

SKRIPSI

**PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP INTENSITAS
DISMENOREA PADA SANTRIWATI (15-18 TAHUN) DI
PONDOK PESANTREN ROUDHOTUL HIKMAH
KECAMATAN WRINGINANOM
KABUPATEN GRESIK**



**IKE ISMAY LINA FEBRIANI
202201021**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO
2026**

SKRIPSI

**PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP INTENSITAS
DISMENOREA PADA SANTRIWATI (15-18 TAHUN) DI
PONDOK PESANTREN ROUDHOTUL HIKMAH
KECAMATAN WRINGINANOM
KABUPATEN GRESIK**

Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan Pada
Universitas Bina Sehat PPNI
Kabupaten Mojokerto



**IKE ISMAY LINA FEBRIANI
202201021**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO
2026**

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : IKE ISMAY LINA FEBRIANI

NIM : 202201021

Prodi : S1 KEPERAWATAN

Fakultas : FIKES

Judul : PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP INTENSITAS
DISMENOREA PADA SANTRIWATI (15-18 TAHUN) DI PONDOK
PESANTREN ROUDHOTUL HIKMAH KECAMATAN WRINGINANOM
KABUPATEN GRESIK

Saya menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur Plagiarisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 03/08/2026



IKE ISMAY LINA FEBRIANI
202201021

QR REPOSITORY



LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk diajukan dalam Ujian Akhir

Judul : Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Intensitas Dismenorea Pada
Santriwati (15-18 Tahun) Di Pondok Pesantren Roudhotul Hikmah
Kecamatan Wringinanom Kabupaten Gresik

Nama : Ike Ismay Lina Febriani

Nim : 202201021

Pada Tanggal : 24 Juli 2026

Oleh :

Pembimbing I :



Dr. Indah Lestari, S.Kep.Ns., M.Kes
NIK. 162 601 021

Pembimbing II :

A handwritten signature in blue ink, consisting of a stylized 'C' followed by a series of loops and a final horizontal stroke.

Catur Prasastia L., D., S.Kep.Ns., M.Kes
NIK. 162 601 097



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

• <http://www.ubs-ppni.ac.id>
• info@ubs-ppni.ac.id

• 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223
• Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : IKE ISMAY LINA FEBRIANI
NIM : 202201021
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Pada Tanggal : 03 Agustus 2026
Judul Skripsi : "PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP
INTENSITAS DISMENOREA PADA SANTRI WATI
(15-18 TAHUN) DI PONDOK PESANTREN
ROUDHOTUL HIKMAH KECAMATAN
WRINGINANOM KABUPATEN GRESIK"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Dr. Noer Saudah, S.Kep.Ns., M.Kes (.....) 
Penguji 1 : Dr. Indah Lestari, S.Kep.Ns., M.Kes (.....) 
Penguji 2 : Catur Prasastia Lukita Dewi, S.Kep.Ns., M.Kes (.....) 

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 3 Agustus 2026

Ka. Prodi Ilmu Keperawatan


Enny Yirida Y., S.Kep.Ns., M.Kes
NIK : 162.601.095

KATA PENGANTAR

Puji syukur alhamdulillah penulis panjatkan kepada kehadiran Allah SWT karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul **“Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Intensitas Dismenorea Pada Santriwati (15-18 Tahun) Di Pondok Pesantren Roudhotul Hikmah Kecamatan Wringinanom Gresik”** tepat pada waktunya

Selesainya penulisan Skripsi ini adalah berkat bantuan dan dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak, maka dalam kesempatan kali ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada:

1. R. KH. Ahmad Bashori Tajib selaku Pimpinan Pondok Pesantren Roudhotul Hikmah Kecamatan Wringinanom Kabupaten Gresik yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di Pondok Pesantren Roudhotul Hikmah Kecamatan Wringinanom Kabupaten Gresik
2. Dr. Indah Lestari, S.Kep.Ns., M.Kes selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto dan juga Pembimbing 1 yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto dan juga memberikan bimbingan serta saran kepada penulis dalam proses penulisan proposal skripsi ini.
3. Dr. Lilik Ma'rifatul Azizah, S.Kep.Ns., M.Kes selaku Dekan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto.
4. Enny Virda Yuniarti, S.Kep.Ns., M.Kes selaku Ka. Prodi S1 Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto.
5. Dr. Noer Saudah, S.Kep.Ns., M.Kes selaku penguji Proposal Skripsi yang telah

menguji serta memberikan evaluasi dan saran perbaikan demi kesempurnaan skripsi ini.

6. Catur Prasastia Lukita Dewi, S.Kep.Ns., M.Kes selaku pembimbing 2 yang telah meluangkan waktu untuk membimbing serta memberikan arahan, masukan, dan dukungan dalam penyusunan proposal skripsi ini.
7. Seluruh dosen dan staf Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah memberikan fasilitas pembelajaran di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

Akhirnya penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari sempurna, karenanya penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun yang diharapkan akan menyempurnakan Skripsi ini.

Mojokerto, 20 April 2026

Ike Ismay Lina Febriani

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
SURAT PERNYATAAN	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRACT.....	xii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktik.....	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Dasar Kompres Hangat.....	8
2.1.1 Definisi Kompres Hangat.....	8
2.1.2 Mekanisme Kompres Hangat.....	8
2.1.3 Manfaat Kompres Hangat	10
2.1.4 Suhu Yang Direkomendasikan Untuk Kompres Hangat.....	11
2.1.5 Mekanisme Kerja Kompres Hangat Menggunakan Bantalan Pemanas Elektrik.....	12
2.1.6 Standar Operasional Prosedur Kompres Hangat.....	13
2.2 Konsep Dasar Dismenorea	16
2.2.1 Definisi Dismenorea.....	16
2.2.2 Etiologi Dismenorea.....	17
2.2.3 Tanda dan Gejala Dismenorea.....	17
2.2.4 Klasifikasi Dismenorea	18
2.2.5 Patofisiologi Dismenorea Primer	20

2.2.6 Faktor Yang Mempengaruhi Dismenorea	21
2.2.7 Penatalaksanaan Dismenorea	23
2.2.8 Pengukuran Dismenorea	25
2.3 Konsep Menstruasi.....	25
2.3.1 Definisi Menstruasi	25
2.3.2 Siklus Menstruasi	26
2.3.3 Gangguan Menstruasi.....	27
2.3.4 Hormon Proses Menstruasi	31
2.3.5 Fase-Fase Siklus Menstruasi	32
2.4 Konsep Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Intensitas Dismenorea.....	33
2.5 Penelitian Relevan.....	36
2.6 Kerangka Teori.....	42
2.7 Kerangka Konseptual	43
2.8 Hipotesis Penelitian.....	44
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	45
3.1 Desain Penelitian.....	45
3.2 Populasi, sampling, dan sampel	46
3.2.1 Populasi	46
3.2.2 Sampling	46
3.2.3 Sampel.....	47
3.3 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel	48
3.3.1 Variabel Independen.....	48
3.3.2 Variabel Dependen.....	48
3.3.3 Definisi Operasional Variabel	48
3.4 Prosedur Penelitian.....	49
3.5 Pengumpulan data	54
3.5.1 Instrumen Penelitian.....	54
3.5.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	54
3.6 Pengolahan Data.....	55
3.6.1 <i>Editing</i>	55
3.6.2 <i>Coding</i>	55
3.6.3 <i>Scoring</i>	56
3.6.4 <i>Tabulating</i>	57
3.7 Analisa Data	57

3.7.1 Analisis Univariat.....	57
3.7.2 Analisis Bivariat.....	58
3.8 Etika Penelitian	58
3.8.1 <i>Informed Consent</i> (Lembar persetujuan responden).....	58
3.8.2 <i>Anonymity</i> (Tanpa nama).....	58
3.8.3 <i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan)	59
3.9 Keterbatasan Penelitian.....	59
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	61
4.1 Hasil Penelitian	61
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	61
4.1.2 Data Umum	62
4.1.3 Data Khusus	63
4.2 Pembahasan.....	68
BAB 5 PENUTUP	79
5.1 Kesimpulan	79
5.2 Saran.....	79
DAFTAR PUSTAKA.....	82
LAMPIRAN.....	87



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Suhu Kompres Panas dan Dingin.....	11
Tabel 2.2 Penelitian relevan pengaruh kompres hangat terhadap intensitas dismenorea.....	36
Tabel 3.1 Desain Penelitian Time Series Design	46
Tabel 3.2 Definisi Operasional Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Intensitas Dismenorea Pada Santriwati (15-18 Tahun).....	49
Tabel 3.3 Tabulasi data.....	57
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Santriwati dengan Disminorea di Pondok Pesantren Roudhotul Hikmah.....	62
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi dismenorea pada santriwati di Pondok Pesantren Roudhotul Hikmah sebelum dan sesudah diberikan terapi kompres hangat pada hari pertama dan hari kedua	63
Tabel 4.3 Hasil Output Uji Wilcoxon.....	65
Tabel 4.4 Hasil Uji Wilcoxon signed rank test.....	67



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bantal pemanas elektrik	14
Gambar 2.2 Posisi klien (duduk atau berbaring).....	15
Gambar 2.3 Aplikasi bantal elektrik pada area nyeri	15
Gambar 2.4 Skala Nyeri Dismenorea menurut Numeric Rating Scale (NRS)	25
Gambar 2.5 Kerangka Teori Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Disminorea Pada Santriwati (15-18 Tahun)	42
Gambar 2.6 Kerangka Konseptual Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Disminorea Pada Santriwati (15-18 Tahun)	43
Gambar 3.1 Kerangka Kerja Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Intensitas Disminorea Pada Santriwati (15-18 Tahun) di Pondok Pesantren Roudhotul Hikmah	53



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Studi Pendahuluan	87
Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden	88
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	89
Lampiran 4 Lembar Skala Pengukuran Nyeri.....	90
Lampiran 5 Lembar Standar Operasional Prosedur (SOP).....	92
Lampiran 6 Data Mentah	95
Lampiran 7 Tabulasi Data	96
Lampiran 8 Output SPSS	97
Lampiran 9 Dokumentasi.....	104
Lampiran 10 Lembar Bimbingan.....	105
Lampiran 11 Hasil Uji Similaritas	111
Lampiran 12 Hasil Kelayakan Etik.....	112



DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman Shaleh. (2017). *Disminorea Dalam Periode Pendidikan*. Jakarta: Pt Raja Grafindo Persada.
- Angella, N., & Anggraini, N. (2025). *PENGARUH EDUKASI METODE SIMULASI PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP KETERAMPILAN REMAJA DALAM PENANGANAN DISMENOREA DI KELAS VII SMP 01 BABELAN*. 5, 1144–1156.
- Anggraeni, Y. (2023). *Standar Operasional Prosedur (SOP) Kompres Hangat*. 109–111.
- Apriani, W., Oklaini, S. T., Herdiani, T. N., & Triana, I. (2021). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Disminore di Sekolah Menengah Pertama Negeri 17 Kecamatan Enggano. *Jurnal Abdimas Saintika*, 3(2), 248–252.
- Asmarani, A. (2020). *Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat Terhadap Penurunan Intesitas Dismenore Primer Pada Mahasiswi AKBID Pondok Pesantren Assanadiyah Palembang*. 2(2), 13–19.
- Aspiani, N. (2017). *Patofisiologi Disminorea Pada ReMAJA Putri*.
- Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *METODE PENELITIAN KUALITATIF & KUANTITATIF* (H. Abadi (ed.)). CV. Pustaka Ilmu Editor:
- Azhari, M. H. (2020). *Pengaruh kompres air hangat dengan cara Tepid Sponge Bath terhadap perubahan suhu tubuh pasien - Gastroentritis*. 1–11.
- Cahyani, D. M., Mursiyah, & Sari, R. S. (2025). Pengaruh Terapi Kompres Hangat Menggunakan Bantal Elektrik Terhadap Nyeri Haid Disminore Remaja Putri Kelas 3 Di SMP Negeri 8 Tangerang. *Gudang Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(1), 29–35.
- Chabibah, N., Nadiyah, S., Rinarto, N. D., Suryati, Ifadah, E., Sagitha, I. G. E., Rahayu, I. S., Taher, D. M., & Windiany, E. (2023). *Buku Ajar Ilmu Biomedik Dasar*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Dahlan, A., & Syahminan, T. veni. (2017). *PENGARUH TERAPI KOMPRES HANGAT TERHADAP NYERI HAID (DISMENOREA) PADA SISWI SMK PERBANKAN SIMPANG HARU PADANG*. 2(February), 37–44.
- Darmiati. (2022). Hubungan Tingkat Stress Terhadap Siklus Menstruasi Di Masa Pandemi Pada Siswi SMK Negeri 1 Makassar Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia*, 6(September), 29–34.
- Desember, E. (2024). *Midwifery Health Journal , Vol 9 (No 2) 2024*. 9(2), 139–144.
- Dwipayani, L. A. D., Putra, P. W. K., & Kio, A. L. (2024). Perbedaan Kompres Esensial Bawang Merah Dengan Kompres Air Hangat Terhadap Dismenore. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 15(1), 115–121.

- Elisabeth, S., & Sinaga, A. R. (2020). *GAMBARAN PENGETAHUAN SISWA SMP KELAS IX TENTANG DISMENOREA DI RK BINTANG KEJORA KP.BERINGIN KECAMATAN PANGKATAN KABUPATEN LABUHANBATU*.
- Fadila, A. (2020). *Pengaruh Dismenore terhadap Aktifitas Fisik The Effect of Dismenorhea in Daily Activity*. 3–6.
- Hayati, S., & Saputra, L. A. (2023). Pengaruh Motivasi Kerja terhadap Kinerja Karyawan dengan Kepuasan Kerja sebagai Variabel Intervening pada Cv. Jaya Anugrah. *Business Management*, 2(1), 49–53.
- Islami, A. F., Prastia, T. N., Nauli, H. A., & Jayanti, R. (2024a). *Pengaruh kompres hangat terhadap penurunan intensitas nyeri dismenore pada siswi di sma gemilang yasifa*. 12, 122–135. <https://doi.org/https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.22895>.
- Islami, A. F., Prastia, T. N., Nauli, H. A., & Jayanti, R. (2024b). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore pada Siswi di SMA Gemilang Yasifa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 122–135.
- Isnaini, R., & Setiawan, R. (2020). *Mekanisme Kerja Kompres Hangat Buli-Buli*. 56–62.
- Isnainy, usaswati cik ayu saadiah, Sari, Y., & Rohayati, U. (2021). *KOMPRES HANGAT UNTUK MENURUNKAN DISMINORE DI DESA PADANG TAMBAK KECAMATAN WAY TENONG KABUPATEN LAMPUNG BARAT*. 4, 509–514.
- Karubuy, M. A., Wilantika, & Novita, A. (2022). Hubungan Siklus Menstruasi, Kualitas Tidur dan Status Gizi terhadap Disminore Primer pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 13(1), 1–6.
- Khotimah, H., & Lintang, S. S. (2022). *Terapi Non-Farmakologi untuk Mengatasi Nyeri Dismenore pada Remaja Non-Pharmacological Therapy to Overcome Dysmenorrhea Pain in Adolescents*. 9(3), 343–352.
- Maringga, E. G., Mustofa, L. A., & Fatayati, A. N. (2025). Pengaruh Penggunaan Kompres Hangat terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Dismenore Primer Remaja Putri di Kecamatan Mojoroto. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 0–6.
- Muhammad, A., Tri, A., Gio, A., M, S. R., & Afgani, Wi. (2021). *desain penelitian bisnis pendekatakn kuantitatif*. (Vol. 32, Issue 3).
- Mulyani, A., & Zahara, E. (2021). *Perbandingan tingkat nyeri menstruasi (dismenore) sebelum dan sesudah dilakukan hipnoterapi pada remaja putri*. <https://doi.org/>: <http://dx.doi.org/10.30867/gikes.v3i1.679> <https://ejournal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/gikes>
- Mulyani, N., Sudaryanti, L., & Dwiningsih, S. R. (2022). Hubungan Usia Menarche dan Lama Menstruasi dengan Kejadian Dismenorea Primer. *Journal Of Health, Education and Literacy*, 4(2), 104–110.

- Napisah, P., & Hernawati, Y. (2024). *Pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja putri di wilayah kerja puskesmas cempaka arum. XVIII*, 1–6.
- Nurmala, S., Suryati, T., Ali, M., & Natasya, R. O. (2024). *PENGARUH KOMPRES HANGAT MENGGUNAKAN BANTAL ELEKTRIK TERHADAP PENURUNAN NYERI HAID (DISMENORE) PADA REMAJA AKHIR*. 5(1), 59–66. <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/jlh.v5i1.2969>
- Prasasti, D., & Adyani, K. (n.d.). *Pengaruh Pemberian Kompres Hangat terhadap Intensitas Nyeri pada*. 156–162.
- Pratiwi, A. M., Maliza, R., Setyowati, A., Fajrin, D. H., Sholihah, A. N., Rita, R. S., Yuhanah, Kasanova, E., Sari, F., & Murti, N. (2025). *Kesehatan Reproduksi dan Keluarga*. CV Eureka Media Aksara.
- Pratiwi, I. N., Dewi, L. C., & Widyawati, I. Y. (2020). Buerger exercise dan edukasi perawatan kaki pada penderita diabetes dan hipertensi dalam upaya menurunkan resiko gangguan vaskular. *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 16(2), 121–132. <https://doi.org/10.20414/transformasi.v16i2.2679>
- Puspitasari, C. N. D., & Prajayanti, E. D. (2024). Penerapan Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Dismenore pada Remaja Putri di Desa Tanjung Sukoharjo. *Jurnal Anestesi: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(4), 149–159.
- Rukmawati, S., Susanti, R., Rahma, K., Isfentiani, D., Wildayani, D., Nurfitra, N. R., Oktaviana., M. N., Kusumawati, A. D. D., Wahyunita, V. D., Milindasari, L. K. D. P., Handayani, R., Imeldawati, R., & Sasanti, S. D. (2024). *Bunga Rampai Kesehatan Reproduksi Remaja dan Permasalahannya* (E. A. Agustin (ed.)). Nuansa Fajar Cemerlang.
- Safitri, I., Fitria, N. E., & Furwasyih, D. (2023). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Nyeri Menstruasi (Dismenore) Pada Remaja Putri Di SMA N 7 Kerinci Tahun 2023. *Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmiah*, 17(1), 46–52.
- Saputri, I. N., & Hasibuan, I. E. (n.d.). *Pengaruh Kompres Air Hangat Terhadap Intensitas Skala Nyeri Dismenore pada Remaja di SMA Swasta Nusantara Lubuk Pakam The Effect of Warm Water Compresses on the Intensity of Dysmenorrhea Pain Scale Among Adolescents at Nusantara Private Senior High School Lubuk Pakam*. c, 8–12.
- Saputri, L., & Mardiati. (2025). Desain Penelitian Quasi Eeksperimen Dalam Penelitian Pendidikan: Kajian Pustaka. *Jurnal Serunai Matematika*, 17(2), 78–87.
- Sari, D. P., Rufaida, Z., Wardini, S., & Lestari, P. (2018). *Penatalaksanaan Nyeri Disminorea*.
- Sari, F. N. (2023). Hubungan Usia Menarche dan Status Gizi dengan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri di SMA YP UNILA. *Jurnal Ilmu Keperawatan*

Indonesia, 4(1), 177–183.

- Sari, M. (2015). Instrumen Penelitian. *Metodelogi Penelitian*, 15–20.
- Sena Wahyu Purwanza, S.Kep., Ners., M. K., Dr. (Cand) Aditya Wardhana, S.E., M.M., M. S., & Ainul Mufidah, S.Kep., Ns., M. K. (n.d.). *Metodelogi penelitian kuantitatif dan kualitatif* (M. K. Ns. Arif Munandar, S.Kep. (ed.)). PENERBIT MEDIA SAINS INDONESIA.
- Septira, R., & Estri, B. A. (2024). Pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri dismenore primer. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 15(2), 64–75.
- Shifa, a ridhaal, Mahmud, nur umly, & Sartika. (2021). *PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI MADRASAH ALIYAH DDI MANGKOSO KABUPATEN BARRU*. 2(4), 707–715.
- Shifa, A. R. Al, Mahmud, N. U., & Sartika. (2021). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Dismenore Pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah DDI Mangkoso Kabupaten Barru. *Window of Public Health Journal*, 2(4), 707–715.
- Simanjuntak, N. (2024). *Pengaruh Kompres Hangat Menggunakan Buli-Buli*. 6–21.
- Sri, A., Kasma, R., & Mayangsari, R. (2024). *MAHASISWI DI MAJENE*. 19, 22–28.
- Sudirman, R. M., Widianingsih, I., & Fatmawati, R. (2025). Pengaruh Kompres Dingin dan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri di Kabupaten Cirebon Tahun 2024. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 7(1), 55–62.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. PT Alfabet.
- Sumantri, & Sutiye. (2024). *Kompres Hangat dengan Botol Kaca Sebagai Alternatif Menurunkan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III*. 1, 2. 5(2), 100–107.
- Syafika Intan, Mulyani Sri, & Amalya Riska. (2022). Studi Literatur Efektivitas Intervensi Kompres Hangat terhadap Nyeri Haid (Dismenore) pada Remaja Putri. *Pinang Masak Nursing Journal*, 1(1), 26–38.
- Tambun, M., & Sinaga, M. (2022a). *Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Dismenore saat*. 1(3), 363–372. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v1i3.668>
- Tambun, M., & Sinaga, M. (2022b). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Dismenore Saat Menstruasi pada Siswa Puteri Klas XI SMK N. 8. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 1(3), 363–372. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v1i3.668>
- Umami, D. A. (2022). The Effectiveness of Warm Compresses in Reducing Dysmenorrhea Pain Among Adolescent Girls : A Pre-Experimental Study in

- Bengkulu , Indonesia. *Journal of Current Health Sciences*, 2(1), 81–86.
<https://doi.org/10.47679/jchs.202271>
- Villasari, A. (2021). *Fisiologi Menstruasi* (T. S. PRESS (ed.)). Tim STRADA PRESS.
- Wafiroh, P. S., & Wulandari, P. (2021). *PENERAPAN TERAPI KOMPRES HANGAT TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA REMAJA PUTRI*. 1–7.
- Wahyuni, L. T., Yunitasari, E., Rosmawati, Astuti, A. P., Lit, K., & Kabuhung, E. I. (2024). *Buku Ajar Masalah Gangguan Reproduksi*. Nuansa Fajar Cemerlang.
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). *Hipotesis Penelitian Kuantitatif*. 3(2), 96–102.
<https://doi.org/10.33592/perspektif.v3i2.1540>
- Yulandasari, V., Suhamdani, H., Muhammad, L., & Husen, S. (2022). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Siswi di MTs Miftahul Iman. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 10(2), 232–236.
<https://doi.org/10.37824/jkqh.v10i2.2022.410>
- Yudhanti Md, Balgis, Widardo. Kualitas Tidur Yang Buruk Meningkatkan kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteranpoor Sleep Quality Increases Prevalence Of Primary Dysmenorrhea On Medical Students. *Nexus Kedokt Komunitas*. 2014;3(2):219–30.

