

Lampiran 1 Realisasi Anggaran Penelitian

REALISASI ANGGARAN PENELITIAN

No.	KEGIATAN	BIAYA(Rp)
1	Tahap Persiapan	
	Pengajuan Judul dan Studi Pendahuluan	Rp. 100.000,00
	Penyusunan Proposal, dan Penggandaan	Rp. 100.000,00
	Seminar Proposal	Rp. 100.000,00
	Perbaikan Proposal	Rp. 100.000,00
2	Tahap Pelaksanaan	
	Pengurusan Izin Penelitian	Rp. 100.000,00
	Pengurusna Ethical Clearance	Rp. 100.000,00
	<i>Hot water bag</i> + kain pelindung	Rp. 450.000,00
	Termos	Rp. 70.000,00
	Termometer air	Rp. 40.000,00
	Analisis Data	Rp. 100.000,00
	Tahap Pengakhiran Data	
	Penyusunana Skripsi dan Penggandaan	Rp. 150.000,00
	Ujian Skripsi	Rp. 100.000,00
	Perbaikan Skripsi	Rp. 200.000,00
	Publikasi Hasil Penelitian	Rp. 100.000,00
	TOTAL	Rp. 1.810.000,00

Lampiran 2 Format Pengumpulan Data

Judul : Perbedaan Tingkat Intensitas Nyeri Haid Primer Sebelum Dan Sesudah
Pemberian Kompres Hangat pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Atas
Negeri 2 Denpasar

Tanggal Penelitian :

Nama Responden :

Umur :

Menstruasi Hari ke :

Usia *Menarche* :

Siklus Menstruasi :

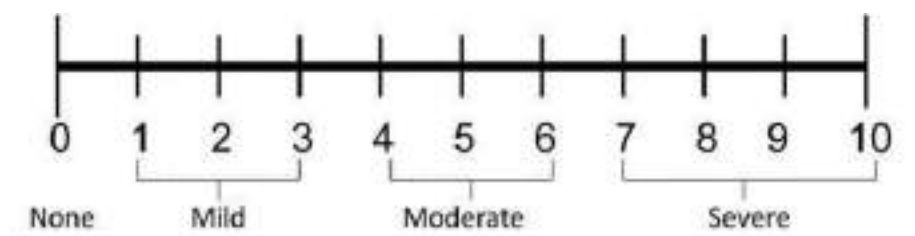
Riwayat dismenorea :

Kebiasaan Olahraga :

Mengonsumsi *Junkfood* :

1. **Tingkat nyeri sebelum** Pemberian Kompres Hangat.

Berdasarkan skala nyeri dibawah ini, pada angka berapakah tingkat nyeri yang anda rasakan? (lingkari titik mana skala nyeri yang saudara rasakan saat ini)



Keterangan skala nyeri :

0 : Tidak ada keluhan nyeri haid kram pada perut bagian bawah.

1-3 : Terasa kram perut bagian bawah, masih dapat ditahan, masih dapat melakukan aktifitas, masih dapat berkonsentrasi belajar.

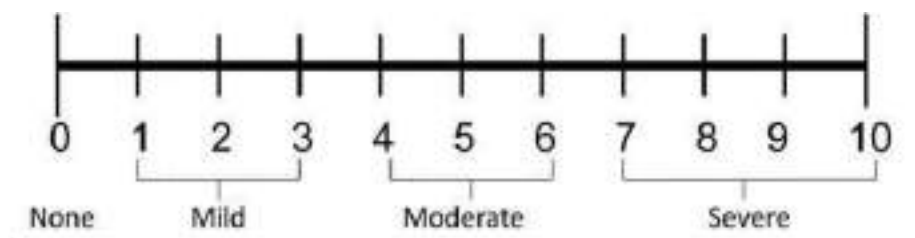
4-6 : Terasa kram pada perut bagian bawah, nyeri menyebar ke pinggang, kurang nafsu makan, sebagian aktifitas terganggu, sulit/susah beraktifitas belajar.

7-9 : Terasa kram berat pada perut bagian bawah, nyeri menyebar ke pinggang, paha, atau punggung, tidak ada nafsu makan, mual, badan lemas, tidak kuat beraktifitas, tidak dapat berkonsentrasi

10 : Terasa kram yang berat sekali pada perut bagian bawah, nyeri menyebar ke pinggang, kaki, dan punggung, tidak mau makan, mual, muntah, sakit kepala, badan tidak ada tenaga, tidak bisa berdiri atau bangun dari tempat tidur, tidak dapat beraktivitas, terkadang sampai pingsan.

2. **Tingkat nyeri setelah** Pemberian Kompres Hangat.

Berdasarkan skala nyeri dibawah ini, pada angka berapakah tingkat nyeri yang anda rasakan? (lingkari titik mana skala nyeri yang saudara rasakan saat ini)



Keterangan skala nyeri :

0 : Tidak ada keluhan nyeri haid kram pada perut bagian bawah.

1-3 : Terasa kram perut bagian bawah, masih dapat ditahan, masih dapat melakukan aktifitas, masih dapat berkonsentrasi belajar.

4-6 : Terasa kram pada perut bagian bawah, nyeri menyebar ke pinggang, kurang nafsu makan, sebagian aktifitas terganggu, sulit/susah beraktifitas belajar. 7-9 :

Terasa kram berat pada perut bagian bawah, nyeri menyebar ke pinggang,

paha, atau punggung, tidak ada nafsu makan, mual, badan lemas, tidak kuat beraktifitas, tidak dapat berkonsentrasi

10 : Terasa kram yang berat sekali pada perut bagian bawah, nyeri menyebar ke pinggang, kaki, dan punggung, tidak mau makan, mual, muntah, sakit kepala, badan tidak ada tenaga, tidak bisa berdiri atau bangun dari tempat tidur, tidak dapat beraktivitas, terkadang sampai pingsan.

Lampiran 3 Surat Kelaikan Etik



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Denpasar
Jalan Sanitasi No.1, Sidakarya,
Denpasar Selatan, Bali 80224
(0361) 710447
<http://poltekkes-denpasar.ac.id>

Persetujuan Etik/ ETHICAL APPROVAL
Nomor : DP.04.02/F.XXXII.25/ 426 /2025

Yang bertandatangan di bawah ini Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Denpasar, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian, dengan ini memutuskan protokol penelitian yang berjudul :

Perbedaan Tingkat Intensitas Nyeri Haid Primer Sebelum Dan Sesudah Pemberian Kompres Hangat Pada Remaja Putri

yang mengikutsertakan manusia sebagai subyek penelitian, dengan Ketua Pelaksana/ Peneliti Utama :

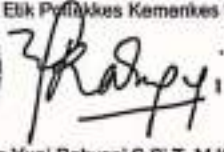
Ida Ayu Kade Tania Nandika Purnami

LAIK ETIK. Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa maksimum selama 1 (satu) tahun

Pada akhir penelitian, peneliti menyerahkan laporan akhir kepada KEPK-Poltekkes Denpasar. Dalam pelaksanaan penelitian, jika ada perubahan dan/atau perpanjangan penelitian, harus mengajukan kembali permohonan kaji etik penelitian (amandemen protokol)

Benpasar, 24 April 2025

Ketua Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Denpasar


Dr. N. Komang Yuni Rahyani, S.SiT., M.Kes



Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500967 dan <https://wha.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tts.kominfo.go.id/verifyPDF>.



 Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 4 Surat Izin Penelitian



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Denpasar
Jalan Samkati No.1, Sidikarya
Denpasar Selatan, Bali 80224
Telp 0361 710443
https://www.poltekkes-denpasar.ac.id

Denpasar, 18 Maret 2025

Nomor : PP.06.01/F.XXIV.14/1664 /2025
Lampiran : -
Hal : *Mohon izin penelitian*
Yth : Yth. Kepala Sekolah SMAN 2 Denpasar

Dalam rangka menyelesaikan pendidikan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Denpasar Tahun Akademik 2024/2025, mahasiswa diwajibkan melakukan suatu penelitian serta menyusun laporannya dalam bentuk Skripsi. Sehubungan dengan hal tersebut bersama ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa kami yaitu:

Nama : Ida Ayu Kade Tania Nandika Purnami
NIM : P07124221004
Alamat : Jln. Jend Sudirman No. 3a, Dauh Puri Klod, Kec. Denpasar Barat, Kota Denpasar.
Judul Penelitian : Perbedaan Tingkat Intensitas Nyeri Haid Sebelum dan Sesudah Pemberian Kompres hangat Pada Remaja Putri
Tempat Penelitian : SMA Negeri 2 Denpasar
Waktu Penelitian : Maret-April 2025
Jumlah Peneliti : 1 (satu) orang

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerja sama yang baik diucapkan terimakasih.

A/n. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar
Ketua Jurusan Kebidanan,

Ni Ketut Somayanti, SST, M. Biomed.
NIP.196904211989032001

Tembusan Kepada Yth. :
1. Direktur Poltekkes Denpasar (sebagai laporan)
2. SMA Negeri 2 Denpasar
3. Arsip ADAK

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500967 dan <https://whs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://te.keminfo.go.id/verifyPDF>.

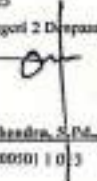


Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 5 Surat Studi pendahuluan

		Kementerian Kesehatan Poltekkes Denpasar Jalan Saritasi No.1, Sidakarya, Denpasar Selatan, Bali 80224 (0361) 710447 https://poltekkes-denpasar.ac.id
		Denpasar, 13 Desember 2024
Nomor	: DP.04.03/F.XXXII.14/ 34.4.9/2024	
Lampiran	: -	
Hal	: <i>Mohon izin Melaksanakan Studi Pendahuluan</i>	
Yth	: Kepala Sekolah SMA Negeri 2 Denpasar Di - Tempat	
Dalam rangka penyusunan proposal Sebagai Tugas Akhir Pendidikan Yang Disusun dalam bentuk laporan/Skripsi mahasiswa semester VII Pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Denpasar. Tahun Akademik 2023/2024 bersama ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk berkenan memberikan izin melaksanakan studi pendahuluan/mencari data kepada mahasiswa kami atas nama sebagai berikut:		
Nama	: Ida Ayu Kade Tanio Nandika Purnami	
NIM	: P07124221004	
Alamat	: Jl. Jend. Sudirman No. 3a, Dauh Puri Klod, Kec. Denpasar Barat, Kota Denpasar, Bali.	
Data Yang dicari	: Jumlah Remaja Putri, Jumlah Remaja Putri Yang Mengalami Dismenore	
Judul Penelitian	: Perbedaan Tingkat Intensitas Nyeri Dismenore Primer Sebelum Dan Sesudah Pemberian Kombinasi Kompres Hangat Dengan Aromaterapi Mawar Pada Remaja Putri Di SMAN 2 Denpasar	
Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerja sama yang baik diucapkan terimakasih.		
		A/n. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar Ketua Jurusan Kebidanan  Ni Ketut Sompsoni SST N. Nirmala NIP.196904211969032031
Tembusan Kepada Yth. : 1. Direktur Poltekkes Denpasar (sebagai laporan) 2. Arsip ADAK		
Kemendagri Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan http://halo.kemkes.go.id Untuk verifikasi keabsahan tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman https://halo.kemkes.go.id/verifikasi. 		
 Dipindai dengan CamScanner		

Lampiran 6 Surat balasan permohonan studi pendahuluan

	පළාත් පාලන ආයතන PEMERINTAH PROVINSI BALI පළාත් පාලන ආයතන SMA NEGERI 2 DENPASAR Alamat: Jalan Pahlawan Sakti Denpasar, Telp. (0361) 221 619 Website: www.smanegeri2denpasar.id Email: smanegeri2denpasar@gmail.com Fax: (0361) 221 629	
No : B.10.000.97831/SMAN2EP5/DIKPORA		
Lamp :-		
Perihal : Surat Balasan Terkait Permohonan Studi Pendahuluan		
Kepada		
Yth. Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemkes Denpasar		
di. -		
Tempat		
Dengan hormat,		
Menindaklanjuti Permohonan Studi Pendahuluan dalam rangka penyusunan Tugas Akhir Mahasiswa Sarjana Terapan Kebidanan, maka dengan ini kami pihak sekolah memberikan ijin kepada mahasiswa sebagai berikut :		
Nama	:	Ida Ayu Kade Tina Nandika Purnami
NIM	:	P07124221004
Data yang diambil	:	Jumlah Remaja Putri, Jumlah Remaja Putri Yang Mengalami Dismenore
Judul Penelitian	:	Perbedaan Tingkat Intimitas Nyeri Haid Primer Sebelum dan Sesudah Pemberian Kompres Hangat Dengan Pada Remaja Putri.
Waktu Pengambilan Data	:	25 April 2025
Demikian surat balasan ini kami buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.		
Bali, 15 Mei 2025		
 		
Makendro, S.Pd., M.Pd.		

(0361) 221 629 | 013

Lampiran 7 Persetujuan Setelah Penjelasan (Informed Consent)

Persetujuan Setelah Penjelasan (Informed Consent)

Yang terhormat saudari, kami meminta kesediaanya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Keikutsertaan dari penelitian ini bersifat sukarela/tidak memaksa. Mohon untuk dibaca penjelasan dibawah dengan seksama dan disilahkan bertanya bila ada yang belum dimengerti.

Judul	Perbedaan Tingkat Intensitas Nyeri Haid Primer Sebelum Dan Sesudah Pemberian Kompres Hangat pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Denpasar
Peneliti Utama	Ida Ayu Kade Tania Nandika Purnami
Institusi	Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar
Peneliti lain	Tidak ada
Lokasi penelitian	Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Denpasar
Sumber pendanaan	Swadana

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan intensitas nyeri menstruasi setelah diberikan intervensi kompres hangat. Jumlah peserta dalam penelitian ini adalah sebanyak 30 orang siswi kelas X SMAN 2 Denpasar yang mengalami nyeri haid primer.

Atas kesediaan berpartisipasi dalam penelitian ini maka akan diberikan imbalan sebagai pengganti waktu yang diluangkan untuk penelitian ini. Peneliti menjamin kerahasiaan semua data peserta penelitian ini dengan menyimpannya

dengan baik dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Kepesertaan Saudari pada penelitian ini bersifat sukarela. Saudari dapat menolak untuk menjawab pertanyaan yang diajukan pada penelitian atau menghentikan kepesertaan dari penelitian kapan saja tanpa ada sanksi. Keputusan Saudari untuk berhenti sebagai peserta penelitian tidak akan mempengaruhi mutu dan akses/ kelanjutan pengobatan yang akan diberikan.

Jika setuju untuk menjadi responden pada penelitian ini, saudara diminta untuk menandatangani formulir persetujuan setelah penjelasan (Informed Consent) sebagai peserta penelitian setelah saudara benar-benar memahami tentang penelitian ini, bila selama belangsungnya penelitian terdapat perkembangan baru dalam penelitian, peneliti akan menyampaikan kepada saudara untuk kelanjutan dalam penelitian, peneliti akan menyampaikan hal ini kepada saudara, bila ada pertanyaan yang perlu disampaikan kepada peneliti, silahkan hubungi saya selaku peneliti, **Dayu Tania No HP 085792344588.**

Tanda tangan saudara dibawah ini menunjukkan bahwa saudara telah membaca, telah memahami, dan telah mendapat kesempatan untuk bertanya kepada peneliti tentang penelitian ini dan menyetujui untuk menjadi peserta penelitian.

Peserta/ Subyek Penelitian,

Wali,

Tanda Tangan dan Nama

Tanggal (wajib diisi): / /

Tanda Tangan dan Nama

Tanggal (wajib diisi): / /

Hubungan dengan Peserta/ Subyek Penelitian:

(Wali dibutuhkan bila calon peserta adalah anak < 14 tahun, lansia, tuna grahita, pasien dengan kesadaran kurang – koma)

Peneliti

Tanda Tangan dan Nama

Tanggal

Tanda tangan saksi diperlukan pada formulir Consent ini hanya bila

- ☐ Peserta Penelitian memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan, tetapi tidak dapat membaca/ tidak dapat bicara atau buta
- ☐ Wali dari peserta penelitian tidak dapat membaca/ tidak dapat bicara atau buta
- ☐ Komisi Etik secara spesifik mengharuskan tanda tangan saksi pada penelitian ini (misalnya untuk penelitian resiko tinggi dan atau prosedur penelitian invasive)

Catatan:

Saksi harus merupakan keluarga peserta penelitian, tidak boleh anggota tim penelitian.

Saksi:

Saya menyatakan bahwa informasi pada formulir penjelasan telah dijelaskan dengan benar dan dimengerti oleh peserta penelitian atau walinya dan persetujuan untuk menjadi peserta penelitian diberikan secara sukarela.

Nama dan Tanda tangan saksi

Tanggal

(Jika tidak diperlukan tanda tangan saksi, bagian tanda tangan saksi ini dibiarkan kosong)

* coret yang tidak perlu

Lampiran 8 Hasil pengolahan Data

DUMMY TABEL

Umur	Usia <i>Menarche</i>	Siklus Menstruasi	Riwayat Menstruasi	Kebiasaan Berolahraga	Konsumsi cepatsaji
16	KURANG 12	Teratur	Tidak	Tidak	sering
16	LEBIH 12	Teratur	Tidak	Ya	sering
15	LEBIH 12	Teratur	Ya	Ya	tidak sering
16	LEBIH 12	Tidak Teratur	Ya	Tidak	tidak sering
15	KURANG 12	Tidak Teratur	Ya	Tidak	sering
16	KURANG 12	Tidak Teratur	Tidak	Tidak	sering
16	LEBIH 12	Teratur	Ya	Tidak	sering
16	KURANG 12	Tidak Teratur	Tidak	Ya	sering
16	KURANG 12	Tidak Teratur	Tidak	Tidak	tidak sering
16	KURANG 12	Teratur	Ya	Tidak	tidak sering
16	KURANG 12	Tidak Teratur	Ya	Tidak	sering
16	KURANG 12	Tidak Teratur	Tidak	Ya	sering
16	KURANG 12	Teratur	Tidak	Tidak	sering
15	KURANG 12	Tidak Teratur	Ya	Tidak	sering
16	KURANG 12	Tidak Teratur	Ya	Ya	tidak sering
15	KURANG 12	Teratur	Ya	Tidak	sering
16	KURANG 12	Teratur	Ya	Tidak	tidak sering
15	KURANG 12	Tidak Teratur	Ya	Ya	sering
16	LEBIH 12	Tidak Teratur	Ya	Ya	sering
15	KURANG 12	Teratur	Ya	Tidak	sering
16	KURANG 12	Tidak Teratur	Ya	Tidak	tidak sering
16	KURANG 12	Tidak Teratur	Ya	Ya	sering
15	KURANG 12	Teratur	Ya	Tidak	tidak sering
16	KURANG 12	Teratur	Ya	Ya	sering
16	KURANG 12	Teratur	Ya	Ya	sering
16	LEBIH 12	Teratur	Tidak	Tidak	tidak sering
16	KURANG 12	Teratur	Ya	Ya	sering
16	KURANG 12	Teratur	Tidak	Tidak	sering
16	KURANG 12	Tidak Teratur	Ya	Ya	tidak sering
16	LEBIH 12	Tidak Teratur	Tidak	Ya	sering

PENGUKURAN SKALA NYERI

Hari ke-1		Hari ke-2
<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	<i>Post-test</i>
5	3	2
6	3	2
4	3	2
5	3	2
4	2	1
4	2	1
6	4	3
5	2	1
3	3	2
5	4	3
4	3	2
5	2	1
6	3	2
5	2	1
3	3	2
4	4	3
5	2	1
6	2	1
4	3	2
3	3	2
5	4	3
4	3	2
4	2	1
4	2	1
5	3	2
4	2	1
5	3	2
4	2	1
5	3	2
5	3	2

UMUR	FREKUENSI	PERSENTASE
15	7	24%
16	22	76%
TOTAL	29	100%
MENARCHE	FREKUENSI	PRESENTASE
≤12	22	76%
>12	7	24%
TOTAL	29	100%
SIKLUS	FREKUENSI	PERSENTASE
TERATUR	14	48%
TIDAK TERATUR	15	52%
TOTAL	29	100%
RIWAYAT	FREKUENSI	PERSENTASE
YA	20	69%
TIDAK	9	31%
TOTAL	29	100%

OLAHRAGA	FREKUENSI	PERSENTASE
Tidak	17	57%
Ya	13	43%
TOTAL	30	100%

JUNKFOOD	FREKUENSI	PRESENTASE
SERING	20	67%
JARANG	10	33%
TOTAL	30	100%

PRETEST	FREKUENSI	PERSENTASE
4	14	48%
5	13	45%
6	2	7%
TOTAL	29	100%
POSTTEST	FREKUENSI	PERSENTASE
1	11	38%
2	14	48%
3	4	14%
TOTAL	29	100%

MIN, MEDIAN, MAKS

Descriptives

Statistics		Pretest	Posttest1	Posttest2
N	Valid	30	30	30
	Missing	0	0	0
Mean		4.6333	3.2000	1.9000
Median		5.0000	3.0000	2.0000
Std. Deviation		.96431	.88668	.80301
Minimum		3.00	2.00	1.00
Maximum		6.00	5.00	4.00
Percentiles	25	4.0000	2.7500	1.0000
	50	5.0000	3.0000	2.0000
	75	5.0000	4.0000	2.0000

UJI NORMALITAS

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRETEST	.300	30	.000	.749	30	.000
POSTTEST	.268	30	.000	.790	30	.000
T						

UJI WILCOXON

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest1 - Pretest	Negative Ranks	30 ^a	15.50	465.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	30		

a. Posttest1 < Pretest

b. Posttest1 > Pretest

c. Posttest1 = Pretest

Test Statistics^a

Posttest1 -
Pretest

Z	-4.939 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest2 - Pretest	Negative Ranks	30 ^a	15.50	465.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	30		

a. Posttest2 < Pretest

b. Posttest2 > Pretest

c. Posttest2 = Pretest

Test Statistics^a

Posttest2 -

Pretest

Z	-4.869 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Lampiran 9 Dokumentasi Kegiatan Penelitian



Lampiran 10 Jadwal Kegiatan Pelaksanaan Penelitian

NO	KEGIATAN	NOVEMBER				DESEMBER				Januari				FEBRUARI				MARET				APRIL			
1	Tahap Persiapan	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
	a. Pengajuan Judul																								
	b. Studi Pendahuluan																								
	c. Penyusunan proposal																								
	d. Bimbingan Proposal																								
	e. Seminar proposal																								
	f. Perbaikan proposal																								
2	Tahap Pelaksanaan																								
	a. Pengurusan Izin Penelitian																								
	b. Pengumpulan Data																								
	c. Pengolahan Data																								
	d. Analisis Data																								
3	Tahap Pengakhiran																								
	a. Penyusunan laporan																								
	b. Seminar Hasil Penelitian																								
	c. Perbaikan Hasil Penelitian																								
	d. Publikasi Hasil Penelitian																								

Lampiran 11 Standar Operasional Prosedur (SOP)

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) Pemberian Kompres Hangat Menggunakan <i>Hot Water Bag</i> di Rumah untuk Nyeri Haid (Dismenore Primer)	
Tujuan	Memberikan panduan aman dan konsisten kepada siswi dalam melakukan kompres hangat mandiri menggunakan hot water bag di rumah, sebagai intervensi non-obat untuk mengurangi nyeri haid primer
Sasaran	Siswi kelas X SMA Negeri 2 Denpasar yang menjadi responden dalam penelitian mengenai efektivitas kompres hangat terhadap nyeri haid.
Alat dan Bahan	1. Hot water bag kapasitas 1000 ml 2. Panci dan kompor (untuk merebus air) 3. Air bersih 4. Jam dinding / stopwatch / timer 5. Formulir skala nyeri NRS (Skala Penilaian Numerik)
Prosedur Pelaksanaan	A. Persiapan 1. Rebus air hingga mendidih penuh (100°C) di atas kompor. 2. Matikan kompor, biarkan air tetap di dalam panci tertutup dan diamkan pada suhu ruang selama 20 menit untuk mencapai suhu $\pm 40^{\circ}\text{C}$. 3. Setelah 20 menit, tuangkan 800 ml air panas ke dalam hot water bag (Jangan diisi penuh agar tidak terlalu kaku dan untuk menghindari tekanan berlebih) 4. Pastikan tutup kantong dikencangkan dengan baik dan tidak bocor. B. Pemberian Kompres 1. Letakkan <i>hot water bag</i> di perut bagian bawah (di atas area rahim). 2. Posisikan tubuh dengan berbaring menggunakan 1 bantal penyangga kepala dan kaki ditekukkan. 3. Biarkan kompres berlangsung selama 15 menit.

	C. Pengumpulan Data (NRS) 1. Gunakan Skala NRS (Skala Penilaian Numerik) untuk mengukur intensitas nyeri: Nilai dari 0 sampai 10 0 = Tidak nyeri 10 = Nyeri sangat berat 2. Catat: a. Skor nyeri sebelum dan sesudah kompres b. Tanggal dan waktu pelaksanaan c. Lama kompres (dalam menit) d. Efek samping (jika ada) 3. Serahkan formulir secara berkala kepada peneliti sesuai jadwal.
Keamanan	1. Jangan gunakan air mendidih langsung, selalu tunggu 20 menit setelah mendidih sebelum digunakan. 2. Jangan gunakan saat tidur, untuk menghindari kebocoran atau tekanan yang tidak disadari. 3. Hentikan penggunaan jika muncul kemerahan, iritasi, gatal, atau rasa terbakar.
Referensi	1. Mutia, B., Novhriyanti, D., & Alamsyah, M. S. (2024). Efektivitas kompres hangat terhadap penurunan tingkat nyeri dismenore primer. <i>Journal of Public Health Innovation</i>. 2. Asmarani, A. (2019).* Pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap penurunan intensitas dismenore primer. <i>Kampurui Jurnal Kesehatan Masyarakat</i>. 3. Proctor, M., & Murphy, P. A. (2001). <i>Heat for dysmenorrhoea. Cochrane Database of Systematic Reviews</i>.

SKRIPSPerbedaan tingkat intensitas nyeri haid primer sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat pada remaja putril DAYU TANIAA (1).pdf

ORIGINALITY REPORT

25%

SIMILARITY INDEX

21%

INTERNET SOURCES

17%

PUBLICATIONS

7%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

repository.poltekkes-denpasar.ac.id

Internet Source

8%

2

id.123dok.com

Internet Source

2%

3

repository.stikeswirahusada.ac.id

Internet Source

1%

4

Submitted to Badan PPSDM Kesehatan
Kementerian Kesehatan

Student Paper

1%

5

A. Ridha Al Shifa, Nur Ulmy Mahmud, Sartika
Suyuti. "Pengaruh Kompres Hangat terhadap
Penurunan Intensitas Dismenore pada
Remaja Putri di Madrasah Aliyah DDI
Mangkoso Kabupaten Barru", Window of
Public Health Journal, 2021

Publication

1%

6

ejournal.bsi.ac.id

Internet Source

1%

7

Amrina Rosyada Amalia, Yulia Susanti, Dwi
Haryanti. "Efektivitas Kompres Air Hangat dan
Air Dingin terhadap Penurunan Intensitas
Nyeri pada Remaja Putri dengan Dismenore",
Jurnal Kebidanan Malakbi, 2020

Publication

1%

AK

8	Riska Marlina Hutasuhut, Ica Fauziah Harahap, Riska Yanti. "Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi (Dismenore) pada Remaja Putri Siswi Kelas Vii di Smp It Baruna Sibuhuan Tahun 2025", Jurnal Ners, 2025 Publication	1 %
9	Suhartina Suhartina, Agustina Sari, Rizkiana Putri. "Pengaruh Kompres Hangat Dan Minuman Kunyit Asam Untuk Mengatasi Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di Desa Penutuk Kecamatan Lepar Pongok Tahun 2023", Innovative: Journal Of Social Science Research, 2024 Publication	1 %
10	core.ac.uk Internet Source	1 %
11	garuda.kemdikbud.go.id Internet Source	1 %
12	123dok.com Internet Source	1 %
13	Submitted to Sriwijaya University Student Paper	1 %
14	Yesi Septina Wati, Yoanda Dwi Ardini. "EFEKTIVITAS PEMBERIAN AROMA TERAPI LAVENDERDAN MASSAGE EFFLEURAGE TERHADAP PENURUNAN NYERI MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 10 PEKANBARU", JOMIS (Journal of Midwifery Science), 2021 Publication	<1 %
15	www.repository.poltekkes-kdi.ac.id Internet Source	<1 %

14

16	Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Timur II Student Paper	<1 %
17	Submitted to UIN Sunan Ampel Surabaya Student Paper	<1 %
18	Submitted to Universitas Sebelas Maret Student Paper	<1 %
19	Wahyu Nindi Sayekti, Syafruddin Syarif, Mardiana Ahmad, Etty Nurkhayati, Siti Suciati. "Media Edukasi Tanda Bahaya Kehamilan Berbasis Android Untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil", Oksitosin : Jurnal Ilmiah Kebidanan, 2020 Publication	<1 %
20	rumahhipnotis.com Internet Source	<1 %
21	Submitted to Universitas Sumatera Utara Student Paper	<1 %
22	mediaindonesia.com Internet Source	<1 %
23	Yunita Liana. "Comparative Effectiveness of Papaya Leaf Stew (Carica Papaya Linn) With Turmeric Acid (Curcuma Domestica Val-Tamarindus Indica) Against Primary Dysmenorrhea", SRIWIJAYA JOURNAL OF MEDICINE, 2018 Publication	<1 %
24	media.neliti.com Internet Source	<1 %
25	obatjantungbocoranak.com Internet Source	<1 %

26	www.scribd.com Internet Source	<1 %
27	Yuli Suryanti, Dewi Nopiska Lilis, Harpikriati Harpikriati. "Pengaruh Kompres Hangat terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sekernan Ilir Tahun 2020", Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi, 2021 Publication	<1 %
28	ainunborneoshop.blogspot.com Internet Source	<1 %
29	dspace.umkt.ac.id Internet Source	<1 %
30	iwayanjatiyasatumingal.blogspot.com Internet Source	<1 %
31	moesaimoet.blogspot.com Internet Source	<1 %
32	ojs.uho.ac.id Internet Source	<1 %
33	Dinda Regina Pratjna Pramita, Rahajeng Siti Nur Rahmawati, Sumy Dwi Antono. "Perbedaan Intensitas Nyeri Tehnik Pemberian Kompres Air Hangat Dan Aroma Terapi Mawar Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif", Jurnal Ilmu Kesehatan, 2017 Publication	<1 %
34	Rusdi Hidayat, Acep Samsudin, Devi Dwi A, Mohammad Zahrain et al. "Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Pembelian Konsumen pada Restoran Cepat Saji", El-Mal: Jurnal Kajian Ekonomi & Bisnis Islam, 2023 Publication	<1 %

<1%
acc. Aden
Aph
n. naturan

Exclude quotes On

Exclude matches Off

Exclude bibliography On



Data Skripsi Mahasiswa

N I M P07124221004

Nama Mahasiswa Ida Ayu Kade Tania Nandika Purnami

Info Akademik Fakultas : Jurusan Kebidanan - Program Studi Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan + Profesi Kebidanan

Semester : 8

Skripsi Bimbingan Jurnal Ilmiah Syarat Sidang Sidang Skripsi

Bimbingan

No	Dosen	Topik	Masukan Dosen	Tanggal Bimbingan	Validasi Dosen	Aksi
1	197508252000122002 - NI LUH PUTU SRI ERAWATI, S.Si.T, MPH	Bimbingan mengenai format pengumpulan data	Perbaiki form pengumpulan data,teknik pengambilan sampel	5 Mei 2025	✓	
2	197508252000122002 - NI LUH PUTU SRI ERAWATI, S.Si.T, MPH	Bimbingan terkait hasil penelitian	Lengkapi hasil dan pembahasan lengkapi dengan artikel-artikel terkait	14 Mei 2025	✓	
3	197508252000122002 - NI LUH PUTU SRI ERAWATI, S.Si.T, MPH	Bimbingan terkait pembahasan BAB V	Lengkapi pembahasan dengan artikel internasional dan nasional	15 Mei 2025	✓	
4	197508252000122002 - NI LUH PUTU SRI ERAWATI, S.Si.T, MPH	Bimbingan terkait simpulan dan saran BAB VI	Simpulan dibuat lebih singkat dan cek kembali daftar pustaka	19 Mei 2025	✓	
5	198002012008122001 - NI MADE DWI PURNAMAYANTI, S.Si.T,M.Keb	Bimbingan mengenai format pengumpulan data	lanjutkan	5 Mei 2025	✓	
5	197508252000122002 - NI LUH PUTU SRI ERAWATI, S.Si.T, MPH	Bimbingan pada lampiran	Buat saran yang lebih operasional, cek kelengkapan laporan, siapkan untuk ujian	20 Mei 2025	✓	
6	198002012008122001 - NI MADE DWI PURNAMAYANTI, S.Si.T,M.Keb	Bimbingan terkait hasil penelitian	lanjutkan analisis	14 Mei 2025	✓	
7	198002012008122001 - NI MADE DWI PURNAMAYANTI, S.Si.T,M.Keb	Bimbingan terkait pembahasan BAB V	tambah referensi	15 Mei 2025	✓	
8	198002012008122001 - NI MADE DWI PURNAMAYANTI, S.Si.T,M.Keb	Bimbingan terkait simpulan dan saran BAB VI	perbaiki penulisan	19 Mei 2025	✓	
9	198002012008122001 - NI MADE DWI PURNAMAYANTI, S.Si.T,M.Keb	Bimbingan pada lampiran	lengkapi lampiran	20 Mei 2025	✓	

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI REPOSITORY

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ida Ayu Kade Tania Nandika Purnami
NIM : P07124221004
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
Lingkungan Jurusan : Kebidanan
Tahun Akademik : 2024/2025
Alamat : Perum Graha Anyar Gg. V no 12A, Jimbaran
Nomor HP/Email : 085792344588 / dayutania88@gmail.com

Dengan ini menyerahkan berkas skripsi dengan Judul :

Perbedaan Tingkat Intensitas Nyeri Haid Primer Sebelum Dan Sesudah Pemberian Kompres Hangat Pada Remaja Putri

1. Dan Menyetujuinya menjadi hak milik Poltekkes Kemenkes Denpasar serta memberikan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif untuk disimpan, dialihkan mediakan, dikelola dalam pangkalan data dan dipublikasikannya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis selama tetap mencantumkan nama penulis sebagai pemilik Hak Cipta.
2. Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Apabila dikemudian hari terbukti ada pelanggaran Hak Cipta/Plagiarisme dalam karya ilmiah ini, maka segala tuntutan hukum yang timbul akan saya tanggung pribadi tanpa melibatkan pihak Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 13 September 2025
Yang Membuat Pernyataan



Ida Ayu Kade Tania Nandika Purnami
NIM. P07124221004