

**PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP PERUBAHAN  
TINGKAT NYERI DAN LAMA KEJADIAN NYERI HAID (*DISMINORE*)  
PADA MAHASISWI KEPERAWATAN S1 FIKES UMP**



**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana keperawatan

**DEWI SAPITRI LUBIS  
1711020192**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO  
2021**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi yang diajukan oleh :

Nama : Dewi Sapitri Lubis

NIM : 1711020192

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Judul : Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Perubahan Tingkat

Nyeri dan Lama Kejadian Nyeri Haid (*Disminore*) pada

Mahasiswi Keperawatan S1 FIKES UMP

telah diterima dan disetujui

Purwokerto, 27 Juli 2021

**PEMBIMBING**



**Ns. Hanny Dwi Anrilina, S.Kep., M.Kep**

**NIK. 2160532**

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi Diajukan oleh :  
Nama : Dewi Sapitri Lubis  
NIM : 1711020192  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto  
Judul : Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Perubahan Tingkat Nyeri dan Lama Kejadian Nyeri Haid (Disminore) pada Mahasiswi S1 FIKES UMP

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

**DEWAN PENGUJI**

Penguji 1 : Ns. Devita Elsanti, S.Kp., M.Sc (.....)  
Penguji 2 : Ragil Setiyabudi, S.KM., M.Kes. (Epid) (.....)  
Penguji 3 : Ns. Happy Dwi Aprilina, S.Kep., M.Kep (.....)

Ditetapkan di : Purwokerto  
Tanggal : 27 Juli 2021

Mengetahui :  
Dekan FIKES



**Dr. Ns. Umi Solikhah, S.Pd., S.Kep., M.Kep**

NIK : 2160188

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dewi Sapitri Lubis

NIM : 1711020192

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya dan semua sumber baik yang di maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar serta bukan hasil penjiplakan dari karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila kelak kemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan saya, saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 27 Juli 2021

Yang Membuat Pernyataan

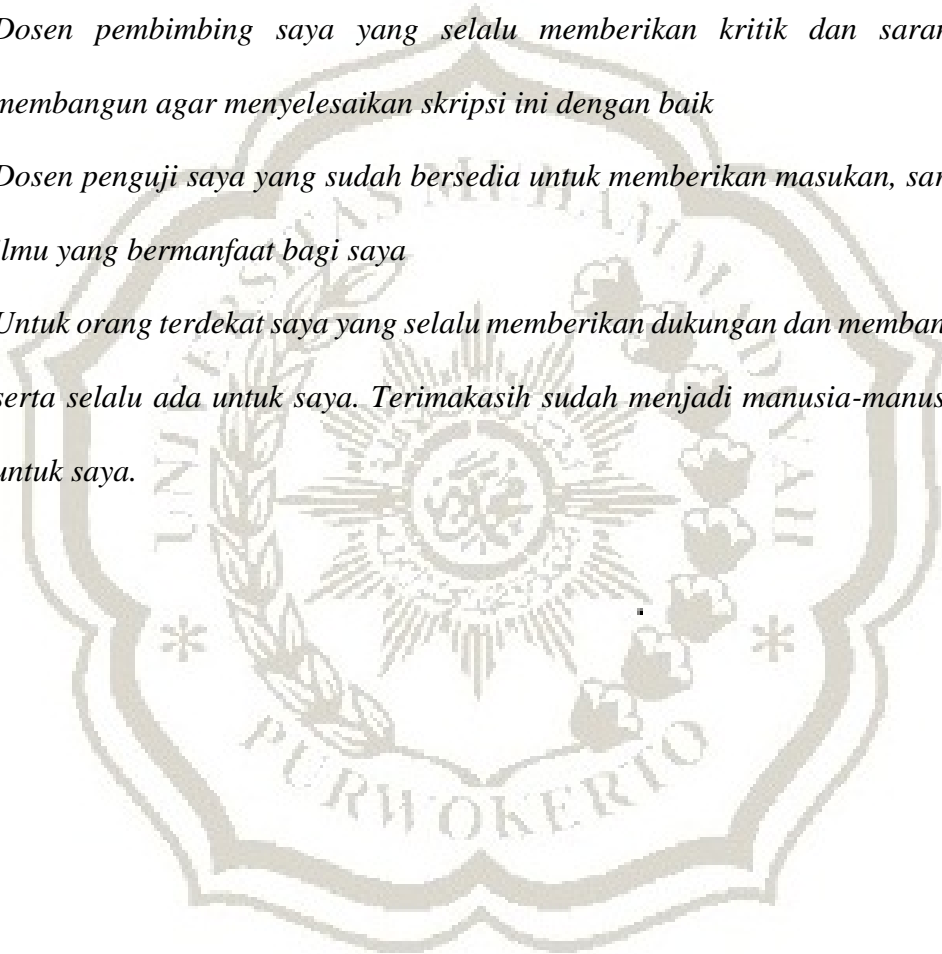
A 1000 Rupiah METRA TEMPEL stamp with a signature over it. The stamp features the Garuda Pancasila logo and the text 'REPUBLIK INDONESIA', '1000', 'METRA TEMPEL', and '2FAJX344078698'.

Dewi Sapitri Lubis

## PERSEMBAHAN

*Dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT, Skripsi ini saya persembahkan untuk :*

- 1. Orang tua dan seluruh keluarga saya, yang selalu memberikan semangat dan do'anya serta memberikan dukungan moril dan materi, kasih sayang serta kesabaran. Terima kasih atas semua hal yang kalian berikan kepada saya*
- 2. Dosen pembimbing saya yang selalu memberikan kritik dan saran yang membangun agar menyelesaikan skripsi ini dengan baik*
- 3. Dosen penguji saya yang sudah bersedia untuk memberikan masukan, saran dan ilmu yang bermanfaat bagi saya*
- 4. Untuk orang terdekat saya yang selalu memberikan dukungan dan membantu saya serta selalu ada untuk saya. Terimakasih sudah menjadi manusia-manusia baik untuk saya.*



## MOTTO

*Tetap yakin, teruslah berdo'a dan berusaha*

*\_Dewi Sapitri Lubis\_*



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmatnya, dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Perubahan Tingkat Nyeri dan Lama Kejadian Nyeri Haid (Disminore) pada Mahasiswi Keperawatan S1 FIKES UMP. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Dr. Jebul Suroso, S.Kp., Ns., M.Kep., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Purwokerto;
2. Ns. Umi Solikhah ,S.Pd., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto;
3. Ns. Happy Dwi Aprilina, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan dan pembimbing yang telah memberi berbagai informasi dan bimbingan tentang tatalaksana penyusunan skripsi, telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan dalam penyusunan skripsi ini;

4. Ns. Devita Elsanti, M. Sc., selaku Penguji 1 yang telah memberikan berbagai pertanyaan untuk menguji kelayakan sebagai sarjana Ilmu Keperawatan;
5. Ragil Setiyabudi, S.KM., M.Kes. (Epid) selaku Penguji 2 yang telah memberikan berbagai pertanyaan untuk menguji kelayakan sebagai sarjana Ilmu Keperawatan;
6. Seluruh Dosen dan staf Akademik Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto, terimakasih atas ilmu dan pengetahuan yang telah disalurkan selama ini.
7. Kedua orang tua dan semua pihak yang telah memberikan dukungan dan do'a dalam penyusunan skripsi penelitian ini.
8. Semua teman-teman seperjuangan Keperawatan Kelas D angkatan 2017. Akhir kata. Semoga Allah SWT memberikan balasan atas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga proposal skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu. Amin.

Purwokerto, 27 Juli 2021

Penulis

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai sivitas akademika Universitas Muhammadiyah Purwokerto dan demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dewi Sapitri Lubis  
NIM : 1711020192  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto  
Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) Kepada Universitas Muhammadiyah Purwokerto karya ilmiah saya berjudul :

Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Perubahan Tingkat Nyeri dan Lama Kejadian Nyeri Haid (Disminore) pada Mahasiswi S1 FIKES UMP

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Purwokerto berhak menyimpan, menalihmedia / mengalihformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta

Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Purwokerto

Pada Tanggal : 27 Juli 2021

Yang Menyatakan



Dewi Sapitri Lubis

**PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP PERUBAHAN  
TINGKAT NYERI DAN LAMA KEJADIAN NYERI HAID (DISMINORE)  
PADA MAHASISWI KEPERAWATAN S1 FIKES UMP**

**Dewi Sapitri Lubis<sup>1</sup>, Happy Dwi Aprillina<sup>2</sup>  
Universitas Muhammadiyah Purwokerto**

[dewilubis2215@gmail.com](mailto:dewilubis2215@gmail.com)

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Disminore adalah keluhan ginekologis akibat ketidakseimbangan hormone progesterone dalam darah sehingga mengakibatkan timbul rasa nyeri yang paling sering terjadi pada wanita. Pemberian kompres hangat memakai prinsip pengantaran panas melalui cara konduksi yaitu dengan menempelkan buli-buli panas pada perut sehingga akan terjadi perpindahan panas dari buli-buli panas ke dalam perut, sehingga akan menurunkan nyeri pada Wanita dengan disminore primer.

**Tujuan :** Mengetahui pengaruh kompres hangat terhadap perubahan tingkat nyeri dan lama kejadian nyeri haid (disminore) pada Mahasiswi Keperawatan S1 FIKES UMP.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan desain *Pre-Eksperimental one group pretest-posttest design*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *Consecutive Sampling* dengan jumlah sampel 62 orang. Pengumpulan data dengan intervensi kompres hangat. Analisa data menggunakan *uji paired t-test*.

**Hasil Penelitian:** Terdapat pengaruh kompres hangat terhadap perubahan tingkat nyeri dan lama kejadian disminore sebelum dan sesudah diberikan intervensi kompres hangat. Hasil penelitian menunjukkan tingkat nyeri sebelum diberikan intervensi dengan kompres hangat rata-rata 6,84 dan setelah diberikan kompres hangat 2,90 dengan perbedaan rata-rata 3,94, dan lama disminore sebelum diberikan intervensi dengan kompres hangat rata-rata 17,39 dan setelah diberikan kompres hangat 8,92 dengan perbedaan rata-rata 8,47. Hasil analisis tingkat nyeri dan lama disminore menggunakan *uji wilcoxon* dan diperoleh *p value* masing-masing (*p-value* 0,000 ( $p < 0,05$ )). Sehingga dapat diartikan terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan kompres hangat.

**Kesimpulan :** Intervensi dengan menggunakan kompres hangat mempunyai pengaruh terhadap perubahan tingkat nyeri dan lama kejadian disminore pada saat menstruasi.

**Kata Kunci :** Kompres hangat, disminore, tingkat nyeri, menstruasi.

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

<sup>2</sup> Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

**THE EFFECT OF WARM COMPRESSES ON PAIN LEVEL  
CHANGES AND DURATION OF MENSTRUAL PAIN  
(DISMINORE) IN UNDERGRADUATE NURSING STUDENTS OF  
FIKES (HEALTH SCIENCE FACULTY) UMP**

**Dewi Sapitri Lubis<sup>1</sup>, Happy Dwi Aprillina<sup>2</sup>**  
**Muhammadiyah University Purwokerto**

[dewilubis2215@gmail.com](mailto:dewilubis2215@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background:** *Dysmenorrhea is a gynecological pain due to an imbalance of the hormone progesterone in the blood, causing pain mostly experienced by women. Giving a warm compress uses the principle of heat conduction by attaching a hot bladder to the stomach so that it will reduce pain in women with primary dysmenorrhea.*

**Objective:** *To determine the effect of warm compresses on changes in pain levels and duration of menstrual pain (dysmenorrhea) in undergraduate Nursing Students of FIKES UMP.*

**Methods:** This study uses a quantitative method with a pre-experimental one-group pretest-posttest design. The sampling technique in this study used the Consecutive Sampling method with a sample of 62 people. The data were collected using warm compress intervention and then analyzed through paired t-test. **Result:** There is an effect of warm compresses on changes in pain level and duration of dysmenorrhea before and after the warm compress intervention was given. The results showed that the level of pain before the intervention was 6.84 and after the intervention, it was 2.90 with an average difference of 3.94. Moreover, the duration of dysmenorrhea before the intervention was an average of 17.39 and after the intervention, it decreased to 8.92 with an average difference of 8.47.

**Result:** *The results of the analysis of the level of pain and duration of dysmenorrhea using the Wilcoxon test and obtained p-value of each (p-value 0.000 (p<0.05)). So that it can be concluded that there is a significant difference in the level of pain between before and after the intervention of a warm compress.*

**Conclusion:** Intervention using warm compresses has an effect on changes in pain levels and the duration of dysmenorrhea during menstruation.

**Keywords:** warm compresses, dysmenorrhea, pain level, menstruation.

---

<sup>1</sup> Student of Nursing Department of University Muhammadiyah Purwokerto

<sup>2</sup> Lecturer of Nursing Department of University Muhammadiyah Purwokerto

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	I
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN ORISINALITAS .....	iv
PERSEMBAHAN .....	v
MOTTO .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	ix
ABSTRAK .....	x
ABSTRACK .....	xi
DAFTAR ISI .....	xii
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Hasil Penelitian Terdahulu .....	8
B. Landasan Teori .....	10
C. Kerangka Teori Penelitian .....	27
D. Kerangka Komsep dan Hipotesis Penelitian .....	28
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	29
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	29

C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling .....	30
D. Variabel Penelitian .....	32
E. Definisi Operasional .....	32
F. Instrumen Penelitian .....	33
G. Teknik Pengumpulana Data dan Analisa Data .....	34
H. Alur Penelitian .....	39
I. Etika Penelitian .....	40

**BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

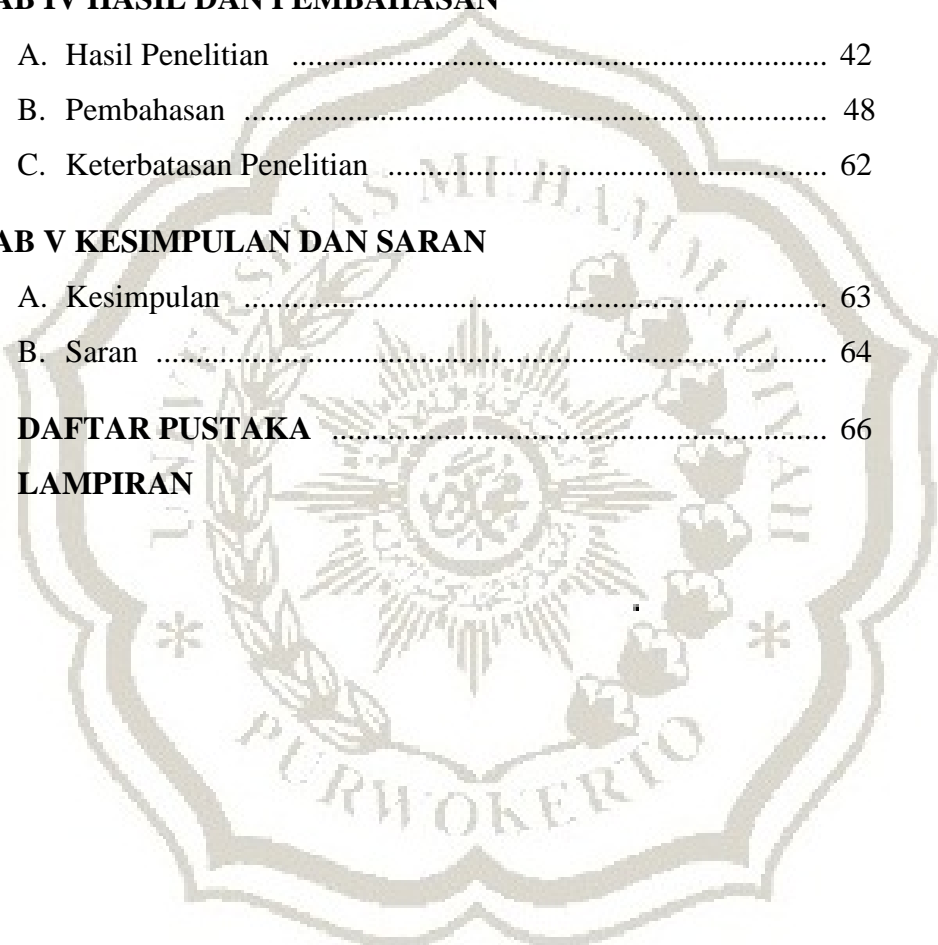
A. Hasil Penelitian .....	42
B. Pembahasan .....	48
C. Keterbatasan Penelitian .....	62

**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	63
B. Saran .....	64

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>66</b>
-----------------------------	-----------

**LAMPIRAN**

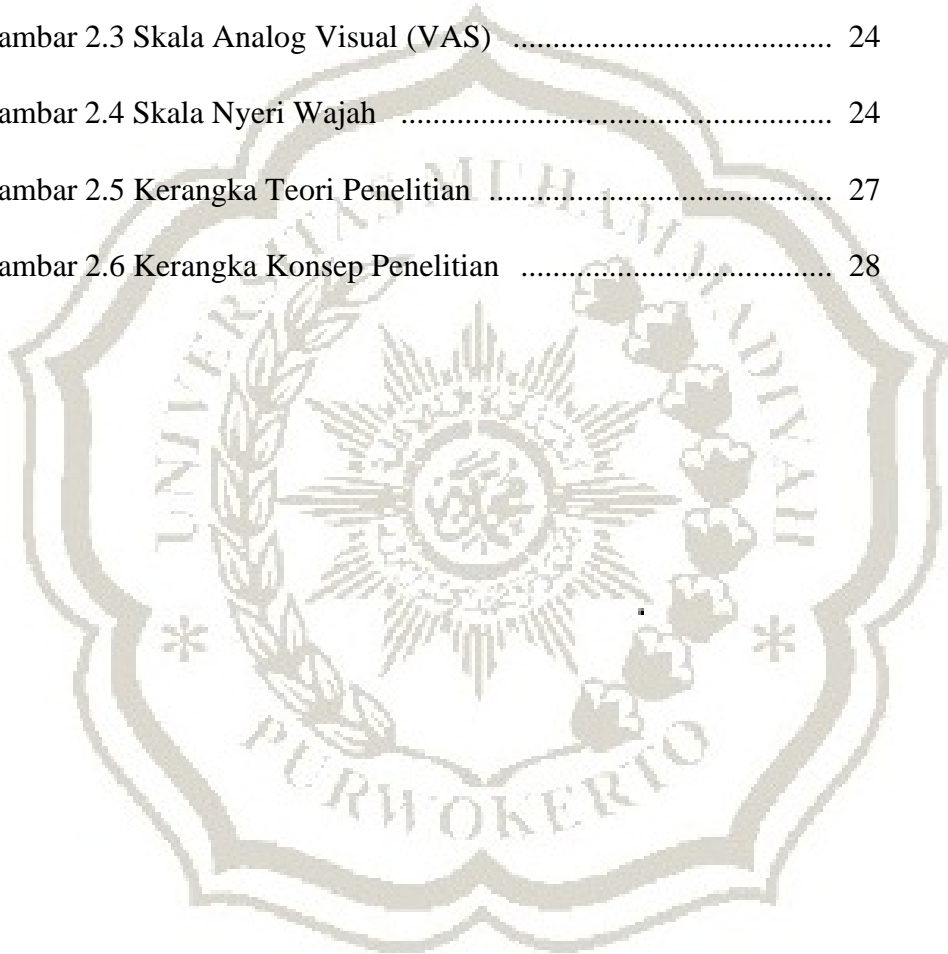


## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Hasil Penelitian Terdahulu .....	8
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	31
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Usia Responden .....	42
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Usia awal Menstruasi .....	43
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Lama Menstruasi .....	43
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Disminore Pre Intervensi .....	44
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Disminore Post Intervensi .....	44
Tabel 4.6 Distribusi Tingkat Nyeri Pre dan Post Intervensi .....	45
Tabel 4.7 Distribusi Lama Disminore Pre dan Post Intervensi .....	45
Tabel 4.8 Uji Normalitas .....	46
Tabel 4.9 Distribusi Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Perubahan Tingkat Nyeri .....	46
Tabel 4.10 Distribusi Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Lama Disminore .....	47

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Skala Deskriptif Verbal .....	22
Gambar 2.2 Skala Penilaian Numerik (NRS) .....	23
Gambar 2.3 Skala Analog Visual (VAS) .....	24
Gambar 2.4 Skala Nyeri Wajah .....	24
Gambar 2.5 Kerangka Teori Penelitian .....	27
Gambar 2.6 Kerangka Konsep Penelitian .....	28



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Informed Consent
- Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3 : Lembar Karakteristik Responden
- Lampiran 4 : Lembar SOP
- Lampiran 5 : Data Excel
- Lampiran 6 : Lembar Output SPSS
- Lampiran 7 : Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 8 : Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 9 : Ijin Etik Penelitian
- Lampiran 10 : Lembar Konsultasi Proposal
- Lampiran 11 : Dokumentasi Kegiatan

