

**PENGARUH KOMPRES AIR HANGAT TERHADAP PENURUNAN
INTENSITAS NYERI DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI KELAS XII
SMK MUHAMMADIYAH**

SYAIRAFAHALA MAULIDYA

211FI01005

Program Studi DII Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Bhakti Kencana

ABSTRAK

Dismenore merupakan gangguan fisik pada remaja putri yang sedang mengalami menstruasi. 90% dari remaja putri diseluruh dunia mengalami masalah pada saat menstruasi dan lebih dari 50% dari remaja putri yang mengalami dismenore dengan gangguan yang sering dirasakan adalah nyeri/kram pada bagian bawah perut. Salah satu upaya untuk menurunkan tingkat dismenore yaitu memberikan terapi non farmakologi dengan kompres air hangat. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui pangaruh kompres air hangat terhadap penurunan tingkat nyeri dismenore pada remaja putri di SMK Muhammadiyah. Penelitian ini menggunakan *quasi-eksperimental* dengan rancangan *One Group Pretest-Posstest*. Populasi seluruh remaja putri SMK Muhammadiyah dan Sampel terdiri dari 33 responden dengan pengambilan sampel menggunakan pendekatan purposive sampling. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner dan lembar observasi dengan NRS (*Numerical rating scale*) kemudian analisis data yang dilakukan adalah univariat, bivariat menggunakan uji wilcoxon. Berdasarkan analisis bivariat terdapat pengaruh air kompres hangat terhadap *dismenore* dengan *Uji wilcoxon* didapatkan nilai p -value 0.000 ($p < 0.05$). Terdapat pengaruh dalam pemberian kompres air hangat terhadap penurunan tingkat dismenore pada remaja putri SMK Muhammdiyah. Sehingga diharapkan kompres air hangat dapat digunakan sebagai salah satu upaya dalam *menurunkan dismenorea*.

Kata Kunci : *Dismenorea*, Menstruasi, Kompres Air Hangat

**EFFECT OF WARM WATER COMPRESS ON REDUCING THE INTENSITY
OF *DYSMENORRHEA* PAIN IN ADOLESCENTS DAUGHTER OF CLASS
XII SMK MUHAMMADIYAH**

SYAIRAFAHALA MAULIDYA

211FI01005

DII Midwifery Study Program, Faculty of Health Sciences

Bhakti Kencana University

ABSTRACT

Dysmenorrhea is a physical disorder in adolescent girls who are experiencing menstruation. 90% of adolescent girls worldwide experience problems during menstruation and more than 50% of adolescent girls experience dysmenorrhea with a disorder that is often felt is pain/cramps in the lower abdomen. One of the efforts to reduce the rate of dysmenorrhea is to provide non-pharmacological therapy with warm water compresses. The purpose of this study is to determine the effect of warm water compresses on reducing the level of dysmenorrhea pain in adolescent girls at Muhammadiyah Vocational School. This study uses quasi-experimenttel with the design of One Group Pretest-Posstest. The population of all adolescent girls of Muhammadiyah Vocational School and the sample consisted of 33 respondents with sampling using the purposive sampling approach. The data collection tool used questionnaires and observation sheets with NRS (Numerical rating scale) then the data analysis carried out was univariate, bivariate using the wilcoxon test. Based on bivariate analysis, there was an effect of warm compressed water on dysmenorrhea with a p -value of 0.000 ($p < 0.05$) obtained by the Wilcoxon test. There is an effect in the administration of warm water compresses on the reduction of the rate of dysmenorrhea in adolescent girls of SMK Muhammdiyah. So it is hoped that warm water compresses can be used as one of the efforts to reduce dysmenorrhea.

Keywords : Dysmenorrhea, Menstruation, Warm Water Compresses