

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS FAKULTAS KEPERAWATAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
Tugas Akhir, Februari 2026**

WIDYA TRI JULIZA

**Pengaruh Kompres Hangat Jahe Merah Terhadap Skala Nyeri Dismenorea
Pada Mahasiswi Ikes Payung Negeri Pekanbaru**

XV + 81 Halaman + 5 Tabel + 1 Gambar + 5 Lampiran

ABSTRAK

Dismenorea adalah nyeri menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Penggunaan obat-obatan untuk mengatasi nyeri ini memiliki efek samping, sehingga diperlukan terapi non-farmakologis seperti kompres hangat jahe merah yang bersifat antiinflamasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap skala nyeri dismenorea pada mahasiswi Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan desain Quasi Eksperimental dengan pre-post test without control group, melibatkan 141 responden yang dipilih menggunakan accidental sampling. Pengukuran nyeri dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Data dianalisis dengan uji Wilcoxon Signed Rank, karena hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov menunjukkan data tidak terdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan terdapat penurunan signifikan pada skala nyeri, dengan rata-rata pre-test 4.84 dan post-test 3.19. Uji Wilcoxon menghasilkan $Z = -9.204$ dan $p = 0.000 (< 0.05)$, menunjukkan pengaruh signifikan antara kompres hangat jahe merah dan penurunan nyeri. Hasil lebih lanjut menunjukkan bahwa Negative Ranks lebih dominan dibandingkan Positive Ranks, yang berarti mayoritas responden mengalami penurunan nyeri setelah intervensi. Kesimpulan penelitian ini adalah bahwa kompres hangat jahe merah efektif dalam menurunkan skala nyeri dismenorea. Metode ini direkomendasikan sebagai terapi non-farmakologis yang aman dan sederhana. Penelitian lebih lanjut disarankan dengan kelompok kontrol untuk memperkuat bukti efektivitasnya.

Kata Kunci : Dismenorea, Nyeri Menstruasi, Kompres Hangat, Jahe Merah

Daftar Bacaan : 42 (2019-2026)

**STUDY PROGRAM, FACULTY OF NURSING
PAYUNG NEGERI INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE
Final Project, Februari 2026**

WIDYA TRI JULIZA

**The Effect Of Warm Red Ginger Compress On Dysmenorrhea Pain Scale In
Female Students Of Ikes Payung Negeri Pekanbaru**

xiii + 82 Halaman + 6 Tabel + 1 Gambar + 5 Lampiran

ABSTRACT

Dysmenorrhea is menstrual pain that can interfere with daily activities. The use of drugs to treat this pain has side effects, so non-pharmacological therapies are needed such as warm compresses of red ginger which are anti-inflammatory. This study aims to determine the effect of warm compresses of red ginger on dysmenorrhea pain scale in female students of Payung Negeri Health Institute Pekanbaru. This study used a quasi-experimental design with a pre-post test without control group, involving 141 respondents selected using accidental sampling. Pain measurements were taken before and after the intervention using the Numeric Rating Scale (NRS). Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank test, because the results of the Kolmogorov-Smirnov normality test showed that the data were not normally distributed. The results showed a significant decrease in the pain scale, with an average pre-test of 4.84 and post-test of 3.19. Wilcoxon test resulted in $Z = -9.204$ and $p = 0.000 (<0.05)$, indicating a significant effect between warm red ginger compress and pain reduction. Further results showed that Negative Ranks were more dominant than Positive Ranks, which means the majority of respondents experienced a decrease in pain after the intervention. The conclusion of this study is that warm red ginger compress is effective in reducing dysmenorrhea pain scale. This method is recommended as a safe and simple non-pharmacological therapy. Further research is recommended with a control group to strengthen the evidence of its effectiveness.

Keywords : Dysmenorrhea, Menstrual Pain, Warm Compress, Red Ginger

References : 42 (2019-2026)