

UNIVERSITAS AISYIYAH PALEMBANG
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN

Karya Tulis Ilmiah, November 2025

Yolanda Amylisha

**PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP INTENSITAS NYERI
DISMENORE PADA REMAJA DI SMA AISYIYAH 1 PALEMBANG
TAHUN 2025**

(XIX+43 halaman, 5 tabel, 4 bagan, 2 gambar, 9 lampiran)

ABSTRAK

Latar Belakang: Dismenore adalah keluhan nyeri haid yang sering dialami remaja dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Salah satu metode nonfarmakologis untuk mengatasi nyeri adalah kompres hangat yang bekerja melalui vasodilatasi sehingga meningkatkan aliran darah dan merelaksasi otot rahim. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh kompres hangat terhadap intensitas nyeri dismenore pada remaja di SMA Aisyiyah 1 Palembang Tahun 2025. **Metode:** Penelitian menggunakan metode desain Quasi Eksperimen dengan Two Group Pre-Test and Post-Test Non Equivalent Control Group Design. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan nyeri yang signifikan pada kelompok eksperimen dibandingkan kelompok kontrol ($p < 0,05$). **Kesimpulan:** Dapat disimpulkan bahwa kompres hangat efektif menurunkan intensitas nyeri dismenore pada remaja di SMA Aisyiyah 1 Palembang.

Kata Kunci : Dismenore, Kompres Hangat, Nyeri Menstruasi

Daftar Pustaka : 2020 – 2025

AISYIAH UNIVERSITY PALEMBANG
DIPLOMA III MIDWIFERY STUDY PROGRAM

Scientific Paper, November 2025

Yolanda Amylisha

**THE EFFECT OF WARM COMPRESS ON DYSMENORRHEA PAIN
INTENSITY AMONG ADOLESCENTS AT SMA AISYIAH 1
PALEMBANG IN 2025**

(XIX+43 pages, 5 tables, 4 charts, 2 figures, 9 appendices)

ABSTRACT

Background: Dysmenorrhea is a menstrual pain complaint commonly experienced by adolescents and can disrupt daily activities. One of the non-pharmacological methods to reduce pain is the application of warm compresses, which work through vasodilation to increase blood flow and relax uterine muscles. **Objective:** This study aims to determine the effect of warm compresses on the intensity of dysmenorrhea pain among adolescents at SMA Aisyiah 1 Palembang in 2025. **Methods:** This study used a Quasi-Experimental design with a Two Group Pre-Test and Post-Test Non-Equivalent Control Group Design. Data were analyzed using the Wilcoxon test. **Results:** The findings showed a significant reduction in pain intensity in the experimental group compared to the control group ($p < 0.05$). **Conclusion:** Warm compresses are effective in reducing dysmenorrhea pain intensity among adolescents at SMA Aisyiah 1 Palembang.

Keywords: Dysmenorrhea, Warm Compress, Menstrual Pain

References: 2020–2025