

**Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Kering terhadap
Tingkat Nyeri Pada Saat Menstruasi di Panti Asuhan
Putri 'Aisyiyah Yogyakarta 2004**

*Effect of Giving Dry-Warm Compress to Pain Level
in Menstruation at House for Women
'Aisyiyah Yogyakarta 2004*

Fitri Arofiati*, Ami Kurniasih**

*Bagian Keperawatan Medikal Bedah PSIK, **Mahasiswa PSIK
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Abstract

This research titled " Effect of Giving Dry-Warm Compress to Pain Level in Menstruation at House for Women 'Aisyiyah Yogyakarta 2004 ". Dry-warm compress is independent variable and pain level is dependent variable. Dry-warm compress is one of non-pharmacological management to diminish or eliminate pain level when woman is at menstruation. Menstruation is a cyclic bleeding that experienced by woman and usually followed by pain. Aim of this research is to know about effect of giving compress to pain level in menstruation.

Type of this research is observational experiment, with true design, Pre-Post Test Design with Control Group. Number of sample was 30 respondent. It was divided 15 respondent in controle group and 15 respondent in experiment group. The rest was in experiment that taken randomly. The used instrument is pain scale observation according to Mc-Bill Melzack. Result of this research was tested by t-test aided by application of SPSS for Windows release 11.0.

Result of this research can be estimated t-test of 3,272 and significance level 0,003. Based on significance level was less than 0,01, so it can be concluded that it has difference between pain level on experiment group of significance 0,01 or there is an effect of giving dry-warm compress to pain level in menstruation. Suggestion of this research was expected that dry-warm compress continued to be developed and given in handling pain problem.

Keywords : dry-warm compress-pain level-menstruation

Abstrak

Penelitian ini berjudul " Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Kering terhadap Tingkat Nyeri pada saat Menstruasi di Panti Asuhan Putri 'Aisyiyah Yogyakarta 2004 ". Kompres hangat kering sebagai variabel bebas dan tingkat nyeri pada saat menstruasi sebagai variabel terikat. Kompres hangat kering merupakan salah satu manajemen non farmakologi untuk mengurangi atau menghilangkan tingkat nyeri saat menstruasi. Menstruasi merupakan perdarahan secara siklik yang dialami oleh wanita dan biasanya disertai rasa nyeri. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres hangat kering terhadap tingkat nyeri pada saat menstruasi.

Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan *design true experimen*, dengan *Pre-Post Tes with Contole Group*. Jumlah sampel 30 responden, masing-masing 15 responden untuk kelompok kontrol dan 15 untuk kelompok eksperimen yang diambil secara acak atau random. Instrumen yang digunakan adalah formulir observasi skala nyeri menurut Mc-Bill Melzack. Hasil penelitian diuji dengan uji t-test dengan bantuan aplikasi *SPSS for Windows release 11,0*.

Hasil analisis di dapatkan t- hitung sebesar 3,272, signifikan 0,003. Berdasar nilai signifikan yang kurang dari 0,01 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat nyeri pada kelompok eksperimen pada taraf signifikan 1 % atau ada pengaruh pemberian kompres hangat kering terhadap tingkat nyeri pada saat menstruasi. Saran dari penelitian ini diharapkan kompres hangat kering terus dikembangkan dan diberikan dalam mengatasi masalah nyeri untuk kasus yang berbeda.

Kata kunci : Kompres hangat kering-Tingkat Nyeri-Menstruasi

Pendahuluan

Setiap orang pasti pernah mengalami nyeri dan itu merupakan alasan yang paling umum untuk mencari pertolongan kesehatan. Seseorang yang nyeri biasanya menderita dan segera mencari bentuk pertolongan. Perawat menggunakan bermacam-macam intervensi demi kenyamanan, akan tetapi perawat tidak bisa melihat dan merasakan nyeri kliennya karena nyeri bersifat subyektif.¹

Menurut Maslow, kebutuhan rasa nyaman merupakan kebutuhan dasar setelah kebutuhan fisiologis yang harus terpenuhi. Seseorang yang mengalami nyeri akan berdampak pada aktivitasnya sehari-hari. Orang tersebut akan terganggu pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidurnya, pemenuhan kebutuhan individual, juga berpengaruh pada aspek interaksi sosial yang dapat berupa menghindari percakapan, menarik diri, dan menghindari kontak.¹

Nyeri terjadi karena adanya rangsangan yang sampai ke otak melalui unsur penerima yang disebut reseptor. Rangsangan ini dapat berupa rangsangan kimiawi, mekanis atau kalor yang dapat menimbulkan kerusakan pada jaringan sehingga terlepaslah zat yang disebut mediator nyeri. Mediator ini melanjutkan pesan isyarat nyeri sampai ke pusat nyeri dalam otak besar, dimana rangsangan ini dirasakan sebagai nyeri.

Secara umum nyeri dapat dibedakan menjadi nyeri akut dan nyeri kronis menurut penyebab dan durasinya dan yang termasuk nyeri akut salah satunya adalah nyeri saat menstruasi atau biasa disebut dismenorhea.²

Nyeri saat menstruasi ditandai dengan penderitaan yang terjadi beberapa saat sebelum darah keluar dengan lancar. Hal ini mempengaruhi lebih dari 50 persen wanita pada saat tertentu dalam kehidupannya yang menyebabkan ketidakmampuan dalam beraktivitas (tidak produktif) selama 1 sampai 3 hari. Sedangkan remaja yang tidak sekolah karena dismenorhea sekitar 25 persen.³

Nyeri saat menstruasi umumnya terjadi pada remaja putri usia 15 – 25 tahun. Rasa nyeri timbul tidak lama sebelum atau bersama-sama dengan permulaan menstruasi dan berlangsung untuk beberapa jam, walaupun untuk beberapa kasus dapat berlangsung beberapa hari. Namun ada juga wanita yang mengalami nyeri mulai dari awal hingga hari terakhir menstruasi, yaitu sekitar 5 – 6 hari.⁴

Oleh karena hampir semua wanita mengalami rasa tidak enak di perut bawah sebelum dan selama menstruasi serta sering kali timbul rasa mual sehingga memaksa penderita untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan atau cara hidupnya sehari-hari untuk beberapa jam atau beberapa hari.⁵

Penyebab dari nyeri saat menstruasi dahulu disebabkan karena faktor keturunan, psikis dan lingkungan. Namun penelitian sekarang menyebutkan bahwa nyeri saat menstruasi terjadi karena pengaruh suatu zat kimia dalam tubuh yang beredar dalam darah yaitu prostaglandin. Prostaglandin ini berperan dalam mengatur berbagai proses dalam tubuh termasuk aktivitas usus, perubahan diameter pembuluh darah dan

kontraksi uterus. Bila dalam keadaan tertentu, dimana kadar prostaglandin berlebihan, maka kontraksi uterus akan bertambah. Hal ini menyebabkan terjadinya nyeri saat menstruasi.⁴

Dalam penatalaksanaan nyeri biasanya digunakan manajemen secara farmakologi atau memakai obat-obatan baik analgetika narkotika atau non narkotika serta manajemen secara non farmakologis seperti teknik distraksi, teknik relaksasi dan teknik stimulasi kulit. Teknik stimulasi kulit dapat dilakukan dengan cara pemberian kompres hangat kering.¹

Pemberian kompres hangat kering merupakan salah satu tindakan mandiri perawat. Tindakan kompres hangat kering ini bertujuan untuk melebarkan pembuluh darah sehingga memperlancar sirkulasi serta menurunkan kontraksi otot perut yang berlebihan sehingga rasa nyeri saat menstruasi dapat berkurang. Selain itu juga dapat memberikan rasa nyaman pada klien.

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 14 Nopember 2003 di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Yogyakarta dengan menggunakan metoda diskusi kelompok terpadu pada 14 orang anak SMP dan SMU dengan usia antara 13 – 18 tahun, didapatkan data bahwa dari 14 orang anak, 5 anak (35,7%) menyatakan tidak mengalami nyeri saat menstruasi dan 9 anak (64,3%) menyatakan saat menjelang sampai berlangsungnya menstruasi mengalami nyeri antara 1 – 2 hari dan cara penanggulangannya berbeda-beda setiap orang, ada yang dengan cara minum obat penghilang nyeri, tidur, bergerak, diberi minyak kayu putih serta ada yang dibiarkan saja, sedangkan penanggulangan dengan cara pemberian kompres hangat kering belum dilakukan.

Dengan memperhatikan hal-hal tersebut di atas, maka peneliti berkesimpulan untuk melakukan penelitian yang berfokus pada: Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Kering Terhadap Tingkat Nyeri Pada Saat Menstruasi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Yogyakarta.

Berdasarkan latar belakang, masalah yang dapat dirumuskan adalah: Adakah pengaruh yang bermakna antara pemberian kompres hangat kering terhadap tingkat nyeri pada saat menstruasi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Yogyakarta.

Bahan dan Cara Penelitian

Jenis penelitian ini tergolong pada jenis penelitian eksperimen untuk menilai pengaruh pemberian kompres hangat kering terhadap penurunan tingkat nyeri. Penelitian ini menggunakan desain *True Experiment* dengan perancangan *Pre Test-Post Test With Control Group* (Nursalam, 2001)

	Pretest	Perlakuan	Posttest
Kelompok Eksperimen	01	X	02
Kelompok Kontrol	01'		02'

Keterangan :

01 : Pengukuran pertama (pretest) pada kelompok eksperimen

X : Perlakuan (kompres hangat) pada kelompok eksperimen

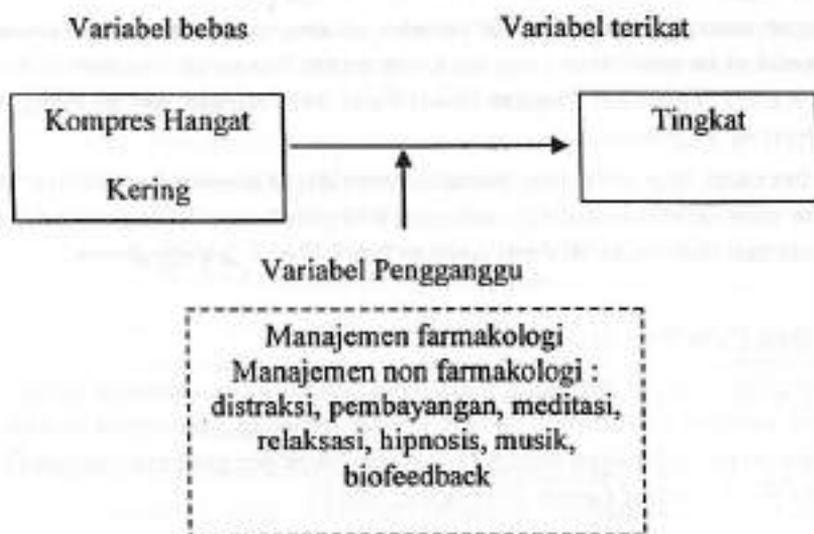
02 : Pengukuran kedua (posttest) pada kelompok eksperimen

01' : Pengukuran pertama (pretest) pada kelompok kontrol

02' : Pengukuran kedua (posttest) pada kelompok kontrol

Populasi pada penelitian ini adalah semua anak yang berjumlah 84 orang di Panti Asuhan Putri Aisyiah Yogyakarta.

Jumlah sampel dalam penelitian ini diambil sebanyak 30 anak yang mengalami nyeri saat menstruasi. 15 anak sebagai kelompok kontrol dan 15 anak sebagai kelompok perlakuan atau eksperimen yang dilakukan secara acak/random.



a. Definisi Variabel

1) Pemberian Kompres Hangat Kering adalah suatu tindakan yang dilakukan pada klien dengan memberikan sensasi rasa hangat di daerah perut dengan menggunakan buli-buli yang diisi air panas dengan suhu $40,5^{\circ}\text{C}$ - 43°C sebanyak sepertiga sampai dua pertiga bagian selama kurang lebih 20 menit dengan maksud mengurangi atau menghilangkan rasa nyeri. Skala pengukuran ini dikategorikan ke dalam skala nominal.

2) Tingkat Nyeri

Tingkat Nyeri adalah suatu nilai yang diperoleh dari suatu keadaan penurunan atau kenaikan rasa ketidaknyamanan yang diukur berdasarkan tingkat atau skala nyeri. Alat ukur pengukur nyeri yang digunakan dengan skala Numerik (Numerik Rating Scale) yang merujuk tingkatan nyeri secara verbal dengan skala 0-10. Skala pengukuran ini dikategorikan kedalam skala interval.

b. Definisi Peristilahan

Menstruasi atau haid adalah perdarahan dari rahim yang berlangsung secara faali dan mendaur.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah formulir observasi yang berisikan biodata responden dan skala nyeri menurut Mc.Bill Melzack yang digunakan pada kelompok kontrol maupun pada kelompok eksperimen serta mempergunakan Buli-buli panas untuk kompres hangat kering pada kelompok eksperimen.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metoda wawancara dan observasi pada responden tentang sensasi nyeri yang dirasakan terhadap kelompok kontrol maupun kelompok eksperimen.

Di Panti Asuhan ini semua anak yang berjumlah 84 orang dengan tingkat pendidikan SD sampai Perguruan Tinggi, usia 13-21 tahun dijadikan sebagai populasi penelitian. Setelah dilakukan penyaringan terhadap 84 orang didapatkan data bahwa 44 orang belum mengalami menstruasi sehingga dianggap gugur, sedangkan 40 orang lainnya mengalami menstruasi. Dari 40 orang dilakukan penyaringan lagi dan diperoleh data 31 orang yang memenuhi kriteria penelitian yaitu mengalami nyeri saat menstruasi yang selanjutnya diambil 30 orang sebagai sampel penelitian dengan 15 sebagai kelompok kontrol dan 15 sebagai kelompok eksperimen.

Untuk mengelompokkan antara kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen maka peneliti menggunakan sistem acak dengan cara kocokan menggunakan angka 1-30. Bagi yang mendapat angka ganjil maka dianggap sebagai kelompok eksperimen dan yang genap sebagai kelompok kontrol.

Bagi kelompok kontrol ketika nyeri saat menstruasi datang, dilakukan pengukuran tingkat nyeri yang pertama dan selanjutnya diobservasi selama 20 menit. Setelah 20 menit kemudian dilakukan pengukuran tingkat nyeri yang kedua. Bagi kelompok

eksperimen, ketika nyeri datang dan sebelum dilakukan intervensi (kompres hangat kering) maka dilakukan pengukuran tingkat nyeri yang pertama. Setelah dilakukan kompres hangat kering selama 20 menit maka dilakukan pengukuran tingkat nyeri yang kedua. Hasil dari pengukuran tingkat nyeri dicatat dan dicocokkan dengan lembar observasi skala nyeri menurut Mc.Bill-Melzack.

Skala Nyeri Menurut Mc-bill Melzack

Karakteristik	Skala	Intensitas
• Seperti dipukul, teratur	1	Nyeri Ringan
• Seperti ditembus, hilang	2	Nyeri ringan
• Seperti ditusuk	3	Nyeri ringan
• Seperti dipotong	4	Nyeri sedang
• Seperti ditekan, dijepit, tegang	5	Nyeri sedang
• Seperti ditarik-tarik	6	Nyeri sedang
• Terasa panas seolah terbakar	7	Nyeri berat
• Kesemutan, menyengat, seret ditenggorokan	8	Nyeri berat
• Sangat nyeri, bengkak, sulit digerakkan	9	Nyeri berat
• Seperti akan pecah, tegang	10	Parah

Setelah semua data terkumpul, selanjutnya dilakukan penganalisaan dengan menabulasikan data. Karena data dalam penelitian ini adalah data yang berskala nominal dan interval, maka statistik yang digunakan untuk menguji diterima atau ditolaknya hipotesis dari penelitian ini adalah statistik parametrik dengan menggunakan uji t-test dengan bantuan aplikasi *SPSS for Windows release 11.0*

Hasil dan Pembahasan

1. Gambaran Umum Responden

Dari hasil penelitian yang dilaksanakan pada bulan Maret sampai Mei 2004 didapatkan data sebagai berikut :

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Usia

No	Usia	Kelompok Kontrol	Kelompok Eksperimen	Jumlah	Prosentase (%)
1	10 -14	6	4	10	33,33
2	15 - 19	9	11	20	66,67
3	20 - 24	0	0	0	0
Jumlah		15	15	30	100

Dari tabel 2 di atas dapat diketahui bahwa usia responden terbanyak adalah antara 15 – 19 tahun yaitu 20 orang (66,67%) dan usia responden yang terkecil adalah antara 10 – 14 tahun yaitu 10 orang (33,33%).

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

No	Tingkat Pendidikan	Kelompok Kontrol	Kelompok Eksperimen	Jumlah	Prosentase (%)
1.	SD	0	0	0	0
2.	SMP	6	6	12	40
3.	SMA	9	8	17	56.67
4.	PT	0	1	1	3.33
Jumlah		15	15	30	100

Dari tabel 3 di atas, dapat diketahui bahwa tingkat pendidikan responden terbanyak adalah SMA yaitu 17 orang (56,67%) sedangkan tingkat pendidikan responden yang terkecil adalah PT yaitu 1 orang (3,33%).

2. Tingkat Nyeri

- a. Tingkat nyeri pada saat menstruasi (kelompok kontrol) sebelum dan sesudah observasi.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Pada Saat Menstruasi (Kelompok Kontrol) Sebelum dan Sesudah Observasi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Yogyakarta Mei 2004

No.	Tingkat Nyeri	Sebelum		Sesudah	
		Frekuensi	%	Frekuensi	%
1.	Ringan	3	20,00	5	33,33
2.	Sedang	10	66,67	10	66,67
3.	Berat	2	13,33	0	0
4.	Parah	0	0	0	0
	Jumlah	15	100	15	100

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diketahui bahwa tingkat nyeri sebelum observasi pada kelompok kontrol terbanyak adalah nyeri sedang (66,67%) begitu juga tingkat nyeri sesudah observasi pada kelompok kontrol terbanyak adalah nyeri sedang (66,67%).

- b. Tingkat nyeri pada saat menstruasi (kelompok eksperimen) sebelum dan sesudah observasi

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Pada Saat Menstruasi (Kelompok Eksperimen) Sebelum dan Sesudah Observasi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Yogyakarta Mei 2004

No.	Tingkat Nyeri	Sebelum		Sesudah	
		Frekuensi	%	Frekuensi	%
1.	Ringan	4	26,67	10	66,67
2.	Sedang	10	66,67	5	33,33
3.	Berat	1	6,66	0	0
4.	Parah	0	0	0	0
	Jumlah	15	100	15	100

Dari tabel di atas, dapat diketahui bahwa sebelum dilakukan tindakan kompres hangat kering terlihat tingkat nyeri klien adalah nyeri sedang (66,67%), dan sesudah dilakukan tindakan kompres hangat kering terlihat bahwa klien mengalami penurunan tingkat nyeri dari nyeri sedang (66,67%) menjadi nyeri ringan (66,67%).

3. Pengujian Hipotesis

Desain penelitian yang digunakan adalah rancangan *Pre test Post Test With Control Group* yaitu bahwa penilaian dilakukan sebelum dan sesudah responden diberi perlakuan dengan menggunakan kelompok kontrol.

- a. Pengujian Perbedaan Tingkat Nyeri Pre-Test dengan Post Test Pada Kelompok Kontrol

Hasil analisis dengan menggunakan *SPSS for Windows release 11.0* untuk uji perbedaan tingkat nyeri pasien pre-test dengan post-test pada kelompok kontrol dapat ditabulasikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 6. Tabulasi Hasil Pengujian Perbedaan Tingkat Nyeri Pre-Test

Hasil	Pre-Test	Post-Test
Mean	4,5333	4,1333
Std. Deviation	1,50555	1,06010
t-hitung = 1,572		
Signifikan = 0,138		

Sumber: Analisis data, 2004

Dari hasil analisis yang ditabulasikan dalam tabel di atas didapatkan t-hitung sebesar 1,572 dengan signifikan sebesar 0,138. Berdasarkan nilai signifikan yang lebih dari 0.05 maka dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan tingkat nyeri pasien pada pre-test dan post test.

b. Pengujian Perbedaan Tingkat Nyeri Pre-Test dengan Post Test Pada Kelompok Eksperimen

Hasil analisis dengan menggunakan SPSS for Windows release 11.0 untuk uji perbedaan tingkat nyeri pasien pre-test dengan post-test pada kelompok eksperimen yaitu kelompok sampel yang diberi kompres hangat kering dapat ditabulasikan dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 7. Tabulasi Hasil Pengujian Perbedaan Tingkat Nyeri Pre-Test dan Post Test pada Kelompok Eksperimen

Hasil	Pre-Test	Post-Test
Mean	4,4667	2,8667
Std. Deviation	1,40746	1,06010
t-hitung = 4,413		
Signifikan = 0,001		

Sumber: Analisis data, 2004

Dari hasil analisis yang ditabulasikan dalam tabel di atas didapatkan t-hitung sebesar 4,413 dengan signifikan sebesar 0,001. Berdasarkan nilai signifikan yang kurang dari 0.01 maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan tingkat nyeri pada

pre-test dan post test yaitu sebelum diberi kompres hangat kering dan sesudah diberi kompres hangat kering dengan taraf signifikansi 1%, atau dengan kata lain ada pengaruh pemberian kompres hangat kering terhadap tingkat nyeri saat menstruasi. Dari tabel 7 diatas juga terlihat bahwa terjadi penurunan rata-rata tingkat nyeri klien apabila hasil post-test dibandingkan dengan hasil pres-test.

c. Pengujian Perbedaan Tingkat Nyeri Pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Hasil analisis dengan menggunakan *SPSS for Windows release 11.0* untuk uji perbedaan tingkat nyeri pada kelompok eksperimen (yang diberi kompres hangat kering) dan kelompok kontrol (yang tidak diberi kompres hangat kering) dapat ditabulasikan dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 8. Tabulasi Hasil Pengujian Perbedaan Tingkat Nyeri Pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Hasil	Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
Mean	2,8667	4,1333
Std. Deviation	1,0810	1,06010
t-hitung = 3,272		
Signifikan = 0,003		

Sumber: Analisis data, 2004

Dari hasil analisis yang ditabulasikan dalam tabel diatas didapatkan t-hitung sebesar 3,272 dengan signifikan sebesar 0,003. Berdasarkan nilai signifikan yang kurang dari 0.01 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat nyeri pada kelompok eksperimen (yang diberi kompres hangat kering) pada taraf signifikansi 1%, atau disimpulkan ada pengaruh pemberian kompres hangat kering terhadap tingkat nyeri pada saat menstruasi.

Hasil Pengujian Normalitas Data

Explore

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Tingkat Nyeri	30	100.0%	0	.0%	30	100.0%

Descriptives

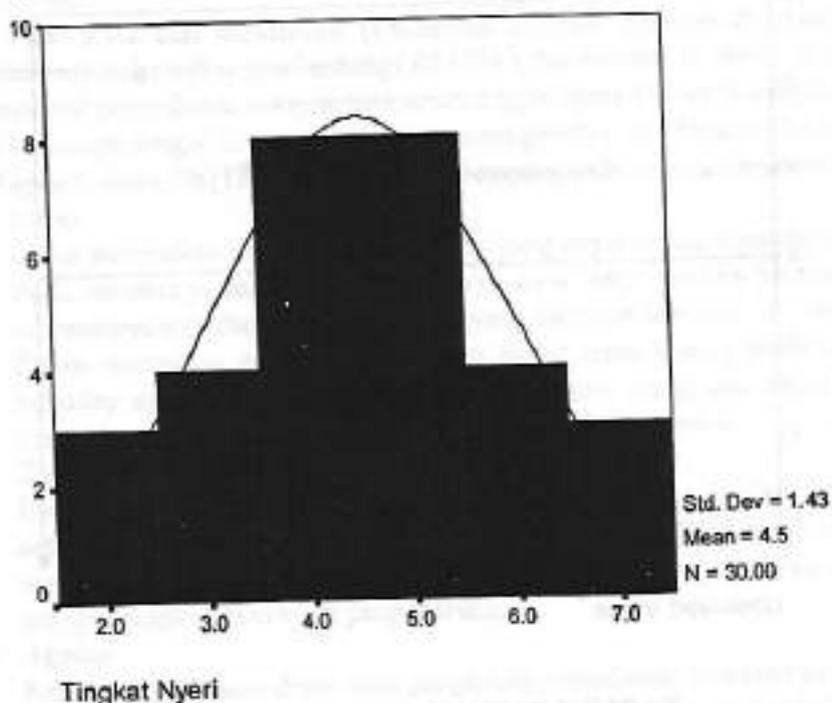
			Statistic	Std. Error
Tingkat Nyeri	Mean		4.5000	.26152
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	3.9651	
		Upper Bound	5.0349	
	5% Trimmed Mean		4.5000	
	Median		4.5000	
	Variance		2.052	
	Std. Deviation		1.43238	
	Minimum		2.00	
	Maximum		7.00	
	Range		5.00	
	Interquartile Range		1.5000	
	Skewness		.000	.427
	Kurtosis		-.557	.833

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Tingkat Nyeri	.136	30	.161	.941	30	.097

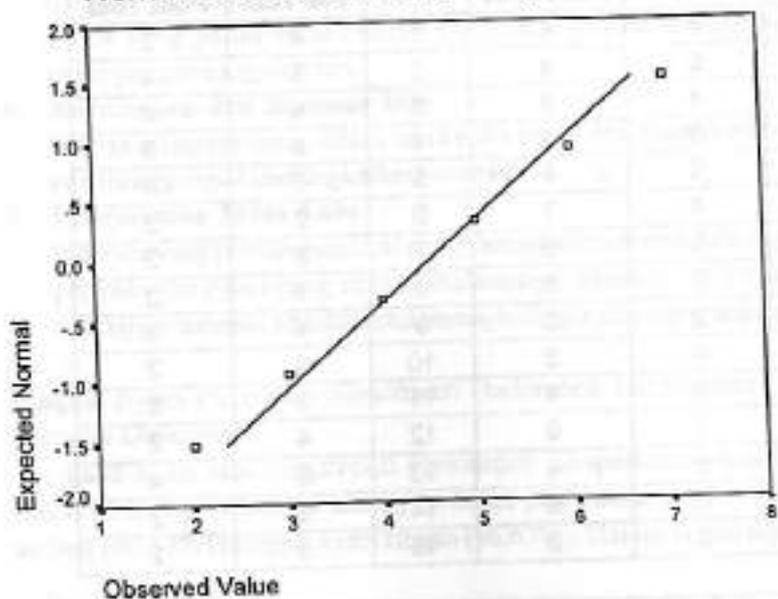
a. Lilliefors Significance Correction

Grafik Uji Normalitas

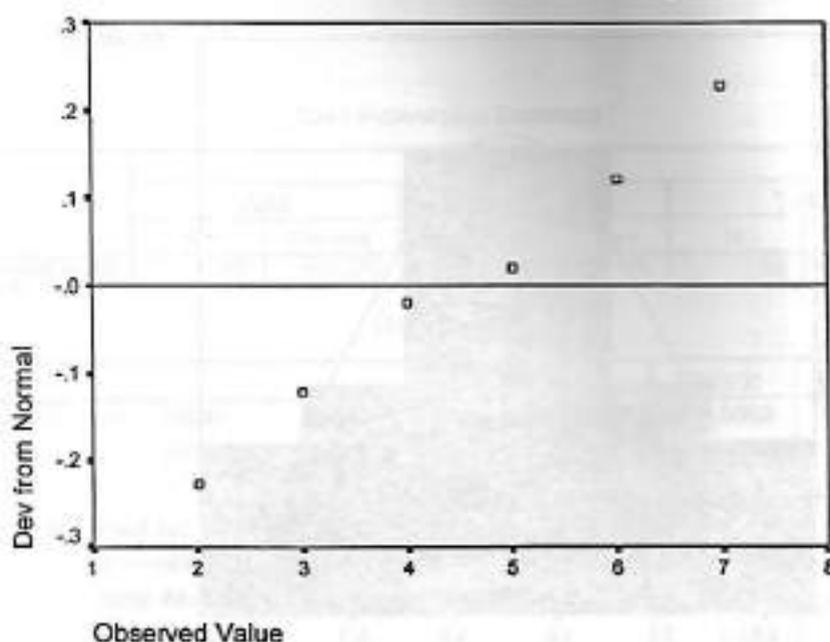


Tingkat Nyeri

Normal Q-Q Plot of Tingkat Nyeri



Detrended Normal Q-Q Plot of Tingkat Nyeri



TABULASI DATA PENELITIAN

Kelompok Kontrol			Kelompok Eksperimen		
Resp.	Tingkat Nyeri		Resp.	Tingkat Nyeri	
	Pre Test	Post Test		Pre Test	Post Test
1	4	4	1	4	3
2	5	4	2	5	4
3	4	3	3	4	4
4	3	4	4	6	5
5	5	5	5	5	4
6	4	3	6	2	2
7	5	6	7	5	2
8	7	5	8	3	2
9	2	3	9	4	3
10	4	3	10	3	2
11	5	4	11	7	2
12	7	6	12	4	2
13	5	4	13	6	4
14	6	5	14	6	2
15	2	3	15	3	2

Potter yang menyatakan bahwa tindakan kompres hangat kering merupakan salah satu bentuk intervensi keperawatan yang bersifat non farmakologi untuk manajemen rasa nyeri.¹

Hal ini sesuai juga dengan "*Gate Control Theory*" (1982) yang dikemukakan oleh Wall and Melzack (1999) bahwa persepsi nyeri antara orang yang satu dengan yang lain tidak sama persis.

Dengan dilakukannya pemberian kompres hangat kering yang merupakan mekanisme penghambat reseptor nyeri pada serabut syaraf besar yang akan mengakibatkan terjadinya perubahan mekanisme pintu gerbang yang akhirnya dapat memodifikasi dan merubah sensasi nyeri yang datang sebelum mereka sampai ke korteks serebri yang menimbulkan persepsi nyeri dan reseptor otot serta endokrin.

Menurut Potter and Ferry terjadinya penurunan nyeri juga berhubungan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi saat pemberian kompres hangat kering diantaranya:¹

a. Lamanya Pelaksanaan

Seseorang akan lebih mudah mentoleransi terhadap pemberian kompres hangat yang cepat untuk menurunkan rasa nyeri yang diderita.

b. Bagian Tubuh

Area-area tertentu dari kulit lebih sensitif terhadap bermacam-macam pemberian kompres. Dan yang termasuk bagian tubuh ini diantaranya tenggorokan, pergelangan tangan, serta area perut.

c. Suhu Kulit

Respon tubuh merupakan yang terbaik terhadap penyesuaian suhu dari kompres. Jika ada bagian tubuh yang dingin dan ada stimulus panas menyentuh kulit tersebut maka responnya lebih besar dari pada jika kulit tersebut sudah hangat.

d. Umur dan Kondisi Fisik

Toleransi terhadap bermacam-macam perubahan suhu terutama saat pemberian sesuai dengan umur. Seseorang yang lebih muda akan lebih sensitif terhadap panas. Jika kondisi seseorang fit maka akan mempengaruhi penerimaan atau persepsi dari rangsangan sensori.

Pada penelitian eksperimen yang dilakukan oleh Ahyar Wahyudi (2003) yang meneliti tentang pengaruh pemberian kompres hangat dan dingin terhadap perubahan skala sensasi nyeri pada klien kontusio di RSUD Sleman, hasil penelitian ini ternyata secara statistik tidak ada perbedaan antara pemberian kompres panas dan kompres dingin terhadap perubahan skala sensasi nyeri pada klien. Namun secara deskriptif, terdapat perubahan skala sensasi nyeri pada kelompok yang diberikan kompres hangat yaitu terjadi penurunan skala sensasi nyeri.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan:

1. Rata-rata tingkat nyeri responden sebelum diberikan kompres hangat kering adalah sedang, dan rata-rata tingkat nyeri setelah diberikan kompres hangat kering dalam hal ini pada kelompok eksperimen adalah ringan.
2. berdasarkan hasil pengujian perbedaan tingkat nyeri pada kelompok eksperimen (yang diberi kompres hangat) pada pre test dan post test terdapat perbedaan tingkat nyeri, atau ada pengaruh pemberian kompres hangat kering terhadap tingkat nyeri saat menstruasi.
3. Berdasarkan hasil pengujian perbedaan tingkat nyeri pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol didapatkan perbedaan tingkat nyeri pre test dan post test atau ada pengaruh pemberian kompres hangat kering terhadap tingkat nyeri saat menstruasi.

Saran

Beberapa saran dari penelitian ini ditujukan:

1. Masyarakat

Bagi masyarakat agar pemberian kompres hangat terus dikembangkan dan diberikan sebagai salah satu tindakan dalam mengatasi masalah nyeri.

2. Peneliti Lain

Kepada peneliti lain, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri, seperti umur, jenis kelamin, budaya, arti kecemasan, pengalaman masa lalu, keluarga dan dukungan sosial.

Daftar Pustaka

1. Potter AP and Perry, 1997, *Fundamental of Nursing, Concept, Process, and Practice*, 4th ed. Mosby, Missouri, USA
2. Carpenito, L.J, 2002, *Diagnosa Keperawatan Aplikasi Pada Praktek Klinik*, Edisi I, EGC, Jakarta.
3. Griffin, PK, 1997, *Maternity Nursing, Family, Newborn and Women's Health Care*, Eighteenth Edition, Lippincott Philadelphia, New York.
4. Etisa, 2001, *Rasa Sakit di Hari Pertama*, www.suaramerdeka.com
5. Prawirohardjo S, 1999, *Ilmu Kandungan*, Yayasan Bina Pustaka, Jakarta