

# Manuskrip Fitriana Dewi

*by Fitriana Dewi*

---

**Submission date:** 27-Sep-2021 01:41PM (UTC+0700)

**Submission ID:** 1658538704

**File name:** 0059\_2021\_Manuskrip\_Fitriana\_dewi-dikonversi\_-\_fitriana\_dewi.pdf (233.99K)

**Word count:** 3616

**Character count:** 20781

**PERBEDAAN PENURUNAN NYERI *DISMENORHEA*  
PADA REMAJA PUTRI ANTARA YANG DIBERIKAN  
KOMPRES HANGAT DENGAN KOMPRES HANGAT  
JAHE MERAH (*ZINGIBER OFFICINALE VAR,  
RUBRUM*)**

(Studi di Asrama Putri NHM)

**1**  
**NASKAH PUBLIKASI**

**Diajukan Dalam Rangka Untuk Melengkapi Sebagian Persyaratan  
Menjadi Sarjana Keperawatan**



Oleh :  
FITRIANA DEWI  
NIM 17142010059

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
STIKes NGUDIA HUSADA MADURA  
2021**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**PERBEDAAN PENURUNAN NYERI *DISMENORHEA* PADA  
REMAJA PUTRI ANTARA YANG DIBERIKAN KOMPRES  
HANGAT DENGAN KOMPRES HANGAT JAHE MERAH  
(*ZINGIBEER OFFICINALE VAR, RUBRUM*)**  
(Studi di Asrama Putri NHM)

**1**  
**NASKAH PUBLIKASI**

Disusun Oleh :

**Oleh :**

**FITRIANA DEWI**  
**NIM 17142010059**

Telah disetujui pada tanggal :

11 Agustus 2021

Pembimbing

Merlyna Suryaningsih.,S.Kep.Ns.,M.Kep  
NIDN. 0731018304

**THE DIFFERENCE OF DYSMENORRHEA PAIN DECREASE IN  
ADOLESCENT GIRLS BETWEEN THE COMPRESS OF WARM AND RED  
GINGER WARM COMPRESSES (ZINGIBER OFFICINALE VAR, RUBRUM)  
(Study in NHM Girls Dormitory)**

Fitriana Dewi, Merlyna Suryaningsih, S.Kep.,Ns.,M.Kep.

**ABSTRACT**

Dysmenorrhea is a painful condition that occurs in women during menstruation that can interfere with activities and require healing, indicated by pain in the abdomen and pelvis. Dysmenorrhea can be overcome by pharmacological and non-pharmacological methods, warm compresses and warm red ginger compresses are one of the non-pharmacological methods to relieve the pain of dysmenorrhea. The purpose of this research is to analyze the comparison of warm compresses with warm red ginger compresses on the reduction of the pain of dysmenorrhea in second semester nursing students at the NHM Children's Dormitory.

This research is a quasi-experimental type of research using a two group pretest-posttest approach. The independent variables were warm compresses and warm red ginger compresses, the equipment and materials used were warm water, glass bottles (syrup bottles), 100 grams of red ginger, grated, cloth, and basins, whereas the dependent variable was the reduction of dysmenorrhea in young girls. The total population is 43 female students who face dysmenorrhea with a large illustration of 21 respondents who were taken using a purposive sampling technique, the test used was the Wilcoxon test and the Mann-Whitney test with = 0.05

The results of the research show that in the pre and post control groups and the treatment group analyzed using the Wilcoxon test, the results obtained from warm compresses  $p\text{-value } 0.001 < 0.05$  so that  $H_0$  is rejected and  $H_1$  is accepted, meaning that there is an effect of warm compresses in the control group on the reduction of the pain of dysmenorrhea, as well as red ginger warm compresses which were analyzed using the Wilcoxon test, the  $p\text{-value}$  was  $0.000 < 0.05$  so that  $H_0$  is rejected and  $H_1$  is accepted, meaning that there is an effect of warm red ginger compresses in the treatment group on the shrinking of the pain of dysmenorrhea, and based on the Mann-Whitney test, the  $p\text{-value} = 0.578 > 0.05$  so that  $H_1$  is rejected and  $H_0$  is accepted, meaning that there is no comparison between the control group and the treatment group after being given warm compresses and red ginger warm compresses.

It is hoped that from this study adolescent girls and women can apply warm compresses and warm red ginger compresses as an alternative in reducing dysmenorrhea pain during menstruation.

**Keywords : Warm Compress, Red Ginger Compresses, Dysmenorrhea**

---

## PENDAHULUAN

Masa anak muda merupakan masa peralihan dari kanak-kanak ke berusia, bukan cuma dalam makna psikologis, namun pula raga. Apalagi, perubahan-perubahan raga yang terjalin seperti itu yang ialah indikasi primer dalam perkembangan anak muda. (Kusmiran, 2014). Pengaruhnya pada pertumbuhan jiwa anak muda merupakan perkembangan badan (tubuh terus menjadi panjang serta besar). Berikutnya mulai berfungsinya serta isyarat intim sekunder yang berkembang, diantara isyarat sekunder tersebut salah satunya haid( haid) serta sebagian anak muda hadapi kendala pada dikala haid ialah hadapi perih pada dikala haid (*dismenorea*) (Dahlan dan Syahminan, 2017).

Remaja wanita di Asia Tenggara diperkirakan mengalami nyeri haid mencapai 80% wanita yang menyebabkan terganggunya aktivitas keseharian dan menyebabkan 50% dari remaja yang masih sekolah tidak dapat muncul di sekolah serta tidak menempuh aktivitas tiap hari( Calis, 2016). Sementara di Indonesia sebanyak 54,89% mengalami *dismenorea* primer dan 9,36% mengalami *dismenorea* sekunder (Yusuf, 2017). Untuk Jawa Timur sendiri

yang mengalami nyeri haid dan melakukan pemeriksaan ke pelayanan kesehatan sebanyak 11.565 jiwa atau 1,31% (BPS Provinsi Jawa Timur, 2017 dalam Pramudita, 2020). Sedangkan dari hasil penelitian oleh peneliti pada mahasiswi keperawatan semester 2 di Asrama Putri Ngudia Husada Madura, terdapat anak muda yang hadapi perih dikala haid( *dismenorea*) ialah dengan jenis perih ringan( 20%) yang cuma diperlukan rehat sejenak semacam duduk ataupun baring buat melenyapkan rasa nyerinya, tanpa diiringi konsumsi obat nyeri sedang (40%) untuk menghilangkan rasa nyerinya diperlukan mengkonsumsi obat tanpa harus mengganggu aktivitas sehari-hari, dan nyeri dengan kategori berat (40%) diperlukan istirahat dengan waktu sebagian lama dengan akibat mengusik kegiatan tiap hari sepanjang satu hari ataupun lebih. sebagian lama dengan akibat mengusik kegiatan tiap hari sepanjang satu hari ataupun lebih.

Menurut Kusmiran (2014), perih haid dipecah jadi 2 berbagai ialah perih haid primer serta sekunder. Perih haid primer ialah perih haid yang mencuat tanpa terdapat karena yang bisa dikenal. Perih haid primer terjalin semenjak umur awal kali datangnya haid

diakibatkan oleh aspek intrisik uterus. Sebaliknya perih haid sekunder merupakan perih yang diakibatkan oleh simptom penyakit ginekologi semacam endometriosis ataupun fibroid. Pemicu terbentuknya nyeri *dismenorhea* sebab terdapatnya kenaikan hormon prostaglandin yang menimbulkan kontraksi uterus dan vasokonstriksi pembuluh darah. (Rakhma, 2013).

Aspek yang pengaruhi antara lain aspek konstitusi meliputi anemia, usia menache, aspek genetik, aspek obstruksi kanalis servikalis, aspek endokrin, dan aspek alergi (Kumalasari, 2012).

*Dismenorhea* bisa memunculkan akibat untuk aktivitas ataupun kegiatan para perempuan khususnya anak muda. Bila seseorang siswi hadapi *dismenorhea*, kegiatan belajar mereka di sekolah tersendat serta tidak masuk sekolah. Selaku contohnya seseorang siswi yang hadapi *dismenorhea* tidak bisa berkonsentrasi belajar serta motivasi belajar hendak menyusut sebab *dismenorhea* yang dialami pada proses belajar mengajar serta kadangkala terdapat yang memohon izin buat kembali sebab tidak tahan (Cicilia dkk, 2013).

Metode kurang perih haid bisa dicoba dengan 2 metode ialah farmakologi serta non farmakologi.

Secara farmakologis ialah dengan pemberian analgetik pengobatan hormonal serta obat (Widyastuti, 2015). Secara non farmakologi bisa dicoba mandi air hangat, massase, latihan raga, tidur yang lumayan, hipnoterapi, distraksi semacam mencermati musik dan relaksasi semacam yoga serta napas dalam, dan pemberian minuman jahe serta kunyit (Rahayu, A., dkk. 2017).

Pemberian kompres hangat menggunakan yakni dengan melekatkan buli-buli dengan temperatur yang dikehendaki pada perut sehingga hendak terjalin perpindahan panas dari buli-buli panas ke dalam perut, dan hendak merendahkan nyeri haid, karena pada wanita dengan nyeri haid ini hadapi kontraksi uterus dan kontraksi otot polos (Anugraheni serta Wahyuningsih, 2015).

Kompres jahe merah ialah penyembuhan tradisional buat kurang perih haid. Penyusutan keseriusan perih haid yang dirasakan anak muda gadis diakibatkan sebab terdapatnya impuls-impuls yang memencet rasa perih sehingga rasa perih menurun serta rasa takut terhadap pengalaman perih jadi minimal (Harmawati ., 2018).

## METODE PENELITIAN

Riset ini kuantitatif, dengan memakai desain Two Group Pretest Posttest ialah rancangan Quasi Eksperiment yang dicoba pada 2 kelompok berbeda yang memperoleh latihan yang berbeda.

Populasi dalam riset ini merupakan mahasiswi keperawatan semester 2 di Asrama Gadis NHM yang hadapi *dismenorrhea*. Ilustrasi dalam riset ini berjumlah 21 mahasiswi. Tata cara pengambilan ilustrasi dalam riset ini memakai metode purposive sampling, dimana pemilihan sampel didasarkan pada tujuan dan sasaran tertentu atau berdasarkan pilihan evaluasi tertentu.

Kriteria sampel dalam riset ini merupakan mahasiswi yang bersedia jadi responden( diteliti), mahasiswi yang hadapi perih haid (*dismenorrhea*) primer ringan, sedang, berat, mahasiswi yang tidak mengkonsumsi obat apapun dalam mengatasi nyerinya saat menstruasi, dan mahasiswi yang belum pernah melakukan kompres hangat serta kompres jahe merah.

Variabel independen pada riset ini merupakan kompres hangat serta kompres hangat jahe merah. variabel dependen pada riset ini merupakan penurunan nyeri

*dismenorrhea*. Penelitian ini dilakukan di Asrama Putri NHM.

Pengolahan informasi dalam riset ini lewat sebagian sesi yakni lewat editing, coding, scoring, dan tabulating.

Riset ini dicoba 2 kali pengukuran ialah dikala saat sebelum( pretest) serta setelah( posttest). yang diuji memakai Uji Wilcoxon dengan  $\alpha=0.05$ .

## HASIL

### 4.1 Data Umum

#### 4.1.1 Berdasarkan Usia

Diketahui bahwa dari 21 kelompok perlakuan hampir setengahnya mahasiswi berusia 18 tahun sebanyak 8 (38,1%) dan berusia 19 tahun sebanyak 8 (38,1%), pada kelompok kontrol sebagian besar mahasiswi berusia 19 tahun sebanyak 14 (66,7%).

Usia	Perlakuan		Kontrol	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
18 Tahun	8	38,1	4	19,0
19 Tahun	8	38,1	14	66,7
20 Tahun	5	23,8	3	14,3
Jumlah	21	100	21	100

#### 4.1.2 Berdasarkan Usia *Menarche*

diketahui bahwa dari 21 mahasiswi keperawatan semester 2 di Asrama Putri NHM pada kelompok perlakuan hampir seluruhnya mahasiswi usia *menarche* 12-14 tahun sebanyak 16 (76,2%), sedangkan pada kelompok kontrol hampir seluruhnya mahasiswi usia *menarche* 12-14 tahun sebanyak 17 (81,0%).

Usia <i>Menarche</i>	Perlakuan		Kontrol	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
12-14 Tahun	16	76,2	17	81,0
15-16 Tahun	5	23,8	4	19,0
Jumlah	21	100	21	100

#### 4.1.3 Berdasarkan Lama Haid

Diketahui bahwa dari 21 mahasiswi keperawatan semester 2 di Asrama Putri NHM pada kelompok perlakuan hampir seluruhnya mahasiswi mengalami menstruasi selama 7-8 hari sebanyak 16 (76,2%), sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar mahasiswi mengalami menstruasi selama 7-8 hari sebanyak 14 (66,7%).

Lama Haid	Perlakuan		Kontrol	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
<7 hari	-	-	3	14,3
7-8 hari	16	76,2	14	66,7
>8 hari	5	23,8	4	19,0
Jumlah	21	100	21	100



## 4.2 Data Khusus

### 4.2.1 Pengaruh Pemberian Kompres Hangat terhadap Penurunan Nyeri *Dismenorhea*

Berdasarkan hasil 21 responden sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat pada kelompok kontrol bahwa (nilai rata-rata) pada pretest 4,90 dan posttest 3,67. Penelitian diuji menggunakan *uji wilcoxon* didapatkan hasil dari negatif rank = 12 responden, yang berarti 12 mengalami penurunan skala nyeri, hasil dari positif rank = 0 responden, yang berarti 0 responden yang mengalami kenaikan skala nyeri, dan hasil dari ties = 9 responden, yang berarti 9 responden yang tidak mengalami penurunan (tetap). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pada kelompok kontrol kompres hangat terhadap penurunan skala *dismenorhea* pada mahasiswi keperawatan semester 2 di Asrama Putri Ngudia Husada Madura.

No Responden	Sebelum	Sesudah
1	5	3
2	7	7
3	4	3
4	4	3
5	5	2
6	4	4
7	7	5
8	4	2
9	4	2
10	5	2
11	3	3
12	3	3
13	3	2
14	8	6
15	8	6
16	3	3
17	4	4
18	9	6
19	7	5
20	3	3
21	3	3
Uji Wilcoxon		
Mean (rata-rata)	4,90	3,67
Positif Rank = 0		
Negatif Rank = 12		
Ties = 9		
P-value = 0,001		

### 4.2.2 Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe Merah terhadap Penurunan Nyeri *Dismenorhea*

Berdasarkan hasil dari 21 responden sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat jahe merah pada kelompok perlakuan bahwa nilai (nilai rata-rata) pada pretest 5,81 dan posttest 4,00. Penelitian diuji menggunakan *uji wilcoxon* didapatkan hasil dari negatif rank = 16 responden, yang berarti 16 mengalami penurunan skala nyeri, hasil dari positif rank = 0 responden, yang berarti 0 responden yang mengalami kenaikan skala nyeri, dan hasil dari ties = 5 responden, yang berarti 5

31 responden yang tidak mengalami penurunan skala nyeri (tetap), Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pada kelompok perlakuan kompres hangat jahe merah terhadap penurunan skala nyeri *dismenorhea* pada mahasiswi keperawatan semester 2 di Asrama Putri Ngudia Husada Madura.

No Responden	Sebelum	Sesudah
1	2	0
2	4	3
3	6	3
4	5	2
5	7	6
6	7	6
7	5	3
8	3	3
9	9	6
10	8	5
11	6	3
12	7	5
13	7	4
14	3	3
15	8	6
16	8	5
17	6	4
18	3	3
19	3	3
20	8	6
21	7	5
Uji Wilcoxon	5,81	4,00
Mean (rata-rata)		
Positif Rank = 0		
Negatif Rank = 16		
Ties = 5		
P-value = 0,000		

4.2.3 Perbedaan Penurunan Nyeri *Dismenorhea* antara Kelompok Kontrol dan Kelompok Perlakuan pada Mahasiswi Keperawatan Semester 2 di Asrama Putri Ngudia Husada Madura

Berdasarkan uji *Mann-Whitney* pada tabel didapatkan hasil tidak ada perbedaan kelompok kontrol dan perlakuan dengan hasil signifikansi  $0.578 > .\alpha 0.05$  sehingga  $H_0$  di terima artinya tidak ada perbedaan kelompok kontrol dan kelompok perlakuan

No Responden	Selisih Pre-Post (Kelompok Kontrol)	Selisih Pre-Post (Kelompok Perlakuan)
1	2	2
2	0	1
3	1	3
4	1	3
5	3	1
6	0	1
7	2	2
8	2	0
9	2	3
10	3	3
11	0	3
12	0	2
13	1	3
14	2	0
15	2	2
16	0	3
17	0	2
18	3	0
19	2	0
20	0	2
21	0	2
Uji Mann-Whitney		
P-value = 0,578		

## PEMBAHASAN

### **5.1 Pengaruh Pemberian Kompres Hangat terhadap Penurunan Nyeri Dismenorhea pada Mahasiswi Keperawatan Semester 2 di Asrama Ngudia Husada Madura**

Setelah dilakukan perhitungan menggunakan uji wilcoxon didapatkan  $p$ -value  $0,001 < 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang artinya ada pengaruh penurun skala nyeri pada mahasiswi yang hadapi dismenorhea saat sebellum dan seteelah diberikan kompres hangat, ada 21 responden yang hadapi dismenorhea serta sehabis diberikan kompres hangat 12 responden hadapi penurrunan skala nyeri yang signifikan dengan hasil *negatif rank* = 12, dan sebanyak 9 responden tidak terjadi penurunan skala nyeri (tetap) dengan hasil *ties* = 9. Pada penelitian ini, rata-rata mahasiswi mengalami menstruasi selama 7-8 hari sebanyak 14 responden dengan persentase (66,7%). Lama menstruasi ini, dapat berperan penting dalam munculnya nyeri ketika haid (*dismenorhea*), karena biasanya nyeri haid dapat terjadi pada hari pertama menstruasi bahkan hari kedua menstruasi.

Hasil didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Munthe (2020) ada perbandingan nilai rata-rata perih dismenorhea pada anak muda saat sebelum

serta setelah diberikan kompres hangat. Didapatkan nilai rata-rata sebesar 2,47, setelah diberikan kompres hangat terdapat pengurangan nyeri *dismenorhea* dengan rata-rata sebesar 1,27. artinya terdapat pengaruh pemberian kompres hangat terhadap nyeri dismenorhea.

Didukung dari hasil penelitian Anugraheni( 2013) meyakinkan kalau dengan aplikasi kompres hangat bisa menyebabkan dilatasi. Temperatur yang hangat bisa membuat perputaran darah mudah, vaskularisasi mudah, serta vasodilatasi.

Bersumber pada penjelasan diatas, periset berasumsi kalau dengan kompres hangat merupakan terapi komplementer yang dapat mempengaruhi penurunan skala nyeri, karena kompres hangat bisa menimbulkan pelebaran pembuluh darah, yang awalnya terjadi pembekuan darah kemudian membuat aliran darah lancar dan terjadi penurunan ketegangan otot.

### **5.2 Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe terhadap Penurunan Nyeri Dismenorhea pada Mahasiswi Keperawatan Semester 2 di Asrama Ngudia Husada Madura**

Bersumber pada hasil riset dari 21 responden sehabis dicoba perhitungan didapatkan  $p$ -value  $0,000 < 0,05$

sehingga H0 ditolak serta H1 diterima, ada pengaruh penurunan skala perih pada mahasiswi yang hadapi dismenorhea saat sebelum serta ada 21 responden yang hadapi dismenorhea serta sehabis diberikan kompres hangat jahe merah 16 responden hadapi penurunan skala nyeri yang signifikan dengan hasil *negatif rank* = 16, dan sebanyak 5 tidak terjadi penurunan skala nyeri (tetap) dengan hasil *ties* = 5. Pada penelitian ini, rata-rata mahasiswi mengalami menstruasi selama 7-8 hari sebanyak 16 responden dengan persentase (76,2%).

Hasil didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Andriani (2021), ada perbandingan nilai rata-rata perih dismenorhea pada santri didapatkan nilai rata-rata sebesar 4,031, setelah diberikan kompres hangat jahe merah terdapat pengurangan nyeri *dismenorhea* dengan rata-rata sebesar 2,438. maksudnya ada pengaruh pemberian kompres hangat jahe merah terhadap perih dismenorhea.

Kompres hangat jahe merah ialah salah satu metode buat menanggulangi dismenorhea secara non karena kompres hangat jahe merah ini (Harmawati et al., 2018). Jahe merah ini mempunyai rimpang dengan bobot antara 0,5- 0,7kg/ rumpun, struktur rimpang jahe merah kecil berlapis-lapis dan daging rimpangnya bercorak

kuning kemerahan, memiliki serat yang kasar, rasanya pedas dan aromanya sangat tajam, diameter rimpang 4, 2- 4, 3cm dan tingginya antara 5, 2- 10, 40cm, Panjang rimpang bisa menggapai 12, 39cm Kandungan yang terdapat pada jahe merah diantaranya minyak atsiri atau *volatile* (minyak menguap) tercipta dari sebagian kesatuan semacamα-pinena, sineol, kamfena, kariofelena,α-farnesena,β-pinena, dan germakon yang sukses mendapatkan anti kuman selaku penghambat tumbuhnya sesuatu kuman serta terdapatnya isi minyak jahe(oleoresin) yang didalam jahenya memiliki oleoresin sebanyak 7- 10%, olerasin pula ada senyawa gingerol, shogaol, zingeron, serta resin yang mempunyai isi anti inflamasi, analgetik dan anti oksidan yang kuat (Setiawan, 2015).

Bersumber pada penjelasan diatas, periset berasumsi kalau dengan dikerjakannya kompres hangat jahe merah dapat mempengaruhi penurunan skala nyeri, karena kompres hangat jahe merah merupakan salah satu alternatif pengobatan nonfarmakologi yang membuat rasa nyeri berkurang dengan adanya kandungan berkhasiat di dalam jahe merah.

### **5.3 Perbedaan Penurunan Nyeri Dismenorea antara Kelompok Kontrol dan Kelompok Perlakuan pada Mahasiswi Keperawatan Semester 2 di Asrama Putri Ngudia Husada Madura**

Bersumber pada hasil riset dari 21 responden pada kelompok kontrol dan perlakuan<sup>4</sup> sehabis dicoba perhitungan memakai Mann Whitney didapatkan nilai p- value 0, 5780, 05 sehingga H1 ditolak serta H0 diterima yang maksudnya tidak terdapat perbandingan skala perih dismenorea antara kelompok kontrol serta kelompok perlakuan saat sebelum serta setelah diberikan kompres hangat serta kompres hangat jahe merah yang maksudnya kompres hangat serta kompres hangat jahe merah bersama bisa merendahkan perih skala dismenorea.

Hasil didukung oleh riset yang dicoba oleh Nida serta Sari, 2016. Kompres hangat yang dicoba dengan mempergunakan buli panas maupun botol panas secara konduksi dimana terjadinya perpindahan panas dari buli- buli ke dalam tubuh sehingga memunculkan pelebaran pembuluh darah dan terjalin penyusutan ketegangan otot sehingga nyeri haid yang dialami hendak menurun ataupun lenyap.,

Perihal ini sejalan dengan studi yang dicoba oleh Harmawati( 2018) kalau Pemberian kompres hangat jahe merah

terhadap perih haid yang dialami anak muda gadis sanggup membagikan pengaruh terhadap derajat perih haid, sebab terdapatnya rasa hangat ialah dampak dari ekstrak jahe. Perihal ini menampilkan kalau pemberian kompres hangat jahe merah efisien dicoba buat merendahkan derajat perih menstruasi.

Kelompok kontrol yang diberikan kompres hangat bisa merendahkan perih sebab kompres hangat membagikan rasa yang hangat pada badan bagian yang mengalami nyeri dan membuat rileks bagi otot. Begitu pula dengan kelompok perlakuan kompres hangat jahe merah, juga dapat menurunkan derajat nyeri menstruasi. Setiap responden mempunyai respon berbeda-beda, ada yang dilakukan kompres hangat cepat berkurang nyerinya, dan ada juga yang diberikan kompres hangat jahe merah lebih cepat turun nyerinya.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **6.1 Kesimpulan**

- a. Terdapat pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap penyusutan perih dismenorea pada mahasiswi keperawatan semester 2 di Asrama Ngudia Husada Madura.
- b. Terdapat pengaruh pemberian kompres hangat jahe merah( Zingiber Officinale Var, Rubrum)

terhadap penyusutan perih dismenorhea pada mahasiswi keperawatan semester 2 di Asrama Ngudia Husada Madura.

c. Tidak terdapat perbandingan penyusutan skala perih dismenorhea antara yang diberikan kompres air hangat dengan kompres hangat jahe merah( *Zingiber Officinale* Var, *Rubrum*) pada mahasiswi keperawatan semester 2 di Asrama Gadis Ngudia Husada Madura.

## 6.2 Saran

### 6.2.1 Saran Teoritis

Hasil riset ini diharapkan bisa dijadikan bahan data maupun referensi dalam penelitian selanjutnya, terutama tentang perbedaan penurunan nyeri *dismenorhea* pada remaja putri antara yang diberikan kompres hangat dengan kompres hangat jahe merah( *zingiber officinale* var, *rubrum*).

### 6.2.2 Saran Praktis

#### a. Bagi Responden

Disarankan bagi responden untuk bisa memakai kompres air hangat serta kompres hangat jahe merah selaku alternatif dalam merendahkan skala perih yang dialami dikala haid( *dismenorhea*) yang dicoba secara mandiri selaku metode buat menanggulangi perih *dismenorhea* guna mereduksi pemakaian analgesik, dan

bukan hanya bagi responden saja tetapi terapi ini bisa dilakukan oleh semua wanita yang mengalami nyeri haid saat menstruasi. Saran dari peneliti dilihat dari beberapa faktor keadaan ekonomi dan dari segi praktis, peneliti menyarankan untuk melakukan terapi komplementer ini dengan menggunakan kompres hangat biasa, karena caranya simple dan tidak mengeluarkan banyak biaya dan bisa menghemat.

#### b. Bagi institusi

Hasil riset ini digunakan selaku masukan serta data untuk lembaga Pembelajaran sehingga hasil riset bisa dibesarkan ataupun bisa dijadikan acuan bahan riset berikutnya, dan bisa dijadikan selaku referensi untuk mahasiswi tentang penyembuhan perih *dismenorhea* memakai tata cara non farmakologi dalam merendahkan perih haid.

#### c. Bagi peneliti Selanjutnya

Bisa dijadikan selaku informasi dasar dan bisa jadi sumber data menimpa tata cara secara non farmakologi dalam menangani nyeri haid (*dismenorhea*).

## DAFTAR PUSTAKA

Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian*. EGC : Jakarta.

Cicilia, Fitri, Intan. (2013). *Hubungan Dismenorhea dengan Aktivitas*

- Belajar Remaja Putri di SMA 1 Tomohon Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran*
- Harmawati, Ningsih, A. G., & Yulia, D. (2018). Pengaruh Kompres Hangat Jahe Merah (*Zingiber officinale rosc.Var.rubrum*) Terhadap Derajat Nyeri Menstruasi (*Dismenorrhea*) Pada Remaja Putri Di SMP NEGERI 12 Sungai Penuh Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Sainika Meditory*, 1(1),25–34.
- Kusmiran, Eny. (2014). *Kesehatan Reproduksi Untuk Remaja Dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kumalasari, I dan Andhyantoro, I. (2012). *Kesehatan Reproduksi Untuk Mahasiswa Kebidanan Dan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nida, R. M., & Sari, D. S. (2016). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Siswi Kelas XI SMK Muhammadiyah Watukelir Sukoharjo (The Influence Of Warm Compress Decrease In Dismenorrhea Eleventh Grade Students Of SMK Muhammadiyah Watukelir Sukoharjo). *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 1(2), 103–109.  
<https://doi.org/10.37341/jkkt.v1i2.84>
- Nugraheni, Y. (2018). The Effect of Peer Group Education on Personal Hygiene Behavior During Menstruation of SMP Negeri 2 D Perdagangan Madiun Regency Students. *Journal of Chemical Information and Modeling*
- Purwanto, B. (2013). *Herbalan Keperawatan Komplementer*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Rahayuningrum, Dwi Christina. (2016). Perbedaan Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam dan Kompres Hangat dalam Menurunkan Dismenore pada Remaja SMA Negeri 3 Padang. *Jurnal Kesehatan Medika Sainika*, 7 (2) : 73-84
- Setiawan. (2015). *“Budidaya Jahu”*. Pustaka Baru Press : Yogyakarta.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta
- Sukarni, I dan Wahyu, P. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Yunianingrum, E. (2018). *Pengaruh Kompres Hangat dan Aroma Terapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Assalafiyah dan Pondok Pesantren Ash-sholihah Sleman*. Skripsi: Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta.
- Yusuf, S. (2017). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya Bandung.

# Manuskrip Fitriana Dewi

## ORIGINALITY REPORT

19%

SIMILARITY INDEX

18%

INTERNET SOURCES

8%

PUBLICATIONS

5%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

1	<a href="http://www.scribd.com">www.scribd.com</a> Internet Source	2%
2	<a href="http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id">ejournal.poltekkes-smg.ac.id</a> Internet Source	2%
3	<a href="http://repo.stikesicme-jbg.ac.id">repo.stikesicme-jbg.ac.id</a> Internet Source	2%
4	<a href="http://stikes-nhm.e-journal.id">stikes-nhm.e-journal.id</a> Internet Source	1%
5	<a href="http://repository.stikes-bhm.ac.id">repository.stikes-bhm.ac.id</a> Internet Source	1%
6	<a href="http://repository.uin-suska.ac.id">repository.uin-suska.ac.id</a> Internet Source	1%
7	<a href="http://garuda.ristekbrin.go.id">garuda.ristekbrin.go.id</a> Internet Source	1%
8	Dhita Kris Prasetyanti, Meirna Eka Fitriasnani. "The Influence of Calendar of Health As A Prevention of Stunting In Pre-Marriage Couples", STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan, 2020 Publication	1%



9	123dok.com Internet Source	1 %
10	Submitted to UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Student Paper	1 %
11	www.researchgate.net Internet Source	1 %
12	www.neliti.com Internet Source	1 %
13	repository.wima.ac.id Internet Source	1 %
14	Meirna Eka Fitriasnani, Anis Nikmatul Nikmah. "The Effect of Chocolate Consumption on The Level of Anxiety in Primigravida Third Trimester Pregnant Women At Jatikalen Health Center Nganjuk District", STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan, 2020 Publication	<1 %
15	journal.umgo.ac.id Internet Source	<1 %
16	Sitti Hadijah, Hidayati Hidayati, Indriani Indriani, Wirawati Amin. "Penyuluhan dengan Media Audiovisual Memengaruhi Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Kebutuhan Dasar Ibu Hamil", Jurnal Kebidanan Malakbi, 2021 Publication	<1 %

17	<a href="#">idoc.pub</a> Internet Source	<1 %
18	Submitted to Bentley College Student Paper	<1 %
19	<a href="#">eprintslib.ummgl.ac.id</a> Internet Source	<1 %
20	<a href="#">www.ijicc.net</a> Internet Source	<1 %
21	<a href="#">docobook.com</a> Internet Source	<1 %
22	<a href="#">dspace.umkt.ac.id</a> Internet Source	<1 %
23	<a href="#">ejobios.org</a> Internet Source	<1 %
24	<a href="#">eprints.umk.ac.id</a> Internet Source	<1 %
25	<a href="#">jurnal.uimedan.ac.id</a> Internet Source	<1 %
26	Submitted to Universitas Mahasaraswati Denpasar Student Paper	<1 %
27	<a href="#">www.ejournal.lppmunidayan.ac.id</a> Internet Source	<1 %
28	<a href="#">www.kopertis7.go.id</a> Internet Source	<1 %

<1 %

29

[www.sciencegate.app](http://www.sciencegate.app)

Internet Source

<1 %

30

Denni Fransiska, Helena Marpaung.  
"PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES BLUE ICE  
TERHADAP SKALA NYERI PADA BAYI YANG  
TELAH MENDAPATKAN IMUNISASI HEPATITIS  
B-0", Media Informasi, 2016

Publication

<1 %

31

Yuanita Ananda. "PENGARUH MASSAGE  
EFFLEURAGE TERHADAP PENURUNAN  
INTENSITAS SKALA NYERI DISMENOIRE PADA  
REMAJA PUTRI DI MAN 2 PADANG", Jurnal  
Keperawatan Abdurrah, 2018

Publication

<1 %

32

[repo.unand.ac.id](http://repo.unand.ac.id)

Internet Source

<1 %

Exclude quotes On

Exclude matches Off

Exclude bibliography On

# Manuskrip Fitriana Dewi

---

GRADEMARK REPORT

---

FINAL GRADE

**/0**

GENERAL COMMENTS

**Instructor**

---

PAGE 1

---

PAGE 2

---

PAGE 3

---

PAGE 4

---

PAGE 5

---

PAGE 6

---

PAGE 7

---

PAGE 8

---

PAGE 9

---

PAGE 10

---

PAGE 11

---

PAGE 12

---

PAGE 13

---

PAGE 14

---