

**EFEKTIFITAS KOMPRES HANGAT DAN AKUPRESUR
TERHADAP INTENSITAS NYERI DISMENORE
PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 7
KOTA MALANG**

SKRIPSI



DISUSUN OLEH:

**FITRIYA NINGSIH
NIM. 1402450004**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN MALANG
2019**

**EFEKTIFITAS KOMPRES HANGAT DAN AKUPRESUR
TERHADAP INTENSITAS NYERI DISMENORE
PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 7
KOTA MALANG**

SKRIPSI

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Terapan Kebidanan



DISUSUN OLEH:

**FITRIYA NINGSIH
NIM. 1402450004**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN MALANG
2019**

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul Efektifitas Kompres Hangat dan Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 7 Kota Malang oleh Fitriya Ningsih NIM: 1402450004 ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Malang,.....2019
Pembimbing Utama



Didien Ika Setyarini, SSiT., M.Keb
NIP. 19721210 200212 2 001

Malang,.....2019
Pembimbing Pendamping



Tarsikah, S.ST., M.Keb.
NIP. 19750126 00501 2 002

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul Efektifitas Kompres Hangat dan Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Dismenore pada Remaja Putri di SMA Negeri 7 Kota Malang oleh Fitriya Ningsih NIM: 1402450004 telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Ujian Sidang Skripsi pada tanggal ... Juni, 2019

Dewan Penguji

Penguji Ketua



Budi Suharno, S.Kp., M.Kes
NIP. 19590304 198401 1 001

Penguji Anggota I



Naimah, SKM., M.Kes
NIP.19661231198603 2 005

Penguji Anggota II



Didi Ika Setyarini, S.SiT., M.Keb
NIP. 19721210 20021 2 001

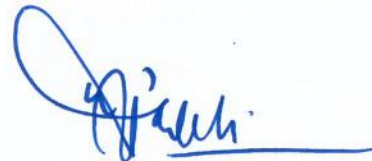
Mengetahui

**Ketua Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang**



Herawati Mansur, S.ST., M.Pd M.Psi
NIP. 1965011 1985032 002

**Ketua Program Studi Sarjana Terapan
dan Profesi Bidan Kebidanan Malang**



Ika Yudianti, S.ST., M.Keb
NIP. 19800727 200312 2 002

ABSTRAK

Ningsih, Fitriya, 2019. Efektifitas Kompres Hangat dan Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri di SMA Negeri 7 Kota Malang. Skripsi, Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Malang. Pembimbing Utama Didien Ika Setyarini S.SiT., M.Keb. Pembimbing Pendamping Tarsikah, S.SiT.,M.Keb.

Dismenore merupakan nyeri yang menyertai menstruasi. Penatalaksanaan dismenore dapat dilakukan secara farmakologis, non farmakologis dan komplementer. Salah satu cara penatalaksanaan komplementer diantaranya dengan melakukan akupresur dan penatalaksanaan secara non farmakologis dengan kompres hangat. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan efektifitas pemberian kompres hangat dan akupresur terhadap penurunan rasa nyeri dismenore. Desain penelitian menggunakan *True Eksperimen* dengan rancangan *Pretest-Posttest With Contro Group Design*. Teknik sampling yang digunakan yaitu *proportional random sampling*. Instrument penelitian berupa lembar observasi (*NRS*) *Numeric Rating Scale*. Populasi adalah siswi kelas XI dan XII SMA N 7 Malang dengan jumlah sampel 44 siswi yang dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu 22 responden kelompok kompres hangat dan 22 responden sebagai kelompok akupresur. Hasil penelitian didapatkan tingkat nyeri setelah perlakuan kompres hangat mengalami penurunan signifikan hingga 81,9% responden tidak mengalami nyeri, tingkat nyeri setelah perlakuan akupresur juga mengalami penurunan signifikan hingga 54.5% responden tidak mengalami nyeri. Saat data dianalisis menggunakan uji statistic *Mann Whitney* didapatkan perbedaan signifikan dari efektifitas kedua perlakuan dimana $z \text{ value} < z \text{ tabel}$ $(-2.201) < (-1.960)$ dan $p = 0.043$). Jadi terdapat perbedaan terhadap penurunan intensitas nyeri dismenore pada 2 kelompok perlakuan.

Kata Kunci : Akupresur, Kompres Hangat, Tingkat Nyeri Dismenore

ABSTRACT

Ningsih, Fitriya, 2019. Effectiveness of Warm Compresses and Acupressure on Decreasing Dysmenorrhea Pain in Teens at SMAN 7 Malang. Thesis, Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Malang Supervisor Main: Didien Ika Setyarini S.SiT., M.Keb. Supervising Companion: Tarsikah, S.SiT., M.Keb.

Dysmenorrhea is pain that accompanies menstruation, with no abnormalities found in the reproductive organs. Management can be done Dysmenorrhea pharmacological, non-pharmacological and complementary. On way of complementer treatment is with acupressure and non-pharmacological management with warm compresses. The research objective was to determine differences in the effectiveness in pain reduction of Dysmenorrhea in adolescents with treatment of acupressure and warm compresses. The study design using True Experiments with the design of Pretest-Posttest With Control Group Design. The sampling technique uses proportional random sampling. The research instrument is observation sheet (NRS) Numeric Rating Scale. The population is female students of class XI and XII of SMAN 7 Malang with a sample of 44 female students divided into 2 groups, namely 22 respondents in the warm compress group and 22 respondents in the acupressure group. The results showed that the level of pain after a warm compress treatment decreased significantly until 81.9% of respondents experienced no pain, the level of pain after the acupressure treatment also decreased significantly until 54.5% of respondents experienced no pain. When data were analyzed using the Mann Whitney test we found a significant difference from the effectiveness of the two treatments where z value $< z_{table} (-2.201) < (-1.960)$ and $p = 0.043$. So there are differences in the reduction in pain intensity of dysmenorrhea in 2 treatment groups.

Keywords: Acupressure, Warm Compresses, Pain Levels Dysmenorrhoea

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
PERNYATAAN KEASLIAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR DIAGRAM	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Menstruasi.....	6
2.2 Konsep Dismenore.....	11
2.3 Konsep Nyeri	23
2.4 Konsep Penanganan Nyeri	36
2.5 Konsep Kompres	39
2.6 Konsep Akupresur	45
2.7 Kerangka Konsep Penelitian.....	60
2.8 Hipotesis	61

BAB III METODE PENELITIAN.....	62
3.1 Desain Penelitian.....	62
3.2 Kerangka Operasional.....	63
3.3 Populasi, Sampel dan Sampling.....	64
3.4 Kriteria Sampel	65
3.5 Variabel Penelitian	65
3.6 Definisi Operasional Variabel	66
3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian	67
3.8 Instrumen Penelitian	76
3.9 Metode Pengumpulan Data.....	67
3.10 Metode Pengolahan Data.....	69
3.11 Metode Analisa Data	71
3.12 Etika Penelitian	72
BAB IV HASIL PENELITIAN	75
4.1 Hasil Penelitian	75
4.2 Pembahasan.....	79
4.3 Keterbatasan Peneliti.....	90
BAB V PENUTUP.....	91
5.1 Kesimpulan	91
5.2 Saran	92
DAFTAR PUSTAKA.....	93
LAMPIRAN	