

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Dusun pendowo, Pendowoharjo Sewon Bantul Yogyakarta merupakan dusun yang berada di sisi utara Kabupaten Bantul. Posisi di wilayah tersebut cukup strategis baik dari sisi komunikasi, perekonomian maupun keamanan karena wilayah tersebut berada dekat dalam poros jalan raya ekonomi (Utara-Selatan untuk komoditas agro, barang dan jasa).

Subyek dalam penelitian ini adalah remaja dengan usia antara 13 sampai dengan 21 tahun. Mayoritas remaja di dusun Pendowo adalah siswa Sekolah Menengah dan sebagian kecil berprofesi sebagai karyawan atau wiraswasta.

2. Analisis Hasil Penelitian

Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Umur

No.	Umur	Frekuensi	Prosentase
1.	13-15 tahun	12	40,0
2.	16-18 tahun	11	36,7
3.	19-21 tahun	7	23,3
Jumlah		30	100,0

Sumber: Data primer, 2012

Berdasarkan Tabel 4.1 di atas menunjukkan mayoritas responden berusia 13 sampai 15 tahun yaitu sebanyak 12 orang (40,0%) dan minoritas berusia 19 sampai 21 tahun sebanyak 7 orang (23,3%).

a. Analisis Univariat

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri haid pada remaja di Dusun Pendowo, Pendowoharjo Sewon Bantul Yogyakarta. Penelitian ini mengambil sampel 30 remaja dari Dusun Pendowo, Pendowoharjo Sewon Bantul Yogyakarta. Hasil penelitian masing-masing data disajikan pada penjelasan berikut ini.

1. Deskriptif Hasil Data *Pre Kompres*

Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Data Nyeri Haid *Pre Kompres* Remaja di Dusun Pendowo, Pendowoharjo Sewon Bantul Yogyakarta

No	Kategori	Jumlah	Prosentase
1	Nyeri Ringan (1-3)	4	13,3
2	Nyeri Sedang (4-6)	19	63,4
3	Nyeri Berat (7-8)	7	23,3
	Total	30	100,0

Sumber: Data primer, 2012

Berdasarkan Tabel 4.2 di atas menunjukkan mayoritas responden mengalami nyeri sedang (skala 4-6) sebanyak 19 orang (63,4%) dan minoritas responden mengalami nyeri ringan (skala 1-3) sebanyak 4 orang (13,3%).

2. Deskriptif Hasil Data *Post Kompres*

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Data Nyeri Haid *Post Kompres* Remaja di Dusun Pendowo, Pendowoharjo Sewon Bantul Yogyakarta

No	Kategori	Jumlah	Prosentase
1	Tidak Nyeri (0)	3	10,0
2	Nyeri Ringan (1-3)	16	53,3
3	Nyeri Sedang (4-6)	11	36,7
Total		30	100,0

Sumber: Data primer, 2012

Berdasarkan Tabel 4.3 menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami nyeri ringan (skala 1-3) sebanyak 16 orang (53,3%) dan minoritas responden mengalami tidak nyeri (skala 0) sebanyak 3 orang (10,0%).

b. Analisis Bivariat

Sebelum dilakukan analisis data dengan *paired T-test*, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis yaitu uji normalitas. Pengujian normalitas data digunakan untuk menguji apakah data berdistribusi normal atau tidak dengan uji *Kolmogorov Smirnov*, apabila data berdistribusi normal maka analisis dapat dilakukan dengan menggunakan uji *paired T-test*. Berikut hasil dari uji normalitas data dan dilanjutkan dengan analisis uji *paired T-test*.

1. Uji Normalitas

Data pada uji normalitas ini diperoleh dari hasil data nyeri haid *pre* kompres dan *post* kompres. Uji normalitas diujikan pada masing-masing data nyeri haid sebelum (*pre* kompres) dan sesudah (*post* kompres). Uji normalitas dilakukan menggunakan bantuan komputer program *SPSS for Windows 18.00* dengan uji *Kolmogorov Smirnov*. Data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai taraf signifikansi hitung lebih besar dari nilai taraf signifikansi $\alpha = 0,05$, begitu juga sebaliknya. Hasil uji normalitas untuk masing-masing data penelitian disajikan berikut ini (Ghozali, 2009).

Tabel 4.4. Hasil Uji Normalitas

Data	<i>Kolmogorov</i> hitung	<i>Kolmogorov</i> tabel	p. value	Keterangan
Data nyeri haid <i>pre</i> kompres	0,717	1,960	0,683	Normal
Data nyeri haid <i>post</i> kompres	0,959	1,960	0,317	Normal

Sumber: Data primer, 2012

Hasil uji normalitas data penelitian dapat diketahui bahwa semua data nyeri haid *pre* dan *post* kompres mempunyai nilai *Kolmogorov Smirnov* hitung lebih kecil dari *Kolmogorov Smirnov* tabel dan nilai signifikansi *Kolmogorov Smirnov* lebih besar dari 0,05 pada ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa semua data nyeri haid *pre* dan *post* kompres berdistribusi normal. Secara

lengkap perhitungan dapat dilihat pada lampiran uji normalitas dengan uji *Kolmogorov Smirnov*.

2. Uji Analisis *Paired T-test*

Pengujian terhadap hipotesis yang diajukan dalam penelitian yang berjudul "Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Haid pada Remaja Putri di Dusun Pendowo, Pendowoharjo Sewon Bantul Yogyakarta" menggunakan uji statistik *Paired T-test* dengan tingkat kesalahan 5% (0,05). Hipotesis diterima apabila nilai probabilitas (p) lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ($p < 0,05$). Begitu juga sebaliknya, apabila nilai probabilitas (p) lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 ($p > 0,05$) maka hipotesis ditolak. Data penelitian dianalisis dengan menggunakan uji *paired T-test* berdasarkan data intensitas nyeri haid yang hasilnya disajikan dalam Tabel berikut ini.

Tabel 4.5 Hasil Uji *Paired T-test*

Data	Mean	t-hitung	t-tabel	p-value
<i>Pre</i> kompres	2,97	14,228	2,045	0,000
<i>Post</i> kompres	5,12			

Sumber: Data primer, 2012

Berdasarkan hasil analisis dapat dilihat melalui perbedaan *mean* data nyeri haid *pre* kompres yang memiliki *mean* sebesar 5,12 dan data nyeri haid *post* kompres sebesar 2,97, maka *mean* data nyeri haid *post* kompres lebih kecil dari pada data nyeri haid *pre* kompres,

yaitu (5,12>2,97). Berdasarkan nilai *mean* dari dua data nyeri haid dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan intensitas skala nyeri haid *pre* kompres dan *post* kompres pada remaja putri di dusun Pendowo, Pendowoharjo Sewon Bantul Yogyakarta. Selain menggunakan nilai *mean* akan dijelaskan secara statistik sebagai berikut.

Hasil perhitungan analisis pada tabel di atas menunjukkan bahwa hasil perhitungan t_{hitung} data tingkat skala nyeri haid sebesar 14,228 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Kemudian nilai t hitung tersebut dibandingkan dengan nilai t tabel pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$, diperoleh t tabel 2,045. Hal ini menunjukkan bahwa nilai t hitung lebih besar daripada t_{tabel} ($t_{hitung}: 14,228 > t_{tabel}: 2,045$), apabila dibandingkan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari nilai taraf signifikansi 5% ($0,000 < 0,05$), artinya ada perbedaan tingkat skala nyeri haid *pre* kompres dan *post* kompres, maka hipotesis diterima. Disimpulkan ada pengaruh kompres hangat terhadap pengurangan nyeri haid pada remaja putri di Dusun Pendowo, Pendowoharjo Sewon Bantul Yogyakarta.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan kompres hangat sebagai bentuk tindakan non farmakologis salah satu bentuk pencegahan pertama dalam menurunkan nyeri haid. Sampel yang digunakan adalah remaja usia 13-21 tahun di Dusun Pendowo, Pendowoharjo, Sewon, Bantul Yogyakarta.

Data yang diperoleh dari proses pengambilan data yaitu distribusi data *pre* kompres dan distribusi data *post* kompres.

Distribusi data nyeri haid *pre* kompres pada remaja, ditunjukkan bahwa responden mengalami nyeri ringan (skala 1-3) sebanyak 4 orang (13,3 %), dengan keluhan nyeri di perut atau mules. Nyeri sedang (skala 4-6) sebanyak 19 orang (83,4%) dengan keluhan nyeri seperti kram, kaku, tertekan atau ditusuk-tusuk di sekitar perut dan pinggang. Nyeri berat (skala 7-8) sebanyak 7 orang (23,3%), dengan keluhan sangat nyeri di sekitar perut dan pinggang tapi masih bisa dikontrol untuk beraktivitas.

Hasil dari wawancara dengan 30 responden menyatakan bahwa semua mengalami siklus haid yang teratur setiap bulannya, namun pada setiap bulan secara periodik responden mengalami nyeri haid yang mengganggu kondisinya. Rata-rata responden menyatakan bahwa mengalami nyeri haid pada hari pertama saat mulai darah haid ke luar. Ketidaknyaman yang dirasakan membuat responden ingin melakukan suatu pencegahan atau penyembuhan.

Rangsangan nyeri yang dirasakan pada responden salah satunya akibat dari ketahanan tubuh yang tidak baik, seperti kelelahan akibat bekerja, sekolah, kurangnya olah raga dan pola makan dengan gizi yang tidak seimbang sehingga badan tidak mampu mengkondisikan ketahanan tubuh yang baik ketika terjadi menstruasi dan timbulnya nyeri haid atau *dismenorea*. Saat mengalami nyeri haid badan terasa lemas, ingin muntah atau mual dan pusing. Responden mengatakan ketika nyeri haid dapat mengganggu aktivitas yang dilakukan sehari-harinya. Rasa

sakit saat haid yang dirasakan berbeda-beda dan untuk memberitahukan kondisinya responden menggambarkan atau menceritakan mengenai nyeri yang dirasakan dengan mengatakan keluhan-keluhannya. Gambaran dari responden ketika merasakan sakit saat haid yang timbul sesuai dengan teori menurut Suparti (2007) dan Hawari, (2003).

Teori menurut Suparti, (2007) mengemukakan bahwa nyeri haid timbul karena dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti usia 16-25 tahun berpengaruh pada belum berlangsungnya siklus haid ovulatorik yang merupakan ciri khas wanita dewasa normal. Status gizi juga berpengaruh karena ketidakseimbangan konsumsi gizi dengan kecukupan gizi yang sesuai, biasanya pola makan yang dikonsumsi lebih banyak mengandung lemak jenuh, kolesterol dan natrium, sedangkan prostaglandin adalah kelompok yang diturunkan dari lemak asam karbon jenuh yang merangsang peningkatan aktivitas uterus dan serabut-serabut syaraf terminal rangsang nyeri. Pekerjaan atau aktivitas dengan tingkat stres yang cukup tinggi dapat juga berpengaruh pada tingkat rasa nyeri saat menstruasi. Paritas berhubungan wanita nullipara karena uterus masih tegang serta *ostium* masih sempit dan konstitusional berpengaruh pada menurunnya ketahanan tubuh terhadap timbulnya rasa nyeri.

Teori menurut Hawari (2003), mengemukakan bahwa rasa nyeri diklasifikasikan ke dalam 11 skala (0-10) berdasarkan tingkatan rasa nyeri yang dirasakan. Skala 0 menyatakan tidak ada rasa nyeri yang dirasakan, skala 1 menyatakan nyeri seperti gatal, skala 2 menyatakan bahwa nyeri seperti melilit atau terpukul, skala 3 menyatakan seperti nyeri perih atau mules, skala 4

menyatakan rasa sakitnya seperti nyeri kram atau kaku, skala 5 menyatakan terasa nyeri tertekan, skala 6 menyatakan terasa nyeri terbakar atau ditusuk-tusuk, skala 7-9 menyatakan sangat nyeri tetapi dapat dikontrol dan dapat melakukan aktivitas dan skala 10 menyatakan sangat nyeri tidak dapat dikontrol.

Usaha responden untuk meminimalkan intensitas nyeri haid sebelum dilakukan penelitian salah satunya adalah meminum obat anti nyeri, minum jamu bahkan hanya dibiarkan saja dengan istirahat atau tidur. Tindakan ini merupakan ketidaktahuan untuk mengatasi keadaan ketidaknyamanan tersebut. Hasil dari wawancara menyatakan bahwa paling banyak responden mengurangi nyeri haid dengan menggunakan tindakan farmakologi. Responden tidak mengetahui efek dari zat yang terkandung dalam obat pereda rasa nyeri. Pemakaian obat dalam dosis yang cukup tinggi dapat menjadi racun dalam tubuh. Kondisi seperti ini memunculkan pemikiran penggunaan tindakan non farmakologi dalam menghilangkan nyeri haid. Secara non farmakologi, cara yang efektif untuk menghilangkan nyeri haid adalah dengan menggunakan kompres hangat.

Setelah diberikan tindakan pemberian kompres hangat pada responden, diperoleh data bahwa responden mengalami penurunan tingkat rasa nyeri haid yang dirasakan. Sebelum dilakukan tindakan, ditunjukkan bahwa mayoritas nyeri yang dirasakan pada tingkat ringan sebesar 13,3%, tingkat sedang 63,3% dan tingkat berat 23,3%. Setelah diberikan perlakuan (*post* kompres), tingkat intensitas nyeri haid yang dirasakan menurun menjadi tingkat tidak nyeri (skala 0) sebanyak 10,0%, nyeri tingkat ringan (skala 1-3) sebanyak 53,3% dan nyeri sedang (skala 4-6) sebesar 36,7%.

Distribusi data *post* kompres membuktikan adanya pengaruh kompres hangat dalam menurunkan nyeri haid. Penurunan tingkat skala nyeri yang dirasakan responden disebabkan oleh penggunaan kompres hangat mampu mengurangi spasme otot. Responden akan merasa *rileks* dan nyaman, pada akhirnya nyeri haid yang dirasakan akan terasa berkurang atau hilang, hal ini sesuai teori menurut Hidayat (2008) dan Aisyiyah (2006).

Kompres hangat memberikan rasa hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah spasme otot dan memberi rasa hangat pada daerah tertentu sehingga terjadi dampak fisiologis seperti pelunakan jaringan fibrosa, membuat otot dalam tubuh lebih *rileks*, menurunkan atau menghilangkan rasa nyeri, teori menurut Hidayat (2008) dan Aisyiyah (2006).

Penelitian ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Isthicoma (2007) dengan judul “pengaruh teknik pemberian kompres terhadap perubahan skala nyeri pada klien Kontusio di RSUD Sleman”. Hasil penelitian diperoleh Nilai Z hitung 1,2 dan diperoleh nilai Z tabel 0,12 nilai ini $>0,05$ yang berarti H_0 diterima, yang berarti pemberian kompres baik hangat ataupun dingin sama-sama efektif untuk mengurangi nyeri pada klien yang mengalami kontusio pada daerah tubuh.

Berdasarkan perhitungan analisis dengan uji *paired t test* menunjukkan bahwa hipotesis ini berhasil dibuktikan dengan statistik yaitu ada pengaruh kompres hangat terhadap pengurangan nyeri haid pada remaja putri di Dusun

Pendowo, Pendowoharjo Sewon Bantul Yogyakarta. Hasil perhitungan diperoleh t_{hitung} data tingkat skala nyeri haid sebesar 14,228 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai t hitung lebih besar daripada t_{tabel} ($14,228 > 2,045$) dan nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari nilai taraf signifikansi 5% ($0,000 < 0,05$). Hal ini dapat diartikan ada pengaruh signifikan pemberian kompres hangat terhadap penurunan tingkat nyeri haid. Pemberian kompres hangat pada saat haid mampu mengurangi bahkan menghilangkan nyeri haid yang dirasakan remaja putri.

Hasil analisis deskriptif rerata juga membuktikan adanya pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan tingkat skala nyeri haid, perbedaan rerata yang diperoleh dari perhitungan menunjukkan setelah diberi kompres hangat skala nyeri haid menjadi menurun atau berkurang. Hasil *mean* data nyeri haid *pre* kompres yang memiliki *mean* sebesar 5,12 dan data nyeri haid *post* kompres sebesar 2,97, maka *mean* data nyeri haid *pre* kompres lebih besar dari pada data nyeri haid *post* kompres, yaitu ($5,12 > 2,97$). Nilai probabilitas (p) dari analisis data menggunakan program SPSS *Paired T test*, sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan nilai $p < 0,05$, maka hipotesis diterima. Berdasarkan nilai *mean* dari dua data nyeri haid dan besar nilai p pada *paired T test* dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan intensitas skala nyeri haid *pre* kompres dan *post* kompres pada remaja putri di dusun Pendowo, Pendowoharjo Sewon Bantul Yogyakarta.

Rasa nyeri haid timbul karena proses menstruasi merangsang otot-otot rahim untuk berkontraksi. Kontraksi ini menyebabkan otot-otot rahim di sekitar rahim merangsang ujung-ujung syaraf sehingga merasakan nyeri. Nyeri tersebut

tidak hanya terasa di rahim, tetapi juga terasa di bagian-bagian tubuh lain yang mendapatkan persyarafan yang sama dengan rahim. Rasa tidak nyaman juga dirasakan pada otot-otot dasar panggul dan daerah di sekitar tulang belakang sebelah bawah, hal ini disebut juga sebagai nyeri rujukan (*referred pain*). Rasa nyeri ini ditransmisikan oleh *neuron sensori eferen* atau *viseral*.

Tindakan kompres hangat yang dilakukan pada saat dilakukan dilapangan membuktikan bahwa responden merasakan hangat dan kenyamanan saat dilakukan kompres hangat. Responden merasakan nyeri berkurang setelah dilakukan kompres hangat selama 20 menit dengan suhu 45-50,5⁰C. Efek dari kompres hangat menurut responden mengatakan bahwa kompres memberikan rasa nyaman dan rileks sehingga panas dari kompres tersebut dapat mengurangi rasa nyeri haid.

Fungsi kompres hangat gunanya mengurangi kemampuan neuron sensori eferen ini dalam mentransmisikan nyeri haid. Adanya pemberian kompres hangat pada tingkat nyeri haid pada remaja putri dapat dirasakan perbedaannya dengan yang tidak dikompres dengan air hangat. Hasil deskriptif tingkat intensitas nyeri haid sebelum dikompres mayoritas responden merasakan nyeri haid sedang dan ada juga yang merasakan nyeri haid berat. Hasil deskriptif setelah diberi kompres hangat sebagian besar juga tingkat skala nyeri ringan, nyeri sedang dan ada yang tidak merasakan nyeri haid setelah dikompres hangat. Disimpulkan bahwa pemberian kompres hangat ini memang menurunkan rasa nyeri bahkan menghilangkan rasa nyeri haid tersebut.

Penelitian ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Trisianah (2011) yang berjudul “Efektifitas teknik relaksasi napas dalam dengan kompres hangat terhadap penurunan *dismenorea* pada remaja putri di SMA N. 15 Semarang”. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai Z hitung $0,856 > 0,05$ yang berarti H_0 diterima, yang berarti tidak ada perbedaan yang signifikan rata-rata *dismenorea* setelah menggunakan teknik relaksasi napas dalam dengan kompres hangat.

C. Keterbatasan Penelitian

1. Bagian yang diberikan kompres hangat hanya sebatas pada bagian perut bawah dan punggung saja yang mengalami rasa nyeri saat haid.
2. Penelitian ini hanya sebatas menggunakan media kompres hangat saja tanpa disertai dengan cara lain misalnya *message* daerah perut, istirahat teratur, nafas dalam dan melakukan olahraga ringan.
3. Metode pengumpulan data hanya menggunakan observasi karena penelitian ini berhubungan dengan pengamatan langsung kepada responden yang dilakukan untuk mencari perubahan.