

SKRIPSI

**MANFAAT PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP
INTENSITAS NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI
DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
NEGERI 2 SEMARAPURA**



Oleh :

I GUSTI AGUNG GEK AYU PARAMISWARI
NIM. P07124216029

**KEMENTERIAN KESEHATAN R.I.
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
DENPASAR
2020**

SKRIPSI

**MANFAAT PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP
INTENSITAS NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI
DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
NEGERI 2 SEMARAPURA**

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



Oleh :

I GUSTI AGUNG GEK AYU PARAMISWARI
NIM. P07124216029

**KEMENTERIAN KESEHATAN R.I.
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
DENPASAR
2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

**MANFAAT PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP
INTENSITAS NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI
DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
NEGERI 2 SEMARAPURA**

TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

I Komang Lindayani, SKM., SST., M.Keb
NIP.198007122002122001

Dra. I Gusti Ayu Surati, M.Kes
NIP. 195801091981032002

MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLIKLINIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



Dr. Ni Nyoman Budiani, S.Si.T., M.Biomed
NIP197002181989022002

LEMBAR PENGESAHAN

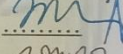
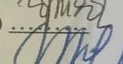
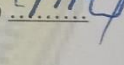
**MANFAAT PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP
INTENSITAS NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI
DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
NEGERI 2 SEMARAPURA**

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SENIN

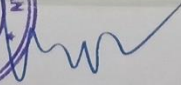
TANGGAL : 18 MEI 2020

TIM PENGUJI :

- | | | |
|--|--------------|---|
| 1. Ni Luh Putu Sri Erawati, S.Si.T., MPH | (Ketua) |  |
| 2. I Komang Lindayani, SKM., SST., M.Keb | (Sekretaris) |  |
| 3. Gusti Ayu Marhaeni, SKM., M.Biomed | (Anggota) |  |

MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR




Nyoman Budiani, S.Si.T., M.Biomed
NIP197002181989022002

**THE BENEFIT OF WARM COMPRESSED FOR THE INTENCITY
OF MENSTRUAL PAIN IN THE GIRL ADOLESCENCE
AT JUNIOR HIGH SCHOOL 2 SEMARAPURA**

ABSTRACT

Menstrual pain is defined as difficult menstrual flow or painful menstruation. Menstrual pain apart from being the most common problem is also the reason for the decline in women's activity during menstruation. Warm compresses are nonpharmacological treatments that can be used to reduce pain during menstruation. The purpose of this study was to determine the benefits of giving warm compresses to the intensity of menstrual pain in young women. This type of research is pre-experimental with one group pretest posttest design. The sample used was 33 students of class VIII at Junior High School 2 Semarapura who met the inclusion criteria chosen by proportional random sampling. Data collection by providing a googleform link that contains the identity and assessment of menstrual pain pain scale before and after the intervention. Respondents do warm compresses for 20-30 minutes during menstrual pain. Data analysis uses univariate which is to determine min, max, median, and standard deviation and bivariate using Wilcoxon test with significance level <0.05 . The result of menstrual pain levels before the intervention obtained a median value of 6, and after the intervention a decrease in median to 2 with a p value of 0,000. The conclusion is that warm compresses are beneficial for menstrual pain intensity, so the reseacrhers suggest that warm compresses can be applied when girls experience menstrual pain.

Keywords: Menstrual pain, Warm compresses, Teenagers

**MANFAAT PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP
INTENSITAS NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI
DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
NEGERI 2 SEMARAPURA**

ABSTRAK

Nyeri haid didefinisikan sebagai aliran menstruasi yang sulit atau menstruasi yang nyeri. Nyeri haid selain merupakan masalah terbanyak juga menjadi alasan terjadinya penurunan aktivitas wanita saat menstruasi. Kompres hangat merupakan penanganan nonfarmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri pada saat menstruasi. Tujuan penelitian untuk mengetahui manfaat pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri. Jenis penelitian *pre-eksperimental* dengan rancangan *one group pretest posttest design*. Sampel yang digunakan yaitu 33 orang siswi kelas VIII di SMP Negeri 2 Semarapura yang memenuhi kriteria inklusi yang dipilih secara *proporsional random sampling*. Pengumpulan data dengan cara memberikan *link google form* yang berisikan identitas serta penilaian skala nyeri nyeri haid sebelum dan sesudah dilakukannya intervensi. Responden melakukan kompres hangat selama 20-30 menit pada saat nyeri haid. Analisis data menggunakan univariat yaitu menentukan min, max median dan standar deviasi dan bivariat menggunakan uji *wilcoxon* dengan tingkat kemaknaan $< 0,05$. Hasil tingkat nyeri haid sebelum intervensi diperoleh nilai median 6, dan setelah intervensi terjadi penurunan median menjadi 2 dengan nilai *p value* sebesar 0,000. Simpulannya adalah kompres hangat bermanfaat terhadap intensitas nyeri haid, sehingga peneliti menyarankan agar kompres hangat dapat diterapkan ketika remaja putri mengalami nyeri haid.

Kata kunci : Nyeri haid, Kompres hangat, Remaja

RINGKASAN PENELITIAN

MANFAAT PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 2 SEMARAPURA

Remaja (*adoleses*) merupakan masa transisi dari anak-anak menjadi dewasa. Remaja adalah individu yang berkembang antara masa kanak-kanak dan dewasa. Pada periode ini berbagai perubahan terjadi baik perubahan hormonal, fisik, psikologis, maupun sosial. Pubertas adalah masa ketika seorang anak mengalami perubahan fisik, psikis, dan kematangan fungsi seksual. Perkembangan seksual masa remaja ditandai dengan menstruasi pada wanita dan mimpi basah pada pria. Pubertas adalah masa ketika seorang anak mengalami perubahan fisik, psikis, dan kematangan fungsi seksual. Pubertas didefinisikan sebagai waktu kematangan seksual yang ditandai dengan adanya *menarche* (menstruasi pertama kali) yang merupakan salah satu tanda terjadinya masa reproduksi pada anak perempuan.

Haid adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium. Haid merupakan ciri khas kedewasaan seseorang wanita dimana terjadi perubahan-perubahan siklik dari alat kandungannya sebagai persiapan untuk kehamilan. Pada saat menstruasi dinding rahim tipis kembali, karena dinding endometrium mengelupas. Pada umumnya menstruasi akan berlangsung setiap 28 hari selama kurang lebih 7 hari.

Sebagian besar wanita setiap bulan selalu mengalami menstruasi dan sering mengalami nyeri. Dismenore merupakan nyeri pada saat haid yang merupakan suatu gejala bukan suatu penyakit. Rasa nyeri timbul bersamaan dengan permulaan haid dan berlangsung beberapa jam hingga beberapa hari hingga mencapai puncak nyeri. Perasaan nyeri pada waktu haid dapat berupa kram ringan pada bagian kemaluan sampai terjadi gangguan dalam tugas sehari-hari.

Penanganan nyeri haid sangat penting untuk dilakukan terutama pada usia remaja, karena bila tidak ditangani akan berpengaruh pada aktivitas remaja itu sendiri. Penanganan secara non-farmakologis khususnya pemberian kompres hangat yang dapat dilakukan oleh siapapun dengan mudah dan murah. Kompres hangat merupakan metode memberikan rasa hangat pada klien dengan menggunakan cairan atau alat yang menimbulkan hangat pada bagian tubuh yang memerlukan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui manfaat pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri.

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Semarang yang beralamat di Jalan Dewi Sartika No. 7, Semarang Tengah, Kecamatan Klungkung, Kabupaten Klungkung.

Metode penelitian yang digunakan adalah *pre eksperimental* dengan rancangan *one group pretest posttest design*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 33 orang siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Semarang yang memenuhi kriteria inklusi dengan Teknik sampling yaitu *probability* sampling jenis *proporsional random sampling*. Alat pengukuran yang digunakan adalah kuesioner untuk mengetahui intensitas nyeri haid yang dialami selama menstruasi menggunakan *google form* yang disebar melalui *whatsapp group*. Pengukuran intensitas nyeri menggunakan skala nyeri numerik.

Cara pengumpulan data pada penelitian ini dimulai dari pengurusan izin, setelah izin terpenuhi, proses pengumpulan data dimulai melalui daring yang dibantu oleh wali kelas setiap kelas. Wali kelas membantu mencari sampel yang diperlukan. Peneliti membuat grup *whatsapp* untuk memudahkan berkomunikasi dengan responden. Peneliti memberikan penjelasan melalui *whatsapp group* terkait apa itu menstruasi, nyeri haid serta gambaran bagaimana cara mengatasi nyeri haid dengan kompres hangat, yang dilanjutkan dengan memberikan *informed consent* dalam bentuk *google form*.

Peneliti setiap pagi menanyakan apakah ada responden yang mengalami menstruasi dan nyeri haid. Ketika ada responden yang mengalami nyeri haid, peneliti menghubungi melalui jalur pribadi dan membimbing serta memastikan responden

sudah melakukan kompres hangat melalui *videocall*, telepon atau foto. Responden yang sudah melakukan kompres hangat selanjutnya mengisi *google form* yang sudah dibuat oleh peneliti. Setelah data terkumpul, peneliti melakukan pengolahan data dan Analisis data

Teknik pengolahan data pada penelitian ini meliputi *editing, coding, tabulating, entry*, dan *cleaning*. Proses pengolahan data selesai, kemudian dilanjutkan dengan Teknik analisis data yang terdiri dari Analisis univariat dan analisis bivariat.

Analisis univariat pada rancangan penelitian ini adalah menentukan nilai minimal (min), maksimal (max), nilai tengah (median) dan standar deviasi intensitas nyeri haid remaja sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat.

Uji normalitas data menggunakan *Shapiro Wilk*, hasilnya menunjukkan data berdistribusi tidak normal sehingga disajikan dalam bentuk minimum, maksimum, dan median. Hasil penelitian menunjukkan intensitas nyeri haid sebelum melakukan kompres hangat yaitu nilai minimum dua, dan nilai maksimum sepuluh dengan nilai median yaitu enam. Tingkat nyeri setelah melakukan kompres hangat yaitu nilai minimum satu, dan nilai maksimum enam dengan nilai median yaitu dua. Hasil analisis menggunakan uji *Wilcoxon* karena data berdistribusi tidak normal, didapatkan nilai *p value* sebesar 0,000. Dapat disimpulkan kompres hangat bermanfaat terhadap penurunan intensitas nyeri haid pada remaja putri.

Mengingat kompres hangat bermanfaat terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri, peneliti menyarankan agar kompres hangat dapat diterapkan di kehidupan sehari-hari sebagai salah satu metode non-farmakologis dan terapi komplementer dalam mengatasi keluhan-keluhan yang sering dirasakan oleh remaja putri pada saat mengalami nyeri haid. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan mengembangkan penelitian tentang efektivitas kompres hangat terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri dan menggunakan kelompok kontrol dalam penelitian selanjutnya. Bagi institusi Pendidikan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai kajian dalam proses pembelajaran dan mengembangkan terapi komplementer dalam memberikan asuhan kesehatan reproduksi seperti mengatasi nyeri haid pada remaja putri.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Ida Sang Hyang Widhi Wasa atas berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Manfaat Pemberian Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Semarang”** tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan Pendidikan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, penulis menyadari skripsi ini dapat diselesaikan berkat bimbingan dan masukan dari berbagai pihak. Penulis pada kesempatan ini mengucapkan terimakasih kepada, yang terhormat :

1. Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP., MPH, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
2. Dr. Ni Nyoman Budiani, S.Si.T., M.Biomed, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
3. Ni Wayan Armini, S.ST., M.Keb, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
4. Ni Luh Putu Sri Erawati, S.Si.T., MPH., selaku pengampu Mata Kuliah Kuliah Skripsi
5. I Komang Lindayani, SKM., SST., M.Keb, selaku pembimbing utama yang telah banyak meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan serta dorongan selama menyusun.

6. Dra. I Gusti Ayu Surati, M.Kes, selaku pembimbing pendamping yang telah banyak meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan serta dorongan selama menyusun.
7. Seluruh staf pegawai di Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah membantu dalam pengurusan administrasi.
8. Kepala Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Semarapura beserta staf pegawai yang telah bersedia memfasilitasi ijin dan data yang diperlukan selama melakukan penelitian.
9. Orang tua serta keluarga penulis yang telah memberikan dukungan kepada penulis.
10. Pihak lain yang telah mendukung penulisan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan, untuk itu penulis sangat mengharapkan masukan dan saran agar kualitas skripsi ini menjadi lebih baik.

Denpasar, April 2020

Penulis

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : I Gusti Agung Gek Ayu Paramiswari
NIM : P07124216029
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan : Kebidanan
Tahun Akademik : 2019/2020
Alamat : Jalan Batuyang Gang Belibis No 1, Batubulan, Sukawati,
Gianyar

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Manfaat Pemberian Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Semarang 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-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, April 2020

Yang membuat pernyataan



I Gusti Agung Gek Ayu Paramiswari

NIM P07124216029

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRACT.....	v
ABSTAK.....	vi
RINGKASAN LAPORAN KASUS.....	vii
KATA PENGANTAR.....	x
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GRAFIK.....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan.....	4
D. Manfaat.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Nyeri Haid.....	6
B. Skala Intensitas Nyeri.....	13
C. Remaja.....	15
D. Kompres Hangat.....	16
E. Manfaat Pemberian Kompres Hangat Terhadap Nyeri Haid.....	20
BAB III KERANGKA KONSEP.....	21
A. Kerangka Konsep.....	21
B. Variabel dan Definisi Operasional.....	22

C. Hipotesis.....	24
BAB IV METODE PENELITIAN.	25
A. Jenis Penelitian.....	25
B. Alur Penelitian.	26
C. Tempat dan Waktu Penelitian.	27
D. Populasi dan Sampel Penelitian.	27
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.	30
F. Pengolahan dan Analisa Data.....	33
G. Etika Penelitian.	35
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.	37
A. Hasil Penelitian.	37
B. Pembahasan.	42
C. Kelemahan Penelitian.....	48
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	50
A. Simpulan.	50
B. Saran.	50
DAFTAR PUSTAKA.	51
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional.....	23
Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden	39
Tabel 3 Analisis Perbedaan Intensitas Nyeri Haid pada Siwi Kelas VIII Sebelum dan Setelah Melakukan Kompres Hangat	42

DAFTAR GRAFIK

Grafik 1 Intensitas Nyeri Haid Sebelum Perlakuan	40
Grafik 2 Intensitas Nyeri Haid Setelah Perlakuan	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Skala Pendeskripsian Verbal.....	14
Gambar 2 Skala Penilaian Nyeri Numerik.....	14
Gambar 3 Skala Penilaian Nyeri Visual.....	15
Gambar 4 Skala Penilaian Nyeri Muka.....	15
Gambar 5 Kerangka Konsep.....	21
Gambar 6 Rancangan Penelitian.....	25
Gambar 7 Alur Penelitian.....	26
Gambar 8 Skala Nyeri Numerik.....	33

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Pelaksanaan Kegiatan
- Lampiran 2 Realisasi Anggaran Penelitian
- Lampiran 3 Pedoman Pelaksanaan Kompres Hangat Kering
- Lampiran 4 Perhitungan Besar Sampel
- Lampiran 5 Distribusi Besar Sampel Siswi Setiap Kelas
- Lampiran 6 Format Pengumpulan Data
- Lampiran 7 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Surat Persetujuan Setelah Penjelasan
- Lampiran 9 Tabel Kosong (*Dummy Table*)
- Lampiran 10 Hasil Uji Normalitas Data
- Lampiran 11 Ijin Penelitian
- Lampiran 12 Ijin Etik
- Lampiran 13 Surat Keterangan Penelitian
- Lampiran 14 *Informed Consent*
- Lampiran 15 Tabel Hasil Pengumpulan Data
- Lampiran 16 Dokumentasi kegiatan