

**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT DAN
AROMATERAPI *PEPPERMINT* TERHADAP NYERI
HAID PRIMER PADA SISWI KELAS X
DI SMK PGRI 1 GIANYAR**



SKRIPSI

OLEH:

CHRISTINA BERE KARANG

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT DAN
AROMATERAPI *PEPPERMINT* TERHADAP NYERI
HAID PRIMER PADA SISWI KELAS X
DI SMK PGRI 1 GIANYAR**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh:

Christina Bere Karang

NIM. A1121007

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Christina Bere Karang
Nim : A1121007
Program Studi : Sarjana Kebidanan
Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Dan Aromaterapi
Peppermint Terhadap Nyeri Haid Primer Pada Siswi
Kelas X di SMK PGRI 1 Gianyar.

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar-benar karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 05 Juni 2025



Christina Bere Karang
Nim. A1121007

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT DAN
AROMATERAPI *PEPPERMINT* TERHADAP NYERI
HAID PRIMER PADA SISWI KELAS X
DI SMK PGRI 1 GIANYAR**

Diajukan Oleh:

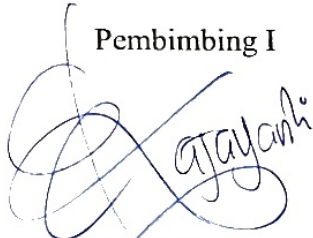
Christina Bere Karang

NIM. A1121007

Badung, 08 Juli 2025

Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Bdn. Pande Putu Novi Ekajayanti, S.ST.,M.Keb
NIDN. 0818118701

Pembimbing II



Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST.,M.Kes
NIDN. 0821098803

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua



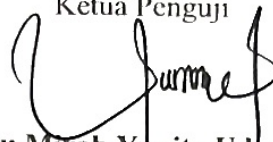
Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST.,M.Keb
NIDN.0808068701

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI
DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA
KEBIDNAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI

Tanggal: 15 Juli 2025

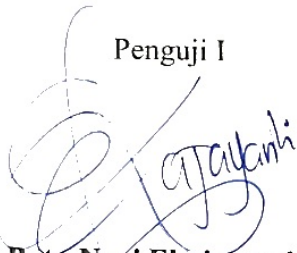
Yang terdiri dari:

Ketua Penguji



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN. 0808068701

Penguji I



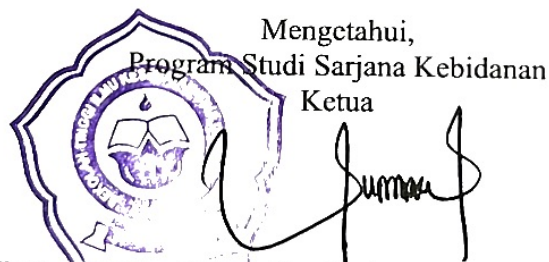
Bdn. Pande Putu Novi Ekajayanti, S.ST., M.Keb
NIDN. 0818118701

Pembimbing II



Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST., M.Kes
NIDN. 0821098803

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN.0808068701

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**

Skripsi, Juli 2025

Christina Bere Karang

Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Dan Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Nyeri Haid Primer Pada Siswi Kelas X di SMK PGRI 1 Gianyar.

(xiii Halaman + 56 Halaman + 5 Tabel + 6 Gambar + 14 Lampiran)

ABSTRAK

Nyeri haid primer merupakan masalah umum yang dialami remaja putri dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Salah satu penanganan yang dapat dilakukan adalah melalui terapi non-farmakologi seperti kompres hangat dan aromaterapi *peppermint*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres hangat dan aromaterapi *peppermint* terhadap nyeri haid primer.

Penelitian ini menggunakan metode pre-eksperimental dengan desain *intact group comparison*. Sampel berjumlah 34 siswi kelas X yang dibagi menjadi kelompok perlakuan dan kelompok kontrol menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen pengumpulan data berupa skala *Numeric Rating Scale* (NRS). Analisis data menggunakan uji *Mann-Whitney*.

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan nyeri yang signifikan pada kelompok perlakuan dibandingkan dengan kelompok kontrol dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Simpulan dari penelitian ini adalah pemberian kompres hangat dan aromaterapi *peppermint* efektif dalam mengurangi nyeri haid primer. Disarankan agar terapi ini dapat dijadikan alternatif penanganan nyeri haid secara non-farmakologi di lingkungan sekolah maupun di rumah.

Kata Kunci: Aromaterapi *Peppermint*, Kompres Hangat, Nyeri Haid Primer

Daftar Pustaka: 20 (2016-2024)

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI

BACHELOR OF MIDWIFERY PROGRAM

Undergraduate Thesis, June 2025

Christina Bere Karang

The Impact of Warm Compresses and Peppermint Aromatherapy on Primary Menstrual Pain in Grade X Students at SMK PGRI 1 Gianyar

(xiii pages + 56 pages + 5 tables + 6 figures + 14 appendices)

ABSTRACT

Primary menstruation pain is a common condition among adolescent females and can impair everyday activities. One treatment option is non-pharmacological therapies such as warm compresses and peppermint aromatherapy. This study aimed to determine the impact of warm compresses and peppermint aromatherapy on primary menstrual pain.

This study employed a pre-experimental approach using an intact group comparison design. The sample consisted of 34 female tenth-grade students who were sorted into treatment and control groups using a purposive sampling technique. The data collection instrument was a Numeric Rating Scale (NRS). Data analysis used the Mann-Whitney test.

The treatment group experienced significantly less pain than the control group, with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$). The study found that warm compresses and peppermint aromatherapy are useful in relieving primary menstruation pain. This therapy is indicated for use as an alternate non-pharmacological treatment for menstruation discomfort at schools and at home.

Keywords : ***peppermint aromatherapy, warm compress, primary menstrual pain***

Bibliography : ***20 (2016-2024)***

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa/Ida Sang Hyang Widhi Wasa yang telah memberikan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Dan Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Nyeri Haid Primer Pada Siswi Kelas X di SMK PGRI 1 Gianyar”. Adapun skripsi ini dibuat untuk memenuhi syarat guna mencapai gelar Sarjana Kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.

Penulis juga menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Meskipun demikian, penulis berusaha semaksimal mungkin agar penyusunan skripsi ini berhasil dengan sebaik-baiknya sehingga dapat diterima. Bersama ini pula dengan segala kerendahan hati, penulis menghantarkan terima kasih kepada pihak yang mendukung yaitu:

1. Bapak Dr. Ir. Putu Santika, M.M selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan dan dukungan untuk mengikuti Pendidikan Program Sarjana Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Ibu Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb selaku ketua Program Studi Sarjana Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali sekaligus Pembimbing Akademik selama melakukan pendidikan telah memberikan motivasi, pengetahuan, masukan serta saran dalam menyelesaikan skripsi.
3. Ibu Bdn. Pande Putu Novi Ekajayanti, S.ST., M.Keb selaku Pembimbing I sekaligus Wali Kelas selama melakukan pendidikan telah memberikan masukan, saran, pengetahuan, dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.

4. Ibu Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST., M.Kes selaku Pembimbing II telah memberikan motivasi, pengetahuan, masukan serta saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Semua responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini sehingga penelitian ini dapat selesai dengan tepat waktu.
6. Semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan untuk penulis yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Badung, 05 Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penulisan	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penulisan	5
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Kajian Teori	8
B. Kajian Empiris	23
C. Kerangka Teori	26
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS, DEFINISI	
OPERASIONAL	27
A. Kerangka Konsep	27
B. Hipotesis	27
C. Definisi Operasional	28

BAB IV METODE PENELITIAN	29
A. Rancangan Penelitian	29
B. Populasi dan Sampel	29
C. Tempat Penelitian.....	32
D. Waktu Penelitin.....	32
E. Etika Penelitian	32
F. Alat Pengumpulan Data	35
1. Instrumen penelitian	35
2. Validitas dan Reabilitas	36
G. Prosedur Pengumpulan Data.....	37
1. Prodesdur Administrasi	37
2. Prosedur Teknis	38
H. Pengolahan Data.....	40
I. Analisis Data	41
BAB V HASIL PENELITIAN	43
A. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	43
B. Analisis Univariat	43
C. Analisis Bivariat	46
BAB VI PEMBAHASAN	48
A. Interpretasi Penelitian	48
B. Keterbatasan Penelitian	52
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	53
BAB VII PENUTUP	54
A. Simpulan.....	54
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	
DAFTAR LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel. 3.1 Definisi Operasional	28
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	44
Tabel 5.2 Intensitas Nyeri Haid Primer Post Test Kelompok Perlakuan.....	45
Tabel 5.3 Intensitas Nyeri Haid Primer Post Test Kelompok Kontrol	46
Tabel 5.4 Analisis Pengaruh Pemberian Kompres Hangat dan Aromaterapi <i>Peppermint</i> Terhadap Nyeri Haid Primer pada Siswi Kelas X di SMK PGRI 1 Gianyar	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar. 2.1 <i>Numeric Rating Scale</i>	16
Gambar. 2.2 Botol Kompres Hangat.....	20
Gambar. 2.3 Aromaterapi <i>Peppermint</i>	23
Gambar. 2.4 Kerangka Teori.....	27
Gambar. 3.1 Kerangka Konsep	28
Gambar. 4.1 Desain Penelitian	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Peneliti
- Lampiran 2 Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 Keterangan Lolos Kaji Etik
- Lampiran 5 Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 6 Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 7 SOP Kompres Hangat dan Aroma Terapi Papermint
- Lampiran 8 Surat Persetujuan Responden
- Lampiran 9 Surat Pengantar Kusioner
- Lampiran 10 Kuesioner *Numeric Rating Scale* (NRS)
- Lampiran 11 Lembar Observasi Nyeri Haid Primer
- Lampiran 12 Hasil Output *SPSS*
- Lampiran 13 Dokumentasi
- Lampiran 14 Lembar Bimbingan Skripsi

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Mukhyi, M. (2023). Metodologi Penelitian Panduan Praktis Penelitian Yang Efektif (1).
- Aisyah, I., Sholikah, S. M., Jeniawati, S., & Utami, S. (2023). Efektivitas Terapi Kompres Hangat Terhadap Disminorea Primer Pada Remaja Putri Di Madrasah Aliyahan Namirah Tanah Merah *JMSWH Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 4(1), 23–27. <https://doi.org/10.36082/jmswh.v4i1.1101>
- Aisyah, I., Sholikah, S. M., Jeniawati, S., & Utami, S. (2023). Efektivitas Terapi Kompres Hangat Terhadap Disminorea Primer Pada Remaja Putri Di Madrasah Aliyahan Namirah Tanah Merah *JMSWH Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 4(1), 23–27. <https://doi.org/10.36082/jmswh.v4i1.1101>
- Akademi, E. P., Metuari, K., & Manado, W. (2024). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Derajat Nyeri Haid Pada Remaja Putri. *JIDAN Jurnal Ilmiah Bidan* ISSN, 11(2), 2024.
- Asrulla, Risnita, Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320–26332.
- Astuti, R. W., & Wahyuni, I. S. (n.d.). Pendahuluan.
- Darmawan, M. K., & Ziveria, M. (2023). Analisis Kebutuhan UI/UX Mahasiswa Kalbis Institute pada Studi Kasus Learning Management System (LMS) LEAPS Kalbis Institute. *Institut Teknologi Dan Bisnis Kalbis*, 9(2), 401–413.
- Delfi, D., Asriwati, A., Fitriani, A. D., Theo, D., & Harahap, J. (2023). Faktor Yang Memengaruhi Pemahaman Pasien Terhadap Penjelasan Informed Consent Pasien Operasi Di Rumah Sakit Khusus Mata Medan Baru. *IJOH : Indonesian Journal of Public Health*, 1(1), 15–38. <https://doi.org/10.61214/ijoh.v1i1.23>
- Elidawaty Purba;Bonaraja Purba;Ahmad Syafii;Fastabiqul Khairad Darwin Damanik;Valentine Siagian;Ari Mulianta Ginting Hery Pandapotan Silitongo;Nurma Fitrianna;Arfandi SN;Revi Ernanda. (2021). Metode Penelitian Ekonomi. In *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*.
- Fadli, R., Hidayati, S., Cholifah, M., Siroj, R. A., & Afgani, M. W. (2023). Validitas dan Reliabilitas pada Penelitian Motivasi Belajar Pendidikan Agama Islam Menggunakan Product Moment. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(3), 1734–1739. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i3.1419>
- Faesol, M., & Widyastuti, W. (2021). Literature Review : Penerapan Metode Kompres Hangat Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Kala 1 Fase Aktif. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 1721–1726. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.921>
- Febuanti, S. (2017). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Penanganan Dismenore Di Smpn 9 Tasikmalaya. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu*

Keperawatan, Analisis Kesehatan Dan Farmasi, 17(1), 157.
<https://doi.org/10.36465/jkbth.v17i1.202>

Fitria, L., Febrianti, A., Arifin, A., Hasanah, A., & Firdausiyeh, D. (2021). Efektivitas Aromaterapi Lavender dan Peppermint Terhadap Skala Nyeri Haid Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 16(3), 614–619.
<https://doi.org/10.36911/pannmed.v16i3.1208>

Fitria, L., Febrianti, A., Arifin, A., Hasanah, A., & Firdausiyeh, D. (2021). Efektivitas Aromaterapi Lavender dan Peppermint Terhadap Skala Nyeri Haid Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 16(3), 614–619.
<https://doi.org/10.36911/pannmed.v16i3.1208>

Hayati, S., Agustin, S., & Maidartati. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Dismenore Pada Remaja Di SMA Pemuda Banjaran Bandung. *Jurnal BSI*, 8(1), 132–142. <http://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/262>

Iii, B. A. B., & Penelitian, M. (2018). Nidaa Nissa Hanifah, 2022 Penerapan Metode Kisah Qur'ani Dalam Pembelajaran Pai Untuk Membina Akhlak Siswa Universitas Pendidikan Indoensia I repository.upi.edu I perpustakaan.upi.edu.

Jannatul Aulia, & Bashori. (2024). Penyusunan Kerangka Berpikir Dalam Penelitian. Univeristas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, 1–5.

Kartikasari, R. (2020). Effect of Peppermint Aromatherapy on Menstruation Scale of Pain in Fakultas Kedokteran Hang Tuah Surabaya Students. *JURNAL AGRI-TEK : Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Eksakta*, 21(1), 10–13.
<https://doi.org/10.33319/agtek.v21i1.42>

Karunia. (2016). Kejadian Disminore Berdasarkan Karakteristik Orang Dan Waktu Serta Dampaknya Pada Remaja Putri Sma Dan Sederajat Di Jakarta Barat Tahun 2015 (Vol. 4, Issue June).

Karunia. (2016). Kejadian Disminore Berdasarkan Karakteristik Orang Dan Waktu Serta Dampaknya Pada Remaja Putri Sma Dan Sederajat Di Jakarta Barat Tahun 2015 (Vol. 4, Issue June).

Luthfiannisa, A. (2024). Literatur Review: Korelasi Terapi Farmakologi dan Non-Farmakologi terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi / Dismenore di Daerah Karawang. 19(2), 107–116.

Masan, V. B. (2022). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di Asrama Putri Sma Regina Pacis Surakarta. Naskah Publikasi Artikel Universitas Kusuma Husada Surakarta.

Masan, V. B. (2022). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Peppermint Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di Asrama Putri Sma Regina Pacis Surakarta. Naskah Publikasi Artikel Universitas Kusuma Husada Surakarta.

- Mauliddiyah, N. L. (2021). Pengaruh pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Disminore Pada Remaja Putri Kelas VII & VIII Di SMP Kampus Kota Padangseidempuan Tahun 2021. 6.
- Metode Penelitian Pendidikan - Andrea Gideon, Novela Tri Lestari, Vidriana Oktoviana Bano, Mike Nurmalia Sari, Dipo Wicaksono, Nadya Puspita Adriana, Mustafa, Sulthon Ibrahim, Mar'ah Nailul Faroh, Khairul Anwar, Kadek Devi Kal. (n.d.).
- Mila Dwi Jayanti, & Winarni Winarni. (2024). Pengaruh Pemberian Ekstrak Jahe terhadap Penurunan Intensitas Dismenore pada Remaja. *Jurnal Medika Nusantara*, 2(3), 263–273. <https://doi.org/10.59680/medika.v2i3.1312>
- Monica Yuzril Palupi, M. M. S. (2023). Penerapan Terapi Murottal Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Ca Mamae. *Naskah Publikasi Monica Yuzril Palupi.Pdf*, 11(2), 10–13. [https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/4343/1/Naskah Publikasi Monica Yuzril Palupi.pdf](https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/4343/1/Naskah%20Publikasi%20Monica%20Yuzril%20Palupi.pdf)
- Nur, L., Ningrum, N. W., & Ariani, M. (2023). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Skala Nyeri Haid (Dismenore Primer) pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama di Wilayah Kerja Puskesmas Angsau. *Health Research Journal of Indonesia*, 2(1), 42–47. <https://doi.org/10.63004/hrji.v2i1.283>
- Nurlismawati, N. (2021). Pengaruh Aroma Terapi Peppermint Terhadap Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Sihepeng Kecamatan Siabu Tahun 2021. *Skripsi*.
- Oktaviani, Y., & Septarini, A. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik dan Pola Makan Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri di Desa Ciherang Kab Cianjur Tahun 2024. 2(9), 466–472.
- Oktaviani, Y., & Septarini, A. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik dan Pola Makan Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri di Desa Ciherang Kab Cianjur Tahun 2024. 2(9), 466–472.
- Permata Sari, P., & Satria, E. (2024). Hippocampus: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Edukasi Gangguan Menstruasi Pada Remaja Di Kelas Vii-A Smp 13 Padang Education On Menstrual Disorders In Adolescents In Class Vii-A Smp 13 Padang. 3(1), 153–157. <https://ojs.poltesa.ac.id/index.php/Hippocampus/index>
- Salamah, Q. N. (2021). Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Program Studi Kesehatan Masyarakat Uin Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2021 Disusun Oleh : Qonita Nur Salamah.
- Salamah, Q. N. (2021). Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Program Studi Kesehatan Masyarakat Uin Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2021 Disusun Oleh : Qonita Nur Salamah.
- Saraswati. (2017). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi (Dismenore) Pada Remaja Putri Siswi Kelas VII SMPN 3 Kecamatan Maospati Kabupaten Magetan.

- Septira, R., & Estri, B. A. (2024). Pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri dismenore primer. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 15(2), 64–75.
- Sofiyati Sofiyati. (2023). Penyuluhan Pengetahuan Tentang Menstruasi dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja Putri di Desa Sutawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon. *Jurnal Nusantara Berbakti*, 1(3), 167–181. <https://doi.org/10.59024/jnb.v1i3.183>
- Sulistiyowati. (2018). Aromaterapi Mengurangi Nyeri.
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 1917–1928. <https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3494>
- Uni, J., Akhfar, K., Arfi, A., & Khaera, N. (2022). Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Kejadian Dismenorea Di Kabupaten Bulukumba. *Jmns*, 4(1), 39–45. <https://doi.org/10.57170/jmns.v4i1.86>
- Wardani, P. K., Fitriana, F., & Casmi, S. C. (2021). Hubungan Siklus Menstruasi dan Usia Menarche dengan Dismenor Primer pada Siswi Kelas X. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.57084/jiksi.v2i1.414>
- Wardani, P. K., Fitriana, F., & Casmi, S. C. (2021). Hubungan Siklus Menstruasi dan Usia Menarche dengan Dismenor Primer pada Siswi Kelas X. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.57084/jiksi.v2i1.414>
- Whitney, M. (2023). Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta 2023 Perbedaan Pengaruh Teknik Relaksasi Aroma Terapi Daun Mint Dan Kompres Air Hangat Terhadap Nyeri Dismenorea Pada Remaja Putri Mahasiswa Program Stud. *Jurnal Keperawatan*, 1–11.