

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Lokasi dalam penelitian ini yaitu di Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta yang merupakan salah satu kampus swasta yang memfokuska kepada bidang kesehatan yang terdiri atas prodi unggulan salah satunya yaitu Ilmu Keperawatan. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswi tingkat akhir yaitu semester 8 hal yang mengalami menstruasi pada kisaran usia 10-17 tahun. Penelitian ini dilaksanakan secara daring dikarenakan kondisi saat ini yang tidak memungkinkan untuk melaksanakan kegiatan tatap muka. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pre-experimen dengan dsain penelitian one group pretest posttest yang dilakukan kepada keseluruhan responden.

2. Analisis Hasil Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswi prodi keperawatan jenjang semester 8 yang mengalami menstruasi untuk pertama kali pada rentang usia 10-17 tahun, Peneliti mengambil keseluruhan sampel yaitu sejumlah 72 mahasiswi. Berikut ini karakteristik subjek penelitian dijelaskan dalam bentuk distribusi frekuensi berdasarkan variabel dalam penelitian.

a. Analisis univariat

1) Karakteristik responden

Data penelitian diperoleh dari kuesioner yang telah dibagikan secara daring selanjutnya data yang sudah terkumpul akan disajikan dalam bentuk deskriptif yang akan disajikan pada tabel 4.1 dibawah ini:

**Tabel 4. 1 Distribusi karekteristik responden di prodi keperawatan
Uniersitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta**

Karakteristik	Frekuensi	Prosentase
<i>Usia menarce</i>		
10 tahun	1	1%
11 Tahun	9	13%
12 Tahun	26	36%
13 Tahun	17	24%
14 Tahun	13	18%
15 Tahun	4	6%
16 Tahun	1	1%
17 Tahun	1	1%
<i>Siklus Mestrusi</i>		
Teratur	55	76%
Tidak teratur	17	24%
<i>Rata-rata menstruasi</i>		
≤ 7 Hari	41	57%
>7 Hari	31	43%
<i>Aktivitas selama mengalami desminore</i>		
Terganggu	52	72%
Tidak terganggu	20	28%
<i>Hari ketika mengalami neyeri menstruasi</i>		
Menjelang haid	13	18%
Hari pertama haid	42	58%
Hari kedua haid	17	24%
<i>Riwayat penanganan terdahulu</i>		
Diam saja	24	33%
Kompres hangat	23	32%
Mengunjungi pelayanan kesehatan		0%
Mengonsumsi obat	12	17%
Meminum jamu	8	11%
Melakukan pemijatan perut	5	7%
Total	72	100%

Berdasarkan tabel 4.1 diatas maka dapat diketahui bahwa data responden sebanyak 72 dan dapat dilihat berdasarkan karakteristik diantaranya: Usia *manarce* pada rentang usia 10-17 tahun dengan sebagian besar usia *manarce* berada pada usia 12 Tahun dengan tingkat persentase sebantak 36% atau 26 responden, untuk usia *manarce* termuda responden adalah 10 tahun dan usia *manarce* tertua adalah 17 tahun. Karakteristik responden ditinjau dari siklus

menstruasinya dibagi menjadi dua yaitu teratur dengan tingkat presentase sebanyak 76% atau 55. Karakteristik responden ditinjau dari rata-rata siklus mestruasinya dibagi menjadi dua yaitu kurang dari atau ≤ 7 hari dengan tingkat presentase sebanyak 57% atau 41 responden dan selebihnya responden berada pada siklus menstruasi lebih dari atau > 7 . Karakteristik responden ditinjau dari hambatan aktivitas selama mengalami mensterusi dibagi menjadi dua yaitu terganggu dengan tingkat presentase sebanyak 72% atau 52. Karakteristik responden ditinjau dari penanganan yang dilakukan saat menangani nyeri selama menstruasi, pada karakteristik ini responden lebih dominan untuk diam saja dengan tingkat presentase banyak 33% atau 24 responden.

- 2) Gambaran intensitas nyeri *desminore* Sebelum pemberian perlakuan berupa kompres air hangat

Berdasarkan data penelitian yang diperoleh intensitas nyeri *Desminore* yang dialami responden sebelum diberikan perlakuan berupa kompres air hangat disajikan pada tabel 4.2.

Tabel 4. 2 Distribusi frekuensi intensitas nyeri *dsymenorrrhea* responden sebelum pemberian kompres air hangat di prodi keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

Pretest			
Kategori Nyeri	Skala Nyeri	Frekuensi	Prosentase
Tidak Nyeri	0	1	1%
Jumlah		1	1%
Ringan	1	2	3%
	2	3	4%
	3	14	19%
Jumlah		20	27%
Sedang	4	11	15%
	5	7	10%
	6	9	13%
Jumlah		27	38%
Berat	7	13	18%

Pretest			
Kategori Nyeri	Skala Nyeri	Frekuensi	Prosentase
	8	10	14%
	9	2	3%
	10	0	0%
Jumlah		25	35%

Berdasarkan tabel diatas maka data kategori nyeri desminore yang dimiliki responden sebelum dilakukannya treatment berupa kompres air hangat yaitu dilihat dari riwayat intensitas nyeri yang dirasakan ketika desminore mayoritas responden berada pada skala nyeri sedang dengan intensitas 4-6 dengan jumlah presentase sebanyak 38% atau 26 responden, responden dengan kategori nyeri berat berada pada intensitas 7-10 dengan tingkat presentase sebanyak 35% atau 24 responden, responden dengan kategori nyeri ringan berada pada intensitas 1-3 dengan tingkat presentase sebanyak 26% atau 19 responden, dan terdapat 1 responden dengan tingkat presentase sebanyak 1% tidak mengalami nyeri ketika desminore.

- 3) Gambaran intensitas nyeri desminore sesudah pemberian kompres air hangat.

Berdasarkan data penelitian yang diperoleh mengenai intensitas nyeri desminore yang dialami responden sesudah menerapkan kompres air hangat disajikan dalam tabel 4.3.

Tabel 4. 3 Distribusi frekuensi intensitas nyeri dsymenorrhoea responden sebelum pemberian kompres air hangat di prodi keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

Posttest			
Kategori Nyeri	Skala Nyeri	Frekuensi	Prosentase
Tidak Nyeri	0	6	8%
Jumlah		6	8%
Ringan	1	5	7%
	2	8	11%
	3	11	15%

Posttest			
Kategori Nyeri	Skala Nyeri	Frekuensi	Prosentase
	Jumlah	24	33%
Sedang	4	11	15%
	5	12	17%
	6	6	8%
	Jumlah	29	40%
Berat	7	8	11%
	8	3	4%
	9	2	3%
	10	0	0%
	Jumlah	13	18%

Berdasarkan tabel intensitas nyeri desminore yang dialami responden sesudah menerapkan kompres air hangat diperoleh data bahwa skala nyeri sedang dengan intensitas 4-6 dengan jumlah presentase sebanyak 40% atau 29 responden, responden dengan kategori nyeri ringan berada pada intensitas 1-3 dengan tingkat presentase sebanyak 33% atau 24 responden, responden dengan kategori nyeri berat berada pada intensitas 7-10 dengan tingkat presentase sebanyak 18% atau 13 responden, dan terdapat 6 responden dengan tingkat presentase sebanyak 8% tidak mengalami nyeri ketika desminore.

Tabel 4. 4 Tabulasi rata-rata skala nyeri pretest dan posttest

Interval	Kategori Nyeri	Rata-rata penurunan skor nyeri	
		Pretest	Posttest
0	Tidak Nyeri	1	6
1-3	Ringan	19	24
4-6	Sedang	27	29
7-10	Berat	25	13
	Jumlah	376	292
	Rata-rata	5,24	4,09

Berdasarkan tabel 4.4. dapat dilihat bahwa jumlah responden pada penelitian ini sebanyak 72 mahasiswi yang keseluruhan responden mendapatkan perlakuan yang sama. Dari hasil

pengukuran awal atau pretest dapat dilihat bahwa jumlah skala nyeri dari 72 responden sebanyak 376 dengan rata-rata skala 5,24. Sedangkan untuk pengukuran akhir yaitu posttest setelah dilakukannya treatment atau perlakuan berupa kompres air hangat dari 72 responden dengan jumlah skala nyeri sebanyak 292 dengan nilai rata-rata skala 4,09.

b. Analisis bivariat

1) Hasil Uji Hipotesis

Pembuktian kebenaran dalam penelitian ini adalah dengan *statistik non parametric Wilcoxon Test*. Teknik *statistik non parametric Wilcoxon Test* digunakan karena data penelitian berdistribusi tidak normal, hal ini memenuhi syarat karena dalam salah satu syarat penggunaan *statistik non parametric Wilcoxon Test* adalah data tidak berdistribusi normal.

Statistic non parametric Wilcoxon Test yang dilakukan dibantu dengan menggunakan *IBM SPSS Statistic 25*. Kriteria pengambilan keputusan dilakukan dengan membandingkan dengan taraf signifikan 5%. Jika nilai signifikansi $Z_{hitung} < 0,05$ maka H_a diterima, dan sebaliknya jika nilai signifikansi $Z_{hitung} > 0,05$ maka H_a ditolak. Berikut ini hasil analisis *Wilcoxon* disajikan dalam tabel 4.6 berikut ini:

Tabel 4. 5 Pengaruh Kompres Air Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi (Diysmenorrhea) pada Mahasiswi di Univeristas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

		N	Mean Rank	Sum of ranks	of Zscore	Asymp.sig (2 Tailed)
Pretest	Negative Ranks	44 ^a	26,64	1172,0	-4.825	0.000
Posttest	Positive Ranks	7 ^b	22,00	154,00		
	Ties	21 ^c				
	Total	72				

Keterangan:

- a) $Posttest < pretst$
- b) $Posttest > pretst$
- c) $Posttest = pretst$

Penurunan skala nyeri dari 44 responden yang digunakan dalam penelitian dapat dilihat dari tabel diatas menunjukkan skala nyeri *posttest* mengalami penurunan dari skala nyeri *pretest*. Sedangkan untuk skala nyeri *posttest* pemberian kompreas hangat terdapat skala nyeri yang meningkat yaitu pada 7 responden. Dan setelah pemeberian kompres air hangat terdapat skala nyeri yang sama atau tidak mengalami penurunan atau peningkatan hal tersebut dirasakan oleh 21 responden. Sedangkan hasil uji *Wilcoxon* diperoleh nilai $Z = -4.825$ dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadi perbedaan yang sebelum dan sesudah diberi perlakuan kompres air hangat terhadap penurunan nyeri menstruasi *desminore* pada mahasiswi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

B. Pembahasan

1. Karakteristik responden mahasiswi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Menurut (Fajri & Khairani, 2016) mendefinisikan menstruasi pertama (*menarche*) merupakan menstruasi awal yang biasa terjadi dalam rentang usia sepuluh tahun sampai enam belas tahun, atau pada masa awal remaja dan sebelum memasuki masa reproduksi. Menurut (Wahyuningsih & Liliana, 2018) yang menyebutkan bahwa umumnya remaja mengalami menstruasi pada usia 12 – 14 tahun. Beberapa kasus remaja mengalami menstruasi sebelum usia 12 tahun atau bahkan ada yang dibawah usia 10 tahun yang sering disebut menstruasi prekoks. Pada penelitian ini distribusi usia *menarche* berada pada rentang usia 10-17 tahun dimana mayoritas usia *menarche* berada pada usia 12 Tahun dengan tingkat persentase sebanyak 36% atau 26 responden, ada pula usia termuda saat mengalami *menarche* yaitu pada usia 20 tahun dan usia tertua responden saat mengalami *menarche* berada pada usia 17 tahun. Faktor yang mempengaruhi cepat dan lambatnya *menarche* dibagi menjadi dua yaitu faktor ibu yang meliputi usia *menarche* ibu dapat memprediksi usia *menarche* anak perempuannya, ras atau etnis, usia ibu saat melahirkan dan faktor anak yang meliputi pertidnutrisi yang didapat oleh anak pada masa tumbuh dan kembang (Gultom et al., 2020)

Pola siklus menstruasi adalah pola yang menggambarkan jarak antara hari pertama menstruasi dengan hari pertama menstruasi berikutnya, siklus menstruasi dikatakan teratur apabila tidak kurang dari 21 hari dan tidak melebihi dari 35 hari, faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi adalah usia, tingkat stres, obat-obatan dan kontrasepsi dalam rahim serta kelainan genetik pedapta ini dikemukakan oleh (Yudita et al., 2017). Faktor risiko ketidakteraturan siklus menstruasi menurut (Supatmi et al., 2018) yang bisa karena olahraga yang berlebihan atau kehilangan berat badan, dan juga disebabkan oleh masalah kesehatan mental termasuk suasana hati depresi dan tekanan psikologis, gangguan endokrin. Dalam penelitian ini siklus

menstruasinya dibagi menjadi dua yaitu teratur dengan tingkat presentase sebanyak 77% atau 56 responden dan siklus tidak teratur dengan tingkat presentase sebanyak 23% atau 17 responden. Jika ditinjau dari lamanya responden mengalami menstruasi diperoleh data sebanyak ≤ 7 hari dengan tingkat presentase sebanyak 58% atau 42 responden. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sophia et al., 2013) dengan judul “Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Dismenore Pada Siswi Smk Negeri 10 Medan Tahun 2013” diketahui bahwa proporsi responden berdasarkan siklus menstruasi di SMK Negeri 10. Hasil uji statistik dengan menggunakan chi square diperoleh nilai $P=0,330$ artinya tidak terdapat hubungan yang bermakna antara siklus menstruasi dengan kejadian dysmenorrhea. Rata-rata menstruasi ≤ 7 hari sebanyak 15 (75%) responden, sedangkan 5 (25%) responden rata-rata menstruasi >7 hari. Hasil analisis dengan menggunakan uji chi square diperoleh nilai $p = 0,891$ yang berarti tidak terdapat hubungan yang bermakna antara lama menstruasi dengan kejadian Dismenore.

Menurut (Ningsih et al., 2013) bahwa dismenore dapat menimbulkan dampak bagi kegiatan atau aktivitas para wanita khususnya remaja. Hal tersebut sejalan dengan penelitian ini bahwa sebagian besar responden merasa terganggu dalam melaksanakan aktivitas yang disebabkan oleh nyeri menstruasi dengan tingkat presentase sebanyak 73% atau 53 responden. Penelitian ini dikuatkan oleh penelitian yang dilakukan oleh (Saguni et al., 2013) dengan judul “Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Remaja Putri Di Sma Kristen I Tomohon” hasil penelitian menunjukkan uji statistik pada awalnya menggunakan uji Chi-Square dengan batas kemaknaan = 0,05, tetapi karena syarat uji chi-square tidak terpenuhi maka uji yang digunakan adalah uji alternatifnya yaitu fisher dan didapatkan nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$, yang berarti H_0 ditolak. Kesimpulan dari penelitian yang dilakukan yaitu ada hubungan antara dismenore dengan aktivitas belajar remaja putri di SMA Kristen I Tomohon.

Menurut (Rustam, 2013) berpendapat bahwa untuk mengurangi nyeri menstruasi dapat dilakukan dengan menggunakan obat-obat golongan analgetik seperti aspirin, asam mefenamat, parasetamol, kafein, dan feminax, obat-obat merek dagang yang beredar di pasaran antara lain novalgin, ponstan, sering juga digunakan untuk mengurangi keluhan. Dalam penelitian ini data menunjukkan bahwa penanganan terdahulu responden ketika mengalami nyeri menstruasi didominasi untuk diam saja dengan tingkat presentase banyak 33% atau 24 responden, selanjutnya penanganan yang dilakukan dengan cara kompres air hangat dengan tingkat presentase sebanyak 32% atau 23 responden penanganan terdahulu paling sedikit dilakukan responden yaitu dengan cara melakukan pijatan perut dengan tingkat presentase sebanyak 7% atau 5 responden. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Surmiasih & Priyati, 2018) dengan judul “Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Upaya Penanganan Disminorea Pada Siswi Mts Al-Hidayah Tunggul Pawenang Kecamatan Adiluwih Kabupaten Pringsewu” dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan upaya penanganan dismenorea didapatkan pvalue 0,001 (<0.05).

Karakteristik responden dilihat dari riwayat intensitas nyeri yang dirasakan ketika dismenore dikategorikan menjadi empat dengan mayoritas responden berada pada skala nyeri sedang dengan intensitas 4-6 dengan jumlah presentase sebanyak 37% atau 27 responden, responden dengan kategori nyeri berat berada pada intensitas 7-10 dengan tingkat presentase sebanyak 36% atau 26 responden, responden dengan kategori nyeri ringan berada pada intensitas 1-3 dengan tingkat presentase sebanyak 26% atau 19 responden, dan terdapat 1 responden dengan tingkat presentase sebanyak 1% tidak mengalami nyeri ketika dismenore.

2. Pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap penurunan nyeri menstruasi (*dismenorea*)

Penelitian ini menunjukkan bahwa intensitas nyeri menstruasi (*dismenore*) sebelum dan sesudah pemberian kompres air hangat terbagi atas empat skala nyeri yaitu tidak nyeri, ringan, sedang dan berat. Mayoritas mahasiswa mengalami nyeri menstruasi dalam kategori sedang. Terdapat pula jika penurunan skala nyeri menstruasi yang dialami mahasiswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa kompres air hangat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Delfina et al., 2020) yang berjudul “Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Haid (*Dismenore*) Pada Mahasiswa Program Studi D III Keperawatan Fmipa Universitas Bengkulu” hasil penelitian menunjukkan ada penurunan rata-rata nyeri haid sesudah dibandingkan dengan sebelum dilakukan tindakan kompres hangat sebesar 2,533.

Dismenore atau nyeri menstruasi merupakan nyeri yang menusuk sehingga terasa di perut bagian bawah dan paha, hal ini dapat terjadi karena ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan rasa nyeri yang timbul (Azizah & Nisak, 2018). Hal ini hampir dirasakan oleh perempuan yang mengalami gangguan pada saat menstruasi berupa rasa nyeri dengan berbagai tingkatan mulai dari sekedar pegal-pegal di panggul dari sisi dalam hingga rasa nyeri yang luar biasa sakitnya. Umumnya nyeri yang terjadi pada bagian bawah perut dapat terjadi pada menstruasi hari pertama dan kedua sedangkan untuk hari berikutnya rasa nyeri akan sedikit berkurang.

Menurut (Handayani & Rahayu, 2014) yang menyebutkan Faktor-faktor yang menyebabkan nyeri saat menstruasi atau *dismenorea* diantaranya 1) Usia dimana setiap orang memiliki tahapan perkembangan yang berbeda yang nantinya akan berdampak kepada intensitas nyeri yang dialami hal ini sesuai dengan data yang diperoleh peneliti bahwa mayoritas responden mengalami menstruasi pertama kali pada usia 12 tahun dengan tingkat presentase 36% atau 26 responden. 2) Olahraga

teratur dimana ketika seseorang aktif untuk membiasakan diri melakukan olah raga teratur akan berdampak kepada siklus menstruasi yang teratur dan intensitas nyeri yang dialami. 3) Makna Nyeri artinya seseorang yang sudah berpengalaman dalam menangani nyeri pada saat menstruasi akan lebih faham mengenai apa yang akan dilakukan saat nyeri datang bahwa mereka dapat mempersiapkan segala sesuatu sebelum terjadinya menstruasi. Pada penelitian ini responden memiliki intensitas nyeri yang berbeda-beda mayoritas responden berada pada tingkatan nyeri sedang dengan jumlah presentase 39% atau sebanyak 27 responden. 4) Riwayat keluarga artinya salah satu faktor yang dapat mempengaruhi intensitas nyeri dapat dilihat pada riwayat keluarga yaitu ibu. 5) Usia menarche lebih awal artinya responden yang mengamali menstruasi lebih awal akan memiliki intensitas nyeri yang lebih tinggi, data yang diperoleh dalam penelitian bahwa terdapat 10 responden yang mengalami menstruasi pada usia 10 dan 11 tahun lebih awal dibandingkan usia ideal menstruasi.

Intensitas nyeri selama menstruasi atau dismenorea akan dibagi menjadi empat hal ini dikemukakan oleh (Sumiaty et al., 2021) yaitu 1) Skala 0 yang dideskripsikan sebagai tidak nyeri. 2) Skala nyeri 1-3 yang dideskripsikan sebagai nyeri ringan yaitu yaitu ada rasa nyeri mulai terasa tapi masih dapat di tahan. 3) Skala nyeri 4-6 yang dideskripsikan sebagai sedang dimana ada rasa nyeri, terasa mengganggu. 4) Skala nyeri 7-10 dideskripsikan sebagai skala nyeri berat dimana ada nyeri, terasa mengganggu atau tidak tertahankan sehingga harus meringis, menjerit, atau berteriak.

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri pada saat menstruasi yaitu dengan memberikan kompres air hangat pada bagian punggung bawah. Hal ini dilakukan oleh keseluruhan responden dan hasil menunjukkan bahwa skala nyeri sedang dengan jumlah presentase sebanyak 40% atau 29 responden, responden dengan kategori nyeri ringan dengan tingkat presentase sebanyak 33% atau 24 responden, responden dengan kategori nyeri berat dengan tingkat presentase

sebanyak 18% atau 13 responden, dan terdapat 6 responden dengan tingkat presentase sebanyak 8% tidak mengalami nyeri ketika mengalami menstruasi.

Pengaruh kompres air hangat pada penurunan intensitas nyeri yang dialami oleh mahasiswi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dilakukan sebelum dan sesudah pemberian perlakuan yaitu kompres air hangat. Berdasarkan hasil uji *non-parametric* atau uji *Wilcoxon tets* membuktikan bahawa terdapat pengaruh yang signifikan dari penerpan kompres air hangat terhadap nyeri saat mengalami menstruasi hal ini dibuktikan dengan nilai $Z = -4.825$ dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Hasil pengujian ini sesuai dengan hipotesis yang telah dirumuskan yaitu “terdapat pengaruh kompres air hangat terhadap penurunan nyeri dismenore.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Dahlan & Syahminan, 2016) dengan judul Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Nyeri Haid Dismenorea Pada siswa SMK Perbankan Simpang Haru Padang”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata nyeri responden sebelum diberikan kompres hangat adalah 5.60 dengan standar deviasi 1.549, rata-rata nyeri responden setelah diberikan kompres hangat adalah 2.62 dengan standar deviasi 1.204, terdapat perbedaan yang bermakna sebelum dan setelah dilakukan kompres hangat dengan $p = 0,000$ dimana $p < 0,05$. Kompres hangat dapat menurunkan tingkat nyeri dismenorea pada siswi SMK Perbankan Simpang Haru Padang.

Penelitian lain yang mendukung yaitu penelitian yang dilakukan oleh (Asmarani, 2020) dengan judul “Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat Terhadap Penurunan Intesitas Dismenore Primer Pada Mahasiswi AKBID Pondo-Pesantren Assanadiyah Palembang” hasil uji statistik perbedaan rata-rata intensitas dismenorea primer sebelum dan sesudah dilakukan kompres air hangat selama 10, 15 dan 20 menit didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ yang berarti bahwa ada perbedaan yang

signifikan antara intensitas dismenorea primer sebelum dan sesudah kompres air hangat.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Witantra (2012) mengemukakan bahwa kegunaan kompres air hangat memberikan Efek pelebaran pembuluh darah sehingga meningkatkan aliran darah ke bagian yang nyeri, menurunkan ketegangan otot yang akan meningkatkan relaksasi otot atau mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan sehingga meningkatkan proses penyembuhan.

C. Keterbatasan Penelitian

1. Pelaksanaan penelitian ini hanya menggunakan satu grup investigasi saja sehingga tidak memiliki grup pembandingan
2. Penelitian ini terbatas pada terapi farmakologi dan tidak mengendalikan terapi non-farmakologi lainnya yang dapat mempengaruhi hasil dari terapi kompres hangat.