

SKRIPSI

PERBEDAAN SKALA NYERI HAID (*DISMENORE*) PRIMER REMAJA PUTRI SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN KOMPRES DINGIN

Studi dilakukan pada remaja putri kelas VII di SMP N 1 Kintamani,
Kabupaten Bangli



**Kemenkes
Poltekkes Denpasar**

Oleh:

NI KOMANG KRISTINA CANDRA DEWI
NIM. P07124221001

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA KEMENKES
POLTEKKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2025**

SKRIPSI

**PERBEDAAN SKALA NYERI HAID (*DISMENORE*) PRIMER
REMAJA PUTRI SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN
KOMPRES DINGIN**

Studi dilakukan pada remaja putri kelas VII di SMP N 1 Kintamani,
Kabupaten Bangli

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan Kebidanan**

Oleh :

NI KOMANG KRISTINA CANDRA DEWI
NIM. P07124221001

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA KEMENKES
POLTEKKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**PERBEDAAN SKALA NYERI HAID (*DISMENORE*) PRIMER
REMAJA PUTRI SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN
KOMPRES DINGIN**

Studi dilakukan pada remaja putri kelas VII di SMP N 1 Kintamani,
Kabupaten Bangli

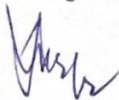
Oleh:

NI KOMANG KRISTINA CANDRA DEWI

NIM. P07124221001

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

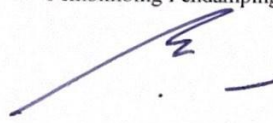
Pembimbing Utama



Ni Gusti Kompiang Sriasih, SST., M.Kes

NIP. 197001161989032001

Pembimbing Pendamping



Dr.Sri Rahayu,S.Tr.Keb.,S.Kep.,Ners.,M.Kes

NIP. 197408181998031001

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



Ni Ketut Somoyani, SST., M.Biomed

NIP. 196904211989032001

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**PERBEDAAN SKALA NYERI HAID (*DISMENORE*) PRIMER
REMAJA PUTRI SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN
KOMPRES DINGIN**

Studi dilakukan pada remaja putri kelas VII di SMP N 1 Kintamani,
Kabupaten Bangli

Oleh:

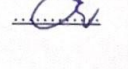
NI KOMANG KRISTINA CANDRA DEWI
NIM. P07124221001

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SENIN

TANGGAL : 26 MEI 2025

TIM PENGUJI :

- | | | |
|---|--------------|---|
| 1. Dr. Ni Komang Yuni Rahyani, S.Si.T., M.Kes | (Ketua) |  |
| 2. Ni Gusti KOMPIANG Sriasih, S.ST., M.Kes | (Sekretaris) |  |
| 3. Ni Made Dwi Purnamayanti, S.Si.T., M. Keb | (Anggota) |  |

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN KEBIDANAN

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR


Ni Ketut Somovani, SST., M.Biomed

NIP. 196904211989032001

**PERBEDAAN SKALA NYERI HAID (*DISMENORE*) PRIMER REMAJA
PUTRI SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN KOMPRES DINGIN
STUDI DILAKUKAN PADA REMAJA PUTRI KELAS VII DI SMP N 1
KINTAMANI, KABUPATEN BANGLI**

ABSTRAK

Dismenore primer merupakan keluhan yang sering terjadi pada remaja putri yang menyebabkan peningkatan pada remaja. Angka kejadian *dismenore* di Indonesia sebesar 107.673 (64,25%). Angka kejadian *dismenore* dialami oleh 60% - 75% remaja. Dilaporkan 30% - 60% remaja wanita yang mengalami dismenore pada kalangan 7% - 15% tidak pergi ke sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan skala nyeri haid (*dismenore*) primer remaja putri sebelum dan sesudah diberikan kompres dingin. Desain penelitian yang digunakan adalah *pre-eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Non Probability Sampling* dengan sampel sebanyak 49 responden. Instrumen penelitian menggunakan *Numerical Rating Scale* (NRS) sebelum dan sesudah intervensi kompres dingin dengan ice bag yang berisi ice tube dengan suhu 15-18 derajat celcius selama 10 menit diberikan sebanyak 2 kali dengan jeda 5 menit. Hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata skala nyeri sebelum intervensi sebesar 7,49 menurun menjadi 2,41 setelah intervensi. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai $Z = -6,182$ dan $p\text{-value} = <0,001$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan skala nyeri yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan seluruh responden mengalami penurunan skala nyeri. Kesimpulannya, kompres dingin efektif menurunkan skala nyeri haid (*dismenore*) primer sehingga dapat digunakan sebagai terapi alternatif yang praktis dan non invasif untuk menangani nyeri haid pada remaja putri.

Kata kunci : dismenore primer, remaja putri, kompres dingin, skala nyeri

**DIFFERENCES IN MENSTRUAL PAIN INTENSITY (PRIMARY
DYSMENORRHEA) IN ADOLESCENT GIRLS BEFORE AND AFTER
COLD COMPRESS INTERVENTION
STUDY CONDUCTED AT SMP NEGERI 1 KINTAMANI, BANGLI REGENCY**

ABSTRACT

Primary dysmenorrhea is a common complaint in adolescent girls that causes an increase in adolescents. The incidence of dysmenorrhea in Indonesia is 107,673 (64.25%). The incidence of dysmenorrhea is experienced by 60% - 75% of adolescents. It is reported that 30% - 60% of female adolescents who experience dysmenorrhea in the 7% - 15% range do not go to school. This study aims to determine the difference in menstrual pain intensity (primary dysmenorrhea) in adolescent girls before and after the application of a cold compress. The research design employed was a pre-experimental approach with a one-group pretest-posttest design. Sampling was conducted using non-probability sampling techniques, with 49 respondents. The research instrument utilized the Numerical Rating Scale (NRS) to assess pain intensity before and after the cold compress intervention. The cold compress was applied using an ice bag containing ice tubes at a temperature of 15–18°C for 10 minutes, administered twice with a 5-minute interval. The results indicated that the average pain intensity before the intervention was 7.49, which decreased to 2.41 after the intervention. The Wilcoxon test revealed a Z-value of -6.182 and a p-value of <0.001 ($p < 0.05$), indicating a significant difference in pain intensity before and after the intervention, with all respondents experiencing a reduction in pain intensity. In conclusion, cold compresses are effective in reducing menstrual pain intensity (primary dysmenorrhea) and can serve as a practical and non-invasive alternative therapy for managing menstrual pain in adolescent girls.

Keywords: Primary dysmenorrhea, adolescent girls, cold compress, pain scale

RINGKASAN PENELITIAN

PERBEDAAN SKALA NYERI HAID (*DISMENORE*) PRIMER REMAJA PUTRI SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN KOMPRES DINGIN STUDI DILAKUKAN PADA REMAJA PUTRI KELAS VII DI SMP N 1 KINTAMANI, KABUPATEN BANGLI

OLEH : NI KOMANG KRISTINA CANDRA DEWI

Dismenore adalah nyeri perut bawah saat menstruasi yang biasanya di dampingi oleh gejala lainnya seperti berkeringat, sakit kepala, diare dan muntah (Tsamara, 2020). *Dismenore* dibagi menjadi dua yaitu *dismenore* primer dan *dismenore* sekunder. *Dismenore* primer adalah nyeri haid tanpa adanya kelainan pada organ genital dan hampir selalu muncul pertama kali pada wanita berumur 20 tahun atau lebih muda setelah siklus ovulasi mereka tetap. Puncak kejadian *dismenore* primer adalah pada rentang usia remaja akhir menuju dewasa muda yaitu rentang usia 15-25 tahun. *Dismenore* sekunder adalah nyeri haid dengan adanya kelainan pada organ genital yang seringnya terjadi pada wanita berusia lebih dari 30 tahun (Tsamara, 2020). Menurut Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, kejadian *dismenore* adalah 1.769.425 (90%) wanita yang mengalami *dismenore*. Menurut (Kemenkes RI, 2020) Kejadian *dismenore* di Indonesia tercatat sebanyak 72,89% dan sebanyak 54% terjadi pada remaja putri, (Kemenkes RI, 2021) bekerja sama dengan Burnet Institute yang melakukan penelitian tentang kejadian *dismenore* remaja putri melaporkan sebanyak 93,2% mengalami *dismenore*.

Terapi non farmakologis seperti kompres dingin digunakan untuk memberikan sensasi dingin pada area nyeri yang dirasakan dan membantu mengurnagi nyeri haid. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan skala nyeri haid (*dismenore*) primer remaja putri sebelum dan sesudah diberikan kompres dingin. Desain penelitian yang digunakan adalah *pre-eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Non Probability Sampling* dengan sampel sebanyak 49 responden. Instrumen penelitian menggunakan *Numerical Rating Scale* (NRS) sebelum dan sesudah

intervensi kompres dingin dengan ice bag yang berisi ice tube dengan suhu 15-18 derajat celcius selama 10 menit diberikan sebanyak 2 kali dengan jeda 5 menit. Hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata skala nyeri sebelum intervensi sebesar 7,49 menurun menjadi 2,41 setelah intervensi. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai $Z = -6,182$ dan $p\text{-value} = <0,001$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan skala nyeri yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan seluruh responden mengalami penurunan skala nyeri.

Meskipun secara keseluruhan terjadi penurunan skala nyeri haid yang signifikan dirasakan responden setelah pemberian kompres dingin, namun masih terdapat beberapa responden yang mengatakan nyeri haid yang dirasakan setelah intervensi masih berada pada kategori ringan hingga sedang. Hal ini menunjukkan bahwa efektivitas intervensi pemberian kompres dingin tidak seragam antara individu satu dengan individu yang lainnya dan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti psikologis yang dapat menyebabkan naiknya produksi hormon adrenalin dan estrogen, kedua hormon ini diketahui memicu kontraksi uterus yang berlebih yang menyebabkan keparahan pada nyeri haid yang dirasakan oleh responden meskipun telah diberikan intervensi

Bagi remaja diharapkan dapat mulai mempertimbangkan penggunaan terapi non farmakologis seperti kompres dingin sebagai alternatif dalam mengatasi nyeri haid untuk mengurangi ketergantungan terhadap obat-obatan kimia dan meningkatkan kesadaran remaja putri. Bagi institusi dan masyarakat disarankan untuk memberikan edukasi kepada remaja putri terkait kesehatan reproduksi, termasuk pengenalan terapi komplementer seperti kompres dingin, agar remaja lebih memahami cara mengelola nyeri haid secara tepat dan aman. Bagi pelayanan kesehatan, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar dalam penyusunan program promotif dan preventif yang ramah remaja di bidang kesehatan reproduksi, khususnya dalam menangani keluhan dismenore primer dengan pendekatan non farmakologis yang mudah diterapkan. Bagi peneliti, penelitian ini dapat menambah wawasan dan melatih keterampilan peneliti dalam mengidentifikasi serta menganalisis asuhan pada remaja putri salah satunya penanganan dismenore primer.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat-Nya lah peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Perbedaan Skala Nyeri Haid (*Dismenore*) Primer Sebelum Dan Sesudah Diberikan Kompres Dingin Pada Remaja Putri Kelas VII di SMP N 1 Kintamani”** tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan mata kuliah Skripsi pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti mendapat banyak dukungan, bantuan, bimbingan serta fasilitas dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat :

1. Sri Rahayu, S.Tr. Keb., S.Kep, Ners., M. Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar sekaligus pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan dan kesempatan pada mahasiswa untuk melakukan penelitian.
2. Ni Ketut Somoyani, S.ST., M. Biomed, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan pada mahasiswa untuk melakukan penelitian.
3. Ni Wayan Armini, S.ST., M.Keb, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan para mahasiswa untuk melakukan penelitian.
4. Ni Gusti Kompiang Sriasih, S.ST., M. Kes, selaku pembimbing utama yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, serta masukan kepada peneliti.
5. I Dewa Ayu Raka Dewi, S.Pd, selaku kepala sekolah SMP N 1 Kintamani yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di SMP N 1 Kintamani.

6. Orang tua, keluarga, serta kerabat penulis yang telah memberikan dukungan, motivasi, doa serta semangat tiada henti.
7. Seluruh pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi.

Skripsi ini jauh dari kata sempurna baik dari segi isi, penyusunan maupun teknik penulisan karena keterbatasan pengetahuan yang peneliti miliki. Sehubungan dengan itu, dengan kerendahan hati peneliti mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun dari pembaca demi kesempurnaan penyusunan skripsi. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah banyak memberikan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Denpasar, 17 April 2025

Peneliti

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Komang Kristina Candra Dewi
NIM : P07124221001
Program Studi : Sarjana Terapan
Jurusan : Kebidanan
Tahun Akademik : 2025
Alamat : Banjar Kerta Budi, Desa Batur Selatan, Kintamani, Bangli

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Perbedaan Skala Nyeri Haid (*Dismenore*) Primer Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Dingin adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undanganyang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 06 Mei 2025

Yang membuat pernyataan



Ni Komang Kristina Candra Dewi
NIM. P07124221001

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
RINGKASAN PENELITIAN	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Nyeri Haid (<i>Dismenore</i>)	7
B. Kompres Dingin	17
BAB III KERANGKA KONSEP	22
A. Kerangka Konsep	22
B. Variabel dan Definisi Operasional	23
C. Hipotesis.....	25
BAB IV METODE PENELITIAN.....	26
A. Jenis Penelitian	26
B. Alur Penelitian.....	28

C. Tempat dan Waktu Penelitian	29
D. Populasi dan Sampel	29
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	31
F. Pengolahan dan Analisa Data	34
G. Etika Penelitian.....	36
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	37
A. Hasil.....	37
B. Pembahasan	45
C. Kelemahan	51
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	52
A. Simpulan.....	52
B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN	57

DAFTAR TABEL

Tabel 1. SOP Pemberian Kompres Dingin	19
Tabel 2. Definisi Operasional	24
Tabel 3. Rancangan Penelitian.....	26
Tabel 4. Data Frekuensi Karakteristik Responden Remaja Putri	41
Tabel 5. Skala Nyeri Haid (<i>Dismenore</i>) Primer Remaja Putri Sebelum Diberikan Kompres Dingin	43
Tabel 6. Skala Nyeri Haid (<i>Dismenore</i>) Primer Remaja Putri Sesudah Diberikan Kompres Dingin.....	44
Tabel 7. Hasil Uji Normalitas <i>Shapiro Wilk</i>	44
Tabel 8. Analisis Skala Nyeri Haid (<i>Dismenore</i>) Primer Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Dingin	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. <i>Numeric Rating Scale</i>	13
Gambar 2. Kerangka Konsep	22
Gambar 3. Alur Penelitian	28

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 2 Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Persetujuan Etik
- Lampiran 4 Rencana Anggaran Biaya
- Lampiran 5 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6 *Informed Consent*
- Lampiran 7 Kuesioner Karakteristik Responden
- Lampiran 8 Lembar Observasi
- Lampiran 9 Standar Operasional Prosedur (SOP) Pemberian Kompres Dingin
- Lampiran 10 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 11 Data Mentah Responden
- Lampiran 12 Hasil Pengolahan Data
- Lampiran 13 Dokumentasi Kegiatan Penelitian