

KARYA TULIS ILMIAH
EFEKTIVITAS PEMBERIAN KOMPRES HANGAT UNTUK
MENURUNKAN DISMENORE PADA REMAJA DI PUSKESMAS
SIKUMANA KOTA KUPANG



ZEFANYA NADYA GABRIELA LETIK
NIM : PO.5303201211327

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDRAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGAM STUDI D-III KEPERAWATAN
TAHUN 2024

KARYA TULIS ILMIAH
EFEKTIVITAS PEMBERIAN KOMPRES HANGAT UNTUK
MENURUNKAN DISMENORE PADA REMAJA DI PUSKESMAS
SIKUMANA KOTA KUPANG

Karya Tulis Ilmiah ini ditulis sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan
Program Pendidikan Diploma III Keperawatan pada Program Studi D-III
Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang



ZEFANYA NADYA GABRIELA LETIK
NIM : PO.5303201211327

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDRAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
TAHUN 2024

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Zefanya Nadya Gabriela Letik
NIM : PO5303201211327
Program Studi : D-III Keperawatan
Insttusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah (KTI) yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Ilmiah (skripsi) ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Kupang, 19 Juni 2024

Pembuat Pernyataan



Zefanya Nadya Gabriela Letik

PO5303201211327

Yang Mengetahui

Pembimbing



Natalia Debi Subani, S.Kep.,M.Kes

NIP.198012252002122002

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Zefanya Nadya Gabriela Letik, NIM:
PO.5303201211327 dengan judul "Efektivitas Pemberian Kompres Hangat
Untuk Menurunkan Dismenore Pada Remaja Di Puskesmas Sikumana Kota
Kupang"

telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Disusun Oleh



Zefanya Nadya Gabriela Letik

PO.5303201211327

Telah disetujui untuk diseminarkan di depan dewan penguji Prodi D-III
Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Kupang, 19 Juni 2024

Menyetujui

Pembimbing



Natalia Debi Subani, S.Kep.,M.Kes

NIP.198012252002122002

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

Efektivitas Pemberian Kompres Hangat Untuk Menurunkan Dismenore
Pada Remaja Di Puskesmas Sikumana Kota Kupang

Disusun Oleh



Zefanya Nadya Gabriela Letik

PO.5303201211327

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Kupang, 19 Juni 2024

Dewan Penguji

Penguji I



Sabinus B. Kedang, S.Kep.Ns, M.Kep

NIP.197304101997031002

Penguji II



Natalia Debi Subani, S.Kep.,M.Kes

NIP.198012252002122002

Mengesahkan

Ketua Jurusan Keperawatan



Dr. Florentianus Tat, S.Kp.,M.Kes

NIP. 196911281993031005

Mengetahui

Ketua Prodi D-III Keperawatan



Meiyeriance Kapitan, S.Kep.,Ns.M.Kep

NIP. 197904302000122002

BIODATA PENULIS



A. Data Diri

Nama : Zefanya Nadya Gabriela Letik
Tempat/Tanggal Lahir : Kupang, 16 Maret 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Hobi : Menyanyi & Berenang
Alamat : Puri Manulai Indah Blok B No.5
RT 024/RW 005, Manulai II
Kecamatan Alak

B. Riwayat Pendidikan

1. Tahun 2007-2008 : TK Kefas Kampung Baru Kupang
2. Tahun 2008-2014 : SD Kristen Citra Bangsa Kupang
3. Tahun 2014-2017 : SMPK Lentera Harapan Kupang
4. Tahun 2017-2020 : SMA Kristen Citra Bangsa Kupang
5. Tahun 2021-2024 : Mahasiswa Prodi D-III Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan Kehadirat Tuhan yang Maha Esa atas Segala berkat dan rahmatNya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan tugas akhir dengan judul “Efektivitas Pemberian Kompres Hangat Untuk Menurunkan Dismenore Pada Remaja Di Puskesmas Sikumana Kota Kupang“.Penyusunan Laporan Karya Tulis Ilmiah ini dalam rangka memenuhi persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Diploma III Keperawatan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.

Dalam proses penyusunan dan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini penulis sadar bahwa keberhasilan ini atas pertolongan Yang Maha Kuasa melalui uluran tangan orang-orang tercinta yang terlibat baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Bapak Irfan, SKM.,M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.
2. Bapak Dr. Florentianus Tat,S.Kp, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Kupang sekaligus Dosen Pembimbing Akademik yang telah membantu membimbing, mengarahkan dan memotivasi penulis selama menjalani studi di Poltekkes Kemenkes Kupang Jurusan Keperawatan Prodi Diploma III Keperawatan.
3. Ibu Meiyeriance Kapitan, S.Kep., Ns.,M.Kep, selaku Ketua Program Studi Diploma III Jurusan Keperawatan Kupang.
4. Seluruh Civitas Akademik Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang yang telah membimbing penulis selama mengikuti Pendidikan baik di kampus maupun di lahan praktek.
5. Kedua orang tua yang tercinta bapak Ferdi Letik, Ibu Juliana Maileti, dan saudara-saudara Kaka Nando, Ade Cello, Ade Arden dan Ade Ega dan Keluarga besar yang telah mendukung saya dalam studi ini baik dalam doa maupun material serta memberikan semangat dalam menyelesaikan studi

ini. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan saya hingga sekarang ini.

6. Sahabat yang telah memberikan semangat, dan dukungan selama kuliah.
7. Terakhir, terimakasih untuk diri sendiri, karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tidak pernah menyerah sesulit apapun proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Akhir kata penulis menyadari bahwa “Laporan Karya Tulis Ilmiah” ini masih jauh dari kata sempurna. Untuk itu kritik dan saran dari semua pihak yang telah membantu untuk penyempurnaan “Laporan Karya Tulis Ilmiah”.

Kupang, 19 Juni 2024

Zefanya Nadya Gabriela Letik

PO.5303201211327

Efektivitas Pemberian Kompres Hangat Untuk Menurunkan Dismenore Pada Remaja Di Puskesmas Sikumana Kota Kupang

Zefanya Nadya Gabriela Letik

Program Studi D III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Email: zefanyaletik@gmail.com

Abstrak

Dismenore adalah masalah ginekologi yang paling umum terjadi pada wanita. Dismenore didefinisikan sebagai nyeri kram pada perut bagian bawah yang terjadi sebelum atau selama menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi kompres hangat untuk mengurangi nyeri dismenore pada remaja. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan dengan jenis deskriptif kualitatif. Penelitian studi kasus ini dilakukan pada 2 orang remaja dengan mengobservasi langsung melalui pemberian kompres hangat. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perubahan dan kelancara dalam menstruasi. Hal ini membuktikan bahwa dengan efektivitas pemberian kompres hangat pada respon dapat mengurangi nyeri kram saat menstruasi. Kesimpulannya, efektivitas pemberian kompres hangat untuk menurunkan dismenore pada remaja Di Puskesmas Sikumana Kota Kupang dapat mengurangi rasa nyeri kram saat menstruasi.

Kata Kunci : Dismenorea, nyeri haid, kompres hangat

The Effectiveness of Giving Warm Compresses to Reduce Dysmenorrhea in Adolescents at the Sikumana Community Health Center, Kupang City

Zefanya Nadya Gabriela Letik

D III Nursing Study Program, Health Polytechnic, Ministry of Health, Kupang

Email: zefanyaletik@gmail.com

Abstract

Dysmenorrhea is the most common gynecological problem in women. Dysmenorrhea is defined as cramping pain in the lower abdomen that occurs before or during menstruation. This study aims to determine the effectiveness of warm compress therapy to reduce dysmenorrhea pain in adolescents. This research method uses a qualitative descriptive approach. This case study research was conducted on 2 teenagers by direct observation by administering warm compresses. The results of this study show changes and smoothness in menstruation. This proves that the effectiveness of giving a warm compress can reduce the pain of menstrual cramps. In conclusion, the effectiveness of giving warm compresses to reduce dysmenorrhea in teenagers at the Sikumana Community Health Center, Kupang City can reduce the pain of cramps during menstruation.

Keywords: Dysmenorrhea, menstrual pain, warm compress

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
BIODATA PENULIS.....	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	
DAFTAR ISI.....	Error! Bookmark not defined.
BAB I.....	Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar belakang.....	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan.....	Error! Bookmark not defined.
1.3.1 Tujuan umum.....	Error! Bookmark not defined.
1.3.2 Tujuan khusus.....	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	Error! Bookmark not defined.
1.4.2 Manfaat Praktis.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II.....	Error! Bookmark not defined.
TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
2.1 Konsep dasar dismenore.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Defenisi Dismenore.....	Error! Bookmark not defined.

2.1.2 Etiologi	Error! Bookmark not defined.
2.1.3 Klasifikasi Dismenore	Error! Bookmark not defined.
2.1.4 Tanda dan Gejala.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.5 Patofisiologi Dismenore	Error! Bookmark not defined.
2.1.6 Faktor Penyebab Dismenore	Error! Bookmark not defined.
2.1.7 Pencegahan Dismenore.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.8 Penanganan Dismenore	Error! Bookmark not defined.
2.2 Konsep Kompres Hangat	Error! Bookmark not defined.
2.2.1 Defenisi Kompres Hangat	Error! Bookmark not defined.
2.2.2 Tujuan Kompres Hangat	Error! Bookmark not defined.
2.2.3 Fungsi Kompres Hangat.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.4 Manfaat Kompres Hangat.....	Error! Bookmark not defined.
2.3 Konsep Nyeri	Error! Bookmark not defined.
2.3.1 Defenisi Nyeri	Error! Bookmark not defined.
2.3.2 Klasifikasi Nyeri	Error! Bookmark not defined.
2.4 Konsep Asuhan Keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.
2.5 Kerangka Konsep.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III	Error! Bookmark not defined.
METODE PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
3.1 Jenis Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2 Subjek Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
3.3 Fokus Studi.....	Error! Bookmark not defined.
3.4 Defenisi Oprasional Fokus Studi	Error! Bookmark not defined.

3.5 Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.6 Metode Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
3.7 Lokasi & Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.8 Analisis Data dan Penyajian Data	Error! Bookmark not defined.
3.9 Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	Error! Bookmark not defined.
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	Error! Bookmark not defined.
4.1 Hasil Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.1.2 Metode.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.3 Gambaran Subjek Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.1.4 Karakteristik Responden	Error! Bookmark not defined.
4.1.5 Hasil Observasi dan Hasil Pemeriksaan Sebelum dan sesudah Pemberian Kompres Hangat pada Remaja..	Error! Bookmark not defined.
4.2 Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
4.2.1 Karakteristik Responden Penelitian di Puskesmas Sikumana .	Error! Bookmark not defined.
4.2.2 Keluhan yang dirasakan akibat Dismenore pada Remaja Putri diPuskesmas Sikumana	Error! Bookmark not defined.
4.3 Keterbatasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB V	Error! Bookmark not defined.
KESIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
5.1 Kesimpulan.....	Error! Bookmark not defined.
5.2 Saran.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR PUSTAKA.....Error! Bookmark not defined.

LAMPIRAN

- Lampiran 1. Penjelasan Sebelum Penelitian Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 2. Informed Consent Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 3 . Standar Operasional Prosedur (SOP).... Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 4. Lembar Observasi Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 5. Lembar Pengkajian Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 6 Permohonan Ijin Penelitian.....Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 7 Surat Ijin Penelitian.....Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 8 Surat Ijin penelitian di puskesmasError! Bookmark not defined.**
- Lampiran 9 Informed Consent Pasien 1 Nn. T. SError! Bookmark not defined.**
- Lampiran 10 Informed Consent Pasien 2 Nn. G. D..Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 11 Lembar Observasi Pasien Nn. T.SError! Bookmark not defined.**
- Lampiran 12 Lembar Observasi Pasien 2 Nn. G.D...Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran DokumentasiError! Bookmark not defined.**

TABEL

Tabel 3.1 Defenisi OperasionalError! Bookmark not defined.

Tabel 4.1 Karakteristik responden berdasarkan Usia, pendidikan, usia menarche, lama menstruasi, riwayat keluarga, Siklus Menstruasi, Tingkat Nyeri.Error! Bookmark not defined.

Tabel 4.2 Keluhan yang dirasakan akibat Dismenore pada Remaja Putri DiPuskemas SikumanaError! Bookmark not defined.

Tabel 4.3 Hasil pemeriksaan Sebelum dan Sesudah Kompres Hangat pada Remaja Nn. T. S dan Nn. G......Error!

Bookmark not defined.