

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Kondisi dan lokasi penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP N 1 Kintamani yang berlokasi di Jalan Raya Pasar Kintamani, Kecamatan Kintamani, Kabupaten Bangli, Provinsi Bali. SMP N 1 Kintamani merupakan Sekolah Menengah Pertama yang terdiri dari siswa putra dan putri kelas VII, VIII, dan IX dengan berbagai kegetiatan yang dilaksanakan baik akademik maupun non akademik. Lokasi ini dipilih sebagai lokasi penelitian berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan dengan mendapatkan hasil bahwa di SMP N 1 Kintamani, menunjukkan tingginya angka kejadian dismenore primer pada remaja putri khususnya siswi kelas VII.

Lokasi penelitian dipilih berdasarkan pertimbangan bahwa siswi kelas VII yang masih kurang terhadap pengetahuan tentang nyeri haid dan cara mengatasinya khususnya penanganan nonfarmakologis seperti kompres dingin. Selain itu, siswi tersebut masih memandang bahwa nyeri haid adalah kondisi yang normal dialami remaja tanpa memikirkan efek dari nyeri yang hebat dan tidak dilakukan penanganan yang menyebabkan redahnya kesadaran remaja untuk mencari tahu dan melakukan penanganan yang sesuai terkhusus penanganan nonfarmakologi yaitu kompres dingin. Oleh karena itu, melalui penelitian, diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperkenalkan metode alternatif berupa kompres dingin pada perut bawah untuk mengurangi

skala nyeri yang dialami remaja putri saat menstruasi. Penelitian dilakukan pada bulan April- Mei selama 4 minggu.

Selama pelaksanaan, responden diberikan edukasi mengenai manfaat, cara kerja, dan cara melakukan kompres dingin yang benar. Proses pemberian kompres dingin dilakukan di ruang UKS dengan dibantu oleh siswi ekstrakurikuler PMR dan juga guru yang bertugas di ruang UKS, segala bentuk komunikasi dilakukan melalui *whatsapp grup*. Peneliti juga menyediakan formulir observasi untuk mencatat skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

2. Karakteristik subjek responden

Subjek penelitian ini adalah remaja putri yang merupakan siswi kelas VII SMP N 1 Kintamani dan telah diseleksi sesuai dengan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Kriteria inklusi pada penelitian ini antara lain remaja putri kelas VII, bersedia menjadi responden, mengalami *dismenore* saat menstruasi, sedang mengalami menstruasi hari pertama, tidak sedang mengonsumsi obat pereda nyeri saat penelitian, Sedangkan, kriteria eksklusi mencakup remaja yang mengalami sakit saat penelitian seperti demam dan infeksi, remaja putri yang mengalami masalah reproduksi. Dari jumlah populasi kelas VII yaitu 88 siswi didapatkan 69 orang memenuhi kriteria dan bersedia menjadi responden. Dari 69 siswi yang memenuhi kriteria peneliti hanya melakukan penelitian dan memilih 49 siswi sebagai responden sesuai dengan perhitungan rumus besar sampel. Karakteristik responden dalam penelitian ini sesuai formulir karakteristik yang telah diisi oleh responden yaitu umur,usia *menarche*, lama menstruasi, tinggi badan, dan berat badan. Pada karakteristik ini usia *menarche*

dan juga lama menstruasi penting untuk dicatat dikarenakan dapat berpengaruh pada skala nyeri *dismenore* remaja putri.

Tabel 4

Data Frekuensi Karakteristik Responden Remaja Putri Kelas VII di SMP N

1 Kintamani

No.	Karakteristik Responden	f	%
1.	Umur		
	12 tahun	2	4,1
	13 tahun	40	81,6
	14 tahun	7	14,3
	Total	49	100
2.	Usia <i>Menarche</i>		
	11 tahun	10	20,4
	12 tahun	27	55,1
	13 tahun	11	22,4
	14 tahun	1	2,0
	Total	49	100
3.	Lama menstruasi		
	<3 hari	10	20,4
	3-7 hari	32	65,3
	>7 hari	7	14,3
	Total	49	100
4.	Berat Badan		
	30	1	2.0
	33	1	2.0
	37	1	2.0
	38	3	6.1
	39	1	2.0
	40	4	8.2
	42	6	12.2
	43	3	6.1
	45	7	14.3
	46	1	2.0
	47	2	4.1
	48	3	6.1
	49	5	10.2
	50	1	2.0
	51	3	6.1

	52	2	4.1
	56	1	2.0
	58	2	4.1
	62	1	2.0
	63	1	2.0
	Total	49	100
5.	Tinggi Badan		
	137	1	2.0
	140	1	2.0
	144	2	4.1
	145	1	2.0
	146	1	2.0
	148	1	2.0
	150	11	22.4
	151	4	8.2
	152	7	14.3
	153	2	4.1
	154	1	2.0
	155	3	6.1
	157	2	4.1
	158	2	4.1
	259	2	4.1
	160	5	10.2
	162	2	4.1
	164	1	2.0
	Total	49	100

Berdasarkan tabel 4, usia responden dapat dikategorikan sebagai kelompok early adolescence (10-14 tahun) yaitu pada hasil analisis menunjukkan sebanyak 2 orang (4,1%) siswi berusia 12 tahun, sebanyak 40 orang (81,6%) siswi berusia 13 tahun, dan 7 orang (14,3%) siswi berusia 14 tahun.

Pada karakteristik usia menarche, 10 orang (20,4%) siswi mengalami menarche pada usia 11 tahun, 27 orang (55,1%) siswi menarche pada usia 12 tahun, 11 orang (22,4%) siswi menarche pada usia 13 tahun dan 1 orang (2,0%)

siswi menarche pada usia 14 tahun.

Karakteristik selanjutnya yaitu lama menstruasi yang sebagian besar menstruasi selama 3-7 hari yaitu sebanyak 32 siswi (65,3%), menstruasi < 3 hari sebanyak 10 siswi (20,4%), dan menstruasi >7 hari sebanyak 7 siswi (14,3%).

Karakteristik berat badan dan tinggi badan pada tabel menunjukkan berat responden terbanyak yaitu pada berat 45kg, dan tinggi badan terbanyak yaitu pada tinggi 150cm.

3. Skala Nyeri Haid (*Dismenore*) Primer Remaja Putri Sebelum Diberikan Kompres Dingin

Pengukuran skala nyeri haid (*dismenore*) primer dilakukan sebelum intervensi menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) pada hari pertama menstruasi. Data dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui nilai minimum, maksimum, mean, median, modus, range, dan standar deviasi dari tingkat nyeri yang dirasakan responden.

Tabel 5

Skala Nyeri Haid (*Dismenore*) Primer Remaja Putri Sebelum Diberikan Kompres Dingin

Skala Dismenore Primer	(Pretest) f	(Pretest) %	Minimum	Maximum	Mean	Median	Mode	Range	Std.Deviation
5	1	2,0							
6	4	8,2							
7	15	30,6	5	9	7,49	8,00	8	4	0,767
8	28	57,1							
9	1	2,0							
Total	49	100							

Berdasarkan Tabel 5, mendapatkan hasil analisis bahwa skala dismenore primer sebelum diberikan kompres dingin pada 49 responden berada dalam rentang minimum 5 dan maksimum 9, dengan nilai mean (rata-rata) 7,49, median 8,00, modus 8, range 4, dan standar deviasi 0,767.

4. Skala Nyeri Haid (*Dismenore*) Primer Remaja Putri Sesudah Diberikan Kompres Dingin

Pengukuran skala nyeri haid (*dismenore*) primer dilakukan sesudah intervensi menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) pada hari pertama menstruasi setelah pemberian kompres dingin. Data dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui nilai minimum, maksimum, mean, median, modus, range, dan standar deviasi dari tingkat nyeri yang dirasakan responden.

Tabel 6
Skala Nyeri Haid (*Dismenore*) Primer Remaja Putri Sesudah Diberikan Kompres Dingin

Skala Dismenore	(<i>Posttest</i>)	(<i>Posttest</i>)	Minimum	Maximum	Mean	Median	Mode	Range	Std.Deviation
Primer	f	%							
2	34	69,4							
3	11	22,4							
4	3	6,1	2	5	2,41	2,00	2	3	0,705
5	1	2,0							
Total	49	100							

Berdasarkan Tabel 6, skala dismenore primer sesudah diberikan kompres dingin menunjukkan bahwa sesudah pemberian kompres dingin terjadi penurunan skala nyeri haid dengan rentang nilai minimum 2 dan maksimum 5, nilai mean (rata-rata) sebesar 2,41, median 2,00, modus 2, range 3 dan

standar deviasi 0,705.

5. Hasil analisis data

Tabel 7

Hasil Uji Normalitas *Shapiro Wilk*

Skala <i>Dismenore</i> Primer	df	Nilai <i>p</i>	Keterangan
Skala nyeri <i>pretest</i>	49	<0,001	Tidak Normal
Skala nyeri <i>posttest</i>	49	<0,001	Tidak Normal

Berdasarkan tabel 7, hasil uji normalitas data dengan menggunakan Shapiro Wilk didapatkan p value < 0,005. Hal tersebut menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal, sehingga uji data selanjutnya yaitu menggunakan uji Wilcoxon untuk menganalisis perbedaan skala nyeri haid (dismenore) primer remaja putri sebelum dan sesudah diberikan intervensi kompres dingin.

- b. Analisis Skala Nyeri Haid (Dismenore) Primer Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Dingin

Tabel 8

Analisis Skala Nyeri Haid (*Dismenore*) Primer Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Dingin di SMPN 1 Kintamani

Skala Dismenore Primer	<i>Ranks</i>	<i>N</i>	<i>Mean Rank</i>	<i>Sum of Ranks</i>	<i>Nilai Z</i>	<i>P value</i>
<i>Posttest - Pretest</i>	<i>Negative Ranks</i>	49 ^a	25,00	1225,00	-6,182 ^b	<0,001
	<i>Positive Ranks</i>	0 ^b	0,00	0,00		
	<i>Ties</i>	0 ^c				
Total		49				

Pada tabel 8, hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa seluruh responden sebanyak 49 orang berada pada kategori *Negative Ranks* yang berarti seluruh responden mengalami penurunan skala nyeri setelah pemberian kompres dingin dan tidak terdapat *Positive Ranks* maupun *ties*, yang berarti tidak ada responden yang mengalami peningkatan nyeri dan tidak ada responden tanpa perubahan nyeri setelah intervensi. Nilai *Mean Ranks* atau rata-rata peringkatnya sebesar 25,00 dan *Sum of Rank* atau jumlah ranking terdapat peningkatan sebesar 1225,00. Hasil analisis bivariat menggunakan Uji *Wilcoxon* didapatkan nilai Z sebesar -6,182^b dan nilai *p-value* <0,001 (*p*<0,05) yang artinya terdapat perbedaan bermakna pada skala nyeri haid (*dismenore*) primer remaja putri sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa kompres dingin. Hal ini juga mengindikasikan bahwa pemberian kompres dingin dapat menurunkan skala nyeri haid (*dismenore*) primer.

B. Pembahasan

1. Skala Nyeri Haid (*Dismenore*) Primer Sebelum Diberikan Kompres Dingin

Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan terhadap 49 siswi di SMP N 1 Kintamani, didapatkan data bahwa semua responden mengalami dismenore primer sebelum diberikan intervensi kompres dingin dengan skala yang berbeda-beda. Hasil dari pengukuran menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) menunjukkan nilai minimum 5, maksimum 9, mean (rata-rata) 7,49 yang tergolong nyeri hebat, median 8,00, modus 8, range atau selisih nilai maksimum dan minimum sebesar 4, standar deviasi 0,767.

Pada kondisi ini menunjukkan bahwa nyeri haid (*dismenore*) adalah masalah atau keluhan yang biasa terjadi dan cukup mengganggu aktivitas sehari-hari remaja putri baik aktivitas belajar, sosial atau aktivitas dan tanggung jawab yang lainnya. Dismenore primer yang dirasakan oleh responden dapat disebabkan karena peningkatan kadar prostaglandin yang dapat menyebabkan kontraksi pada otot-otot uterus secara berkelanjutan, karena hal tersebut dapat mengakibatkan iskemia pada jaringan endometrium dan menghasilkan nyeri pada perut bawah (Gigih dan Sari, 2022).

Nyeri menstruasi menyebabkan ketidaknyamanan yang mengakibatkan aktifitas wanita terganggu. Dismenore sering disertai sakit kepala, mual, konstipasi atau diare, sering buang air kecil, dan terkadang muntah. Kondisi ini bertambah parah apabila disertai dengan kondisi psikis yang tidak stabil, seperti stress, depresi, cemas berlebihan, dan keadaan murung atau gembira yang berlebihan (Chelda Ernita, Djunizar Djamaludin, 2022). Puncak dari

kadar prostaglandin terjadi di hari pertama sampai hari kedua fase menstruasi yang dapat mengakibatkan nyeri hebat di awal-awal fase menstruasi (Pramadika dan Fitriana, 2019). Dismenore akan sangat berdampak apabila tidak ditangani dengan baik seperti gangguan aktifitas pada kehidupan sehari-hari, Retrograd menstruasi (menstruasi yang bergerak mundur), infertilitas (kemandulan) dan infeksi. Selain yang diatas, permasalahan emosional, ketegangan serta kegelisahan semua itu dapat menyebabkan perasaan yang sangat tidak nyaman dan asing (Anggraini, Wella, 2022).

2. Skala Nyeri Haid (*Dismenore*) Primer Sesudah Diberikan Kompres Dingin

Setelah diberikan intervensi yaitu berupa kompres dingin, terdapat penurunan nyeri yang signifikan pada responden. Hasil analisis skala nyeri haid responden menunjukkan bahwa nilai minimum 2 dan maksimum 5, nilai mean (rata-rata) sebesar 2,41, median 2,00 , modus 2, range 3 dan standar deviasi 0,705. Sebagian besar responden mengatakan bahwa nyeri haid yang mereka rasakan setelah diberikan intervensi kompres dingin jauh menurun dibandingkan sebelum diberikan intervensi. Setelah diberikan intervensi penurunan maksimum 9 menjadi 5 dan penurunan dan rata-rata skala nyeri responden juga menurun dan menjadi indikator bahwa pemberian kompres dingin efektif digunakan untuk mengurangi nyeri haid (*dismenore*) primer remaja putri sebagai salah satu terapi nonfarmakologis yang dilakukan.

Kompres dingin menggunakan es dengan suhu 10-18 derajat yang dimasukkan ke dalam *ice bag*, ditempelkan pada daerah nyeri yang di alasi dengan handuk kecil, yaitu pada abdomen bagian bawah selama 10 menit.

Kompres dingin dapat menurunkan skala *dismenore* karena kompres dingin berfungsi mengurangi peradangan dengan cara mengerutkan atau mengecilkan pembuluh darah. (Wahyuningsih, 2021). Efek terapeutik pemberian kompres dingin adalah vasokonstriksi untuk menurunkan aliran darah ke daerah tubuh yang mengalami nyeri, cedera, mencegah terjadinya edema, mengurangi inflamasi, dan sebagai anestesi lokal yang dapat mengurangi nyeri lokal. Metabolisme sel menurun berguna untuk mengurangi kebutuhan oksigen pada jaringan, viskositas darah meningkat untuk meningkatkan koagulasi darah pada tempat cedera, otot yang mengalami ketegangan menurun dan berguna untuk menghilangkan nyeri yang dirasakan (Rahmadaniah & Wulandari, 2018).

3. Analisis Perbedaan Skala Nyeri Haid (Dismenore) Primer Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Dingin

Hasil analisis data menunjukkan bahwa adanya perbedaan skala nyeri dismenore primer yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan kompres dingin pada responden. Berdasarkan hasil uji normalitas *Shapiro Wilk*, diperoleh nilai $p < 0,05$. Pada data pretest $p = < 0,001$ dan data posttest $p = < 0,001$, sehingga data dinyatakan tidak berdistribusi normal dan analisis dapat dilanjutkan dengan analisis data non-parametrik yaitu uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Pada uji *Wilcoxon Signed Rank Test* mendapatkan hasil bahwa seluruh responden mengalami penurunan skala nyeri haid setelah intervensi dengan pemberian kompres dingin. Data ini dapat ditunjukkan dengan jumlah *negative ranks* yang didapatkan sebanyak 49 responden dengan nilai *mean ranks* 25,00 yang dapat dikatakan bahwa seluruh responden mengalami penurunan nilai nyeri setelah intervensi. Tidak terdapat *positive ranks* ataupun

ties, yang artinya tidak ada satu pun responden yang mengalami peningkatan nyeri atau tanpa perubahan apapun setelah pemberian intervensi berupa kompres dingin. Nilai $Z = -6,182$ dan $p\text{-value} < 0,001$ ($p < 0,05$) yang artinya penurunan skala nyeri tersebut bersifat signifikan secara statistik. Keberadaan nilai *negative ranks* yang dominan serta tidak adanya *positive ranks* dapat memperkuat penelitian sebelumnya bahwa intervensi yang diberikan pada responden berdampak positif terhadap penurunan skala nyeri haid (*dismenore*) primer pada seluruh responden.

Secara deskriptif, sebelum dilakukan intervensi, skala nyeri haid memiliki nilai minimum 5, nilai maksimum 9, mean sebesar 7,49, median 8,00, modus 8, range 4, dan standar deviasi 0,767 yang dimana dalam hal ini nyeri haid responden sebelum diberikan intervensi kompres dingin tergolong kategori nyeri sedang hingga berat. Sedangkan, setelah intervensi terjadi penurunan yang signifikan dengan nilai minimum 2, nilai maksimum 5, mean 2,41, median 2,00, modus 2, range 3, dan standar deviasi 0,705 yang dimana skala nyeri responden setelah diberikan intervensi kompres dingin berada dalam kategori nyeri ringan. Hasil ini menunjukkan bahwa kompres dingin efektif dalam menurunkan skala nyeri haid (*dismenore*) primer yang dialami oleh responden. Temuan ini mendukung teori dalam tinjauan pustaka bahwa produksi endorfin dapat dinaikkan melalui stimulus kulit. Melalui proses ini kompres dingin dapat menurunkan nyeri haid sehingga mengakibatkan rasa nyaman. Kompres dingin akan membuat baal daerah yang dikompres dengan memperlambat transmisi dari impuls simpul lainnya melalui neuron- neuron sensorik (Nurrafi W, 2023). Efek terapeutik pemberian kompres dingin adalah

vasokonstriksi untuk menurunkan aliran darah ke daerah tubuh yang mengalami nyeri, cedera, mencegah terjadinya edema, mengurangi inflamasi, dan sebagai anastesi lokal yang dapat mengurangi nyeri lokal (Rahmadaniah & Wulandari, 2018).

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 (Kojo dkk., 2021; Nuraini dkk., 2021).

Efektivitas pemberian intervensi berupa kompres dingin dapat memberikan pengetahuan baru bagi remaja putri khususnya siswi di SMP N 1 Kintamani yang sebagian besar belum mengenal berbagai macam intervensi khususnya terapi nonfarmakologis. Remaja putri di SMN N 1 Kintamani umumnya masih mengandalkan obat kimia yang masih ada efek sampingnya. Oleh karena itu, edukasi dan juga promosi kesehatan dengan mengenalkan kompres dingin untuk mengurangi skala nyeri haid remaja putri dapat menjadi program promosi kesehatan yang dapat dilakukan sendiri tanpa bantuan tenaga kesehatan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yaitu (Wahyuningsih, 2021) menunjukkan bahwa setelah dilakukan kompres dingin pada siswi SMA N 2 Ngaglik yang mengalami *dismenore* terbukti bahwa kompres dingin dapat menurunkan skala nyeri haid. Responden menyatakan skala yang dirasakan nyeri haid akan menurun sesudah dilakukannya intervensi kompres dingin. Hasil tersebut dapat disimpulkan dimana kompres dingin berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri haid pada remaja putri. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Irawan, 2018) yang memiliki judul penelitian Perbandingan teknik relaksasi nafas dalam dan kompres dingin terhadap penurunan tingkat nyeri haid (*dismenore*) pada mahasiswi di asrama Sanggau dan ikatan keluarga Belu di Landungsari Kota Malang. Pada penelitian tersebut mendapatkan hasil bahwa kompres dingin lebih efektif menurunkan skala nyeri haid dengan t value (18,380) daripada teknik relaksasi nafas dalam yang hanya mengalami penurunan sebesar 6,263 dengan p-value teknik relaksasi nafas dalam $(0,000) < (0,050)$ dan p-value kompres dingin $(0,000) < (0,050)$. Pada penelitian ini memiliki perbedaan yaitu perbedaan responden yang diberikan intervensi. Penelitian ini menggunakan responden siswi kelas VII sedangkan pada penelitian Irawan menggunakan responden mahasiswi. Sementara itu, pada penelitian (Rahmadaniah, 2018) Penelitian ini mendapatkan hasil penelitian dengan menggunakan uji *chi square* diperoleh nilai signifikan 0,048 ($p < 0,05$ hal ini artinya terdapat perbedaan dari pemberian kompres hangat dan kompres dingin terhadap skala nyeri haid (*dismenore*) yang dirasakan responden.

C. Kelemahan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang disadari peneliti, antara lain:

1. Pada penelitian ini memiliki keterbatasan ruang yang dimana ruang Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) yang digunakan bersebelahan dengan ruang Tata Usaha (TU) yang pada saat itu sedang dipergunakan untuk kegiatan sekolah, sehingga ruangan sedikit tidak nyaman dikarenakan banyak orang yang melewati ruang UKS.
2. Kelemahan lainnya pada penelitian ini yaitu waktu penelitian yang berbenturan dengan libur sekolah dikarenakan ada upacara di daerah setempat sehingga kegiatan belajar mengajar ditiadakan, selain itu kegiatan penelitian juga bersamaan dengan kegiatan ujian sekolah sehingga pada saat itu peneliti menunggu kegiatan selesai untuk mengoptimalkan jumlah sampel yang digunakan.
3. Penelitian ini hanya melihat hasil dari pre test dan post test sebelum dan sesudah diberikan intervensi kepada responden tanpa adanya kelompok kontrol sehingga kemungkinan dapat terjadinya bias.