

# HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG KOMPRES HANGAT DENGAN PENURUNAN DISMENOREA DI SMA PERGURUAN ADVENT 1 MEDAN TAHUN 2024

Eni Monalisa<sup>1</sup> Namiroh Falah Hasibuan<sup>2</sup> Asima Lamtiar Hotnauli Pakpahan<sup>1</sup> Ria Niari Nasution<sup>2</sup>  
Juliana Safitri Ritonga<sup>1</sup> Meiyana Sinaga<sup>3</sup> Ermita Silvana Putri<sup>2</sup> Wika Marisanulo Telaumbanua<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Prodi Sarjana Kebidanan, STIKes SEHATI MEDAN

<sup>2</sup> Prodi Profesi Kebidanan, STIKes SEHATI MEDAN

<sup>3</sup> Prodi D-III Kebidanan, STIKes SEHATI MEDAN

<sup>4</sup> Program Study D-III Kebidanan, STIKes SEHATI MEDAN

Email: rianiari02@gmail.com

## Abstrak

Dismenore adalah rasa nyeri pada perut bagian bawah selama menstruasi. Rasa nyeri dapat disertai perasaan kram, mual, muntah, diare dan pusing. Ada beberapa cara untuk mengurangi rasa nyeri akibat dismenore yaitu salah satunya kompres hangat. Kompres hangat merupakan salah satu tindakan mandiri. Kompres hangat adalah memberikan rasa hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah spasme otot dan memberikan rasa hangat pada daerah tertentu

Jenis penelitian ini adalah survei analitik, dengan pendekatan cross sectional. Populasi pada penelitian ini yaitu remaja putri di Perguruan Advent 1 Medan. Sampel pada penelitian ini dengan menggunakan accidental Sampling, yaitu sampel dilakukan dengan mengambil kasus atau responden yang kebetulan ada atau tersedia di suatu tempat sesuai dengan konteks penelitian sebanyak 48 orang.

Hasil penelitian menunjukkan diketahui bahwa dari 48 responden remaja putri, mayoritas remaja putri memiliki pengetahuan dengan kategori kurang sebanyak 30 orang (62.5%), dan minoritas yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 4 orang (8,3%). diketahui bahwa dari 48 responden remaja putri, mayoritas yang melakukan sebanyak 18 orang (37.5%) dan minoritas yang tidak melakukan sebanyak 30 orang (62.5%). Terdapat hubungan Pengetahuan Remaja Putri Dengan Penurunan Dismenorea nilai  $p < 0,000 < 0,05$  sehingga ada hubungan Pengetahuan Remaja putri Tentang Kompres Hangat Dengan Penurunan Dismenorea di Perguruan SMA Advent Medan Tahun 2024

Kesimpulan pada penelitian ini yaitu ada hubungan antara Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kompres Hangat Dengan Penurunan Dismenorea di Perguruan SMA Advent Medan Pada Tahun 2024. Disarankan kepada remaja putri agar selalu ikut serta dalam setiap penyuluhan yang diberikan tenaga kesehatan agar pengetahuan remaja dapat bertambah sehingga tindakannya juga bisa menjadi lebih baik.

**Kata kunci** : Pengetahuan Remaja putri, Kompres hangat, Penurunan Dismenorea

## Abstrack

*Dysmenorrhea is pain in the lower abdomen during menstruation. The pain can be accompanied by feelings of cramps, nausea, vomiting, diarrhea and dizziness. There are several ways to reduce pain due to dysmenorrhea, one of which is a warm compress. Warm compresses are an independent action. A warm compress is to provide a warm feeling to meet the need for comfort, reduce or relieve pain, reduce or prevent muscle spasms and provide a warm feeling in certain areas*

*This type of research is an analytical survey with a cross-sectional approach. The population in this study were young women at Adventist College 1 Medan. The sample in this study used accidental sampling, namely the sample was carried out by taking cases or respondents who happened to be present or available in a place according to the research context, totaling 48 people.*

*The results of the research showed that of the 48 female teenage respondents, the majority of female teenagers had knowledge in the poor category of 30 people (62.5%), and the minority who had good knowledge was 4 people (8.3%). It is known that of the 48 young female respondents, the majority did so as many as 18 people (37.5%) and the minority who did not do it as many as 30 people (62.5%). There is a relationship between young women's knowledge and a decrease in dysmenorrhea with a p*

value of  $0.000 < 0.05$ , so there is a relationship between young women's knowledge about warm compresses and a decrease in dysmenorrhea at Medan Adventist High School in 2024

The conclusion of this research is that there is a relationship between young women's knowledge about warm compresses and a reduction in dysmenorrhoea at Medan Adventist High School in 2024. It is recommended that young women always participate in every counseling given by health workers so that young people's knowledge can increase so that their actions can also be taken. to be better.

**Keywords** : Knowledge of young women, warm compress, reduction of dysmenorrhea

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan tahap awal kematangan seksual dimana anak Mengalami perubahan fisik, hormonal dan seksual yang memungkinkan terjadinya proses reproduksi pada anak perempuan, pubertas terjadi antara 9-16 tahun salah satu ciri pubertas adalah haid atau kram saat haid. *Dysmenorrhea* adalah nyeri saat menstruasi biasanya ditandai dengan kram yang berhubungan dengan nyeri haid dapat berkisar dari ringan sampai berat. Tingkat keparahan nyeri menstruasi secara langsung berhubungan dengan Panjang volume darah dari periode menstruasi. (1)

Ketika menduduki usia remaja terjadi berbagai perubahan hormon diantaranya hormon estrogen dan progesteron yang mulai berperan aktif ketika memasuki usia remaja sehingga menyebabkan perubahan-perubahan fisik maupun psikologi contohnya membesarnya payudara, melebarnya panggul, tumbuh rambut halus di sekitar kemaluan dan ketiak serta terjadinya peristiwa menstruasi pada wanita subur yang memasuki usia remaja Saat mengalami menstruasi terdapat gangguan yang timbul salah satunya ialah dismenore. (2)

Menstruasi merupakan kejadian alamiah yang terjadi pada Wanita normal. Menstruasi adalah pelepasan dinding rahim atau endometrium yang disertai dengan perdarahan yang terjadi setiap bulannya. Seorang wanita memiliki dua ovarium yang masing-masing menyimpan 200.000 sampai 400.000 sel telur yang belum matang (folikel). (3)

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2022, kejadian dismenorea adalah 1.769.425 (90%) wanita yang menderita dismenorea, dengan 10-16% menderita dismenorea berat. Angka kejadian dismenorea di dunia sangat tinggi. Besar rata-rata lebih dari 50% wanita menderita karenanya (Herawati, 2021). Di Indonesia angka kejadian dismenorea adalah 64,25%, terdiri dari 54,89% dismenorea primer dan 9,36% dismenorea sekunder. (3)

Angka kejadian dismenore di dunia sangat besar. Rata-rata hampir lebih dari 50% wanita mengalaminya. Di Inggris sebuah penelitian bahwa 10% dari remaja sekolah lanjut tampak absen 1-3 hari setiap bulannya karena mengalami dismenore. Sedangkan hasil penelitian di Amerika presentase kejadian dismenore lebih besar sekitar 60% dan di Swedia sebesar 72%. Didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita mengalami dismenore dan 10%-15% diantaranya mengalami dismenore berat, sehingga mengakibatkan timbulnya keterbatasan aktivitas yang dikeluhkan oleh 15% remaja perempuan yang mengalami dismenore. Penelitian epidemiologi kejadian nyeri haid di Amerika Serikat diperkirakan sekitar 45-90%.

Menurut data di *Association of Southeast Asian Nations* (ASEAN), populasi dismenore di Indonesia sebanyak 107.673 orang atau 64,25%, sebanyak 59.671 orang atau 54,89% dismenore primer dan 9.496 orang atau 9,36% mengalami nyeri dismenore sekunder prevalensi dismenore di Indonesia sekitar 55% usia produktif. (2)

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) di Indonesia angka kejadian dismenorea tipe primer adalah sekitar 54,89% sedangkan sisanya penderita dengan dismenorre sekunder. Dismenorre terjadi pada remaja dengan prevalensi berkisar antara 43% hingga 93%, dimana sekitar 74-80% remaja mengalami dismenorre ringan, sementara angka kejadian endometriosis pada remaja dengan nyeri panggul diperkirakan 25-38%, sedangkan pada remaja yang tidak memberikan respon positif terhadap penanganan untuk nyeri haid, endometriosis ditemukan pada 67% kasus di laparoskopi. (4)

Berdasarkan Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, didapatkan angka kejadian nyeri menstruasi sebesar diperkirakan sekitar 30%-45 % remaja mengalami nyeri menstruasi. Sedangkan di Kota Padangsidimpuan angka kejadian dismenorea berkisar 25-30 %. (5)

Berdasarkan penelitian yang sama nyeri haid berpengaruh terhadap aktivitas sehari-hari pada wanita khususnya pada remaja putri, sehingga membuat mereka sering meninggalkan aktivitas rutin lainnya selama beberapa jam atau beberapa hari. Sekitar 13-51% remaja pernah absen setidaknya sekali akibat nyeri haid dan sekitar 5-14% berulang kali absen. (6)

Dismenore pada remaja putri dapat mengganggu aktivitas fisik. Salah satu aktivitas fisik yang terganggu ialah dalam kegiatan proses belajar. Ketidaknyamanan fisik karena rasa sakit. Remaja putri dapat mengalami nyeri saat menstruasi (dysmenorrhea). Wanita muda yang mengalami dismenore mungkin tidak dapat mencapai potensi akademiknya dan mungkin mengalami kesulitan dalam kegiatan belajar. Remaja yang menderita dismenore saat menstruasi lebih banyak kehilangan waktu dan berprestasi buruk di sekolah dibandingkan remaja yang tidak menderita dismenore. (7)

Penanganan untuk menghilangkan nyeri haid (dysmenorrhea) biasanya dilakukan dengan dua metode yaitu secara farmakologi dan non-farmakologi. Pengobatan farmakologi pada dismenorea dengan menggunakan obat analgetik pada dosis biasa mempunyai efek samping antara lain mual, muntah, konstipasi, kegelisahan dan rasa ngantuk. Sedangkan pengobatan non-farmakologis dapat dilakukan dengan terapi komplementer salah satunya yaitu penggunaan kompres hangat. (8)

Kompres hangat merupakan pengompresan yang dilakukan dengan mempergunakan buli-buli panas atau botol air panas yang di bungkus kain yaitu secara konduksi dimana terjadi pemindahan panas dari buli-buli ke dalam tubuh sehingga menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan terjadi penurunan ketegangan otot sehingga nyeri haid yang di rasakan akan berkurang atau hilang. Kompres hangat sebagai metode yang sangat efektif untuk mengurangi nyeri. Dampak fisiologis dari kompres hangat adalah pelunakan jaringan fibrosa, membuat otot tubuh lebih rileks, menurunkan atau menghilangkan rasa nyeri, dan memperlancar aliran darah.(8)

Berdasarkan survei awal yang di lakukan penelitian dengan cara melakukan wawancara singkat kepada responden tentang kompres hangat dengan penurunan dismenorea, di 10 orang siswa di dapatkan bahwa 7 orang remaja putri yang sering mengalami dismenorea dan mereka tidak mengetahui cara penurunan dismenorea sedangkan 3 orang remaja putri yang mengetahui tentang kompres hangat dengan penurunan dismenorea.

Dari uraian di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kompres Hangat Dengan Penurunan Dismenorea Di SMA Perguruan Advent 1 Medan Tahun 2024.

## **BAHAN DAN METODE**

### **Design Penelitian**

Jenis desain penelitian yang di lakukan adalah penelitian bersifat *survey analitik*. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional* yaitu dimana objek penelitian ada beberapa populasi yang diamati pada waktu yang sama. Penulis ingin mengetahui Hipotesis pada penelitian ini adalah Ada Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kompres Hangat Dengan Penurunan Dismenorea di SMA Perguruan Advent 1 Medan Tahun 2024.

### **Lokasi dan Waktu Peneliti**

Lokasi penelitian dilakukan di Perguruan SMA Advent 1 medan yang berada di wilayah kec. Medan timur, kota medan, di jl. Veteran no. 34, Gang Buntu dan Waktu penelitian ini

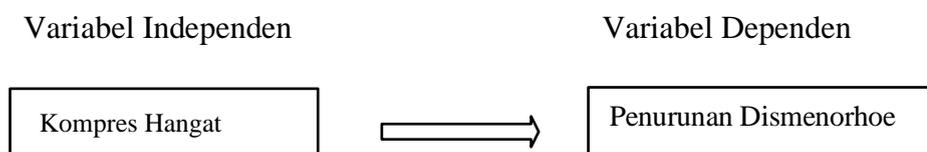
dilakukan pada bulan April sampai dengan bulan Agustus 2024, mulai tahapan survei awal, pengumpulan data, analisis data, penyusunan laporan sampai dengan seminar hasil.

### **Populasi Dan Sampel**

Populasi dalam penelitian ini adalah semua keseluruhan subjek penelitian. Populasi ini adalah Remaja putri yang mengetahui manfaat kompres hangat di SMA Perguruan Advent 1 medan di kelas X-XII dengan jumlah Populasi sebanyak 48 orang. Pengambilan sampel pada penelitian ini adalah seluruh populasi, yaitu pengetahuan Remaja putri kompres hangat dengan Teknik *Total population*, yaitu seluruh populasi dijadikan sampel. Sampel pada penelitian ini sebanyak 48 orang pengetahuan Remaja putri kompres hangat di perguruan Advent medan.

### **Kerangka Konsep**

Kerangka konsep dari penelitian berjudul “Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kompres Hangat dengan Penurunan Dismenore” dapat dilihat dibawah ini.



### **Teknik Pengumpulan Data**

1. Data primer adalah data yang diperoleh dimana penelitian ini mendapatkan keterangan secara langsung dari responden, melalui hasil wawancara dan daftar pertanyaan yang berkaitan dengan masalah penelitian.
2. Data sekunder pada penelitian ini adalah segala informasi tentang kompres hangat dengan penurunan dismenorea dan data berupa status remaja putri dan data dokumentasi yang di peroleh dari perguruan advent medan.
3. Data tertier adalah data tentang angka kematian ibu yang diperoleh dari naskah yang sudah di publikasikan seperti World Health Organization, Survei Data Kesehatan Indonesia, Riset kesehatan dasar, Departemen Kesehatan, Dinas Kesehatan Provinsi Sumut mengenai dismenorea yang dialami remaja putri..

### **Teknik Analisa Data**

Analisa data dilakukan secara korelasi dengan melihat presentase data yang terkumpul dan disajikan dalam tabel frekuensi dan membahas hasil penelitian berdasarkan teori dan kepustakaan yang ada. Spss 17.0 dengan langkah-langkah analisisnya adalah :

#### **Analisis Univariat**

Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan data yang dilakukan pada tiap variabel dari hasil penelitian. Dalam penelitian analisa univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari pengetahuan Remaja Putri Kompres Hangat dengan Mengurangi Nyeri Dismenorea.

#### **Analisis Bivariat**

Analisa bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau korelasi. Setelah diketahui karakteristik masing-masing variabel pada penelitian ini maka analisis dilanjutkan pada tingkat bivariat. Untuk mengetahui hubungan (korelasi) antara variabel bebas (pengetahuan) dengan variabel terikat (Mengurangi nyeri).

Untuk membuktikan adanya hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat digunakan analisis *Chi-square*, pada batas kemaknaan perhitungan statistik *p value* (0,05). Apabila hasil perhitungan menunjukkan *nilai p < p value* (0,05) maka dikatakan ho ditolak, artinya kedua variabel secara statistik mempunyai hubungan yang signifikan.

Kemudian untuk menjelaskan adanya asosiasi (hubungan) antara variabel terikat dengan variabel bebas digunakan analisis tabulasi silang.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

Analisis Univariat bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari suatu Observasi responden terhadap variabel berdasarkan masalah penelitian yang di tuangkan dalam bentuk distribusi frekuensi. Maka di peroleh hasil sebagai berikut:

#### 1. Analisis Univariat Pengetahuan Remaja putri Tentang Kompres Hangat.

**Tabel** *Distribusi frekuensi berdasarkan pengetahuan remaja putri tentang kompres hangat di SMA Advent 1 Medan tahun 2024.*

No.	Pengetahuan	Jumlah	
		f	%
1.	Baik	5	10.4
2.	Cukup	14	29.2
3.	Kurang	29	60.4
<b>Total</b>		<b>48</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa dari 48 responden, responden yang memiliki pengetahuan dengan kategori baik sebanyak 5 orang (10,4%), responden yang memiliki pengetahuan dengan kategori cukup 14 orang (29,2%), dan responden yang memiliki pengetahuan dengan kategori kurang sebanyak 29 orang (60,4%).

#### 2. Analisis univariat Penurunan Dismenorea

**Tabel** *Distribusi frekuensi penurunan dismenorea pada remaja putri di Perguruan Advent Medan 2024.*

No	Penurunan Dismenorea	Jumlah	
		f	%
1	Mengalami penurunan	18	37.5
2	Tidak mengalami penurunan	30	62.5
<b>Total</b>		<b>48</b>	<b>100</b>

Sumber : data primer 2024

Berdasarkan table 4.2 di atas diketahui bahwa dari 48 responden, responden yang mengalami penurunan sebanyak 18 orang (37.5%) dan responden yang tidak mengalami penurunan sebanyak 30 orang (62.5%).

## Analisis Bivariat

Analisis bivariat bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat maka diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Hubungan pengetahuan remaja putri tentang kompres hangat dengan penurunan dismenorea

Table 4.3

*Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kompres Hangat Dengan Penurunan Dismenorea di SMA Perguruan Advent 1 Medan Tahun 2024*

No	Pengetahuan	Penurunan dismenorea				Total		<i>P=0.000</i>
		mengalami penurunan		Tidak mengalami penurunan		f	%	
		f	%	f	%			
1	Baik	4	8.3	1	2,1	5	10.4	
2	Cukup	9	18.8	5	10.4	14	29.2	
3	Kurang	5	10.4	24	50.0	29	60.0	
<b>Jumlah</b>		18	37.5	30	62.5	48	100	

Sumber : data primer 2023

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa dari 48 responden, responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 5 orang (10.4%), diantaranya sebanyak 4 orang (8,3%) responden memiliki pengetahuan baik dengan melakukan kompres hangat, dan 1 orang (2,1%) responden memiliki pengetahuan baik dengan tidak melakukan kompres hangat, responden yang memiliki pengetahuan cukup 14 orang (29.2%), diantaranya sebanyak 9 orang (18.8%) responden memiliki pengetahuan cukup dengan melakukan kompres hangat, dan 5 orang (10.4%) responden memiliki pengetahuan cukup dengan tidak melakukan kompres hangat, responden yang memiliki pengetahuan kurang 29 orang (60.4%), diantaranya 5 orang (10.4%) responden memiliki pengetahuan kurang dengan melakukan kompres hangat, dan 24 orang (50.0%) responden memiliki pengetahuan kurang dengan tidak melakukan kompres hangat.

Setelah dilakukan *uji chi square* didapatkan hasil, ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan remaja putri tentang kompres hangat dengan nilai  $p$  (*sig*)  $0,000 < \alpha 0,05$ .

## PEMBAHASAN

Setelah peneliti melakukan penelitian dengan mengumpulkan data dan melakukan uji tes mengenai Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kompres Hangat Dengan Penurunan Dismenorea Di Perguruan SMA Advent 1 Medan maka peneliti akan membahas hasil peneliti sebagai berikut :

### 1. Analisis Univariat Berdasarkan Pengetahuan Remaja Putri Tentang kompres Hangat

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa dari 48 responden, responden yang memiliki pengetahuan dengan kategori baik sebanyak 5 orang (10,4%), responden yang memiliki pengetahuan dengan kategori cukup 14 orang (29,2%), dan responden yang memiliki pengetahuan dengan kategori kurang sebanyak 29 orang (60,4%).

Pengetahuan seseorang terhadap suatu objek mempunyai intensitas atau tingkat yang berbeda-beda sumber informasi, usia Pendidikan, social, ekonomi dan budaya dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ridawati & Rismayanti (2019) yaitu siswa yang berpengetahuan kurang sebanyak 33 (66%) responden. Dimana penelitian ini menyebutkan bahwa pengetahuan siswaini kurang dikarenakan pihak sekolah belum memberikan informasi tentang nyeri haid dan

penanganannya dengan kompres hangat, kurangnya minat siswa untuk mencari informasi tentang penanganan nyeri haid dengan kompres hangat.(15)

Berdasarkan asumsi peneliti, perubahan pada nyeri haid yang terjadi pada responden dikarenakan penggunaan dari kompres hangat sebagai terapi yang digunakan ketika responden mengalami nyeri menstruasi. Penggunaan kompres hangat ini pula menyebabkan rasa nyaman pada responden sebab perpindahan rasa hangat dari buli-buli ke perut yang akan melebarkan pembuluh darah sehingga akan mengurangi rasa nyeri yang dialami sang responden. Kompres hangat bisa dilakukan oleh remaja secara mandiri sehingga rasa nyeri haid muncul, remaja tidak perlu mengonsumsi obat analgesik buat mengurangi nyeri.

## **2. Analisis Univariat Penurunan Dismenorea**

Berdasarkan table 4.2 dapat diketahui bahwa dari 48 responden, responden yang mengalami penurunan sebanyak 18 orang (37.5%) dan responden yang tidak mengalami penurunan sebanyak 30 orang (62.5%).

Kompres hangat dapat mengurangi nyeri haid dengan cara menghambat transmisi impuls nyeri ke otak dan sumsum tulang belakang dengan mengaktifkan (menstimulasi) serabut non nosiseptif berdiameter besar untuk “menutup gerbang” serabut berdiameter kecil yang berperan dalam mentransmisikan nyeri.

Menurut A. R. Al Shifa penelitian ini menegaskan bahwa di Madrasah Aliyah DDI Mangkoso Barru, nyeri haid (dismenore) remaja putri diredakan dengan kompres hangat. Efeknya signifikan secara statistik dengan nilai  $p$  0,011, atau  $p$  0,05, ditentukan dengan uji Mann-Whitney. Mayoritas responden memiliki kekuatan nyeri sedang sebelum menerima kompres hangat, dan setelah menerima kompres hangat, rangsangan mereka berubah menjadi bebas rasa sakit.

Menurut asumsi penulis nyeri yang dirasakan saat menstruasi bukanlah hal yang baru bagi wanita. Nyeri menstruasi ini sering dianggap sebagai gejala normal dalam siklus menstruasi, hanya saja rasa sakit yang menyebabkan penurunan kemampuan untuk melakukan aktivitas normal sehari-hari menjadi terganggu. Tingkat rasa sakit yang dapat ditoleransi oleh individu bervariasi dan dengan demikian dysmenorrhea adalah gangguan yang sangat subjektif.

## **3. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kompres Hangat Dengan Penurunan Dismenorea di SMA Perguruan Advent 1 Medan Tahun 2024**

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa dari 48 responden, responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 5 orang (10.4%), diantaranya sebanyak 4 orang (8,3%) responden memiliki pengetahuan baik dengan melakukan kompres hangat, dan 1 orang (2,1%) responden memiliki pengetahuan baik dengan tidak melakukan kompres hangat, responden yang memiliki pengetahuan cukup 14 orang (29.2%), diantaranya sebanyak 9 orang (18.8%) responden memiliki pengetahuan cukup dengan melakukan kompres hangat, dan 5 orang (10.4%) responden memiliki pengetahuan cukup dengan tidak melakukan kompres hangat, responden yang memiliki pengetahuan kurang 29 orang (60.4%), diantaranya 5 orang (10.4%) responden memiliki pengetahuan kurang dengan melakukan kompres hangat, dan 24 orang (50.0%) responden memiliki pengetahuan kurang dengan tidak melakukan kompres hangat.

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh asmarani, yang berjudul pengaruh kompres hangat terhadap penurunan intensitas nyeri dismenore pada siswi di sma gemilang yasifa membuktikan hal yang sama bahwa terdapat perbedaan intensitas dismenore sebelum dan sesudah intervensi kompres hangat selama 20 menit secara signifikan.

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh kharisman, yang berjudul pengaruh kompres hangat terhadap penurunan tingkat dismenore pada remaja putri hasil dari 10 artikel yang telah dilakukan review seluruhnya membuktikan bahwa kompres hangat terbukti dalam penurunan intensitas dismenore pada remaja putri dengan rata-rata nilai  $p= 0,000$  ( $p<0,05$ ).

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh yuliyanti, yang berjudul pengetahuan remaja putri tentang upaya penanganan dismenore di smp itinsan cendekia doyo baru kabupaten jayapura berdasarkan hasil penelitian mengenai pengetahuan remaja putri tentang upaya penanganan dismenore di smp it insan cendekia doyo baru kabupaten jayapura sebanyak 2 orang atau 6,7% pengetahuan baik, sebanyak 12 orang atau 40% pengetahuan cukup dan sebanyak 16 orang atau 53,3% pengetahuan kurang. hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang dismenore.

Dari ketiga hasil penelitian yang diatas maka dominan peneliti mengatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan mobilisasi dini. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Remaj putri yang memiliki pengetahuan baik ataupun memiliki pengetahuan cukup akan melakukan tindakan yang baik pula terhadap penurunan dismenorea, hal ini mungkin disebabkan karena Remaja putri yang memiliki pengetahuan baik ataupun cukup mendapat informasi yang cukup tentang kompres hangat dengan penurunan dismenorea.

Menurut asumsi peneliti remaja putri yang memiliki pengetahuan baik akan memiliki perilaku yang baik pula, terutama dalam hal penanganan dismenorea. Pengetahuan yang didapat remaja putri untuk saat ini sangat mudah di akses melalui internet dan media massa lainnya. Tidak heran jika pengetahuan remaja putri tentang penanganan dismenorea baik. Dengan baiknya pengetahuan remaja putri. tentang penanganan dismenore maka baik juga perilaku mereka dalam menangani dismenore saat mereka mengalami haid.

## **KESIMPULAN dan SARAN**

Setelah Dilakukan penelitian Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kompres Hangat Dengan Penurunan Dismenorea di SMA Perguruan Advent 1 Medan Tahun 2024, penulis dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. diketahui bahwa dari 48 responden remaja putri, mayoritas remaja putri memiliki pengetahuan dengan kategori kurang sebanyak 29 orang (60.4%), dan minoritas yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 5 orang (10,4%).
2. diketahui bahwa dari 48 responden remaja putri, mayoritas yang melakukan sebanyak 18 orang (37.5%) dan minoritas yang tidak melakukan sebanyak 30 orang (62.5%).
3. Terdapat hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang kompres hangat dengan penurunan dismenorea pada tingkat kepercayaan 95% dengan  $\alpha$  0.05% diperoleh sig (2sided) 0.00. maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak yang berarti ada hubungan diantara kedua variabel pengetahuan dan penurunan desminore.

Bagi Institusi STIKes Sehati

1. Bagi Institusi Pendidikan STIKes Sehati  
Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sarana keperpustakaan sebagai Bacaan, untuk menambah informasi dan wawasan mahasiswa.
2. Bagi Responden  
Diharapkan kepada remaja putri untuk terus meningkatkan pengetahuan kompres hangat dengan penurun dismenorea.
3. Bagi Tempat Penelitian  
Diharapkan Bagi tenaga Kesehatan terutama Bidan untuk tetap memberikan penyuluhan kepada remaja putri agar Rutin melakukan kompres hangat dengan penurunan dismenorea.

## **DAFTAR PUSTAKA**

1. Kusmiran, E. 2019. Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita(2nd ed.). Jakarta: Salemba Medika

2. Anugro, D., & Wulandari, A. (2011). Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid Yogyakarta: Andi Publisher
3. Fajrin DH, Dianna, Fitriani H, Rachmaida A. Pengaruh Kompres Air Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Dismenorea pada Remaja Putri di Kabupaten Kubu Raya Kalimantan Barat. *J Ilm Ilmu Kebidanan Kandung*. 2023;15:2016–222.
4. Riyanti N, Jannah M. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Penatalaksanaan Dismenorea Dengan Kejadian Dismenorea. *Babul Ilmi ...* 2020;12:49–57.
5. Daulay HVA. Gambaran Karakteristik Dan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenorhea Primer Di Smk. N. 3 Kota Padangsidimpuan Tahun 2022.2022;Availablefrom:<https://repository.unar.ac.id/jspui/handle/123456789/3094>
6. Mastaida Tambun, Martaulina Sinaga. Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Dismenore saat Menstruasi pada Siswa Puteri Klas XI SMK N. 8. *SEHATMAS J Ilm Kesehat Masy*. 2022;1(3):363–72.
7. Koziar,B.,Glenora Erb, Audrey Berman dan Shirlee J.Snyder. 2019. Buku Ajar Fundamental Keperawatan.reamaja putri tentang kompres hangat Jakarta :EGC
8. Novitaningsih A, Putri ML, Khasanah U, Sunarsih T, Rahmawati D. Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Dismenore Pada Remaja: Literature Review. *J Ilm Kebidanan Imelda*. 2024;10(1):52–8.
9. Potter, P. A., & Perry, A. G. 2019. Fundamental Keperawatan. remaja putri dengan penurunan nyeri Jakarta: EGC.
10. Budiman, & Riyanto. 2021. Informasi dan Pengetahuan Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
11. Smeltzer, Suzanne C. dan Bare, Brenda G. 2022. Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner dan Suddarth (Ed.8, Vol. 1,2). Alih bahasa oleh Agung Waluyo (dkk), EGC, Jakarta.
12. Hitipeuw AJ, Achmad IH. Desember 2022, halaman 162-168 Anthoneta J. Hitipeuw, Ismiyanti H. Achmad Penanganan Dismenorea pada Remaja Putri | 162 *STUDI KASUS. J Kebidanan [Internet]*. 2022;2(2):162–8. Availablefrom:<https://www.jurnalpoltekkesmaluku.com/index.php/JBD/article/download/421/146>
13. Andrew, Gilly, 2020. Buku Ajar KesehatanReproduksiWanita. Jakarta: EGC.
14. Pramardika, D. D., & Fitriana. 2019. Panduan Penanganan Desminore. Grub Penerbitan CV BUDI UTAMA.
15. Yogita Mahayani NP. Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Penanganan Dismenore Dengan Kompres Hangat Sebelum Dan Setelah Diberikan Penyuluhan Dengan Media Leaflet. 2021;9–27. Available from: <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7794/>
16. Munisah, Putri LA, Hanum DF, Lailah A, Indriani H. Penguatan Pengetahuan Remaja Putri Untuk Melakukan Penanganan Nyeri Haid (Dismenorea) Dengan Kompres Hangat Di Smk Dharma Wanita Gresik Tahun 2020. *J Chem Inf Model*. 2020;12(2):57–68.
17. Reeder, S. J., Martin, L. L., & Koniak-Griffin, D. 2019. Keperawatan maternitas: kesehatan wanita, untuk mengurangi nyeri EGC.
18. Manuaba, I.B.G. (2020). Buku Ajar Ginekologi untuk Kebidanan. Jakarta: EGC.
19. Brooker, C. Ensiklopedia Keperawatan kompres hangat . Jakarta : EGC. 2021.
20. Atikah. 2020. Menstruasi Pertama Penuh Makna. NuhaMedika. Yogyakarta
21. Wahyuni, C. 2019. Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana. STRADA PRESS. [press.strada.ac.id](http://press.strada.ac.id)