

## **BAB V**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

##### 1. Letak Geografis SMAN 8 Gowa

SMAN 8 Gowa merupakan salah satu sekolah yang ada di Kabupaten Gowa. SMAN 8 Gowa terletak pada letak geografis - 5.2317 BT dan 119.5058 BT, berada di tengah pemukiman penduduk Kecamatan Romang Lompoa, Kecamatan Bontomarannu, Kabupaten Gowa, Provinsi Sulawesi Selatan.

Adapun letak SMAN 8 Gowa, batasnya adalah sebagai berikut:

- a. Sebelah Utara : Permukiman warga
- b. Sebelah Timur : Permukiman warga
- c. Sebelah Selatan : Permukiman warga
- d. Sebelah Barat : Jalan poros malino

##### 2. Visi dan Misi SMAN 8 Gowa

###### a. Visi

Menguasai IPTEK; Bermartabat dan menjunjung tinggi budaya kearifan lokal, serta cinta lingkungan: Aman, Bersih, Indah dan Rindang pada tahun 2020.

b. Misi

- 1) Mengembangkan keyakinan semua warga sekolah bahwa sekolah ini dapat berprestasi dan meraih keunggulan kompetitif.
- 2) Menciptakan kehidupan sekolah yang religius, bermartabat berdasarkan nilai-nilai budaya kearifan lokal.
- 3) Memenuhi standar kompetensi lulusan yang sesuai dengan kebutuhan hidup siswa pada konteks global.
- 4) Mengembangkan pembelajaran aktif, inovatif, kreatif, efektif dan menyenangkan untuk mengembangkan potensi peserta didik secara optimal, dan menggunakan lingkungan sekolah sebagai sumber belajar.
- 5) Memberdayakan teknologi informasi dan komunikasi sebagai pendukung keunggulan pembelajaran.
- 6) Mengembangkan kultur sekolah yang menjaga keamanan fidik, psikologis, sosial yang sehat, dinamis dan kompetitif.
- 7) Menciptakan lingkungan kondusif, bersih, indah, nyaman, rindang sebagai tempat interaksi edukatif bagi guru, siswa, dan seluruh warga sekolah.

## **B. Hasil Penelitian**

Penelitian ini telah dilaksanakan di SMAN 8 Gowa kelas XI IPA 1, IPA 2, IPA 3, IPA 4 IPA 5 dan IPA 6. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan desain *quasy experimental* dengan rancangan *pretest-posttest control group design* yang merupakan pengelompokan anggota sampel pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, kelompok eksperimen diberikan perlakuan kompres air hangat dan kelompok control diberikan perlakuan relaksasi nafas dalam.

Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 70 siswi, dimana masing-masing 35 siswi pada kelompok eksperimen dan 35 siswi pada kelompok kontrol. Responden dalam penelitian adalah siswi SMAN 8 Gowa kelas XI IPA 1, IPA 2, IPA 3, IPA 4 IPA 5 dan IPA 6.

Setelah dilakukan pemeriksaan kelengkapan data mulai saat penelitian sampai dengan pengimputan data, jumlah sampel terdapat 70 siswi sesuai dengan perencanaan saat pengambilan sampel. Berdasarkan pengimputan dan pengolahan data yang telah dilakukan, maka di peroleh hasil sebagai berikut :

### **1. Analisis Univariat**

a. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan karakteristik responden sebagai berikut :

**Tabel 5.1**  
**Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Agama, Siklus Menstruasi, dan Usia Manarche Di SMAN 8 Gowa Kelas XI IPA**

karakteristik	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
	n	%	N	%
<b>Usia</b>				
15 Tahun	2	5,7	8	22,9
16 Tahun	23	65,7	15	42,9
17 Tahun	10	28,6	12	34,3
<b>Agama</b>				
Islam	35	100,0	35	100,0
<b>Siklus Menstruasi</b>				
Teratur	28	80,0	30	85,7
Tidak Teratur	7	20,0	5	14,3
<b>Usia Menarche</b>				
≤ 13 Tahun	23	65,7	21	60,0
> 13 Tahun	12	34,3	14	40,0
Total	35	100	35	100

Sumber : Data Primer, 2023

Tabel 5.1 tentang distribusi frekuensi karakteristik remaja putri di SMAN 8 Gowa terdapat 70 responden dengan karakteristik berdasarkan usia pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa usia paling banyak yaitu usia 16 tahun sebanyak 23 siswi (65,7%), dan usia paling sedikit yaitu usia 15 tahun sebanyak 2 siswi (5,7%). sedangkan kelompok kontrol usia paling banyak yaitu usia 16 tahun sebanyak 15 siswi (42,9%) dan usia paling

sedikit yaitu usia 15 tahun sebanyak 8 siswi (22,9%). selanjutnya untuk distribusi frekuensi agama, dari seluruh siswi yang dijadikan responden menganut agama Islam (100%) baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Jumlah siswi berdasarkan siklus menstruasi pada kelompok eksperimen yang paling banyak yaitu teratur sebanyak 28 siswi (80,0%), dan jumlah siswi berdasarkan siklus menstruasi pada kelompok kontrol yang paling banyak yaitu teratur sebanyak 30 siswi (85,7%). Selanjutnya jumlah siswi dengan usia *menarche* pada kelompok eksperimen yang paling banyak yaitu  $\leq 13$  tahun sebanyak 23 siswi (65,7%), dan usia *menarche* pada kelompok control yang paling banyak  $\leq 13$  tahun sebanyak 21 siswi (60,0%).

- b. Distribusi frekuensi responden berdasarkan skala nyeri pada kelompok eksperimen *pretest* dan *posttest* dilakukan kompres air hangat

**Tabel 5.2**

**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Skala Nyeri Pada Kelompok Eksperimen *Pre Test* Dan *Post Test* Dilakukan Pemberian Kompres Air Hangat**

Skala Nyeri	Pre Test		Post Test	
	N	%	n	%
Tidak Nyeri	0	0	13	37,1
Nyeri Ringan	9	25,8	15	42,9
Nyeri Sedang	19	54,3	7	20,0
Nyeri Berat Terkontrol	7	20,0	0	0
Total	35	100	35	100

*Sumber Data Primer, 2023*

Tabel 5.2 tentang distribusi frekuensi responden berdasarkan skala nyeri pada kelompok eksperimen sebelum dan setelah dilakukan pemberian kompres air hangat yakni sebelum dilakukan pemberian kompres air hangat menunjukkan bahwa nyeri sedang yang paling banyak dirasakan oleh reponden yakni sebanyak 19 siswi (54,3%) dan yang paling sedikit berada pada skala nyeri berat terkontrol yakni sebanyak 7 siswi (20,0%). Sedangkan intensitas nyeri setelah pemberian kompres hangat yaitu nyeri yang paling banyak dirasakan oleh reponden berada pada skala nyeri ringan sebanyak 15 siswi (42,9%) dan yang paling sedikit berada pada skala nyeri sedang yakni sebanyak 7 siswi (20,0%).

- c. Distribusi frekuensi responden berdasarkan skala nyeri pada kelompok kontrol *pretest* dan *posttest* dilakukan relaksasi nafas dalam

**Tabel 5.3**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Skala Nyeri Pada Kelompok Kontrol *Pre Test* Dan *Post Test* Dilakukan Pemberian Relaksasi Nafas Dalam**

Skala Nyeri	Pre Test		Post Test	
	N	%	n	%
Tidak Nyeri	0	0	3	8,6
Nyeri Ringan	17	48,6	21	60,0
Nyeri Sedang	16	45,7	9	25,6
Nyeri Berat Terkontrol	2	5,7	2	5,7
Total	35	100	35	100

*Sumber Data Primer, 2023*

Tabel 5.3 tentang distribusi frekuensi responden berdasarkan skala nyeri pada kelompok kontrol sebelum dan setelah dilakukan pemberian relaksasi nafas dalam yakni sebelum dilakukan pemberian relaksasi nafas dalam menunjukkan bahwa nyeri ringan yang paling banyak dirasakan oleh reponden yakni sebanyak 17 siswi (48,6%) dan yang paling sedikit berada pada skala nyeri berat terkontrol yakni sebanyak 2 siswi (5,7%). Sedangkan intensitas nyeri setelah pemberian relaksasi nafas dalam yaitu nyeri yang paling banyak dirasakan oleh reponden berada pada skala nyeri ringan sebanyak 21 siswi (60,0%) dan yang paling sedikit berada pada skala nyeri berat terkontrol sebanyak 2 siswi (5,7%).

## 2. Analisis Bivariat

Hasil analisis bivariat dilakukan untuk melihat pengaruh antara sebelum dan setelah di berikan perlakuan. Adapun hasil analisis data yang didapatkan adalah :

a. Uji normalitas data

**Tabel 5.4 Uji Normalitas Data**

Kelompok	Kolmogorov-Smirnov		
	Statistic	df	Sig.
Pre Eksperimen	.150	35	.043
Post Eksperimen	.224	35	.000
Pre Kontrol	.174	35	.009
Post Kontrol	.156	35	.031

Sumber : Data Primer, 2023

Tabel 5.4 tentang uji normalitas data menunjukkan nilai signifikan pada uji *Kolmogorov-Smirnov* pada setiap kelompok menunjukkan  $< \alpha$  (0,05) sehingga data disetiap kelompok tidak berdistribusi normal.

b. Pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap penurunan skala nyeri *dismenore pre test* dan *post test*

**Tabel 5.5**  
**Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri *Dismenore Pre test* dan *Post test* pada remaja putri di SMAN 8 Gowa**

Skala Nyeri	n	Mean	SD	P- value
Pre test	35	4,91	1.560	$p = 0,000$
Post test	35	2,14	2.046	

Sumber : Data Primer, 2023



Tabel 5.5 tentang pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap penurunan skala nyeri *dismenore pre test* dan *post test* pada remaja putri di SMAN 8 Gowa menunjukkan hasil analisis statistik dengan menggunakan uji Wilcoxon dan alternatif *mann whitney* dan diperoleh nilai  $p = 0.000$ . Karena nilai  $p$  lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$ , maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Dari hasil penelitian tersebut membuktikan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pemberian kompres air hangat dengan penurunan skala nyeri haid.

- c. Perbedaan kompres air hangat (kelompok intervensi) dan relaksasi nafas dalam (kelompok kontrol) terhadap penurunan skala nyeri *dismenore*

**Tabel 5.6**  
**Perbedaan Kompres Air Hangat Dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Skala Nyeri *Dismenore* pada remaja putri di SMAN 8 Gowa**

Kelompok	<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>	<i>P- value</i>
	Mean Rank	Mean Rank	
Eksperimen	47,64	23,36	0,000
Kontrol	40,37	30,63	0,043

Sumber : Data Primer, 2023

Tabel 5.6 tentang perbedaan kompres air hangat dan relaksasi nafas dalam (kelompok kontrol) menunjukkan

kelompok yang mendapatkan kompres air hangat mengalami penurunan dari 47,64 ke 23,36 sedangkan pada kelompok kontrol (relaksasi nafas dalam) yaitu dari 40.37 ke 30.63. Hasil uji alternatif *mann whitney* diperoleh nilai  $p = 0.000$  dari kelompok kompres air hangat dan nilai  $p = 0.043$  dari kelompok kontrol (relaksasi nafas dalam). Dari hasil uji *mann whitney* dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara pemberian kompres air hangat dan relaksasi nafas dalam. Hal ini menunjukkan bahwa kompres air hangat lebih berpengaruh dalam menurunkan skala nyeri *dismenore* dibandingkan dengan relaksasi nafas dalam.

### **C. Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data yang dilakukan dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap penurunan *dismenore*. Peneliti membahas skala nyeri *dismenore*

sebelum dan setelah pemberian kompres air hangat, skala nyeri *dismenore* sebelum dan setelah dilakukan relaksasi nafas dalam dan perbandingan pengaruh pemberian kompres air hangat dengan relaksasi nafas dalam terhadap penurunan *dismenore*. Adapun pembahasan dari hasil penelitian ini dapat teruraikan sebagai berikut :

1. Intensitas nyeri *dismenore* sebelum pemberian kompres air hangat

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat nyeri sebelum dilakukan pemberian kompres air hangat menunjukkan bahwa nyeri sedang yang paling banyak dirasakan oleh responden yakni 54,3%. Penelitian ini sejalan dengan Hayati et al., 2018 didapatkan data sebelum dilakukan kompres hangat tingkat nyeri *dismenore* sebagian dikategorikan nyeri sedang yaitu 48.9%, sebagian kecil dikategori nyeri ringan 29,8%, dan nyeri berat 21,3%.

Perbedaan tingkat nyeri pada setiap responden dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu usia, siklus menstruasi, lamanya waktu menstruasi dan aktivitas berlebih. Dari hasil penelitian berdasarkan usia nyeri menstruasi paling sering dialami oleh remaja pada usia 16 tahun. hal ini sesuai dengan pendapat Amalia et al., 2020 yang menyatakan bahwa usia remaja banyak yang mengalami *dismenore* yaitu sekitar 60 – 80% karena mereka sedang mengalami tahap pertumbuhan dan perkembangan fisik. Selain usia dan siklus menstruasi faktor yang paling berpengaruh dapat terjadinya nyeri adalah faktor hormonal dan psikis.

Menurut penelitian Shifa et al., 2021 Faktor psikis dan faktor kejiwaan memegang peran besar dalam timbulnya nyeri

mentruasi. Faktor psikis, seperti tidak stabilnya emosi atau perasaan seorang wanita dapat memicu timbulnya nyeri haid. Faktor kejiwaan, yaitu apabila seorang wanita tidak mendapat pengetahuan menyeluruh tentang haid atau menstruasi dapat mengakibatkan adanya disminorea. Faktor hormonal, yaitu meningkatnya hormon progesteron. Serta faktor resiko seperti stress dapat menyebabkan nyeri haid. Secara tidak sadar stress dapat membuat penekanan pada pinggul dan otot-otot punggung bagian bawah.

Peneliti berasumsi bahwa para siswi yang mengalami *dismenore* dapat menyebabkan rasa tidak nyaman dan juga mengganggu aktivitas sehari-hari dimana beberapa responden tidak mampu mengikuti kegiatan sekolah diakibatkan nyeri menstruasi. Melihat dampak dari nyer tersebut dapat dikatakan bahwa nyeri menstruasi merupakan salah satu problema dalam kehidupan remaja, yang memaksa mereka untuk menggunakan berbagai cara untuk mencegah terjadinya dismenore.

2. Intensitas nyeri *dismenore* setelah pemberian kompres air hangat

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat nyeri setelah dilakukan pemberian kompres air hangat menunjukkan bahwa nyeri yang paling banyak

dirasakan oleh responden berada pada skala nyeri ringan sebanyak 42,9%.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Dewi, 2018 menyatakan bahwa distribusi frekuensi nyeri *dismenore* setelah dilakukan terapi kompres hangat diketahui responden yang mengalami nyeri ringan sebanyak 81%, responden yang mengalami nyeri sedang sebanyak 19% dan tidak terdapat responden yang mengalami nyeri berat 0%, nyeri sangat berat 0% dan tidak nyeri 0%.

Sesuai yang disampaikan Mahua et al., 2018 kompres hangat efektif untuk menurunkan nyeri *dismenore* yang dirasakan remaja putri baik dihari pertama menstruasi maupun dihari kedua menstruasi. Pemberian aplikasi hangat pada tubuh merupakan suatu upaya untuk mengurangi gejala nyeri akut maupun kronis. Terapi ini efektif untuk mengurangi nyeri yang berhubungan dengan ketegangan otot walaupun dapat juga dipergunakan untuk mengurangi berbagai jenis nyeri yang lain.

Kompres hangat sebagai metode yang sangat efektif untuk mengurangi nyeri atau kejang otot. Panas dapat melebarkan pembuluh darah dan dapat meningkatkan aliran darah. Kompres hangat adalah metode yang digunakan untuk meredakan nyeri dengan cara menggunakan media seperti kantung kompres dan botol yang diisi dengan air panas yang

ditempelkan pada sisi perut kiri dan kanan. Kompres hangat biasanya dapat mengendalikan rasa nyeri juga memberikan rasa nyaman sekaligus meredakan ketegangan. Kompres hangat memang tak menghilangkan keseluruhan nyeri namun setidaknya memberikan rasa nyaman Antari et al., 2021.

Peneliti berasumsi bahwa para siswi yang mengalami *dismenore* setelah pemberian kompres air hangat memiliki penurunan yang signifikan. Kompres air hangat yang dilakukan dapat memberikan manfaat yakni dapat menyebabkan dilatasi pembuluh darah yang mengakibatkan peningkatan sirkulasi darah, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan dan meningkatkan permeabilitas kapiler. Respon dari panas inilah yang dapat mengakibatkan terjadinya penurunan nyeri *dismenore*.

### 3. Pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap penurunan *dismenore*

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar sampel penelitian merasakan adanya penurunan skala nyeri *dismenore* setelah pemberian kompres air hangat. Hasil uji Wilcoxon dan diperoleh nilai  $p = 0.000$  ( $p < \alpha$ ), yang bermakna adanya pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap penurunan *dismenore*.

Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan Colin et al., 2019 menyatakan bahwa diketahui terdapat pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenore* pada remaja putri di SMA Negeri 10 Kota Bengkulu diperoleh nilai  $Z = -4.801$  dengan  $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$  yang berarti signifikan. Hal ini sesuai dengan penelitian Shifa et al., 2021 berdasarkan hasil uji *mann whitney* menunjukkan bahwa ada pengaruh kompres hangat terhadap nyeri menstruasi pada remaja putri di Madrasah Aliyah DDI Mangkoso Barru dengan  $p\text{-value}$  adalah 0,011 yang berarti  $p < 0,05$ .

Hal ini juga didukung penelitian yang dilakukan Hayati et al., 2018 dimana setelah uji *wilcoxon signed rank* didapatkan  $p = 0,000$  dimana  $P\text{-value} < 0,05$  artinya terdapat pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap penurunan nyeri haid (*dismenore*) pada remaja di Bandung.

Dari hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa semakin sering seorang penderita *dismenore* melakukan kompres air hangat, maka semakin baik pula hasil yang diharapkan, yakni penurunan skala nyeri haid sampai nyeri haid tidak dirasakan.

4. Perbedaan penurunan *dismenore* pada kelompok intervensi (kompres air hangat) dan kelompok kontrol (relaksasi nafas dalam)

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan kelompok yang mendapatkan kompres air hangat mengalami penurunan dari 47,64 ke 23,36 sedangkan pada kelompok kontrol (relaksasi nafas dalam) yaitu dari 40.37 ke 30.63. Hasil uji alternatif *mann whitney* diperoleh nilai  $p = 0.000$  dari kelompok kompres air hangat dan nilai  $p = 0.043$  dari kelompok kontrol (relaksasi nafas dalam). Dari hasil uji *mann whitney* dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara pemberian kompres air hangat dan relaksasi nafas dalam. Hal ini menunjukkan bahwa kompres air hangat lebih berpengaruh dalam menurunkan skala nyeri *dismenore* dibandingkan dengan relaksasi nafas dalam.

Hasil penelitian ini sependapat dengan Wianti & Karimah, 2018 Penurunan nyeri pada penelitian ini cukup signifikan, dengan nilai mean yang rata-rata penurunan skala nyeri *dismenore* responden yang mendapatkan terapi relaksasi nafas dalam sebesar 2,3 poin. sedangkan skor nyeri responden yang mendapatkan perawatan kompres hangat mengalami penurunan sebesar 3,3 poin. Hal ini menunjukkan bahwa terapi kompres hangat lebih efektif dalam meredakan nyeri dibandingkan terapi relaksasi nafas dalam, dengan selisih 1 poin.



Hal ini di dukung dengan penelitian yang dilakukan Siti & Oktaviani, 2022 menyatakan bahwa Nilai  $p$  value  $p=0,009$  dengan tingkat signifikansi  $\alpha= 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa di perbedaan signifikan rata-rata intensitas nyeri haid (*dismenore*) pada siswi yang diberikan perlakuan kompres hangat dengan kelompok yang diberikan teknik relaksasi nafas dalam. Hasil penelitian ini memberikan implikasi bahwa pemberian kompres hangat efektif dalam menurunkan intensitas nyeri haid (*dismenore*) dibandingkan dengan pemberian teknik relaksasi nafas dalam.

Hal ini juga didukung dengan penelitian Jumita & Kristiawan, 2021 yang menunjukan kelompok kompres hangat dengan nilai rata-rata 3,88 dan SD 1,709. Nilai  $p$  sebesar 0,010 lebih kecil dari signifikansi 0,05. Berdasarkan nilai tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan skala dismenore pada kelompok teknik relaksasi nafas dalam dan kompres hangat setelah dilakukan intervensi. Namun, kelompok kompres hangat lebih signifikan dibandingkan kelompok teknik relaksasi nafas dalam.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan, peneliti berasumsi bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok kompres air hangat dan kelompok relaksasi nafas dalam (kelompok kontrol).

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

1. Penelitian ini terbilang lumayan lama karna peneliti harus menunggu jadwal menstruasi siswi
2. Peneliti tidak mengkaji pembuluh darah dan iskemia responden
3. Peneliti tidak dapat melakukan selama dua siklus menstruasi karena keterbatasan waktu