# ABSTRAK

**PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMENORE PRIMER PADA REMAJA**

**PUTRI DI SMA NEGERI 3**

**LUBUK LINGGAU**

**Oleh :**

**Harmiyana1)**

**Liya Lugita Sari 2)**

**Yatri Hilinti2)**

SMA Negeri 3 Lubuk Linggau memiliki total siswa perempuan sebanyak 411 dan sudah masuk ke dalam rentang usia menstruasi. Berdasarkan survey awal yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 12 Maret 2023 di SMAN 3 Lubuk Linggau dari 15 remaja putri, ada 9 orang yang mengalami nyeri haid, 7 orang diantaranya melakukan pengurangan nyeri dengan minum obat farmakologi dan 2 orang melakukan pengurangan nyeri dengan di kompres hangat. Sedangkan 6 orang lainnya tidak mengalami nyeri haid*.* Tujuan Penelitian ini yaitu diketahuinya pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri dismenore primer pada remaja putri di SMAN 3 Lubuk Linggau.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan desain *One Group Pretest Posttest* yakni rancangan eksperimen yang dilakukan pada satu kelompok yang mendapatkan perlakuan. Perlakuan yang diberikan yaitu pemberian kompres hangat.Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 32 orang remaja putri.

Hasil Penelitian menunjukkan rerata nyeri dismenore yang dirasakan pada kelompok eksperimen sebelum diberikan kompres hangat adalah 6,05 dan rata- rata nyeri dismenore yang dirasakan sesudah diberikan kompres hangat adalah 3,09. Analisis uji t independen pada derajat kepercayaan 95% didapatkan hasil menghasilkan *p-value* sebesar 0.000. *P-value* < 0,05 menunjukkan bahwa ada pengaruh kompres hangat terhadap nyeri dismenore.

Peneliti menyarankan kepada SMA Negeri 3 dapat meningkatkan pemberian komunikasi, informasi dan edukasi) pada remaja putri terutama tentang teknik mengurangi nnyeri dismenore primer.

.

**Kata kunci :**Kompres Hangat, Penurunan Nyeri, Dismenore Primer**.**

**Keterangan :**

1: Calon Sarjana Kebidanan

2: Pembimbing