JURNAL MIDWIFERY

Vol .. No ..., Issue Year

EFEKTIVITAS PEMBERIAN EDUKASI TENTANG KOMPRES HANGAT TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA DALAM PENANGANAN DISMENORE DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PILOHAYANGA

EFFECTIVENESS OF PROVIDING EDUCATION ABOUT WARM COMPRESS ON ADOLESCENTS' KNOWLEDGE IN HANDLING DYSMENORRHEA IN THE WORKING AREA OF PILOHAYANGA PUBLIC HEALTH CENTER

[1]Faradilah Khairun Nisa Daud, [2]Sri Mulyaningsih, [3]Levana Sondakh, [4]Rizky Nikmathul Husna Ali

ABSTRAK

Dismenore merupakan salah satu masalah kesehatan reproduksi yang umum dialami oleh remaja putri dan berdampak pada aktivitas sehari-hari, kualitas hidup, serta prestasi akademik. Tingginya angka kejadian dismenore baik secara global dan nasional menunjukkan perlunya upaya penanganan yang efektif, salah satunya melalui edukasi kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian edukasi tentang kompres hangat terhadap pengetahuan remaja dalam penanganan dismenore diwilayah kerja Puskesmas Pilohayanga. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain pre-experimental dengan pendekatan one group pretest-posttest. Sampel penelitian berjumlah 32 remaja putri yang dipilih sesuai kriteria inklusi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi mengenai kompres hangat sebagai salah satu metode non farmakologis dalam penanganan dismenore dengan nilai p-value sebesar 0,000 (p<0,05). Pengetahuan yang baik dipengaruhi oleh keefektifan edukasi dan informasi yang didapatkan baik secara lisan maupun tulisan. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi tentang kompres hangat efektif dalam penanganan dismenore.

ABSTRACT

Dysmenorrhea is one of the reproductive health problems commonly experienced by adolescent girls and may affect daily activities, quality of life, and academic achievement. The high prevalence of dysmenorrhea at both global and national levels indicates the need for effective management efforts, one of which is through health education. This study aimed to determine the effectiveness of warm compress education in improving adolescents' knowledge of dysmenorrhea management in the working area of Pilohayanga Public Health Center. This study employed a quantitative method with a pre-experimental design, using a one-group pre-test and post-test. The research sample consisted of 32 adolescent girls who met the inclusion criteria. Data were collected using a questionnaire to assess knowledge levels before and after the educational intervention. The data were analyzed using the Wilcoxon test. The results showed an increase in adolescents' knowledge after receiving education on warm compresses as a non-pharmacological method for managing dysmenorrhea, with a p-value of 0.000 (p <0.5). Good knowledge was influenced by the effectiveness of education and by the information received, both orally and in writing. In conclusión, education on warm compresses was effective in improving adolescents' knowledge of dysmenorrhea management.

[1] Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Korespondensi e-mail: srimulyaningsih@umgo.ac.id

Submitted: (Diisi oleh pengelola)
Revised: …….
Accepted: ……

How to Cite:

(diisi oleh pengelola jurnal)

Kata Kunci:
Edukasi, Kompres Hangat, Dismenore, Pengetahuan, Remaja Putri

Keywords:
Dysmenorrhea; Warm Compress; Health Education; Adolescents; Knowledge

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari usia anak menuju dewasa. Pada masa remaja terjadi pertumbuhan yang cepat, yang ditandai dengan perubahan fisik, psikis dan

DOI: Diisi oleh pengelola jurnal
Email : jurnal.midwifery@uin-alauddin.ac.id

Copyright 2025 © the Author(s)
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercialShareAlike 4.0 International License

perkembangan organ-organ reproduksi. Pada masa perkembangan reproduksi disebut dengan masa pubertas dan salah satu tanda pubertas ditandai dengan permulaan menstruasi yang terjadi pada perempuan (Apriliani et al., 2024).

Menstruasi merupakan proses terjadinya pendarahan secara periodik dan siklus dari uterus yang disertai dengan adanya pelepasan (deskuamasi) endometrium. Pendarahan haid merupakan hasil dari interaksi kompleks yang terjadi dengan melibatkan sistem hormon dengan tubuh, seperti hipotalamus, hipofisis, ovarium dan juga uterus. Banyak remaja putri yang mengeluhkan banyak hal yang dialami ketika masa menstruasi diantaranya adalah nyeri dismenore (Luthfiannisa, 2024).

Dismenore atau dikenal dengan nyeri haid merupakan salah satu masalah kesehatan reproduksi yang umum dialami oleh perempuan usia produktif terutama remaja putri. Pada fase menstruasi yang ditandai dengan nyeri perut bagian bawah. Dismenore terjadi karena dinding rahim berkontraksi ketika meningkatnya hormon prostaglandin, proses pelepasan dinding rahim ini dibantu oleh hormon tersebut sehingga menyebabkan nyeri. Meskipun menstruasi ialah proses alamiah yang dialami oleh perempuan, namun saat menstruasi dapat terjadi beberapa gangguan menstruasi, gangguan menstruasi ini biasanya menyebabkan ketidaknyamanan fisik bagi seorang perempuan yang dapat mengganggu aktivitas (Hilinti, 2024).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) tahun 2022, kejadian dismenorea sebesar 1.769.425 (90%) wanita yang menderita dismenorea, dengan 10% sampai 16% menderita dismenorea berat. Angka kejadian dismenorea di dunia sangat tinggi dan rata-rata lebih dari 50% remaja putri menderita dismenorea primer (Riskesdas, 2024). Prevalensinya secara umum lebih tinggi pada perempuan muda dalam kelompok usia 17 sampai 24 tahun yakni diperkirakan 60%-90% remaja putri yang mengalami dismenorea.

Dismenore memberikan dampak yang cukup tinggi terhadap wanita, yang mengakibatkan terjadinya keterbatasan aktivitas sehari-hari, kurang tidur, dampak negatif terhadap mood, kecemasan dan depresi, serta penurunan prestasi akademik pada remaja. Kejadian yang sering dialami oleh wanita yaitu dismenore primer yang merupakan kondisi yang terjadi karena adanya perubahan hormon prostaglandin yang diproduksi oleh tubuh. Hormon tersebut dapat memicu rahim untuk meluruhkan lapisannya melalui kontraksi rahim sehingga menimbulkan rasa nyeri pada perut bagian bawah. (Kusuma, 2025).

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Clariza dan Eska (2024), bahwa dilakukan kompres hangat pada remaja putri yang dilakukan pada hari pertama dan kedua menstruasi didapatkan hasil kompres hangat efektif dalam membantu menurunkan skala nyeri dismenore. Penggunaan kompres hangat yang dapat membantu mengurangi skala nyeri menstruasi atau dismenore karena kompres hangat menimbulkan rasa hangat pada bagian tubuh yang terasa nyeri, sehingga dapat merileksasikan otot perut. Kompres hangat ini cukup efesien dan efekitf dalam menurunkan nyeri menstruasi (Clariza et al, 2024).

Berdasarkan pengambilan data awal yang dilaksanakan pada bulan Agustus tahun 2025 di wilayah kerja Puskesmas Pilohayanga, didapatkan jumlah seluruh remaja putri yaitu 604 orang. Penulis melakukan wawancara secara langsung pada 10 remaja putri, didapatkan 7 dari 10 orang menderita gangguan dismenore.

Berdasarkan latar belakang penelitian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul ”Efektivitas Pemberian Kompres Hangat Rebusan Serai (Cymbopogon Citratus) Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di Puskesmas Pilohayanga”. Penelitian ini berfokus pada pemahaman tentang penggunaan kompres hangat air rebusan batang serai sebagai cara mengurangi nyeri dismenore pada remaja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode pendekatan kuantitatif merupakan pendekatan yang digunakan untuk menguji teori-teori tertentu dengan meneliti hubungan antara dua atau lebih variabel yang dapat diukur dengan instrumen yang digunakan dalam penelitian (Gilang Ramadan, 2024). Penelitian ini merupakan jenis penelitian pre-eksperimental dengan one group pretest-postest design.

Populasi yang didapatkan pada bulan Agustus 2025 di wilayah kerja Puskesmas Pilohayanga yaitu sebanyak 120 remaja putri dengan masalah dismenore sedangkan sampel berjumlah sebanyak 32 responden dengan 1 kelompok intervensi. Jumlah sampel penelitian didapatkan berdasarkan perhitungan menggunakan rumusan besaran yaitu rumus Arikunto (Ranindya Masyara Gustiary, 2020).

HASIL PENELITIAN

Tabel 1
Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah (n)	Persentase(%)
Usia		
13 tahun	14	43,75%
14 tahun	11	34,38%
15 tahun	7	21,68%
Total	**32**	**100%**
Tingkat Pendidikan		
SMP	24	75%
SMA	8	25%
Total	**32**	**100%**

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari total 32 responden berada pada rentang usia remaja antara 13-15 tahun. Sebagian besar responden berusia 13 tahun yaitu sebanyak 14 responden (43,75%), usia 14 tahun sebanyak 11 responden (34,38%), dan usia 15 tahun sebanyak 7 responden (21,88%). Data menunjukkan bahwa mayoritas responden masih berada pada fase perkembangan remaja, dimana terjadi perubahan hormon yang signifikan dan sering kali memicu terjadinya keluhan menstruasi seperti dismenore. Hasil ini sejalan dengan teori Kemenkes (Kemenkes RI, 2023) yang menyatakan bahwa remaja merupakan periode transisi dengan perubahan fisiologis.

Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden berpendidikan SMP yaitu sebanyak 24 orang (75%) dan responden berpendidikan SMA sebanyak 8 orang (25%). Data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih pada tahap pendidikan menengah pertama yang sejalan dengan rentang usia remaja madya (13- 15 tahun). Hal ini

berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan awal responden mengenai kesehatan reproduksi dan penanganan dismenore.

Tabel 2
Distribusi Pengetahuan Sebelum Edukasi (*Pre-test)*

Pengetahuan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Baik	3	9,38%
Cukup	11	34,38%
Kurang	18	56,26%
Total	**32**	**100%**

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa sebelum dilakukan pemberian edukasi tentang penanganan dismenore dengan kompres hangat, hasil menunjukkan terdapat 3 responden (9,38%) memiliki pengetahuan dengan kategori baik. Data menunjukkan sebagian kecil responden dengan tingkat pengetahuan yang baik. Responden yang Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian respoden dalam penelitian ini memiliki pengetahuan cukup. Tetapi responden dengan tingkat pengetahuan dengan kategori kurang yaitu sebanyak 18 orang (56,25%) yang menunjukkan bahwa masih banyak remaja yang kurang mengetahui atau belum mendapatkan informasi dan edukasi tentang dismenore dan penanganan dismenore dengan kompres hangat.

Tabel 3
Distribusi Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pemberian Edukasi

Pengetahuan	Pre-Test n (%)	Post-Test n (%)
Baik	3 (9,38%)	27 (84,38%)
Cukup	11 (34,38%)	3 (9,38%)
Kurang	18 (56,26%)	2 (6,25%)
Total	**32 (100%)**	**32 (100%)**

Berdasarkan tabel 6, terdapat perbandingan tingkat pengetahuan responden. Sebelum edukasi, sebagian besar rersponden berada pada kategori pengetahuan kurang yaitu sebanyak 18 responden (56,25%). Kemudian, setelah dilakukan pemberian edukasi hasilnya sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan baik yaitu sebanyak 27 responden (84,38%). Tetapi terdapat hasil pengetahuan responden masih dalam kategori cukup (9,38%) dan kategori kurang (6,25%). Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya kurangnya pemahaman dari responden yang kemungkinan dipengaruhi oleh usia dan tingkat pendidikan. Usia yang relatif muda, kemampuan memahami informasi masih berkembang, dan tingkat pendidikan juga mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menerima dan mengolah informasi.

Tabel 4
Pengaruh Kompres Air Hangat Terhadap Pengetahuan Remaja

Pengetahuan	N	*Mean*	Selisih Mean	Min	Max	*p-value*
Pre-test	32	1.53 (0.671)	1.25	1	3	0.000
Post-test	32	2.78 (0553)		1	3	

Berdasarkan hasil analisis bivariat pada tabel 4 diatas, diperoleh hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test rata-rata pengetahuan remaja putri sebelum diberikan edukasi yaitu 1.53, kemudian meningkat setelah diberikan edukasi menjadi 2.78 dengan hasil selisih mean pre-post test yaitu 1.25. Hasil menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 dimana lebih kecil dari 0.05

(*p<0,05).* Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang kompres hangat dalam penanganan dismenore. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi tentang kompres hangat berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden berada pada rentang usia 13–15 tahun. Pada fase ini, remaja mengalami perubahan biologis dan hormonal yang signifikan, khususnya berkaitan dengan sistem reproduksi. Hal ini sejalan dengan penelitian Yusuf Adi Saputra, dkk (2020) yang menyatakan bahwa karakteristik responden dengan rentang usia 13-14 tahun mengalami perubahan fisik yang ditandai dengan perubahan seks pimer yang ditandai dengan kematangan organ reproduksi dengan mengalami menstruasi. Perubahan hormonal tersebut seringkali menyebabkan munculnya keluhan dismenore pada saat menstruasi, sehingga kelompok usia ini menjadi populasi yang tepat dalam penelitian mengenai penanganan dismenore.

Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden berpendidikan SMP, sedangkan sebagian lainnya berpendidikan SMA. 48 Tingkat pendidikan berperan penting dalam kemampuan individu menerima dan mengolah informasi. Remaja dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki kemampuan berpikir yang lebih matang, sehingga lebih mudah memahami materi edukasi yang diberikan. Namun demikian, remaja dengan pendidikan menengah juga tetap membutuhkan pendampingan dan penyampaian materi yang sederhana agar informasi dapat diterima dengan baik.

2. Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Edukasi

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi kompres hangat, tingkat pengetahuan remaja putri dalam kateogri baik sebanyak 9,38% dan pengetahuan dalam kategori cukup sebanyak 34,38%. Tetapi sebagian besar masih berada pada kategori kurang sebanyak 56,25% dengan nilai mean sebesar 1,53. Setelah diberikan edukasi kompres hangat, hasil menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan remaja putri pada kategori baik sebanyak 84,38% dengan nilai mean sebesar 2,78.

Selain itu, minimnya program Pendidikan kesehatan disekolah juga menyebabkan informasi yang diterima menjadi terbatas. Faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan adalah informasi dan Pendidikan. 49 Menurut penelitian sebelumnya, informasi akan memberikan pengaruh pada pengetahuan seseorang. Kurangnya informasi menyebabkan sebagian responden belum banyak mengetahui tentang dismenore dan penanganannya baik melalui edukasi kesehatan atau media lainnya. Selain itu, dikarenakan remaja putri tidak mau mencari informasi dan cenderung menutup diri serta tidak mudah dalam menerima informasi yang didapat (Marliany et al., 2023).

Tingkat pengetahuan responden dengan kategori baik sebelum diberikan edukasi menggambarkan bahwa tidak menutup kemungkinan pengetahuan yang dimiliki seseorang dapat berasal dari pengetahuan yang telah dimiliki sebelumnya, pengalaman pribadi maupun orang lain, dan beberapa faktor lainnya yang dapat membentuk pengetahuan seseorang. Pola tangkap dan daya ingat seseorang akan lebih matang dipengaruhi juga oleh tingkat pendidikan. Pendidikan yang semakin tinggi berpengaruh pada tingkat pemahaman yang luas (Haifa et al., 2025).

2. Analisis Pengaruh Edukasi Tentang Kompres Hangat Terhadap Pengetahuan Remaja Dalam Penanganan Dismenore

Berdasarkan hasil analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian edukasi kompres hangat terhadap pengetahuan remaja putri dalam penanganan dismenore. Hasil uji statistik diperoleh nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi.

Setelah diberikan intervensi edukasi, masih terdapat rresponden dengan tingkat pengetahuan pada kategori cukup (9,38%) dan kurang (6,25%). Hal ini disebabkan oleh kurangnya minat belajar dan pemahaman informasi mengenai dismenore dan penanganan menggunakan kompres hangat. Kurangnya pengetahuan juga bisa disebabkan oleh kurangnya pengalaman dan keterpaparan remaja terhadap suatu informasi yang dapat mengubah dan mempengaruhi pengetahuan, sikap dan perilaku yang dimiliki (Rosalina et al., 2023).

Pengetahuan yang baik juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan seseorang. Pendidikan yang semakin tinggi dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan dan pemahaman yang lebih luas dan secara psikologis remaja akan mampu membedakan mana hal yang harus dipikirkan dan yang tidak harus dipikirkan, remaja mampu berpikir secara logis yang berorientasi pada pemecahan masalah, kemampuan menyusun rencana untuk mengantisipasi 51 dan memiliki daya untuk menguji pemecahan masalah. Maka, semakin tinggi tingkat pendidikan, seseorang semakin mudah menerima informasi (Sari & Dewi, 2025).

Tingkat pengetahuan responden yang masih dalam kategori kurang ini juga dipengaruhi oleh usia yang mana ditemukan usia responden pada kategori tersebut masih berusia 13 tahun. Responden dengan tingkat pengetahuan kategori baik lebih banyak pada usia 14 dan 15 tahun. Hal ini sejalan dengan teori Rindayu Bidara, dkk (2025) yang mengemukakan bahwa secara umum semakin bertambahnya usia remaja, semakin besar peluangnya dalam memperoleh informasi dari berbagai sumber, baik melalui institusi pendidikan formal, maupun lingkungan sosial. Semakin bertambahnya usia maka akan mampu berpikir secara abstrak dan logis serta berpotensi meningkatkan keterlibatan remaja dalam kegiatan pendidikan ataupun edukasi tentang kesehatan reproduksi (Bidara et al., 2025).

Remaja cenderung memilih cara mandiri dalam mengatasi dismenore primer terutama menggunakan non farmakologi. Melalui pemberian intervensi edukasi kompres hangat dapat memberikan bekal pengetahuan baru yang dapat mendorong remaja untuk lebih memahami kondisi dismenore dan memilih penanganan yang aman serta mudah dilakukan secara mandiri. Hal ini berkaitan dengan teori penelitian oleh Sri Wahyuningsih dan Fidyawati (2021) yang menyatakan bahwa kepemilikan pengetahuan tentang suatu hal berdampak positif pada seseorang. Teori ini mendukung penelitian ini karena kepemilikan pengetahuan tentang penanganan dismenore sangat mempengaruhi dalam kecenderungan remaja untuk memilih intervensi yang dinilai aman. Apabila memiliki pengetahuan yang tinggi tentang dismenore dan penanganannya, remaja akan dapat memanajemen atau mengelola dismenore (Hiola & Mulyaningsih, 2021).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi tentang kompres hangat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja dalam penanganan dismenore. Peningkatan pengetahuan yang terjadi setelah intervensi edukasi dipengaruhi oleh proses pemberian informasi yang terstruktur dan disesuaikan dengan kebutuhan 52 remaja. Edukasi tentang kompres hangat tidak hanya memberikan penjelasan teoritis mengenai dismenore, tetapi juga memberikan pemahaman praktis mengenai manfaat, cara kerja, dan

langkah penerapan kompres hangat sebagai metode penanganan dismenore. Informasi yang disampaikan dengan 52ahasa yang mampu dipahami dan mengguanakan media edukasi yang menarik mampu meningkatkan daya tangkap responden, sehingga pengetahuan yang diperoleh dapat diteima dengan lebih baik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Monalisa dan Sabbathismos (2022), penelitian pemberian edukasi yang dilakukan menggunakan media power point untuk memudahkan responden menerima informasi dengan baik dan terstruktur. Teori penelitian ini menyatakan bahwa pendidikan kesehatan mengenai penanganan nyeri saat menstruasi sangat penting. Pemberian edukasi yang dilakukan dengan menggunakan media power point memudahkan responden menerima informasi yang disampaikan. Hasil penelitian menunjukkan uji paired T-test nilai signifikan 0,000 < 0,05 yang berarti Pemberian edukasi tentang kompres hangat dapat meningkatkan pengetahuan remaja secara signifikan (Monalisa & Sabbathismos, 2022).

Edukasi yang disampaikan secara terstruktur dan menggunakan bahasa yang mudah dipahami dapat memudahkan remaja dalam menerima dan mengingat informasi. Hal ini sejalan dengan teori Syahla, dkk (2024) mengemukakan bahwa edukasi dinilai efesien dalam meningkatkan pengetahuan pada remaja apabila bahasa yang digunakan selama penjelasan mudah dimengerti, terdapat penekanan dan pengulangan pada beberapa bagian penting dari penjelasan, situasi yang kondusif, serta terdapat petanyaan singkat. Melalui edukasi dengan bahasa yang efektif, dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan dan tindakan remaja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori penelitian oleh Karunia, dkk (2021), yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan merupakan salah satu upaya promotif yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan. Pengetahuan yang baik akan membentuk sikap dan perilaku kesehatan yang positif. Dalam konteks dismenore, remaja yang memiliki pengetahuan yang baik diharapkan mampu memilih cara penanganan yang aman dan 53 tepat tanpa ketergantungan pada obat-obatan seperti kompres hangat. Selain itu, kompres hangat merupakan salah satu metode nonfarmakologis yang mudah, murah, dan aman. Pemberian panas pada daerah abdomen dapat meningkatkan aliran darah, merelaksasikan otot uterus, dan mengurangi ketegangan otot sehingga dapat membantu mengurangi nyeri haid. Edukasi mengenai kompres hangat tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memberikan alternatif penanganan nyeri haid yang dapat dilakukan secara mandiri oleh remaja putri (Manafe et al., 2021).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis, sebelum diberikan edukasi sebagian besar remaja putri memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang sebanyak 56,25%, kategori cukup 34,38% dan kategori baik 9,38% dengan nilai mean sebesar 1,53. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja masih memiliki pemahaman yang rendah mengenai penanganan dismenore menggunakan kompres hangat. Setelah diberikan intervensi edukasi tentang kompres hangat, terjadi peningkatan tingkat pengetahuan dimana sebagian besar berada pada kategori baik sebanyak 84,38%, kategori cukup 9,38% dan kategori kurang 6,25%, dengan nilai rata-rata meningkat menjadi 2,78%.

Berdasarkan hasil penelitian melalui uji Wilcoxon dengan nilai p-value 0,000 < 0,05, dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi tentang kompres hangat efektif meningkatkan pengetahuan remaja putri dalam penanganan dismenore.

DAFTAR PUSTAKA

Apriliani, P. E., Wathan, F. M., Dhamayanti, R., & Arif, A. (2024). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 4 Banyuasin Iii Factors Associated With the Incidence of Dysmenorrhea in Young Women At Smp Negeri 4 Banyuasin Iii. Jurnal Kesehatan Saintika Meditory, 7(1), 45–53. https://jurnal.syedzasaintika.ac.id.

Bidara, R., Nentika, C., Mamuroh, L., Mulya, A. P., & Padjadjaran, U. (2025). Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Pernikahan Dini di Komunitas: Scoping Review. 8(1). https://doi.org/10.32524/jksp.v8i1.1462.

Clariza et al. (2024). Penerapan Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Dismenore pada Remaja Putri di Desa Tanjung Sukoharjo. Jurnal Anestesi, 2(4), 149–159. https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i4.1385.

Gilang Ramadan. (2024). Pedoman Karya Tulis Ilmiah.

Haifa. (2025). Identifikasi Variabel Penelitian, Jenis Sumber Data dalam Penelitian Pendidikan.

Hilinti, Y. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Keluhan Dismenore Pada Remaja Putri the Relationship of Physical Activity With Dysmenorhore Complaints in Adolescent Women. Jnph, 12(1), 99–104.

Hiola, F. A. A., & Mulyaningsih, S. (n.d.). Studi Literatur : Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. 2021.

Kusuma, W. M. E. (2025). Hubungan Manarche, Kebiasaan Olahraga, Dan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri Kelas X Di Sman 1 Sindangbarang Kabupaten Cianjur. Indonesian Scholar Journal of Nursing and Midwifery Science (ISJNMS), 4(06), 203–209. https://doi.org/10.54402/isjnms.v4i06.67Kemenkes RI. (2023). Mengenal Perubahan Fisiologis Hormon pada Masa Pubertas.

Luthfiannisa, A. (2024). Literatur Review : Korelasi Terapi Farmakologi dan NonFarmakologi terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi/Dismenore di Daerah Karawang. Jurnal Sehat Mandiri, 19(2), 107–116. Saku, Buku. 2013. *Pelayanan Kesehatan Ibu Di Fasilitas Kesehatan Dasar Dan Rujukan*.

Marliany, H., Sukmawati, I., Septiani, H., & Nurhidayah, A. S. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Dismenore Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri. 5(1).Saleha, Siti. 2009. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.

Monalisa & Sabbathismos. (2022). PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG KOMPRES HANGAT DALAM MENGURANGI DISMENORE DI SMA ADVENT TOMPASO. 2(2), 177–184

Ranindya Masyara Gustiary, D. I. (2020). Hubungan Antara Gaya Belajar Dan Jenis Kelamin Terhadap Hasil Belajar Matematika. 7(1), 29–38.

Rosalina, G., Raya, P., Raya, P., Raya, P., Breathing, S. D., & Caesarea, S. (n.d.). Pengetahuan Remaja tentang Risiko Pernikahan Dini.

Sari, Y. N., & Dewi, V. K. (2025). Hubungan Pengetahuan dan Tingkat Pendidikan WUS dengan Pemeriksaan IVA di Puskesmas Cempaka Kota Banjarmasin Tahun 2024. 1(8), 1245–1254.