

## ABSTRAK

**Pendahuluan :** Dismenoreia adalah nyeri yang dirasakan pada perut bagian bawah selama menstruasi, Dismenoreia terbagi menjadi 2 yaitu dismenoreia primer dan dismenoreia sekunder. Dismenoreia primer tidak berbahaya, namun mengganggu wanita yang mengalaminya. Umumnya wanita usia produktif lebih aktif melakukan kegiatan, karena mengalami dismenoreia produktivitas belajar menjadi menurun. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui terdapat efektivitas terapi kompres hangat terhadap dismenoreia primer pada remaja putri di madrasah aliyah An-namira tanah merah bangkalan

**Metode Penelitian :** Desain penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan metode *pre experimental designs*. Sampel diambil dengan teknik *simple Random Sampling* sejumlah 60 responden yang mengalami dismenoreia primer di madrasah aliyah An Namirah Tanah Merah . Variabel independent adalah kompres Hangat, dan variabel dependen adalah dismenoreia. Pengumpulan data menggunakan skala pengukur nyeri *Numerical Rating Scales (NRS)*. Analisis yang digunakan dalam menguji penelitian adalah *Wilcoxon*.

**Hasil Penelitian :** Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden, 37 (61%), mengalami nyeri sebelum mendapat kompres hangat untuk dismenoreia. Setelah mendapat kompres hangat, sebagian besar responden mengalami ringan, sebanyak 33 (55%) melaporkan kejadian tersebut. Analisis statistik *Wilcoxon* menghasilkan nilai  $p < 0$ . Oleh karena itu, hipotesis alternatif (H1) diterima sedangkan H0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa dismenoreia pada remaja putri di madrasah aliyah An namira tanah merah bangkalan dipengaruhi oleh rasa hangat yang terkompresi.

**Simpulan :** Terapi Kompres Hangat Efektivitas Terhadap Dismenoreia Pada Remaja Putri. Dan remaja putri yang mengalami dismenoreia dapat Manfaatkan kompres hangat sebagai salah satu alternatif untuk meredakan nyeri haid.

**Kata kunci :** Dismenoreia Primer, Kompres Hangat.

## ***ABSTRAK***

**Introduction:** Dysmenorrhea refers to the sensation of pain that is localised in the pelvic region and occurs in association with the menstrual cycle. Dysmenorrhea, a medical condition, have two main sorts that may be identified: primary and secondary. Primary dysmenorrhea, despite its popular name, is not considered a serious medical problem to pose a substantial risk to an individual's overall health or general sense of well-being, but it bothers women who experience it. Generally, women of reproductive age are more active in carrying out activities, because they experience dysmenorrhea, their learning productivity decreases. The purpose of this study was to determine the effectiveness of warm compress therapy for primary dysmenorrhea in young women at Madrasah Aliyah An-Namira Tanah Merah, Bangkalan.

**Research Methods:** This research employed a quantitative approach and a pre-experimental design. Sixty respondents with primary dysmenorrhea from the An Namirah Madrasah Aliyah Tanah Merah were selected using a simple random selection approach. Warm compresses serve as the independent variable, while dysmenorrhea serves as the dependent variable. Data collection used a Numerical Rating Scales (NRS) pain measurement scale. The analysis used in testing the research is Wilcoxon.

**Research Results:** The findings of the present investigation revealed that a majority of the participants, specifically 37 individuals (61%), reported experiencing moderate pain prior to receiving warm compresses for the management of dysmenorrhea. Following the administration of warm compresses, a majority of the participants, specifically 33 individuals (55%), reported experiencing mild pain. The p-value for the Wilcoxon test was 0.000, indicating that there is a significant impact of warm compresses on dysmenorrhea in the adolescent female students at Madrasah Aliyah An Namirah Tanah Merah Bangkalan.

**Conclusion:** Effectiveness of Warm Compress Therapy Against Dysmenorhea in Young Women. And young women who experience dysmenorrhea can use warm compresses as an alternative to reduce pain during menstruation.

**Keywords:** Primary Dysmenorhea, Warm Compress.