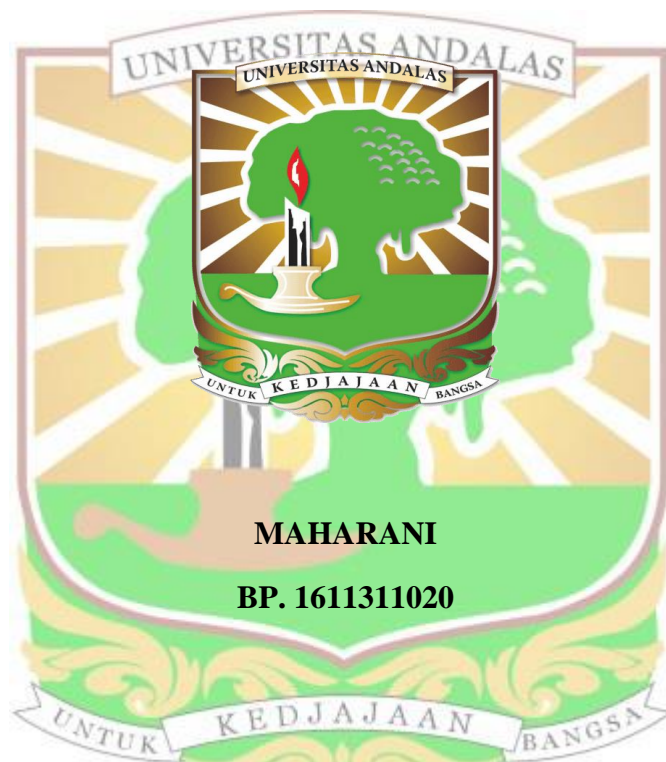


SKRIPSI

**EFEKTIVITAS *ENDORPHINE MASSAGE* DAN KOMPRES HANGAT
TERHADAP NYERI *DISMENO*RE PADA MAHASISWI TINGKAT AKHIR
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

Penelitian Keperawatan Maternitas



Pembimbing I : Ns. Lili Fajria, S.Kep., M.Biomed

Pembimbing II : Ns. Dewi Murni, M.Kep

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG

2020

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

Juli, 2020

Nama : Maharani

No.BP : 1611311020

**EFEKTIVITAS *ENDORPHINE MASSAGE* DAN KOMPRES HANGAT
TERHADAP NYERI *DISMENOIRE* PADA MAHASISWI TINGKAT
AKHIR FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

ABSTRAK

Prevalensi dismenore mencapai 50% wanita usia produktif di berbagai belahan dunia, termasuk Indonesia diperkirakan sekitar 55% dan di Sumatera Barat mencapai 57,3%. *Dismenore* merupakan nyeri haid yang terjadi pada perempuan saat mengalami menstruasi, yang ditandai dengan mengalami rasa sakit di perut bawah sebelum dan selama haid dan sering merasa mual. *Endorphine massage* dan kompres hangat merupakan salah satu tindakan yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri *dismenore*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas *endorphine massage* dan kompres hangat terhadap nyeri *dismenore*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Quasi Eksperiment, dengan pendekatan *One Group Pretest Posttest*. Sampel dari penelitian ini adalah mahasiswi Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Andalas yang berjumlah 34 orang yang dipilih menggunakan teknik *Non Probability Sampling* yaitu *Purposive Sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner lembar pengukuran nyeri *Numeric Rating Scale*. Data yang didapat diolah menggunakan uji *Wilcoxon* dan uji *Mann Whitney*. Hasil penelitian uji *Wilcoxon* didapatkan hasil bahwa rata-rata intensitas nyeri *dismenore* sebelum *endorphine massage* adalah 5,24 dan setelah *endorphine massage* adalah 2,53. Rata-rata intensitas nyeri *dismenore* sebelum kompres hangat 5,12 dan setelah kompres hangat 2,47. Terdapat pengaruh *endorphine massage* dan kompres hangat terhadap nyeri *dismenore* pada mahasiswi Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Andalas dengan nilai $p=0,000$. Hasil penelitian uji *MannWhitney* didapatkan hasil bahwa tidak ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara *endorphinmassage* dan kompres hangat terhadap nyeri *dismenore* mahasiswi tingkat akhir Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Andalas dengan nilai nilai $p 0,735$. Dapat disimpulkan bahwa *endorphine massage* dan kompres hangat efektif terhadap nyeri *dismenore*, maka diharapkan pada mahasiswa yang mengalami nyeri *dismenore* agar dapat menangani dengan pengobatan nonfarmakologis seperti *endorphine massage* dan kompres hangat, sehingga mengurangi penggunaan pengobatan farmakologis yang memiliki efek samping.

Kata kunci : *Dismenore, Endorphine Massage, Kompres Hangat*

FACULTY OF NURSING

ANDALAS UNIVERSITY

July, 2020

Name : Maharani

Student ID Number : 1611311020

**THE EFFECTIVENESS OF ENDORPHINE MASSAGE AND WARM
COMPRESS ON DISMENORE PAIN AT FINAL STUDENTS
OF NURSING FACULTY ANDALAS UNIVERSITY**

ABSTRACT

The prevalence of dysmenorrhea reaches 50% of reproductive woman in various parts of the world, including Indonesia which is estimated to be around 55% and in West Sumatra it reaches 57.3%. Dysmenorrhea is menstrual pain that occurs in women during menstruation, which is characterized by experiencing pain in the lower abdomen during menstruation and often feeling nauseous. Endorphine massage and warm compresses are measures that can be used to reduce dysmenorrhea pain. Purpose The purpose of this study was to determine the effectiveness of endorphine massage and warm compresses against dysmenorrhea pain. The method used in this study is a Quasi Experiment, with the One Group Pretest Posttest approach. Method : the sample of this study was 34 students of Nursing Faculty Andalas University, who were selected using the Non Probability Sampling technique, namely purposive sampling. Collecting data using a questionnaire measuring pain Numeric Rating Scale sheet. The data obtained were processed using the Wilcoxon test and the Mann Whitney test. The results of the Wilcoxon test study showed that the average dysmenorrhea pain intensity before endorphine massage was 5.24 and after endorphine massage was 2.53. The mean intensity of dysmenorrhea pain before warm compresses 5.12 and after warm compresses 2.47. There is an effect of endorphine massage and warm compresses on dysmenorrhea pain in students of the Faculty of Nursing, Andalas University with a value of $p = 0.000$. Results and discussion of the Mann-Whitney test study showed that there was no significant difference in the effect of endorphine massage and warm compresses on dysmenorrhea pain in final year students of Nursing Faculty, Andalas University with a p value of 0.735. Conclusion and Suggestions It can be concluded that endorphine massage and warm compresses are effective against dysmenorrhea pain, so it is hoped that students who experience dysmenorrhea pain can handle non-pharmacological treatments such as endorphine massage and warm compresses, thereby reducing the use of pharmacological treatments that have side effects.

Keywords : Dysmenorrhea , Endorphine Massage , Warm Compress