

**PERBEDAAN TINGKAT DISMENOREA DENGAN TERAPI
BULI HANGAT PADA SISWI PRAMUKA
DI MTs. BAITUL HIKMAH**

SKRIPSI



Oleh :

Siti Nur Aini Nura

NIM 22102167

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2026**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Perbedaan Tingkat Dismenorea Dengan Terapi Buli Hangat Pada Siswi Pramuka Di MTs. Baitul Hikmah” telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Siti Nur Aini Nura

NIM : 22102167

Hari, Tanggal : Selasa, 19 Mei 2026

Tim Penguji

Ketua Penguji,



Kustin S.K.M., M.M., M.Kes

NIDN.0710118403

Penguji II,



Prestasianita Putri S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN.0701088903

Penguji III



Dr. Yugi Hari Chandra Purnama M.Si

NIDN.0708079002

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Kesehatan

Universitas dr. Soebandi



Ai Nur Zannah, S.Kep., S.ST., M.Keb

NIDN.0719128902

PERBEDAAN TINGKAT DISMENOREA DENGAN TERAPI BULI HANGAT PADA SISWI PRAMUKA DI MTs. BAITUL HIKMAH

Differences In Dysmenorrhea Levels With Water Warm Zack Therapy In Females Scout Students At Mts. Baitul Hikmah

Siti Nur Aini Nura¹, Yugi H.C. Purnama²

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi

Email : sitinuraininura7@gmail.com

Received :

Accepted :

Published :

Abstrak

Latar belakang : Dismenorea adalah nyeri yang datang pada saat wanita akan haid akibat kontraksi rahim atau faktor lain yang berkaitan dengan nyeri menstruasi. Bentuk dismenorea yang umum dirasakan oleh remaja putri berupa kekakuan atau kejang pada area bawah perut yang bisa muncul beberapa hari sebelum haid dan berlangsung selama 48-72 jam atau kisaran 2-3 hari.

Tujuan : mengetahui perbedaan tingkat dismenorea dengan terapi buli hangat pada remaja.

Metode : menerapkan desain *pra-experimental* dengan *one grup pretest posttest design*, populasi berjumlah 38 orang sehingga teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* yaitu 38 siswi pramuka. Instrumen penelitian berupa *Numeric Rating Scale* (NRS).

Penelitian ini menerapkan teknik analisis *wilcoxon Signed Rank Test*. **Hasil :** mendapati nilai $P < 0,001$, yang menandakan adanya perbedaan signifikan antara tingkat dismenorea dengan terapi buli hangat pada siswi pramuka, dengan nilai *pretest* berada pada tingkat nyeri 4,21 sedangkan nilai *posttest* berada pada tingkat nyeri 1,45. **Kesimpulan :** Terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat nyeri dengan terapi buli hangat pada siswi. Oleh karena itu terapi buli hangat ini efektif sebagai upaya keperawatan untuk menurunkan tingkat dismenorea.

Kata Kunci : Buli Hangat, Dismenorea, Kompres Hangat, Menstruasi