

**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES AIR HANGAT TERHADAP
PENURUNAN INTENSITAS NYERI *DYSMENORRHEA* PADA
MAHASISWI STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA**

Anis Rofiqoh¹. Dwi Kartika Rukmi²

INTISARI

Latar belakang: Salah satu tanda seorang perempuan telah memasuki masa pubertas adalah terjadinya menstruasi. Salah satu gangguan yang berhubungan dengan menstruasi yaitu *dysmenorrhea* primer. *Dysmenorrhea* primer adalah nyeri pada bagian perut, kram, dan sakit punggung bawah sbelum dan selama menstruasi. Prevalensi *dysmenorrhea* primer meningkat saat usia 19 tahun ke atas. Kejadian *dysmenorrhea* dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, terutama bagi pelajar/mahasiswi dapat mengganggu proses dan produktivitas belajar yang bersangkutan. Gangguan yang ditimbulkan dari *dysmenorrhea* primer ini menyebabkan sebagian remaja perempuan melakukan penatalaksanaan secara farmakologi maupun nonfarmakologi.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap penurunan intensitas nyeri *dysmenorrhea* primer

Metode: Rancangan penelitian ini adalah *Pra-Eksperiment* dengan desain *One-Group Pre-Post Test Design*. Jumlah sampel yang digunakan adalah 20 responden. Alat yang digunakan adalah kuisioner lembar karakteristik responden dan *Numeric Rating Scale* (NSR) untuk mengetahui intensitas nyeri. Analisa yang digunakan adalah *wilcoxon*, dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$.

Hasil: Penurunan intensitas nyeri dengan intervensi kompres air hangat diperoleh nilai $Z = -4.029^a$ dengan nilai *Asymp Sig.*(2 tailed)= 0,00. Terdapat perubahan yang signifikan dengan 0,00 ($< \alpha 0,05$).

Kesimpulan: Kompres air hangat untuk nyeri *dysmenorrhea* dapat menurunkan intensitas nyeri *dysmenorrhea*, terlihat dari adanya penurunan skala nyeri. Kompres air hangat memberikan rasa hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman dan mengurangi atau membebaskan nyeri.

Kata Kunci: Kompres air hangat, Intensitas nyeri, *Dysmenorrhea*.

¹ Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

**THE INFLUENCE OF WARM COMPRESS ON THE PAIN LEVEL
REDUCTION OF DYSMENORRHEA IN FEMALE STUDENTS OF
JENDERAL ACHMAD YANI HEALTH SCHOOL OF
YOGYAKARTA**

Anis Rofiqoh¹. Dwi Kartika Rukmi²

ABSTRACT

Background: One of signs that a woman has reached puberty period is menstruation. A typical health disorder of menstruation is primary dysmenorrhea which is pain or cramps in stomach and lower back prior to and during menstruation. The prevalence of primary dysmenorrhea escalates at the age of 19 or older. Dysmenorrhea may obstruct daily activities especially for students in their learning process. Disorder of dysmenorrhea causes some female adolescents to carry out pharmacological or non pharmacological management.

Objective: To identify The Influence of Warm Compress on The Pain Level Reduction of Primary Dysmenorrhea.

Method: The type of this study was pre-experimental with One-Group Pre-Post Tets design. The number of samples was 20 respondents. Study instrument was questionnaire about respondent's characteristics and Numeric Rating Scale (NSR) to find out the pain level. Data analysis applied Wilcoxon with significance level of $p < 0,05$.

Result: Pain level reduction with warm compress figured out Z value of -4,029 with Asymp Sig. value (2 tailed) = 0,000. There was a significant change with 0,000 ($< \alpha 0,05$).

Conclusion: Warm compress for dysmenorrhea can reduce pain level of dysmenorrhea which was reflected from pain scale reduction. Warm compress gives warm sensation which generates sense of comfort and also reduces or releases pain.

Keywords: Warm Compress, Pain Intensity, Dysmenorrhea.

¹ A student of S1 Nursing Study Program in Jenderal Achmad Yani School of Health Science of Yogyakarta

² A counseling lecturer of S1 Nursing Study Program in Jenderal Achmad Yani School of Health Science of Yogyakarta