

**Martha Siti Handayani.** (2009). Efektivitas Pemberian Kompres Jahe Hangat dan Kompres Air Hangat Terhadap Tingkat Nyeri Menstruasi Pada Mahasiswi di Dukuh Geblagan Rt 04 Tegal Wangi Tamantirto Kasihan Bantul Yogyakarta. Karya Tulis Ilmiah. Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

**Pembimbing :**

Novita Kurnia Sari, S.Kep.,Ns.

## INTISARI

Rasa nyeri merupakan mekanisme dari pertahanan tubuh yang mana timbul bila ada jaringan rusak dan hal ini akan menyebabkan individu bereaksi dengan cara memindahkan stimulus nyeri tersebut. Nyeri terjadi karena adanya rangsangan yang sampai ke otak melalui unsur penerima yang disebut reseptor nyeri atau nosiseptor. Nyeri terbagi menjadi dua yaitu nyeri akut dan nyeri kronik. Nyeri menstruasi atau *dysmenorrhea* merupakan salah satu jenis nyeri akut. Nyeri semakin hebat ketika bekuan atau potongan jaringan dari lapisan rahim melewati serviks atau leher rahim terutama bila salurannya sempit.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas pemberian kompres jahe hangat dan kompres air hangat terhadap tingkat nyeri menstruasi pada mahasiswi di Dukuh Geblagan Rt 04 Tegal Wangi Tamantirto Kasihan Bantul Yogyakarta. Jenis penelitian yang digunakan adalah *True Experiment* dengan perancangan *Pre Test-Post Test With Control Group*. Pemilihan responden menggunakan teknik kuota atau *quota sample* didapatkan 15 orang sebagai kelompok eksperimen dan 15 orang sebagai kelompok kontrol. Instrumen penelitian ini adalah lembar observasi berupa skala nyeri menurut Mc Gill Melzack.

Hasil analisis statistik menggunakan uji Wilcoxon didapatkan selisih  $\Delta$  *mean pre test* dan *post test* kelompok eksperimen sebesar 4.33 dengan nilai signifikansi 0.001, nyeri sedang menurun dari 11 orang (73,33%) menjadi 1 orang (6,67%). Hasil uji *Mann-Whitney* didapatkan *mean* pada *post test* kelompok kontrol sebesar 2.27 dan kelompok eksperimen sebesar 0.80 serta nilai  $\Delta$  *mean* sebesar 1.47 dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 ( $p < 0.05$ ).

Kesimpulan penelitian ini adalah pemberian kompres jahe hangat memberikan efektifitas yang lebih besar dari pada pemberian kompres air hangat dalam menurunkan tingkat nyeri menstruasi dengan nilai signifikansi sebesar 0.001 dan *mean* sebesar 4.33 pada uji Wilcoxon. Uji *Mann-Whitney*, nilai *mean* sebesar 0.80 dan nilai signifikansi sebesar 0.000.

**Kata kunci:** Nyeri Menstruasi, Kompres Hangat, Jahe