

**EFEKTIFITAS KOMPRES JAHE MERAH (*ZINGIBERS OFFICINALE*
ROSC.) DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN SKALA
NYERI *DISMENORE PRIMER* PADA REMAJA PUTRI
DI MA MIFTAHUL KHAIR ALASTENGAH BESUK PROBOLINGGO**

SIKRIPSI

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan**

Oleh :

**Indah Fawaziah
NIM. 157.01.10.008**



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN NURUL JADID
PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN
PROBOLINGGO
2014**

LEMBAR PERSETUJUAN

**EFEKTIFITAS KOMPRES JAHE MERAH (*ZINGIBERS OFFICINALE*
ROSC.) DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN
SKALA NYERI *DISMENORE PRIMER* PADA REMAJA PUTRI DI
MA MIFTAHUL KHAIR ALASTENGAH BESUK PROBOLINGGO**

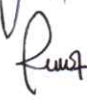
SKRIPSI

Oleh :

Indah Fawaziah

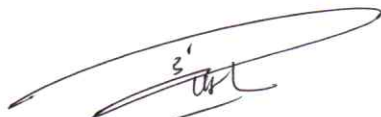
NIM. 157.01.10.008

Telah disetujui oleh tim pembimbing untuk dipertahankan didepan tim
penguji Skripsi

Jabatan	Nama	Tanda tangan	Tanggal
Pembimbing 1	Kholisotin, S.kep, Ns.		17 Mei 2014
Pembimbing 2	S Tauriana, S.Kep, Ns.		17 Mei 2014

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan



Baitus Sholehah, S.Kep, Ns.

NIK.2013032

LEMBAR PENGESAHAN

EFEKTIFITAS KOMPRES JAHE MERAH (*ZINGIBERS OFFICINALE ROSC.*) DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI *DISMENORE PRIMER* PADA REMAJA PUTRI DI MA MIFTAHUL KHAIR ALASTENGAH BESUK PROBOLINGGO

SKRIPSI

Oleh :
Indah fawaziah
NIM. 157.01.10.008

Telah disetujui dan disahkan oleh tim penguji Skripsi
Pada tanggal: 21 Agustus 2014

Dewan penguji

Jabatan	Nama	Tanda tangan
Ketua Penguji	Khoirur Roziqin, AMK,S.KM,M.MKes	
Dewan Penguji I	Kholisotin, S.kep, Ns.	
Dewan Penguji II	S Tauriana, S.Kep, Ns.	

Probolinggo, 21 Agustus 2014
Mengetahui,

Ketua
STIKes Nurul Jadid

Ketua program studi
S1 Keperawatan


H. Hefniy, M.pd

NIK : 2009001


Baitus Sholehah, S. Kep, Ns.

NIK : 2013032

MOTTO

Berusaha dan melakukan yang terbaik yang aku mampu,

Berdoa tiada henti, dan setelahnya. . .

ku pasrah dan percaya pada ALLAH SWT

Biarlah Kuasa-Nya yang menentukan !

Nyeri haid (Dismenore Primer) memang bukan masalah,

tapi dapat menimbulkan masalah.

Karenanya, atasi masalah tersebut menggunakan

kompres jahe merah dan kompres hangat !

Efektif, mudah, murah dan aman !

Persembahan...

Puji syukur kehadiran ALLAH SWT, yang dengan Rahmat-Nya aku bernafas, dengan Maghfiroh-Nya aku kuat menghadapi segala bentuk kerikil kerikil kehidupan yang terkadang begitu sulit untuk dilalui, dan dengan Kuasa-Nya pula, hari ini...aku mampu berdiri tegak untuk melangkah menggapai secercah harapan masa depan yang pada hakikatnya masih penuh tanda tanya ! Terima kasih ya Rabb...Tanpa-Mu aku bukanlah apa-apa...

1. Terima kasih tiada tara dan abdiku tiada batas pada mu bapak dan ibu, atas doa disetiap sujudmu dan kasih sayang serta dukungan baik moril maupun materi yang telah dicurahkan tiada terhingga untukku demi mengantarku pada masa depan yang lebih baik.
2. Untuk kakakku, Alm. Achmad Ifan. Terima kasih atas segala kasih sayang dan perhatianmu, serta semangat kehidupan yang selalu kau beri saat aku mulai penat dan jenuh dengan semua yang kuhadapi. sungguh...aku selalu merindukannya !
3. Untuk seseorang yang selalu dihatiku, Mohammad Adil dan keluarga. Terima kasih karena selalu setia menemaniku dalam teriknya matahari, derasnya hujan, bahkan ketika badai hendak menghempasku ! Terima kasih sayang...untuk segala waktu indah yang selalu kau ciptakan untukku. Semoga ALLAH SWT meridhoi niat kita...
4. Untuk seluruh Bapak dan Ibu dosen, terima kasih karena telah selalu berusaha mendidik dan mengajarku serta memberikan semangat walau dengan segala kenakalanku sebagai mahasiswi.
5. Untuk teman-teman sekelasku yang selalu memberikan semangat dan dukungan serta masukan sampai aku berada pada titik saat ini. Terima kasih semua . . . !
6. Buat adek tingkatku, Semangat yah...!

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "*Efektifitas kompres jahe merah (Zingiber officinale Rosc.) dan kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri dismenore primer pada remaja putri di MA Miftahul Khair Alastengah Besu Probolinggo tahun 2014*". Penelitian ini dilakukan sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan program S1 keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nurul Jadid Paiton Probolinggo. Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa terselesaikannya skripsi ini berkat bimbingan, bantuan, dan kerja sama serta dorongan berbagai pihak sehingga dapat terselesaikan dengan baik. Pada kesempatan ini dengan segala hormat peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. KH. Mohammad Zuhri Zaini, BA, selaku Pengasuh Pondok Pesantren Nurul Jadid
2. Hefniy Razaq, M.Pd, selaku ketua STIKes Nurul Jadid Paiton Probolinggo
3. Kholisotin, S.Kep.,Ns selaku ketua program studi S1 Keperawatan STIKes Nurul Jadid Paiton Probolinggo, yang juga telah berbesar hati merangkap sebagai pembimbing I, yang selalu membimbing dan berperan besar dalam memberikan pengarahan, kritik, saran yang membangun kepada peneliti demi terselesainya penyusunan skripsi ini.
4. S Tauriana, S.Kep.,Ns selaku dosen pembimbing II yang juga telah berperan besar memberikan arahan, bimbingan, saran dan kritik yang membangun sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

5. Semua staf di STIKes Nurul Jadid yang juga telah berperan besar dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Kepala sekolah MA Miftahul Khair, beserta staf dan jajaran guru yang telah memberikan ijin dan mendukung proses penelitian.
7. Semua siswi MA Miftahul Khair yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
8. Dan kepada semua pihak yang telah membantu kelancaran penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penyusun membuka hati untuk menerima kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan dan perbaikan selanjutnya. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Probolinggo, 2014

Peneliti

ABSTRACT

Keywords: Women, primary dysmenorrhea, redginger compresses, warm compresses.

Fawaziah, indah 2014 Compress Effectiveness of red ginger (*Zingiber officinale* Rosc.) And Warm compresses Against Primary Dysmenorrhea Pain Scale Decline Thesis, Nurul STIKES jadid Supervisor (1) Ns.Kholisotin, S.Kep, Supervisor (2) Ns.S tauriana, S . Kep.

By the time a woman gets her period, often experience discomfort such as pain in the lower abdomen or uterus called primary dysmenorrhea. Pain is physiological, but if left unchecked will affect the quality of life of individuals, such as a decrease in activity. In nonpharmacological, this pain can be overcome by using a warm water compress technique, but it can also use red ginger gives a warm effect.

This study was conducted to determine more effective ginger compress Which between red and warm compresses in reducing pain scale of primary dysmenorrhea.

The design of this research study Quasy experiments using pre and post treatment design using two groups, group A as ($n = 6$) received red ginger compress and group B ($n = 6$) received a warm compress. Pain was measured before and after getting treatment compresses for 15 minutes using a pain scale Mc.Gill Scale. Data analysis using bivariate and multivariate Wilcoxon test using Mann Whitney test.

The results showed the level of pain in both groups A and B were both decreased with the Wilcoxon statistical test results in group A sig2tailed 0.046, and 0.023 in group B. sig2tailed And the results of Mann-Whitney test showed no significant difference between groups A and B with sig2tailed (0.056).

The conclusion of this study is there is no difference significant pain reduction between groups A and B, both treatments were equally led to a decrease in pain that is dominated by mild pain

ABSTRAK

Kata Kunci: Wanita, *dismenore primer*, kompres jahe merah, kompres hangat.

Fawaziah, indah. 2014 **Efektifitas Kompres Jahe Merah (*Zingibere Officinale Rosc.*) dan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri *Dismenore Primer* Skripsi, STIKES Nurul jadid** Pembimbing (1) Ns.Kholisotin, S.Kep, Pembimbing (2) Ns.S tauriana, S.Kep.

Pada saat wanita mendapat *menstruasi*, seringkali mengalami rasa tidak nyaman berupa nyeri pada daerah perut bagian bawah atau *uterus* yang disebut *dismenore primer*. Nyeri ini bersifat fisiologis, namun jika dibiarkan akan mempengaruhi kualitas hidup individu, seperti adanya penurunan aktifitas. Secara nonfarmakologi, nyeri ini bisa diatasi dengan teknik kompres menggunakan air hangat, selain itu dapat menggunakan jahe merah yang juga memberikan efek hangat. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui lebih efektif manakah antara kompres jahe merah dan kompres hangat dalam menurunkan skala nyeri *dismenore primer*.

Metode: *Studi quasy eksperiment pre and post design* menggunakan dua kelompok perlakuan, kelompok A sebanyak (n=6) mendapatkan kompres jahe merah dan kelompok B (n=6) mendapatkan kompres hangat. Nyeri diukur sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan kompres selama 15 menit menggunakan skala nyeri *Mc.Gill Scale*. Analisis data *bivariat* menggunakan uji *Wilcoxon* dan *multivariat* menggunakan uji *Mann Whitney*.

Hasil penelitian menunjukkan tingkat nyeri pada kedua kelompok A dan B sama-sama menurun dengan hasil uji statistik *Wilcoxon* pada kelompok A *sig2tailed* 0.046, dan *sig2tailed* 0.023 pada kelompok B. Dan hasil uji *mannWhitney* menunjukkan tidak ada perbedaan bermakna antara kelompok A dan B dengan nilai *sig2tailed* (0.056).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak terdapat perbedaan penurunan nyeri yang signifikan antara kelompok A dan B, kedua perlakuan sama-sama menyebabkan penurunan nyeri yang didominasi oleh nyeri ringan.

DAFTAR ISI

Judul.....	ii
Cover.....	iii
Halaman Persetujuan.....	iv
Halaman Pengesahan.....	v
Pernyataan.....	vi
Kata Pengantar.....	viii
Daftar Isi.....	ix
Daftar gambar.....	x
Daftar Tabel.....	xi
Daftar Gambar.....	xii
Daftar Lampiran.....	
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 6
A. KONSEP REMAJA / <i>ADOLESCENCE</i>	
1. Pengertian Remaja.....	6
2. Tahap-tahap Perkembangan Remaja.....	6
3. Ciri-ciri Remaja.....	8
B. KONSEP MENSTRUASI.....	9
1. Pengertian Menstruasi.....	9
C. KONSEP NYERI.....	11
1. Definisi Nyeri.....	11
2. Penyebab Nyeri.....	12
3. Fisiologi Nyeri.....	12
4. Jenis dan Bentuk Nyeri.....	17
5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Nyeri.....	19
6. Cara Mengukur Intensitas Nyeri.....	21
7. Pengkajian Nyeri.....	22
8. Penatalaksanaan Nyeri.....	23
D. KONSEP DISMENORE.....	25
1. Pengertian <i>Dismenore</i>	25
2. Etiologi dan Deskripsi Perjalanan <i>Dismenore Primer</i>	28
3. Penatalaksanaan <i>Dismenore Primer</i>	
E. TANAMAN JAHE MERAH (<i>Zingebere Officinale Rosc.</i>).....	30
1. Deskripsi Tanaman Jahe.....	30
2. Sifat Kimiawi.....	31
3. Efek Farmakologis.....	32
4. Cara Penggunaan.....	33

5. Efek Samping Penggunaan Jahe Merah.....	35
F. KOMPRES HANGAT.....	36
1. Pengertian Kompres Hangat.....	36
2. Metode Kompres.....	37
3. Pedoman Kompres.....	38
4. Toleransi dan Kontraindikasi.....	40
G. KERANGKA KONSEP.....	41
H. HIPOTESIS PENELITIAN.....	42

BAB III METODE PENELITIAN

1. Desain Penelitian.....	43
2. Populasi, Sampel, dan Sampling.....	44
3. Variabel Penelitian.....	47
4. Definisi Operasional.....	47
5. Tempat Penelitian.....	49
6. Waktu Penelitian.....	49
7. Instrumen Penelitian.....	50
8. Prosedur Pengumpulan data.....	50
9. Analisis data.....	55
10. Etika Penelitian.....	56
11. Kerangka Kerja.....	57

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. HASIL PENELITIAN	
1. Data umum atau data demografi.....	58
2. Gambaran umum responden.....	59
3. Karakteristik responden.....	60
4. Data khusus responden.....	62
5. Pengujian hipotesis.....	64
B. PEMBAHASAN	
1. Karakteristik responden.....	66
2. Analisis pengaruh pemberian intervensi terhadap tingkat nyeri responden.....	67
3. Analisis perbedaan tingkat nyeri dismenore primer pada kelompok A dan kelompok B.....	72
C. KETERBATASAN PENELITIAN.....	73

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	75
B. Saran.....	76

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Perbedaan saraf tipe A <i>delta</i> dan serabut saraf tipe C.....	15
Tabel 2.2 Perbedaan nyeri akut dan nyeri kronis.....	19
Tabel 2.3 Skala nyeri menurut <i>Hayward</i>	21
Tabel 2.4 Skala nyeri menurut <i>McGill (McGill Scale)</i>	22
Tabel 2.5 Mnemonic untuk pengkajian nyeri.....	22
Tabel 2.6 Intervensi fisik nonfarmakologi.....	24
Tabel 2.7 Efek fisiologis dari kompres hangat dan kompres dingin.....	37
Tabel 2.8 Suhu yang direkomendasikan untuk kompres panas dan dingin.....	39
Tabel 2.9 Indikasi dan manfaat pilihan kompres panas.....	40
Tabel 3.1 Desain penelitian.....	43
Tabel 3.2 Definisi operasional penelitian.....	48
Tabel 4.1 Distribusi responden berdasarkan usia.....	60
Tabel 4.2 Distribusi responden berdasarkan usia <i>menarche</i>	61
Tabel 4.3 Tingkatnyeri <i>dismenore primer</i> pada kelompok A.....	62
Tabel 4.4 Tingkat nyeri <i>dismenore primer</i> pada kelompok B.....	63
Tabel 4.5 Hasil analisis <i>wilcoxon</i> pada kelompok A.....	64
Tabel 4.6 Hasil analisi <i>Wilcoxon</i> pada kelompok B.....	64
Tabel 4.7 Hasil analisi <i>manwhitney</i> antara kelompok A dan B.....	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri.....	21
Gambar 2.2 Skala <i>Faces Wong Baker</i>	22
Gambar 2.3 Rimpang jahe merah.....	30
Gambar 2.4 Kerangka konsep penelitian.....	41
Gambar 3.1 Kerangka kerja penelitian.....	58

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan
- Lampiran 2 Lembar Pengesahan
- Lampiran 3 Lembar Pernyataan
- Lampiran 4 Permohonan menjadi Responden
- Lampiran 5 Pernyataan Bersedia menjadi Responden
- Lampiran 6 Lembar Observasi *Pretest*
- Lampiran 7 Lembar Observasi *Posttest*
- Lampiran 8 SOP Kompres Jahe Merah
- Lampiran 9 SOP List Kompres Hangat
- Lampiran 10 Surat keterangan untuk melakukan penelitian
- Lampiran 11 Surat jawaban atas permohonan studi pendahuluan
- Lampiran 12 Surat keterangan penelitian

