islam RM Suryowinoto, oleh peneliti dengan menggunakan *water bag electric* yang dipanaskan menggunakan energi listrik kemudian ditempelkan pada lokasi nyeri haid selama 10 menit secara berpindah pindah sesuai lokasi nyeri yang dirasakan. Berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya, dalam penelitian ini peneliti mengukur tingkat nyeri menggunakan skor khusus dismenore yaitu *WaLIDD Score*, dimana pengukuran ini mencakup empat komponen yaitu *Working Activity* yaitu untuk mengetahui efek nyeri haid yang dirasakan terhadap aktifitas sehari-hari, *Location* yaitu untuk mengetahui nyeri yang dirasakan apakah menjalar ke beberapa bagian tubuh, *Intensity* yaitu mengukur kualitas nyeri yang dirasakan dimana komponen ini dikombinasikan dengan *Wong-Baker Pain Rating Scale* untuk mengetahui intensitas nyeri yang dirasakan responden, dan *Days of pain* atau lama hari nyeri selama satu siklus menstruasi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut di atas, rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Adakah Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Haid Pada Remaja Di Panti Asuhan Yatim Putri Islam RM Suryowinoto?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum
Mengetahui pengaruh kompres hangat terhadap nyeri haid pada remaja di Panti Asuhan Yatim Putri Islam RM Suryowinoto.
2. Tujuan khusus
 - a. Mengetahui tingkat nyeri haid pada remaja sebelum dilakukan kompres hangat.
 - b. Mengetahui tingkat nyeri haid pada remaja setelah dilakukan kompres hangat.

D. Ruang Lingkup

1. Materi
Ruang lingkup materi dalam penelitian ini berhubungan dengan keperawatan maternitas.
2. Responden Penelitian
Responden dalam penelitian ini adalah remaja perempuan yang sedang mengalami haid.
3. Lokasi Penelitian
Penelitian ini dilaksanakan di Panti Asuhan Yatim Putri Islam RM Suryowinoto.
4. Waktu Penelitian
Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei s/d Juni 2023.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini ditunjukkan kepada beberapa pihak, sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Bagi Peneliti
Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan peneliti dalam kaitannya dengan disiplin ilmu yang diteliti serta dapat menjadi pedoman bagi peneliti menuju penelitian-penelitian yang akan datang.

b. Bagi Ilmu Pengetahuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran dan acuan untuk mendapatkan data-data empiris terkait nyeri haid.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber informasi bagi mahasiswa terkait kompres hangat dan pengaruhnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Panti Asuhan

Sebagai sumber data dan bahan evaluasi dalam mempertahankan dan meningkatkan kesehatan remaja di Panti Asuhan.

b. Bagi Remaja

Dapat menjadi sumber informasi dalam rangka peningkatan pengetahuan terkait penanganan nyeri pada remaja.

F. Keaslian Penelitian

1. Ridha, A. A. S., Nur U. M., Sartika (2021) yang berjudul “Pengaruh Kompres Hangat terhadap Penurunan Intensitas Dismenore pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah di Mangkoso Kabupaten Barru”. Metode penelitian ini merupakan penelitian *Quasy eksperiment* dengan rancangan *nonequivalent with control group*. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling* dengan total 16 responden, dan data dianalisis menggunakan uji *Mann Whitney*. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi skala nyeri haid. Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan uji *Mann Wihdney* didapatkan nilai $p = 0,011$, $\alpha = 0,05$ ($p < \alpha$), yang menunjukkan ada pengaruh yang signifikan terapi kompres hangat terhadap penurunan intensitas dismenore pada remaja putri di Madrasah Aliyah DDI Mangkoso Kabupaten Barru.

Persamaan dalam penelitian ini adalah variabel bebas dan variabel terikat yaitu kompres hangat dan nyeri haid, responden penelitian, dan jenis penelitian. Sedangkan perbedaan yang ditemukan dalam penelitian ini adalah desain penelitian yaitu *one group pre-posttest*

design, kuesioner penelitian dimana peneliti menggunakan kuesioner yang khusus mengukur dismenore yaitu *WaLIDD Score*. Perbedaan lainnya antara lain waktu dan tempat penelitian, jumlah dan teknik sampel, metode analisa data, alat yang digunakan serta durasi pemberian intervensi. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan *water bag electric* dimana pemberian ntervensi dilakukan selama 20 menit.

2. Anjani, dkk (2022) dengan judul “Pengaruh Pemberian Kompres Hangat terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dismenore pada Remaja Putri di SMP Negeri 278 Jakarta”. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif *Quasy eksperimen* dengan rancangan penelitian *non-equivalent control group design*. Sampling penelitian dengan rumus *replikasi* dengan total sampel 40 orang, dan menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi skala nyeri haid dan data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil dari penelitian ini ada pengaruh signifikan dengan pemberian kompres hangat terhadap penurunan tingkat nyeri disminore pada remaja putri di SMP Negeri 278 Jakarta.

Persamaan dalam penelitian ini adalah variabel bebas dan variabel terikat, jenis penelitian, dan jenis responden yaitu pada remaja putri. Sedangkan perbedaan terletak pada desain penelitian, jumlah dan teknik sampel, metode analisa data serta alat yang digunakan dalam pemberian kompres hangat.

3. Yulandasari, Vera., Haris S., Lalu M. S. H., (2022) dengan judul “Pengaruh Kompres Hangat terhadap Penurunan Nyeri Dismenore pada Siswi di MTs Miftahul Iman”. Jenis penelitian ini merupakan rancangan penelitian *pre eksperimental* meggunakan metode *one group pretest-posttest design*. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel 30 orang dan data dianalisa menggunakan uji *Wilcoxon*. pengukuran skala nyeri menggunakan skala penilaian numerik (*Numerical Rating Scale, NRS*) skala 0-10.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya penurunan skala nyeri disminore pada remaja sebelum diberikan terapi kompres hangat dan sesudah diberikan terapi kompres air hangat dengan taraf signifikan dilihat dari nilai $0,000 < 0,05$.

Persamaan dalam penelitian ini adalah variabel bebas dan terikat jenis penelitian dan desain penelitian. Perbedaan terletak pada kuesioner yang digunakan dimana tingkat nyeri diukur menggunakan *WaLIDD Score* dengan skala angka 0-3, dimana semakin tinggi skor yang didapat maka semakin berat nyeri yang dirasakan. Perbedaan lain yang ditemukan yaitu waktu dan tempat penelitian, karakteristik responden, jumlah dan teknik sampel serta metode analisa data yang digunakan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan data dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan terkait pemberian kompres hangat menggunakan *water bag electric* terhadap penurunan tingkat nyeri haid (dismenore) pada remaja putri di Panti Asuhan Yatim Putri Islam RM Suryowinoto.
2. Tingkat nyeri haid pada remaja putri di Panti Asuhan Yatim Putri Islam RM Suryowinoto sebelum pemberian kompres hangat menggunakan *water bag electric* adalah sebagian besar mengalami nyeri sedang.
3. Tingkat nyeri haid pada remaja putri di Panti Asuhan Yatim Putri Islam RM Suryowinoto sesudah pemberian kompres hangat menggunakan *water bag electric* adalah sebagian besar mengalami nyeri ringan.

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya
Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi sehingga dapat dilakukan penelitian dengan populasi yang lebih besar menggunakan kelompok kontrol atau pembandingan dengan media dan instrument yang sesuai.
2. Bagi Ilmu Pengetahuan
Dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan kajian dalam meningkatkan pengetahuan terkait dismenore dan kompres hangat dalam upaya penanganan nyeri dismenore.
3. Bagi Institusi
Bagi institusi pendidikan terkait yaitu STIKes Wira Husada Yogyakarta, hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu sumber

informasi baik bagi kalangan mahasiswa pendidikan sarjana maupun profesi agar dapat memperluas wawasan dan referensinya terkait dismenore dan kompres hangat dalam upaya penanganan nyeri dismenore.

4. Bagi Pengelola Panti

Pengelola diharapkan memberikan dukungan secara emosional kepada para remaja putri sehingga keadaan psikologis remaja tetap terjaga selama masa menstruasi.

5. Bagi Remaja Putri

Diharapkan mampu meningkatkan pembelajaran serta pengetahuan mengenai penanganan dismenore dengan terapi nonfarmakologis sehingga dapat menerapkan terapi non-farmokologis berupa kompres hangat pada saat mengalami nyeri haid.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiyanti, Y. (2016). *Seksualitas dan Kesehatan Reproduksi Perempuan*. Rajawali Pers.
- Andika, D., Khairisyaf, O., & Pertiwi, D. (2016). Hubungan Pengetahuan Dengan Kejadian Merokok Pada Pelajar SMPN 1 Pariaman. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(2), 361–364. <https://doi.org/10.25077/jka.v5i2.522>
- Andria, I. A., Sudarti, & Retnaningsih, R. (2016). Penerapan Teknik Messase Effleurage Pada Abdomen Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri (Studi Kasus pada Nn. “N” dan Nn. “O” di Prodi Kebidanan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang). *Jurnal Hesti Wirasakti*, 4(1), 46–50.
- Anjani, D., Tuti Wahyuningsih, Winarni, L. M., & Subandi. (2022). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 278 Jakarta. *Nusantara Hasana Journal*, 1(11), 22–32.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian*. Rineka Cipta.
- Arisonya, C. (2018). *Penurunan Dismenore Primer pada Mahasiswi di Asrama I dan III Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Tahun 2018*. Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta.
- Asmarani, A. (2020). *Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat Terhadap Penurunan Intesitas Dismenore Primer Pada Mahasiswi AKBID Pondok Pesantren Assanadiyah Palembang*. 2(2), 13–19.
- Gustina, E., & Djannah, S. N. (2017). Impact of Dysmenorrhea and Health-seeking Behavior among Female Adolescents. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)*, 6(2), 141. <https://doi.org/10.11591/.v6i2.6644>
- Kumalasari, I. & A. (2014). *Kesehatan Reproduksi*. Salemba Medika.
- Lubis, N. L. (2016). *Depresi Tinjauan Psikologis*. Kencana.
- Maharani, A. (2021). *Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore pada Remaja Putri Kelas VII & VIII di SMP Kampus Kota Padangsidimpuan Tahun 2021*. Universitas Aufa Royhan.
- Mahua. (2018). *Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat Terhadap Dismenore Pada Remaja Putri di SMK Penerbangan Angkasa Singosari Malang*. 3,

259–268.

- Maidartati. (2018). *Efektivitas Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Di Bandung*. VI(2), 156–164.
- Natali. (2013). *Konsep dan Penerapan Kompres Hangat*. EGC.
- Notoatmodjo. (2018). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nursalam. (2013). *Konsep Dan Penerapan Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan* (3rd ed.). Salemba Medika.
- Oktasari, G., Misrawati, & Tri Utami, G. (2017). Perbandingan Efektivitas Kompres Hangat Dan Kompres Dingin Terhadap Penurunan Dismenorea Pada Remaja Putri. *Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau*, 1–8.
- Pangesti, R. H., Lestari, G. I., & Riyanto, R. (2018). *Pengurangan Nyeri Dismenore Primer pada Remaja Putri dengan Kompres Hangat*. 10(2), 97–102.
- Proverawati, A. (2017). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Nuha Medika.
- Rianto, A. (2015). *Aspek Hukum dalam penelitian*. Yayasan Pustaka Obor.
- Saraswati, R. (2017). *Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi (Dismenore) Pada Remaja Putri Siswi Kelas VII SMPN 3 Kecamatan Maospati Kabupaten Magetan*. STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Teherán, A. A., Piñeros, L. G., Pulido, F., & Mejía Guatibonza, M. C. (2018). WaLIDD score, a new tool to diagnose dysmenorrhea and predict medical leave in University students. *International Journal of Women's Health*, 10, 35–45. <https://doi.org/10.2147/IJWH.S143510>
- Tyas, J. K., Ina, A. A., & Tjondronegoro, P. (2018). Pengaruh Terapi Akupresur Titik Sanyinjiao Terhadap Skala Dismenore. *Jurnal Kesehatan*, 7(1), 1. <https://doi.org/10.46815/jkanwvol8.v7i1.75>
- Wahyuni, R., Ermiza, dan Safitri, Y. (2020). The Influence Of Warm Water Compresses On The Decrease In The Intensity Of Dysmenorrhea In Female Students In The D-III Midwifery Study Program At The Sand Washing University Jurnal Maternity and Neonatal. *The D-III Midwifery Study Program At The Sand Washing University Jurnal Maternity and Neonatal*, 3,

23–29.

- Wardiyah, A., Setiawati, S., & Setiawan, D. (2016). Perbandingan Efektifitas Pemberian Kompres Hangat dan Tepidsponge Terhadap Penurunan Suhu Tubuh Anak yang Mengalami Demam RSUD dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung. *Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Science)*, 4(1), 44–56. <https://doi.org/10.21776/ub.jik.2016.004.01.5>
- Wiknjosastro, H. (2011). *Ilmu Kandungan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Wulandari. (2021). *Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore pada Remaja Di Dusun II Desa Terusan Kabupaten Musi Banyuasin*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Husada Palembang.
- Yulandasari, V., Suhamdani, H., & Husen, L. M. S. (2022). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Siswi di MTs Miftahul Iman. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 10(2), 232–236. <https://doi.org/10.37824/jkqh.v10i2.2022.410>