

STIKES PANCA BHAKTI PONTIANAK

SUSANA HERDA YANI

211140981541059

Karya Tulis Ilmiah, 23 juli 2024

PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP *INTENSITAS NYERI HAID (DISMENOEA) PRIMER* PADA REMAJA PUTRI KELAS X DI SMK PANCA BHAKTI POTIANAK TAHUN 2024

ABSTRAK

Latar Belakang : Remaja adalah suatu fase perkembangan yang dinamis dalam kehidupan seorang individu, Masa remaja juga merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia yang sangat penting. Salah satu tanda yang muncul pada perempuan yaitu menstruasi, ~~menstruasi~~ *menstruasi biasanya* menyebabkan ketidaknyamanan fisik bagi perempuan, yang dapat mengganggu aktivitas, yaitu *Dismenorea*.

Tujuan Penelitian : untuk mengetahui apakah ada Pengaruh Kompres Air Terhadap Penurunan Nyeri *haid (Dismenorea)* Primer Pada Remaja Putri Kelas X diSMK Panca Bhakti Pontianak Tahun 2024.

Desain : Penelitian *kuantitatif* dengan pre eksperimental dan pendekatan *one group pre-test post-test design*, Lokasi penelitian diSMK Panca Bhakti Pontianak Tahun 2024. Sampel berjumlah 24. Pengumpulan data menggunakan metode Wong Baker dan teknik analisa data menggunakan analisa *univariate* dan *bivariate* dengan uji *T-test* paired sampel (berpasangan)

Hasil Penelitian : Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden yaitu 10 (25%) mengalami nyeri ringan, dan responden yang mengalami nyeri sedang 14 (35%) nilai p value $.000 > 0,05$ yang menunjukkan bahwa ada pengaruh kompres air hangat terhadap penurunan nyeri *haid (Dismenorea)* primer pada remaja putri.

Kesimpulan : Disimpulkan bahwa adanya pengaruh atau manfaat kompres hangat untuk menurunkan nyeri *haid* yang dialami remaja putri.

Saran : Untuk SMK Panca Bhakti diharapkan diuiks sekolah dapat menyediakan air hangat, botol, dan kain untukantisipasi jika ada siswi yang mengalami nyeri haid, agar dapat diketahui siswi dan guru lainnya.

Kata Kunci : Pengaruh kompres hangat, *intensitas nyeri haid (dismenorea)*

Daftar Bacaan : 23 (2014-2023)