

## PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT CENGIH TERHADAP DISMENORE PADA MAHASISWI TAHUN 2022

**Kesya Fanye Mambrasar, Nimsi Melati, Enik Listyanngsih, Oktalia Damar**

STIKES Bethesda YAKKUM Yogyakarta

*email: kesyamambrasar2@gmail.com*

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** WHO pada tahun 2018 menemukan kejadian dismenorea sangat tinggi didunia. Rata-rata, lebih dari 50% wanita di setiap negara menderita dismenore. Dismenorea merupakan nyeri menusuk yang terasa di perut bagian bawah yang timbul dengan berbagai tingkatan. Berbagai upaya dalam bidang kesehatan yang dapat dilakukan untuk membantu mengatasi masalah dismenore baik melalui penatalaksanaan farmakologi atau non farmakologi. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh pemberian kompres hangat cengkih terhadap dismenorea pada mahasiswa angkatan 2018 STIKES Bethesda YAKKUM Yogyakarta tahun 2022. **Metode Penelitian:** penelitian kuantitatif dengan desain *quasy eksperimen* dengan rancangan penelitian *pretest-posttest with control group* dengan populasi penelitian 79 mahasiswa dan sampel penelitian berjumlah 33 yang mengalami dismenorea ringan-sedang, yang dibagi menjadi 2 kelompok, 16 mahasiswa pertama yang mengalami menstruasi dimasukkan dalam kelompok kontrol, sedangkan 17 mahasisiwi berikutnya dimasukkan dalam kelompok intervensi, teknik pengambilan sampel yang di gunakan adalah *purposive sampling*. **Hasil:** Hasil analisis uji *Mann Whitney U* diperoleh p-value sebesar  $0,000 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya ada pengaruh pemberian kompres hangat cengkih terhadap penurunan dismenorea. **Kesimpulan:** dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian kompres hangat cengkih terhadap dismenorea pada mahasiswa Angkatan 2018 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2022. **Saran:** Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan dapat menjadi literatur tambahan bagi peneliti selanjutnya serta penderita dapat menerapkan kompres hangat cengkih saat mengalami dismenorea.

**Kata Kunci:** Dismenorea-Menstruasi-Cengkih-Mahasiswa

### ABSTRACT

**Background:** WHO in 2018 found the incidence of dysmenorrhea was very high in the world. On average, more than 50% of women in every country suffer from dysmenorrhea. Dysmenorrhea is a stabbing pain that is felt in the lower abdomen that arises in various degrees. Various efforts in the health sector can be made to help overcome the problem of dysmenorrhea either through pharmacological or non-pharmacological management. **Objective:** To determine the effect of warm clove compresses on dysmenorrhea in female students of the 2018 batch of STIKES Bethesda YAKKUM Yogyakarta in 2022. **Research Methods:** Quantitative research with a quasy-experimental design with a pretest-posttest with control group research design with a study population of 79 female students and a sample of 33 who experienced mild-moderate dysmenorrhea, which were divided into 2 groups, the first 16 female students who experienced menstruation were included in the group control, while the next 17 students were included in the intervention group, the sampling technique used was purposive sampling. **Results:** The results of the Mann Whitney U test analysis obtained a p-value of  $0.000 < 0.05$ , so it can be concluded that  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted, which means that there is an effect of warm clove compresses on reducing dysmenorrhea. **Conclusion:** it can be concluded that there is an effect of giving warm clove compresses on dysmenorrhea in female students of the 2018 Batch Bethesda Yakkum Yogyakarta 2022

**Keywords:** Dysmenorrhea; Menstruation: Clove -Female Student

## PENDAHULUAN

Menstruasi merupakan proses alami yang terjadi pada remaja putri yang ditandai dengan adanya perdarahan teratur setiap bulan. Siklus menstruasi remaja mengalami perubahan emosi dan kram perut yang disebut dalam istilah *Dysmenorrhe* (Ningrum, 2018). *Dysmenorrhea* atau nyeri menstruasi merupakan nyeri menusuk yang terasa di perut bagian bawah dan paha, hal ini terjadi akibat ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan rasa nyeri timbul (çimen, 2021). Kompres hangat adalah pengobatan non-Farmakologi yang dapat membantu meredakan nyeri, kekakuan, dan kejang otot. Efek fisiologis terapi panas terhadap hemodinamik mampu meningkatkan aliran darah, vasodilatasi meningkatkan penyerapan nutrisi, leukosit dan antibodi, serta meningkatkan pembuangan sisa metabolik dan sisa jaringan sehingga membantu resolusi kondisi peradangan (çimen, 2021).

Terapi kompres cengkih merupakan salah satu tindakan non farmakologis. Terapi kompres cengkih dilakukan dengan cara memberikan kompres hangat untuk mengurangi nyeri, Kompres cengkih merupakan suatu tindakan dengan menggunakan kain handuk atau *washlap* yang sudah dilembabkan dengan cairan rebusan cengkih yang bersuhu 40-43°C dengan waktu pemberian 15 menit 1 kali dalam sehari ketika mengalami dismenorea selama 4 kali pertemuan dalam 1 bulan, dan kain handuk atau *washlap* diganti setiap 5-10 menit untuk mempertahankan suhu tetap terjaga (çimen, 2021). Cengkih (*Syzygium aromaticum* L.) merupakan tumbuhan asli Indonesia dan Indonesia merupakan salah satu negara penghasil cengkih terbesar di dunia. Senyawa aktif yang terkandung didalam cengkih antara lain *eugenol*, *flavonoid*, *saponin*, *alkaloid*. Kandungan minyak atsiri *eugenol* pada cengkih merupakan salah satu kandungan kimia yang mampu menghambat enzim *siklooksienase* sehingga menurunkan produksi prostaglandin. Menurunnya prostaglandin mengakibatkan sinyal nyeri dapat dihentikan dan terjadi analgesia (Saletti-cuesta *et al.*, 2020).

Nyeri adalah pengalaman sensori nyeri dan emosional yang tidak menyenangkan yang berkaitan dengan kerusakan jaringan actual dan potensial yang teralokasi pada suatu bagian tubuh, seringkali dijelaskan dalam istilah proses destruktif, mengukur nyeri dapat dikaji dengan melihat dan diukur berdasarkan lokasi nyeri, durasi nyeri (menit, jam, hari, atau bulan), irama/periodenya (terus menerus, hilang timbul, periode bertambah atau berkurangnya intensitas) dan kualitas (nyeri seperti ditusuk, terbakar, sakit nyeri dalam atau superfisial,

atau bahkan seperti di jepit). dapat juga dilihat nyeri berdasarkan metode *Provocate* (P), *Quality* (Q), *Region* (R), *Severe* (S), *Time* (T) (Meinika, 2021). Berdasar latar belakang tersebut, maka perlu dilakukan penelitian lanjutan dengan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres hangat cengkeh pada mahasiswa tahun 2022.

## METODE

Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain *quasy eksperimen* dengan rancangan penelitian *pretest-posttest with control group*. Populasi pada penelitian ini adalah 79 mahasiswi. Sampel pada penelitian ini berjumlah 33 mahasiswi yang mengalami dismenorea ringan-sedang, dari 33 mahasiswi peneliti membagi menjadi 2 kelompok, yaitu 16 responden pada kelompok kontrol dan 17 responden pada kelompok eksperimen, Teknik pengambilan sampel yang di gunakan adalah *purposive sampling*. Penelitian ini sudah mendapat persetujuan oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta dengan nomor No.175/KEPK.02.01/IX/2022. Peneliti mengirimkan kuesioner skala nyeri *pretest* pada tanggal 30 September 2022 kemudian pada tanggal 5 Oktober 2022 peneliti menghubungi responden via grup *whatsapp* dan meminta kepada responden untuk segera menghubungi peneliti saat mengalami menstruasi, serta meminta responden menjelaskan kapan terjadinya dismenorea. Pada tanggal 7 Oktober 2022 peneliti memulai pemberian intervensi pada responden kelompok kontrol dan kelompok eksperimen serta meminta responden mengisi kuesioner skala nyeri *posttest* setelah pemberian intervensi selesai diberikan, penelitian ini berakhir di tanggal 7 November 2022.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil

#### 1. Analisa Univariat

Tabel 9

Skala Dismenorea *Pretest* Pemberian Kompres Hangat Pada Kelompok Kontrol Mahasiswi Angkatan 2018 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta pada 7 Oktober-7 November 2022

Skala Nyeri	N	Presentase (%)
Nyeri Sedang	16	100,0
Total	16	100,0

Berdasarkan tabel 9 diatas dapat diketahui bahwa Responden yang mengalami nyeri sedang pada *pretest* kelompok kontrol yaitu sebanyak 16 orang (100,0%).

Tabel 10

Skala Dismenorea *Posttest* Pemberian Kompres Hangat Pada Kelompok Kontrol Mahasiswi Angkatan 2018 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta pada 7 Oktober-7 November 2022

Skala Nyeri	N	Presentase (%)
Nyeri Ringan	11	68,8
Nyeri Sedang	5	31,2
Total	16	100,0

Berdasarkan tabel 10 diatas dapat diketahui bahwa Responden yang mengalami nyeri ringan pada *posttest* kelompok kontrol yaitu sebanyak 11 orang (68,8%), sedangkan responden yang mengalami nyeri sedang sebanyak 5 orang (31,2%).

Tabel 11

Skala Dismenorea *Prestest* Pemberian Kompres Hangat Cengkih Pada Kelompok Eksperimen Mahasiswi Angkatan 2018 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta pada 7 Oktober-7 November 2022

Skala Nyeri	N	Presentase (%)
Nyeri Ringan	1	5,9
Nyeri Sedang	16	94,2
Total	17	100,0

Berdasarkan tabel 11 diatas dapat diketahui bahwa Responden yang mengalami nyeri ringan pada *pretest* kelompok eksperimen yaitu sebanyak 1 mahasiswi (5,9%), sedangkan responden yang mengalami nyeri sedang sebanyak 16 orang (94,1%).

Tabel 12

Skala Dismenorea *Posttest* Pemberian Kompres Hangat Cengkih Pada Kelompok Eksperimen Mahasiswi Angkatan 2018 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta pada 7 Oktober-7 November 2022

Skala Nyeri	N	Presentase (%)
Tidak Nyeri	1	5,9
Nyeri Ringan	4	23,5
Nyeri Sedang	12	70,6
Total	17	100,0

Berdasarkan tabel 12 diatas dapat diketahui bahwa responden yang tidak mengalami nyeri pada *posttest* kelompok eksperimen yaitu sebanyak 1 orang (5,9), nyeri ringan yaitu sebanyak 4 orang (23,5%), sedangkan responden yang mengalami nyeri sedang sebanyak 12 orang (70,6%).

## 2. Analisa Bivariat

Tabel 13

Distribusi Hasil Uji *Mann Whitney U* Perbandingan skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Kompres Hangat Cengkik pada Kelompok Kontrol dan Eksperimen Mahasiswi Angkatan 2018 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Kelompok	F	Nyeri	Mean Rank	p-value
Kontrol	16	Pretest	24,50	0,00
		Posttest	8,50	
Eksperimen	17	Pretest	25,82	0,00
		Posttest	8,18	

Hasil analisis uji *Mann Whitney U* pada tabel 13 diperoleh *p-value* sebesar  $0,000 < 0,05$ , yang dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat biasa dan komprs hangat cengkik. Hal ini dapat dilihat dari nilai *mean rank* skala nyeri pada kelompok ekperimen sebelum dan sesudah perlakuan yaitu pada hasil *pre test* adalah 25,82 dan pada hasil *post test* adalah 8,18 kemudian hasil nilai *mean rank* skala nyeri pada kelompok kontrol *pre test* adalah 24,50 dan *post test* adalah 8,50 yang menunjukkan bahwa kedua perlakuan pada masing-masing kelompok mengurangi nyeri dismenorea namun hasil analisis tersebut juga membuktikan bahwa kompres hangat cengkik lebih berpengaruh dalam menurunkan nyeri dismenorea yang mana hasil analisis tersebut juga menunjukkan  $p\text{-value} < \alpha$  ( $0,000 < 0,05$ ), maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya ada pengaruh pemberian kompres hangat cengkik terhadap penurunan dismenorea.

## B. Pembahasan

1. Berdasarkan skala nyeri pada *pretest* kelompok kontrol didapatkan paling banyak mengalami nyeri sedang sebanyak 16 orang (100,0%). Menurut Maidartati (2018) dalam Meinika (2021) dalam jurnal penelitian tentang efektifitas terapi kompres hangat dan penurunan intensitas nyeri haid menunjukkan hasil penelitian pada 47 orang yaitu, sebelum dilakukan kompres hangat tingkat nyeri tergolong nyeri sedang sebanyak 23 orang (48,9%). Menurut teori dari Jhamb, et al. (2008) dalam Marini (2018) yang menjelaskan dismenore adalah nyeri perut yang berasal dari kram rahim yang terjadi selama haid. Rasa nyeri timbul bersamaan dengan permulaan haid dan berlangsung beberapa jam hingga beberapa hari hingga mencapai puncak nyeri. Penelitian yang ditulis (Barika., 2016) juga menunjukkan intensitas nyeri dismenore sebelum diberikan kompres hangat paling banyak kategori nyeri sedang, yaitu 14 responden (93,3%) dari 15 responden yang diteliti. Sehingga peneliti berasumsi bahwa skala nyeri sebelum dilakukan intervensi didominasi skala nyeri sedang.
2. Berdasarkan skala nyeri pada *posttest* kelompok kontrol didapatkan paling banyak mengalami nyeri ringan sebanyak 11 orang (68,8%). Menurut Waytherlis (2021) dalam penelitiannya didapatkan dari 13 siswi yang mengalami disminore setelah

dilakukan terapi kompres hangat didapatkan 8 orang (61,8%) mengalami nyeri ringan. *International Association for the Study of Pain* (2007) dalam Larasati (2016) yang menjelaskan untuk mengatasi nyeri haid ini dapat digunakan obat anti inflamasi non-steroid untuk mengurangi gejala yang ditimbulkan. Penanganan dismenore dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu dengan terapi farmakologis dan terapi non-farmakologis. Terapi farmakologis dasar dapat dengan pemberian obat anti inflamasi non-steroid (NSAID). Sedangkan untuk terapi nonfarmakologis terdapat beberapa cara yaitu dengan kompres air hangat, olah raga, dan tidur cukup. Sehingga peneliti berasumsi kompres hangat merupakan salah satu terapi nonfarmakologis yang mampu mengurangi intensitas skala nyeri hingga kategori skala ringan.

3. Berdasarkan skala nyeri pada *pretest* kelompok eksperimen didapatkan paling banyak mengalami nyeri sedang sebanyak 16 orang (94,1%). Penelitian dilakukan oleh Salbiah (2014) juga menemukan sebanyak 56 responden hasil penelitian skala nyeri sebelum perlakuan (*pre*) yang paling banyak ditemui pada skala nyeri 4-6 atau berada pada kategori nyeri sedang yaitu sebanyak 37 responden dengan persentase 66,1%. Hal ini sesuai dengan teori Dahliana (2021) yang menjelaskan cara mengurangi nyeri menstruasi terdapat dua tindakan yaitu secara farmakologis dan non farmakologis. Salah satu intervensi keperawatan untuk menurunkan nyeri adalah kompres hangat, yaitu memberikan rasa hangat pada daerah tertentu dengan menggunakan kantung berisi air hangat yang menimbulkan rasa hangat pada bagian tubuh yang memerlukan. Sehingga peneliti berasumsi bahwa skala nyeri sebelum dilakukan intervensi dominasi skala nyeri sedang.
4. Berdasarkan skala nyeri pada *posttest* kelompok eksperimen didapatkan juga paling banyak mengalami nyeri sedang sebanyak 12 orang (70,6%). Menurut Maidartati (2018) dalam penelitiannya menemukan setelah dilakukan terapi kompres hangat, sebagian besar yang mengalami nyeri ringan yaitu 33 orang (70.2%). Dalam teori Anugraheni & Wahyuningsih (2013) yang menjelaskan penggunaan dari kompres hangat dapat membuat sirkulasi darah lancar, vaskularisasi lancar dan terjadi vasodilatasi yang membuat relaksasi pada otot karena otot mendapat nutrisi yang dibawa oleh darah sehingga kontraksi otot menurun. Pemberian intervensi dilakukan dengan kombinasi kompres cengkeh yang mana pada penelitian Anggitasari (2016) yang menjelaskan terapi kompres cengkeh merupakan salah satu tindakan non farmakologis dengan cara pemberian kompres hangat untuk mengurangi nyeri.

Dimana didalam cengkeh terdapat senyawa aktif yang dapat menurunkan intensitas nyeri. Sehingga peneliti berasumsi bahwa skala nyeri sebelum dilakukan intervensi adalah skala nyeri sedang, skala nyeri berkurang setelah diberikan intervensi kompres hangat cengkih yang artinya ada pengaruh dari intervensi kompres hangat cengkih.

5. Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Cengkih Terhadap Dismenorea Pada Angkatan 2018 STIKES Bethesda YAKKUM Yogyakarta tahun 2022. Hasil analisis uji *Mann Whitney U* pada tabel 13 diperoleh *p-value* sebesar  $0,000 < 0,05$ , yang dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat biasa dan kompres hangat cengkih. Hal ini dapat dilihat dari nilai *mean rank* skala nyeri pada kelompok ekperimen sebelum dan sesudah perlakuan yaitu pada hasil *pre test* adalah 25,82 dan pada hasil *post test* adalah 8,18 kemudian hasil nilai *mean rank* skala nyeri pada kelompok kontrol *pre test* adalah 24,50 dan *post test* adalah 8,50 yang menunjukkan bahwa kedua perlakuan pada masing-masing kelompok mengurangi nyeri dismenorea. Hasil analisis tersebut juga membuktikan bahwa kompres hangat cengkih lebih berpengaruh dalam menurunkan nyeri dismenorea dengan hasil *p-value* 0,000 ,maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya ada pengaruh pemberian kompres hangat cengkih terhadap penurunan dismenorea. Sehingga peneliti berasumsi bahwa terapi nonfarmakologias salah satunya kompres hangat cengkih dapat berpengaruh pada dismenorea seorang wanita dengan kategori nyeri ringan hingga sedang.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, hasil yang didapatkan yaitu ada pengaruh pemberian kompres hangat cengkih terhadap dismenorea pada mahasiswi tahun 2022.

Saran bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengupgrade SOP yang digunakan sehingga proses intervensi berjalan sesuai dengan maksud dan tujuan pemberian intervensi tersebut.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terimakasih Kepada Institusi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta sebagai tempat saya untuk menimba ilmu sehingga memperoleh wawasan yang luas, kepada kedua orang tua,

keluarga besar dan teman-teman yang telah mendoakan, memberikan dukungan dan motivasi dan kepada Ibu Nimsi Melati, S. Kep., Ns., MAN selaku Pembimbing sekaligus mentor saya yang selalu sabar membimbing serta memotivasi untuk terus berproses sampai akhir.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anugraheni, V. M. D., & Wahyuningsih, A. (2013). Efektivitas kompres hangat dalam menurunkan intensitas nyeri dysmenorrhea pada mahasiswi STIKES RS Baptis Kediri. *Efektivitas Kompres Hangat Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Dysmenorrhea Pada Mahasiswi STIKES RS Baptis Kediri*, 6(1), 1–10. <http://puslit2.petra.ac.id/ejournal/index.php/stikes/article/view/18838/18533>
- çimen, sabri. (2021). *Pengaruh kompres cengkeh terhadap nyeri rheumatoid arthritis pada lansia di banjar uma anyar desa pejeng kaja tampaksiring*. 6.
- Larasati, T. A., A., & Alatas, F. (2016). Dismenore Primer dan Faktor Risiko Dismenore Primer pada Remaja. *Majority*, 5(3), 79–84.
- Maidartati, Hayati, S., & Hasanah, A. P. (2018). Pengurangan dismenorea dengan kompres hangat. *Nal Keperawatann*, VI(2), 156–165.
- Marini, R. (2018). Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Dan Massage Effleurage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 13 Medan Tahun 2018. *Skripsi*, 1–76.
- Meinika, H. (2021). *Perbedaan Pemberian Aromaterapi Lemon Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Haid (Dismenore) Pada Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuala Lempuing Kota Bengkulu Tahun 2021*. 1–103.
- Ningrum, I. O. (2018). *Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Dismenore Pada Remaja Putri Di Smp N 1 Bandongan*. <http://eprintslib.umngl.ac.id/id/eprint/2849>
- Salbiah. (2014). Penurunan Tingkat Nyeri Saat Menstruasi Melalui Latihan Abdominal Stretching. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 72–82.
- Saletti-cuesta, L., Abraham, C., Sheeran, P., Adiyoso, W., Wilopo, W., Brossard, D., Wood, W., Cialdini, R., Groves, R. M., Chan, D. K. C., Zhang, C. Q., Josefsson, K. W., Cori, L., Bianchi, F., Cadum, E., Anthonj, C., NIH Office of Behavioral and Social Sciences, Deci, E. L., Ryan, R. M., ... IOTC. (2020). Tingkat Dismenore Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Putri Literature Review. *Sustainability (Switzerland)*, 4(1), 1–9.
- Sari, I. K., Morika, H. D., & Nur, S. A. (2020). Seminar nasional syedza saintika. *Syedza*



- Saintika*, 57–58. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/PSNSYS>
- Studi, P., Pendidik, B., Diploma, J., & Kesehatan, F. I. (2016). *Bidan Pendidik Universitas ‘ Aisyiyah Yogyakarta Bidan Pendidik Universitas*.
- Susanti, H. D., Ariani, T. A., & Putri, R. (2017). Hubungan Dukungan Sosial (Social Support) dengan Minat Ibu Hamil Mengikuti Program Senam Hamil Relationship of Social Support With Women Interest In Following Pregnancy Gymnastic. *Prosiding Rapat Kerja Fakultas Ilmu Kesehatan*, 41–50.
- Widyanti, N. M., Resiyanti, N. K. A., & Prihatiningsih, D. (2021). Gambaran Penanganan Dismenorea Secara Non Farmakologi Pada Remaja Kelas X di SMA Dwijendra Denpasar. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(6).