

SKRIPSI
PERBANDINGAN EFEKTIVITAS KOMRES HANGAT DAN DINGIN
TERHADAP DISMINORE

Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan Pada
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Sehat PPNI
Kabupaten Mojokerto



OLEH :
MAHARANI AYUS FANDANI
NIM : 201501007

PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO
2019

SURAT PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah di kumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun.

Mojokerto, Juni 2019
Yang menyatakan

Maharani Ayus Fandani
201501007

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk diajukan dalam ujian siding skripsi

Judul : Perbandingan efektivitas kompres hangat dan dingin terhadap disminore

Nama : Maharani Ayus Fandani

Nim : 201501007

Pada tanggal :

Oleh :

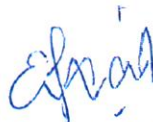
Pembimbing I



Ima Rahmawati, S.Kep.Ns.,M.Si

NIK. 162 601 029

Pembimbing II



Eka Nur Soemah, S.Kep.Ns.,M.Kes

NIK. 162 601 096

LEMBAR PENGESAHAN

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Ujian Skripsi Pada Program Studi S1
Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Sehat PPNI
Kabupaten Mojokerto

Nama : MAHARANI AYUS FANDANI
Nim : 201501007
Judul : Perbandingan efektivitas kompres hangat dan dingin terhadap
disminore

Pada tanggal : 01 Juli 2019

Mengesahkan :

Tim penguji

Ketua : Siti Indatul Laili, S.Kep., Ns., M.Kes.

Anggota : Ima Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Si.

Anggota : Eka Nur Soemah, S.Kep., Ns., M.Kes.

Tanda tangan

(.....)

(.....)

(.....)

Mengetahui,

Ka.Prodi S1 Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Sehat PPNI
Kabupaten Mojokerto

Ana Zakiyah, M.Kep
NIK. 162 601 036



KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul ***“Perbandingan Efektivitas Kompres Hangat Dan Dingin Terhadap Disminore”***. Selesainya penulisan proposal ini tak lepas dari bantuan dan dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak, maka penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hati tulus kepada:

1. Kepala Sekola MTsN 3 Jombang, Kabupaten Jombang yang telah memberikan izin melakukan penelitian.
2. Dr. M. Sajidin, S.Kp., M.Kes selaku Ketua Stikes Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto
3. Ana Zakiyah, M.Kep selaku Ka. Prodi S1 Keperawatan
4. Siti Indatul Laili, S.Kep.Ns., M.Kes Selaku penguji yang telah meluangkan waktu dan mmberikan masukan bagi penulis
5. Ima Rahmawati, S. Kep., Ns., M. Si selaku pembimbing proposal yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan kepada penulis
6. Eka Nor Soemah, S. Kep., Ns., M. Kes selaku pembimbing proposal yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan kepada penulis
7. Staff Dosen dan Karyawan STikes Bina Sehata PPNI Kabupaten Mojokerto
8. Responden yang telah meluangkan waktu dan bekerja sama untuk memberikan data yang dibutuhkan oleh peneliti
9. Teman – teman S1 Keperawatan Angkatan 2015 dan semua pihak yang telah membantu selama penyusunan skripsi ini.

Akhirnya penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna sehingga memerlukan kritik dan saran untuk menyempurnakan penyusunan skripsi ini.

Mojokerto, Juni 2019

Penulis

MOTTO

Memulai dengan penuh

Keyakinan

Menjalankan dengan penuh

Keikhlasan

Menyelesaikan dengan

Penuh kebahagiaan

Kemenangan yang seindah-indahnya dan sesukar-sukarnya yang boleh disebut oleh manusia ialah menundukan diri sendiri.

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah hirobil allamin...

Sujut syukur ku pada allah SWT yang telah
Melancarkan siding skripsiku sampai selesai hingga
saya menjadi S. Kep..

Kepada kedua orang tuaku bapak ibu yang selama ini
selalu mendoakan aku yang tiada hentinya dan
bahkan tidak hanya doa saja tapi segala upaya pun
mereka lakukan demi anaknya hingga menjadi
Sarjana..

Terima kasih bapak, terima kasih ibu selama ini engkau
telah mewujutkan apa yang aku inginkan, jasmu
tidak akan aku lupakan sampai hingga aku sukses
nantik

AMIN..

Terimakasi kepada ibu dosen pembimbing ke
Pada Bu Ima rahmawati dan Bu eka noer soemah.
Yang selama ini uda membimbing saya dengan sabar
dan sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi saya.
Terimakasi kepada teman sepembimbing yang
dimana kita dari awal konsul bareng sampai bisa
menyeselaikan dan terima kasih supportnya.

”Ananda nurul massito”

Terimakasih kepada sahabat ku yang selama ini mendukung
saya dan memberi semangat suka duka kita lewati
bertiga dan 7 tahun kita menjalankan pertemanan
meski kita beda sekolahan kalian tetap setia kepada ku
(fitri dan jihan)
semoga persahabatan kita akan langgeng
terimakasih Buat tim “penyemangat” yang
uda menemani ku selama 4 tahun ini
suka duka kita lewati dan kejelekan kita masing2 kita ketahui
(irda, nanda, elok, yulinda, utari, nela, pamela, silvi dan erna)
semoga pertemanan kita tidak sampek saat ini tetap bersama hingga ajal yang
akan memisahkan kita..

”AMIN

ABSTRACT

COMPARISON OF THE EFFECTIVENESS OF WARM COMPRESS AND COLD COMPRESS ON DYSMENORRHEA IN ISLAMIC JUNIOR HIGH SCHOOL 3 JOMBANG, JOMBANG DISTRICT, JOMBANG REGENCY

By:

Maharani Ayus Fandani

Dysmenorrhea pain can be reduced nonpharmacologically, among others by the technique of giving warm and cold compresses, but many teenagers have not used it, because they do not understand about giving warm and cold compresses. The purpose of this research was to compare the effectiveness of warm and cold compresses against dysmenorrhea in female students. The research design was quasi experimental. The research variables were two, namely the effectiveness of warm and cold compress as independent variables and dysmenorrhea as the dependent variable. The population of this study were all students who had menstruation at Islamic Junior High School 3 Jombang, as many as 931 respondents. The sample was taken by consecutive sampling technique of 36 respondents. Data were collected by observation sheet of bourbonaic pain scale and tested with the Wilcoxon Rank Test performed by using the SPSS program. The results showed that there was a comparison of the effectiveness of warm and cold compresses against dysmenorrhea 0,000, then $p < \alpha$ (0.05), then H_0 was rejected and H_1 was accepted. Cold compresses are more dominant to reduce pain intensity because it was better able to suppress the autonomic nerve response to the brain, whereas warm compresses cause vasolidation associated with widening local blood vessels. It is expected that the School Medical Room officers at Islamic Junior High School3 Jombang can call on students to provide warm and cold compress therapy directly to students who experience dysmenorrhea as a non-pharmacological therapy to reduce pain intensity.

Keywords: *Warm compress, cold compress, Dysmenorrhea*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN JUDUL DALAM.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
MOTO.....	viii
PERSEMBAHAN.....	ix
<i>ABSTRACT</i>	xi
ABSTRAK.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
 BAB 1 PENDAHULUAN.....	 1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Bagi Institusi Pendidikan.....	5
1.4.2 Bagi Masyarakat	5
1.4.3 Bagi Peneliti.....	5
1.4.4 Bagi Peneliti Berikutnya	5
BAB.2 TINJAUAN PUSTAKA.....	6

2.1 Konsep Dasar Disminorhea	6
2.1.1 Pengertian Disminorhea.....	6
2.1.2 Klasifikasi Disminorhea.....	7
2.1.3 Penyebab Disminore.....	9
2.1.4 Manifestasi Klinis Disminorhea.....	14
2.2 Konsep Nyeri.....	15
2.2.1 Definisi Nyeri.....	15
2.2.2 Klasifikasi Nyeri.....	16
2.2.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri.....	20
2.2.4 Mekanisme Nyeri.....	23
2.2.5 Pengukuran Nyeri.....	24
2.3 Konsep Kompres Hangat Dan Kompres Dingin.....	28
2.3.1 Konsep Kompres Hangat.....	28
2.3.2 Manfaat Kompres Hangat.....	28
2.3.3 Jenis-Jenis Kompres Hangat.....	28
2.3.4 Cara Pemberian Kompres Hangat	30
2.3.5 Konsep Kompres Dingin.....	31
2.3.6 Metode Kompres Dingin.....	33
2.3.7 Cara Pemberian Kompres Dingin.....	34
2.4 Efektivitas kompres hangat dan dingin terhadap disminore.....	35
2.5 Kerangka Teori.....	37
2.6 Kerangka Konseptual.....	38
2.7 Hipotesis Penelitian.....	39
BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN.....	40
3.1 Desain Penelitian.....	40
3.2 Populasi, Sampling, Sampel	42
3.2.1 Populasi	42
3.2.2 Sampling	42
3.2.3 Sampel	43
3.3 Identifikasi Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional	43
3.3.1 Identifikasi Variabel	43

3.3.2 Definisi Operasional.....	44
3.4 Prosedur Penelitian	46
3.5 Pengumpulan Data	48
3.5.1 Metode Pengumpulan Data.....	48
3.5.2 Instrumen Penelitian.....	48
3.5.3 Lokasi dan Waktu penelitian.....	49
3.6 Teknik Pengolahan Data	49
3.6.1 Pemeriksaan data (<i>Editing</i>)	49
3.6.2 Pemberian Code (<i>Coding</i>)	49
3.6.3 <i>Scoring</i>	50
3.6.4 Teknik Analisa Data.....	52
3.7 Etika Penilaian	52
3.7.1 Informed Consent (<i>Lembar persetujuan Responden</i>).....	52
3.7.2 Anomity (<i>Tampa Nama</i>).....	52
3.7.3 Confidentiality (<i>kerahasiyaan</i>).....	52
3.8 Keterbatasan.....	53
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	54
4.1 Hasil Penelitian.....	54
4.1.1 Data Umum.....	54
4.1.2 Data Khusus.....	55
4.2 Pembahasan.....	57
4.2.1 Karekteristik nyeri disminore sebelum disminore kompres Hangat Dan kompres dingin di MtS 3 Jombang.....	57
4.2.2 Karekteristik nyeri disminore sesudah disminore kompres Hangat Dan kompres dingin di MtS 3 Jombang.....	59
4.2.3 Perbandingan efektivitas kompres hangat dan komres dingin terhadap disminore di MtSN 3 Jombang.....	60
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....	62
5.1 Kesimpulan.....	62
5.2 Saran.....	62
5.2.1 Bagi Responden.....	62

5.2.2 Bagi Remaja.....	63
5.2.3 Bagi Tempat Penelitian (MtSn 3 Jombang).....	63
5.2.4 Bagi Tenaga Kesehatan.....	63
DAFTAR PUSTAKA.....	64
LAMPIRAN.....	67
DOKUMENTASI.....	96

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Perbedaan Nyeri Akut Dan Kronis.....	17
Tabel 3.1	Definisi oprasional perbandingan efektivitas kompres hangat dan dingin pada disminorhea pada siswi MTsN 3 Jombang Kabupaten Jombang tahun 2019.....	45
Tabel 4.1	distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan gangguan siklus di MtSN 3 Jombang pada bulan Maret-April 2019.....	54
Tabel 4.2	karakteristik responden berdasarkan nyeri disminore sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat dan kompres dingin di MtSN 3 Jombang, kabpaten jombang bulan Maret-April 2019.....	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Skala Intensitas Nyeri Diskriptif Verbal.....	24
Gambar 2.2	Setelah Intensitas Nyeri Numerik Verbal.....	25
Gambar 2.3	Skala Anologi Visual (VAS).....	26
Gambar 2.4	Skala Nyeri Menurut Borbanis.....	26
Gambar 2.5	Skala Nyeri Menurut Wong beker.....	27
Gambar 2.6	Kerangka teori perbandingan efektivitas kompres hangat dan dingin pada disminorhea pada siswi MTsN 3 Jombang kabupaten jombang tahun 2019.....	37
Gambar 2.7	Kerangka konsep perbandingan efektivitas kompres hangat dan dingin pada disminorhea pada siswi MTsN 3 Jombang Kabupaten Jombang tahun 2019.....	38
Gambar 3.1	Kerangka kerja perbandingan efektivitas kompres hangat dan dingin pada disminorhea pada siswi MTsN 3 Jombang Kabupaten Jombang tahun 2019.....	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat ijin Studi Pendahuluan.....	67
Lampiran 2 Surat Balesan Studi Pendahuluan.....	68
Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	69
Lampiran 4 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	70
Lampiran 5 Lembar Observasi.....	71
Lampiran 6 Lembar Tabulasi Data.....	73
Lampiran 7 lembar hasil perhitungan statistik.....	81
Lampiran 8 lembar SOP.....	83
Lampiran 9 lembar konsultasi.....	87

DAFTAR PUSTAKA

- Anurogo, D. &. (2011). *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Astuti, A. M. (2011). Efektivitas Pemberian Kompres hangat terhadap kejadian disminore pada remaja. Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Jakarta . Diperoleh tanggal 10 Maret 2019 dari http://psikumj.ac.id/library/index.php?p=show_detail&id=1306.
- Baziad, M. A. (2008). *Endokrin dan Ginekologi*. Jakarta: Media Aesculapius.
- Benson, P. &. (2009). *Buku Saku Obsetry Gynecology William*. Jakarta: EGC.
- Diatl., B. d. (2008). *Be smartgirl: Petunjuk Islami Kesehatan reproduksi bagi remaja*. Jakarta: Gema Insani.
- Ermala, S. (2010). Pengaruh penggunaan kompres hangat dalam pengurangan nyeri persalinan kala 1 fase aktif di klinikHj. Hamidah Nasution Medan. Tidak dipublikasikan: Karya Tulis Ilmia Program D IV Bidan Pendidik Fakultas Keperawatan Universitas Sumatra Utara. Diperoleh tanggal 8 Maret 2019 dari <http://repository.usus.ac.id/handle/123456789/18761>.
- Hegner, B. (2006). *Asisten Keperawatan Suatu Pendekatan Proses Keperawatan, Edisi 6*. Jakarta: EGC. hal 231-236,363.
- Hidayat. (2008). *pengantar Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat. (2010). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Johnson, J. T. (2011). *Nurses Guide to Home Health Prosedures, Ester, M. (2005)(Alih Bahasa)*. Jakarta: EGC.
- Judha, M. (2012). *Nyeri dalam Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Khodijah, S. (2011). Efektifitas kompres dingin terhadap penurunan intensitas nyeri pasien disminore di SMA Adam Malik, Medan. Tidak dipublikasikan: Skripsi Fakultas Keperawatan Universitas Sumatra Utara. Diperoleh Tanggal 8 Maret 2019 dari<http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/24614>.
- Kusmiran. (2011). *Buku Pintar Menstruasi*. Yogyakarta: Buku Biru.
- Kusyati, E. d. (2006). *Keterampilan dan Prosedur laboratorium* . Jakarta: EGC Hal : 267.
- Mahmud, M. H. (2007). *Terapi Air*. Jakarta: Qultum Media.

- Manuaba, I. B. (2009). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita* . Jakarta: EGC.
- Ningsih. (2011). Efektivitas Paket Pereda Terhadap Intesitas Nyeri Pada Remaja Dengan Disminorea di SMAN Kecamatan curup. *google book*, Tersedia di <http://lontar.ui.ac.id>.(Diperoleh 19 desember 2018), 137-141.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodelogi Penelitian Kesehatan* . Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Oktasari, G. (2013). Perbandingan efektifitas kompres hangat dan dingin terhadap penurunan disminorea pada remaja putri. Mahasiswa program studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau. *Diperole tanggal 10 Maret 2019 dari* <http://jom.unri.ac.id/index.php/jompsiklarticlelview/3513/3408>.
- Potter, P. A. (2006). *Fundamental Keperawatan : Konsep Proses dan Praktik*. (Ed. 4). Jakarta: EGC.
- Potter, P. A. (2008). *Fundamental Keperawatan : Konsep Proses dan Praktik*. (Ed. 4). Jakarta: EGC.
- Potter, P. A. (2010). *Fundamental of Nursing Buku 2 Edisi 7*. Jakarta: Salemba Medika.
- Price, S. A. (2009). *Patofisiologi Konsep Klinis Proses Proses Penyakit Edisi 4*. Jakarta: EGC.
- Proverawati, M. (2009). *Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Quin. (2013). Penilaian Dan Penatalaksanaan Nyeri. *Tersedia di* <http://www.medicaljournal.ac.id>, Tanggal 11 januari 2019.
- Sari, W. (2012). *Panduan Lengkap Kesehatan Wanita*. Jakarta: Penebar Plus.
- Sekim, P. (2007). *Panduan Lengkap Kehamilan, Melahirkan dan Bayi*. Jakarta: Arcan.
- Setiadi. (2013). *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan Edisi 2*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Simkin, P. &. (2010). *Buku Saku Persalinan*. Jakarta: EGC.
- Sudoyo. (2006). *Ilmu Penyakit Dalam Jilid II Edisi IV* . Jakarta: FKUI IPD.
- Sugiyono. (2012). *Statistik Untuk Penelitian* . Bandung : CV. Alfabeta.

- Sulistyo, A. (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Tamsuri, A. (2007). *Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta: EGC.
- Turnama, Y. (2006). Hidroterapi. *http://www.medicaholistik.com diakses*, tanggal 3 januari 2019.
- Uliyah, M. &. (2008). *Praktikum Klinik : Aplikasi Dasar-Dasar Praktik Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Wulandari, S. R. (2011). *Asuhan Kebidanan Ibu Masa Nifas*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.