

**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP
NYERI HAID / DISMENOIRE PADA REMAJA PUTRI
DI SMK MKH JAKARTA SELATAN
TAHUN 2023**

SKRIPSI



Oleh:

WINDY VITA ZEFANYA

204201516020

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS NASIONAL

JAKARTA

2024

**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP
NYERI HAID / DISMENOIRE PADA REMAJA PUTRI
DI SMK MKH JAKARTA SELATAN
TAHUN 2023**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan
pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Jakarta



Oleh:
Windy Vita Zefanya
204201516020

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2024**

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP
NYERI HAID / DISMENORE PADA REMAJA PUTRI
DI SMK MKH JAKARTA SELATAN**

TAHUN 2023

Oleh:

Windy Vita Zefanya
204201516020

Telah dipertahankan dihadapan penguji skripsi
Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Pada tanggal 13 Februari 2024

Pembimbing 1,

Pembimbing 2,

Ns. Diah Argarini, S.kep., M.Kep. Dr. dr. Andi Julia Rifiana, SH., M.Kes.

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.

HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Nyeri
Haid/Dismenore Pada Remaja Putri Di SMK MKH
Jakarta Selatan Tahun 2023

Nama Mahasiswa : Windy Vita Zefanya

NPM : 204201516020



Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk dipertahankan
dalam sidang skripsi Program Studi keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional
pada Semester Ganjil 2023/2024

Menyetujui,

Pembimbing 1

Pembimbing 2


Ns. Diah Argarini, S.Kep., M.Kep. **Dr. dr. Andi Julia Rifiana, SH., M.Kes.**

HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG

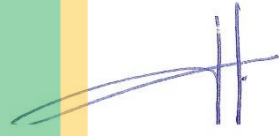
Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Nyeri
Haid/Dismenoree Pada Remaja Putri Di SMK MKH
Jakarta Selatan Tahun 2023


Nama Mahasiswa : Windy Vita Zefanya


NPM : 204201516020



Menyetujui,

Penguji 1 : **Dr. Bdn. Rukmaini, S.ST., M.Keb.** 

Penguji 2 : **Ns. Diah Argarini, S.Kep., M.Kep.** 

Penguji 3 : **Dr. dr. Andi Julia Rifiana, SH., M.Kes.** 

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Windy Vita Zefanya

NPM : 204201516020

Judul Penelitian : Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Nyeri

Haid/Dismenoree Pada Remaja Putri Di SMK MKH

Jakarta Selatan Tahun 2023

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta, 13 Februari 2024



Windy Vita

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberi rahmat dan krunianya sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Nyeri Haid/Dismenore Pada Remaja Putri Di SMK MKH Jakarta Selatan”.

Saya menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya Ridho Illahi, dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini dengan rendah hati dan rasa hormat yang besar saya ucapkan “Alhamdulillahil’alamin” beserta terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si
2. Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ns. Tommy J.F. Wowor, M.Kep., MM.
3. Ns. Diah Argarini, S.Kep., M.Kep selaku pembimbing 1 yang telah memberi dorongan, saran, dukunga penuh dan ilmu dalam proses pembuatan skripsi.
4. Dr. dr. Andi Julia Rifiana, S.H., M.Kes selaku pembimbing 2 yang telah memberikan masukan dan memberi dukungan penuh dalam pembuatan skripsi.
5. Ns. Rizki Hidayat, M.Kep. selaku pembimbing akademik yang senantiasa mendampingi selama belajar di program studi keperawatan FIKES UNAS

6. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasiliasi proses pembelajaran dikampus FIKES UNAS.
7. Kepala sekolah dan seluruh guru Di SMK MKH Jakarta Selatan yang telah memberikan kesempatan untuk peneliti melakukan penelitian
8. Seluruh siswi kelas X Di SMK MKH Jakarta Selatan yang telah membantu dan ikut berpartisipasi dalam penelitian yang telah dilakukan peneliti
9. Kedua orang tua saya, yaitu Dini Safitri dan Williem Samuel serta kakak dan Adikku tercinta yaitu Sandy Christove Matius, S.Kom, Dandy Galatia Liecardo, Nisa Nurcahyati, A.Md.Farm, Siti Rukmana Komala Sari dan Zindy Vini Yehezkiel atas doa, support dan dukungannya selama ini, sehingga laporan penelitian ini dapat selesai sesuai dengan waktunya.
10. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya Achmad Gilang Ramadhan, S.Kep. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis. Berkontribusi banyak dalam penulisan karya tulis ini, baik tenaga maupun waktu kepada penulis. Telah mendukung, menghibur mendengarkan keluh kesah, dan memberikan semangat untuk pantang menyerah.
11. Teman seperjuangan saya yaitu Erika Apriliana Putri. Terimakasih telah membantu, mensupport, mendukung, mendengarkan keluh kesah dan memberi semangat sehingga laporan penelitian ini dapat sesuai dengan waktunya.

12. Teman-teman saya yaitu Salsabiela Kamilatussa'adah, Rita Dwi yunianti, Difa Adillah, Masayu Anggita June yang telah mensupport, sehingga penelitian dapat selesai sesuai dengan waktunya
13. Seluruh teman Angkatan Regular A Program Studi Keperawatan Universitas Nasional yang telah berjuang Bersama selama masa perkuliahan.

Akhir kata, penulis sebagai makhluk yang tidak sempurna memohon maaf apabila ada kesalahan baik secara Teknik, format ataupun isi dari skripsi penulis. Harapan penulis semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi masyarakat.

14. Terakhir, diri saya sendiri, Windy Vita Zefanya, karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri walaupun awal dari semuanya dan semoga saya tetap rendah hati.

Penulis menyadari bahwa penyusunan dalam skripsi ini masih jauh dari kata sempurna karena keterbatasan pengetahuan serta pengalaman yang penulis miliki. Besar harapan saya semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca

Jakarta, 13 Februari 2024



Windy Vita

Abstrak

PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NYERI HAID / DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI SMK MKH JAKARTA SELATAN TAHUN 2023

Windy Vita Zefanya, Diah Argarini, Andi Julia Rifiana

Latar Belakang: Angka kejadian dismenore di Indonesia cukup tinggi mencapai 60-70%. Dismenore yaitu nyeri saat menstruasi yang disebabkan oleh kejang otot rahim yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari selama 1-3 hari setiap bulannya. Dismenore pada remaja dapat menyebabkan terganggunya konsentrasi belajar, penanganan yang tepat terhadap dismenore yaitu pemberian kompres hangat menjadi solusi untuk menurunkan tingkat intensitas nyeri tersebut.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres hangat terhadap nyeri haid/dismenore pada remaja putri di SMK MKH Jakarta Selatan tahun 2023.

Metodologi: Desain penelitian ini menggunakan metodologi *Quasi Eksperimen pretest-posttest design*. Penelitian ini memiliki 33 responden sebagai sampel. Sampel penelitian ini berjumlah 33 responden. Pengambilan sampel ini menggunakan total sampling dengan instrument penelitian menggunakan SOP kompres hangat dan *numeric rating scale (NRS)*. Peneliti mengambil pre-test, intervensi yang berlangsung selama 20 menit, dan post-test 10 menit kemudian.

Hasil Penelitian: Hasil yang diperoleh yaitu rata-rata sebelum dilakukan intervensi yaitu 3,39 dan rata-rata sesudah intervensi yaitu 1,24. Selanjutnya nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) ditemukan dari analisis menggunakan uji Wilcoxon. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh pemberian kompres hangat terhadap dismenore dan nyeri haid pada remaja putri yang bersekolah di SMK MKH Jakarta Selatan pada tahun 2023.

Kesimpulan: Terdapat pengaruh pemberian kompres hangat terhadap nyeri haid/dismenore pada remaja putri di SMK MKH Jakarta selatan tahun 2023.

Saran: Diharapkan pemberian kompres hangat dapat diterapkan pada wanita dengan dismenore khususnya remaja untuk mengurangi rasa nyeri atau dismenore

Kata Kunci: Dismenore, Kompres Hangat, Remaja

Kepustakaan: 44 Pustaka (2012-2023)

Abstract

THE EFFECT OF GIVING WARM COMPRESSES ON MENSTRUAL PAIN / DYSMENORRHOEA AMONG ADOLESCENT GIRLS AT MKH VOCATIONAL SCHOOL SOUTH JAKARTA IN 2023

Windy Vita Zefanya, Diah Argarini, Andi Julia Rifiana

Background: The incidence of dysmenorrhea in Indonesia is quite high, reaching 60-70%. Dysmenorrhea is pain during menstruation caused by uterine muscle spasms which can interfere with daily activities for 1-3 days every month. Dysmenorrhea in teenagers can cause disruption to concentration in studying. Appropriate treatment for dysmenorrhea, namely giving warm compresses, is a solution to reduce the intensity of the pain.

Objective: This study aims to determine the effect of giving warm compresses on menstrual pain/dysmenorrhea among adolescent girls at SMK MKH South Jakarta in 2023.

Methodology: This study design employs a single group pretest-posttest quasi-experiment methodology. The study had 33 responders as its sample. This sampling used total sampling with research instruments using warm compress SOP and numeric rating scale (NRS). The researcher took a pre-test, an intervention that lasted for 20 minutes, and a post-test 10 minutes later.

Results: The results obtained were the average before the intervention was 3.39 and the average after the intervention was 1.24. Furthermore, analysis using the Wilcoxon test obtained p value = 0.000 ($p < 0.05$). This shows the effect of giving warm compresses on menstrual pain/dysmenorrhea in young women at SMK MKH South Jakarta in 2023.

Conclusion: There is an effect of giving warm compresses on menstrual pain/dysmenorrhea in young women at SMK MKH South Jakarta in 2023.

Suggestion: It is hoped that giving warm compresses can be applied to women with dysmenorrhea, especially teenagers, to reduce pain or dysmenorrhea.

Keywords: Dysmenorrhea, Warm Compress, Teenagers

References: 44 (2012-2023).

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG	iv
HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG.....	v
PERNYATAAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
Abstrak	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR SINGKATAN.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis.....	6
BAB II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Kajian Teori	7
2.1.1 Konsep Masa Remaja	7
2.1.2 Konsep Nyeri	9
2.1.3 Konsep Dismenore	14
2.1.4 Konsep Kompres Hangat	23
2.2 Kerangka Teori.....	28
2.3 Kerangka Konsep	28
2.4 Hipotesis.....	30

BAB III.....	31
METODE PENELITIAN.....	31
3.1 Desain Penelitian.....	31
3.2 Populasi dan Sampel.....	32
3.2.1 Populasi.....	32
3.2.2 Sampel.....	32
3.3 Lokasi Penelitian.....	32
3.4 Waktu Penelitian.....	32
3.5 Variabel Penelitian	33
3.5.1 Variabel Independent	33
3.5.2 Variabel Dependent.....	33
3.6 Definisi Operasional Penelitian	33
3.7 Instrument Penelitian	34
3.8 Prosedur Pengumpulan Data.....	35
3.9 Analisa Data	36
3.9.1 Persiapan	37
3.9.2 Tabulasi.....	37
3.9.3 Analisa Univariat	38
3.9.4 Analisis Bivariat.....	38
3.10 Etika Penelitian.....	38
BAB IV.....	40
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40
4.1 Hasil Penelitian	40
4.1.1 Analisis Univariat.....	40
4.1.1.1 Karakteristik Responden.....	40
4.1.1.2 Analisa Bivariat.....	41
4.1.2 Analisa Bivariat.....	41
4.2 Pembahasan.....	42
4.2.1 Analisis Univariat	42
4.2.1.1 Karakteristik Responden	42
4.2.1.2 Analisis Bivariat.....	45
4.2.2 Analisis Bivariat.....	45
4.3 Keterbatasan Penelitian	47
BAB V	48
SIMPULAN DAN SARAN.....	48
5.1 Simpulan.....	48

5.2	Saran	49
	DAFTAR PUSTAKA	50
	LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

3.1. Tabel Definisi Operasional.....	34
4.1. Tabel Karakteristik Responden.....	40
4.2. Tabel Distribusi Frekuensi Sebelum dan Sesudah Kompres Hangat.....	41
4.3. Tabel Pengaruh Pemberian Kompres Hangat.....	42



DAFTAR GAMBAR

2.1. Gambar Skala Nyeri Deskripsi.....	11
2.2. Gambar Skala Intensitas Nyeri Numerik.....	11
2.3. Gambar Skala Wajah.....	12
2.4. Gambar Kerangka Teori.....	28
2.5. Gambar Kerangka Konsep.....	29



DAFTAR SINGKATAN

WHO	: World Health Organization
PERMENKES RI	: Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia
BKKBN	: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana
PGF 2a	: Prostaglandin F2-alfa
VDS	: Verbal Descriptor Scale
NRS	: Numeric Rating Scale
FPS	: Faces Pain Scale
TENS	: Transcutaneous Electric Nerve Stimulation



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Konsultasi/Bimbingan Konsultasi

Lampiran 2 Surat Izin penelitian

Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian SMK MKH Jakarta Selatan

Lampiran 4 Lembar Penjelasan Sebelum Menjadi Responden

Lampiran 5 Surat Persetujuan Menjadi Responden (Informed Consent)

Lampiran 6 Standar Operasional Prosedur Kompres Hangat (SOP)

Lampiran 7 Lembar Data Demografi

Lampiran 8 Lembar Observasi Sebelum dan Sesudah Kompres Hangat

Lampiran 9 Lembar Pengukuran Skala Intensitas Nyeri

Lampiran 10 Master Data Tabel Excel

Lampiran 11 Hasil Output Analisa Data

Lampiran 12 Dokumentasi Kegiatan Penelitian

Lampiran 13 Hasil Turnitin

Lampiran 14 Biodata Penulis

