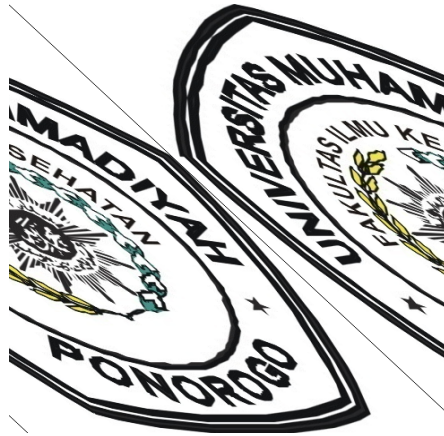


KARYA TULIS ILMIAH

**PENGARUH KOMPRES PANAS TERHADAP PERUBAHAN
INTENSITAS DISMENORE PRIMER**

**Pada Mahasiswi Tingkat II Program Studi DIII Kebidanan Universitas
Muhammadiyah Ponorogo**



Oleh
IKA KURNIA FITRI
NIM. 11621174

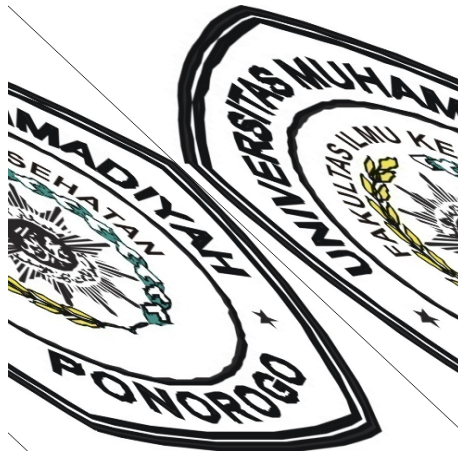
**PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2014**

**PENGARUH KOMPRES PANAS TERHADAP PERUBAHAN
INTENSITAS DISMENORE PRIMER**

**Pada Mahasiswi Tingkat II Program Studi DIII Kebidanan Universitas
Muhammadiyah Ponorogo**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan Kepada Program Studi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Untuk Memproleh Gelar Ahli Madya Kebidanan**



Oleh
IKA KURNIA FITRI
NIM. 11621174

**PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2014**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : IKA KURNIA FITRI

NIM : 11621174

Institusi : Program Studi DIII Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Ponorogo

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul : **“Pengaruh Panas Terhadap Perubahan Intensitas Dismenore Primer Pada Mahasiswi Tingkat II Program Studi DIII Kebidanan Universitas Muhammadiyah Ponorogo”** adalah bukan Karya Tulis Ilmiah orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi dari institusi.

Ponorogo , Juni 2014

Yang Menyatakan

IKA KURNIA FITRI
NIM. 11621174

Pembimbing I

Pembimbing II

Sriningsih, S.ST.,M.Kes
NIDN.0419094902

Inna Sholicha F, S.ST
NIDN.0729018402

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah Oleh : IKA KURNIA FITRI

Judul : PENGARUH KOMPRES PANAS TERHADAP
PERUBAHAN INTENSITAS DISMENORE
PRIMER PADA MAHASISWI TINGKAT II
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

Telah disetujui untuk di ujikan di hadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah pada tanggal : 7 Juni 2014

Oleh

Pembimbing I

Pembimbing II

Sriningsih, S.ST., M.Kes
NIDN.0419094902

Inna Sholicha F, S.ST
NIDN.0729018402

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Siti Munawaroh, S.Kep.Ners., M.Kep
NIDN. 0717107001

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah Oleh : IKA KURNIA FITRI
NIM : 11621174
Judul : PENGARUH KOMPRES PANAS TERHADAP
PERUBAHAN INTENSITAS DISMINORE PRIMER
PADA MAHASISWI TINGKAT II PROGRAM
STUDI DIII KEBIDANAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH PONOROGO

Telah diuji dan disetujui oleh Dewan Penguji pada Ujian Karya Tulis Ilmiah di Program Diploma III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Tanggal:
7 Juni 2014

Dewan Penguji

Tanda Tangan

Ketua : Sriningsih, S.ST, M.Kes :.....

Anggota: 1.Nindi Pramesthi V.P, S.ST :.....

2.Inna Sholicha F, S.ST :.....

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Siti Munawaroh, S.Kep.Ns., M.Kep
NIDN. 0717107001

MOTTO

Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan maka apabila telah selesai (dari suatu urusan) kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain dan hanya kepada Tuhanlah hendaknya kamu berharap

(QS Alah Nasyrah 79)

Agar dapat membahagiakan seseorang isilah tanganmu dengan kerja hatinya dengan kasih sayang pikirannya dengan tujuan ingatannya dengan ilmu yang bermanfaat masa depannya dengan harapan

(Frederick E Crane)

Jangan lihat masa lampau dengan penyesalan, jangan pula lihat masa depan dengan ketakutan, tapi lihatlah sekitar anda dengan penuh kesadaran

(James Thurber)

Akan Selalu Ada Pelangi Setelah Hujan
Dengan Berdoa Dan Berusaha Kita Pasti Bisa

(Ika Kurnia Fitri)

“Don't Think To Be The Best But Think To Do The Best”



PERSEMBAHAN

Segala puji dan syukur saya persembahkan bagi sang pengenggam langit dan bumi, dengan rahman dan rahim yang menghampar melebihi luasnya angkasa raya, dzat yang menganugerahkan kedamaian bagi jiwa yang senantiasa merindu akan ke Maha Besaran-Nya

Lantunan sholawat beriring salam penggugah hati dan jiwa menjadi persembahan penuh kerinduan pada sang revolusioner islam, pembangun peradaban manusia yang beradab Habibana Wanabiyana Muhammad SAW

Pada akhirnya tugas akhir ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu (Inshaallah), seperti kata pepatah “**Tiada Gading Yang Tak Retak**” maka sangatlah pantas bila pepatah tersebut disandingkan dengan karya tulis ini. Karya ini merupakan wujud dari kegigihan dalam ikhtiar untuk sebuah makna kesempurnaan dengan tanpa berharap melampaui ke Maha Sempurnaan Sang Maha Sempurna.

Dengan mengharap Ridhomu semata, kupersembahkan karya kecil ini untuk yang tercinta.

Kedua Orang Tuaku

Ibu...kau besarkan aku dalam hangatnya dekapanmu, Jiwamu dan restumu selalu menemani dan menguatkanmu disetiap langkahku. Masih teringat ketika kau sisir rambutku. Saat kau belai manja rambutku sebelum aku tertidur. Terima kasih sudah mengajarkan artinya bersabar ibu. Aku sayang ibu...

Ayah...kau begitu kuat dan tegar dalam menghadapi hidup ini
Ku jadikan setiap tetes keringatmu sebagai semangat dalam meraih cita-cita ku.
Hari-harimu penuh tantangan dan pengorbanan. Tak peduli hujam deras hujan mengguyur tubuhmu, dirimu adalah pelita dalam hidupku. Masih teringat ketika engkau memeluk dan memanjakanku. Menuturkan segala mimpi-mimpimu. Kau

ingin aku menjadi yang terbaik. Terima kasih ayah sudah mengajarkan artinya
ikhlas. Aku Sayang Ayah...

Ibu, ayah... Kini sambutlah aku... Anakmu... Didepan pintu tempat dimana dulu
aku mencium tanganmu, dan terimalah gelar persembahanku sebagai bukti cinta
dan baktiku. Aku tidak akan pernah lupa pengorbanan yang engkau berikan
untukku, hingga aku dapat menggapai cita-cita dan semangat, serta lantunan doa
kalian sehingga aku dapat meraih kesuksesan ini.

Seluruh Keluarga besarku. Terima kasih atas dukungannya. Akan ku jadikan
semua doa dan nasehatmu menjadi cambuk dalam meraih kesuksesanku...

Jodohku...

Semua Yang Pernah Mendekat...
Pada Akhirnya Akan Tersingkir Oleh Satu Orang Yang Bilang Akad...
Semua Yang Bilang Sayang...
Akan Kalah Dengan Yang Berani Meminang...
Dan Semua Yang Pernah Menjadi Begitu Spesial Dipikirkan...
Akan Luntur Dengan Yang Mengajak Bersanding Di Pelaminan...

Pembimbing, Penguji Dan Seluruh Dosen-Dosen FIK
Terima kasih kepada Bunda Sriningsih, Bunda Inna Sholicha sudah teliti, telaten,
dan bersabar membimbing saya dalam menyelesaikan karya ini...
Dosen Program Studi DIII Kebidanan Bunda Siti Faridah, Bunda Suharti, Ibu Visi
Prima, Bapak Sugeng Mashudi, Bu Ririn Ratna, Ibu Eky Okviana, Ibu Galuh, Ibu
Nindi Pramesthi...
Dosen Program Studi Keperawatan Bapak Kholiq Harun, Dan Seluruh Dosen
Keperawatan...

Pegawai Tata Usaha Fakultas Ilmu Kesehatan Bapak Salam, Ibu Ida, Mas
Agus, Mbak A'yun..

Terima kasih sudah mengantarkan saya pada titik kemenangan ini...
Semoga Allah selalu melindungi, melimpahkan rahmatnya, meninggikan
derajatnya di dunia dan di akhirat. Terima kasih sudah membimbing dan
mengarahkan saya. Semoga ilmu yang bapak-ibu ajarkan membawa saya
menjadi manusia yang berharga didunia dan diakhirat...
Semoga suatu saat saya bisa seperti kalian. Amin...

Bunda Iis Ma'rifah... Bunda Muryati...
Terima kasih semua wejangan dan sudah berbagi pengalaman
berharganya...

Sahabat-Sahabatku
Upik (Lutfy Nurlyli), Puput (Intan Dwi Saputri), Dwi Ariyadina, Lia
Kurnia Dewi, Yulinda Puspita, Ratna Novita...

terima kasih sudah menjadi sahabat terbaikku...Kalian Luar Biasa...

Teman Teman Seperjuanganku
(Prodi Kebidanan Angkatan 2011)

Berjuang 3 tahun bersama, ditempat yang sama, menggapai cita-cita yang sama, terimakasih sudah menjadi teman dan sahabat untukku... Perjuangan kita tidak hanya sampai disini, tapi kehidupan kita berawal dari sini... Dengan di iringi Ridho Allah Swt dan restu orang tua mari kita berkarya... Suatu saat kita harus kembali... Bercerita tentang kesuksesan kita... Yakinlah kita akan luar biasa...

ABSTRAK

Pengaruh Kompres Panas Terhadap Perubahan Intensitas Dismenore Primer Pada Mahasiswi Tingkat II Program Studi DIII Kebidanan Universitas Muhammadiyah Ponorogo

OLEH : IKA KURNIA FITRI, 2014

Dismenore adalah suatu keadaan yang menyakitkan dan hanya diungkapkan secara subyektif yang terjadi sebelum haid atau ketika haid, yang dirasakan pada perut bagian bawah. Dismenore terkadang memerlukan manajemen nyeri. Ada 2 macam manajemen nyeri yaitu secara *farmakologis* dan *non-farmakologis*. Salah satu cara *non-farmakologis* dengan menggunakan kompres panas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Kompres Panas Terhadap Perubahan Intensitas Dismenore Primer Pada Mahasiswi Tingkat II Program Studi DIII Kebidanan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Penelitian ini menggunakan desain *One Group Pre Post-Test Design*, Populasi penelitian sejumlah 32 responden, sampel sejumlah 16 responden, di ambil dari sebagian populasi dengan menggunakan teknik *Puposive Sampling*. Pengambilan data dilakukan menggunakan *Verbal Deskriptor Scale*. Variabel penelitian adalah kompres panas. Analisa data menggunakan uji statistik *Wilcoxon Match Pairs Test*.

Berdasarkan uji statistik *Wilcoxon Match Pairs Test* diperoleh T Hitung adalah -136 dimana untuk $N=16$ dengan taraf kesalahan 5% (Uji 2 Pihak), Harga T Tabel=36 Sehingga T Hitung < T Tabel ($-136 < 36$), sehingga dari hasil uji dapat diambil kesimpulan ada pengaruh antara pemberian kompres panas dalam perubahan intensitas dismenore primer pada Mahasiswi Tingkat II Program Studi DIII Kebidanan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Hasil penelitian ini di rekomendasikan untuk penelitian berikutnya tentang pengaruh kompres panas terhadap perubahan intensitas nyeri persalinan.

Kata kunci : *Intensitas Nyeri, Dismenore Primer, Kompres Panas*

ABSTRACT

Effect of Heat Compress Against Primary Dysmenorrhea Intensity Changes In Student Level II Diploma Program Midwifery Muhammadiyah University of Ponorogo

By : IKA KURNIA FITRI, 2014

Dysmenorrhea is a condition that is painful and only subjectively revealed that occurs before menstruation or when menstruation, which is felt in the lower abdomen. Dysmenorrhea sometimes require pain management. There are 2 kinds of pain management that is both pharmacological and non-pharmacological. One of the non-pharmacological means using hot compresses. The purpose of this study was to determine the effect of Heat Compress Against Primary Dysmenorrhea Intensity Change In Student Level II Diploma of Midwifery Studies, University of Muhammadiyah Ponorogo.

This research used a design One Group Pre Post-Test Design, a population of 32 respondents, a sample of 16 respondents, taken from part of the population using sampling techniques Purposive. Data collection was performed using the Verbal Descriptor Scale. The research variables are of heat compress.

Based on the statistical test of Wilcoxon Match Pairs Test Count is derived $T = 136$ which for $N = 16$ with a standard error of 5% (Test 2 Party), for $T = 36$ So that table Compute $T < T$ Table ($-136 < 36$), it can be concluded effect between giving a hot compress in primary dysmenorrhea intensity changes on Student Level II Diploma of Midwifery Studies, University of Muhammadiyah Ponorogo.

The results of this study recommended for subsequent research on the effect of hot compresses to changes in the intensity of labor pain.

Keywords: Intensity of Pain, Primary Dysmenorrhea, Heat Compress

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah ke hadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Pengaruh Kompres Panas Terhadap Perubahan Intensitas Disminore Primer Pada Mahasiswi Tingkat II Program Studi DIII Kebidanan Universitas Muhammadiyah Ponorogo”. Karya Tulis Ilmiah ini di susun sebagai salah satu syarat mendapat gelar Ahli Madya Kebidanan Program Studi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Penulis menyadari dalam penyusunan karya tulis ini banyak memperoleh bimbingan, asuhan, serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Drs.H.Sulton, M.Si. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kemudahan dan ijin sehingga memperlancar penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Siti Munawaroh, S.Kep., Ners., M.Kep. selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan yang telah memberikan kemudahan dan ijin sehingga memperlancar penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Sriningsih, S.ST., M.Kes. Selaku pembimbing I yang dengan kesabaran dan ketelitiannya dalam membimbing, sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan tepat waktu.
4. Inna Sholicha F, S.ST. Selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga untuk memberikan bimbingan dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Para responden yang telah bersedia menjadi obyek dalam penelitian ini.
6. Ayah dan ibu yang telah memberikan doa dan dukungannya sehingga Karya Tulis Ilmiah dapat terselesaikan dengan baik.
7. Teman-teman tingkat III Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo Angkatan 2011/2012 terima kasih atas kerja sama dan motivasinya.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu atas bantuan dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga Allah SWT memberikan imbalan atas budi baik serta ketulusan yang telah mereka berikan selama ini kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga diharapkan adanya kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat diterima dan dapat bermanfaat untuk orang banyak.

Ponorogo, Juni 2014

Penulis

IKA KURNIA FITRI

NIM.11621174

DAFTAR ISI

Halaman Judul Depan	i
Halaman Judul Dalam	ii
Pernyataan Keaslian Tulisan	iii
Halaman Persetujuan Pembimbing	iv
Halaman Pengesahan.....	v
Motto	vi
Persembahan	vii
Abstrak.....	ix
Abstract.....	x
Kata Pengantar	xi
Daftar Isi	xiii
Daftar Tabel	xvi
Daftar Gambar	xvii
Daftar Lampiran	xviii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	

A. Konsep Menstruasi	6
1. Pengertian	6
2. Gambaran Klinis Menstruasi	7
3. Aspek-Aspek Hormonal	8
4. Fase-Fase Menstruasi	8
5. Mekanisme Menstruasi	9
B. Konsep Dismenore	11
1. Definisi	11
2. Klasifikasi Dismenore	12
3. Patofisiologi Dismenore	14
4. Gejala-Gejala Diagnosis Spesifik Dismenore	16
5. Manajemen Dismenore	17
C. Penilaian Klinis Nyeri	20
D. Konsep Kompres Panas	23
1. Definisi	23
2. Tujuan Kompres Panas	24
3. Prinsip Fisiologi Kompres Panas	24
4. Lokasi Pengompresan	25
5. Cara Pemakaian Kompres Panas	25
E. Kerangka Konsep	27
F. Hipotesis	28
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	29
B. Kerangka Kerja	30
C. Variabel Penelitian	31
D. Definisi Operasional	31
E. Populasi Dan Sampel	33
F. Sampling Dan Besar Sampel	34
G. Pengumpulan Data	34
H. Waktu Dan Tempat Penelitian	36
I. Analisa Data	37
J. Etika Penelitian	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Lokasi Penelitian	43
B. Keterbatasan Penelitian	43
C. Hasil Penelitian	44
D. Pembahasan	50
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	57
B. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN	63

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Tabel Definisi Operasional	32
Tabel 3.2	Tabel Rancangan Penelitian	38
Tabel 3.3	Tabel Data Mahasiswi	39
Tabel 3.4	Tabel Penolong Pembeda	39
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia.....	44
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga.....	44
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengalaman Masa Lalu Pernah Mengalami Dismenore.....	45
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tindakan.....	45
Tabel 4.5	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Riwayat Ginekologi Yang Diderita.....	46
Tabel 4.6	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Penggunaan Kompres Panas.....	46
Tabel 4.7	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Intensitas Dismenore Sebelum Diberikan Kompres Panas.....	47
Tabel 4.8	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Intensitas Dismenore Sesudah Diberikan Kompres Panas	47
Tabel 4.9	Data Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Intensitas	

	Nyeri Sebelum Dan Sesudah Diberikan Kompres Panas	49
Tabel 4.10	Data Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Intensitas Dismenore Sebelum Dan Sesudah Diberikan Kompres Panas Dengan Analisa <i>Uji Wilcoxon Match Pair Test</i>	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Siklus Menstruasi	9
Gambar 2.2	Kerangka Konsep	27
Gambar 3.1	Gambar Kerangka Kerja Penelitian	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Informasi Penelitian	63
Lampiran 2	Lembar Persetujuan Menjadi Responden	64
Lampiran 3	Instrumen Penelitian	65

Lampiran 4 Data - Data Hasil Penelitian	67
Lampiran 5 Uraian Jadwal Penelitian	74
Lampiran 6 Kegiatan Bimbingan.....	79
Lampiran 7 Pembiayaan	80
Lampiran 8 Surat Ijin Penelitian	81