

**PENGARUH PEMBERIAN *HERBAL COMPRESS BALL*
TERHADAP NYERI MENSTRUASI PADA REMAJA
PUTRI DI KLINIK BHAYANGKARA
SATBRIMOB POLDA BALI**



SKRIPSI

**Oleh:
Ria Reviana**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

**PENGARUH PEMBERIAN *HERBAL COMPRESS BALL*
TERHADAP NYERI MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI
KLINIK BHAYANGKARA
SATBRIMOB POLDA BALI**

SKRIPSI

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

Oleh:

**Ria Reviana
NIM. A1225017**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ria Reviana

NIM : A1225017

Jurusan : Sarjana Kebidanan

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian *Herbal Compress Ball* Terhadap Nyeri Menstruasi pada Remaja Putri di Klinik Bhayangkara Satbrimob Polda Bali

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

Mangupura, 14 Juli 2026

Peneliti



(Ria Reviana)

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PEMBERIAN *HERBAL COMPRESS BALL*
TERHADAP NYERI MENSTRUASI PADA REMAJA
PUTRI DI KLINIK BHAYANGKARA
SATBRIMOB POLDA BALI**

Diajukan Oleh:

**RIA REVIANA
NIM A1225017**

Badung, 30 Juni 2026

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing:

Pembimbing I



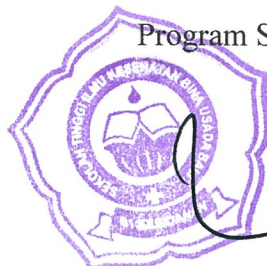
**Bdn. Ni Gusti Ayu Pramita Aswitami, S.Si.T., M.Keb
NIDN: 0801058701**

Pembimbing II



**Prof.Dr.Bdn. Luh Putu Widiastini, S.SiT., M. Kes
NIDN: 1126098501**

**Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ka Prodi**



**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
KEBIDANAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI

Tanggal : 7 Juli 2026

Diajukan Oleh:

RIA REVIANA
NIM. A1225017

Disahkan oleh Tim Penguji Terdiri dari :

Ketua Penguji

(Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST.,M.Kes)

NIDN : 0821098803

Penguji I

Penguji II

Bdn. Ni Gusti Ayu Pramita Aswitami, S.SiT., M.Keb Prof.Dr.Bdn. Luh Putu Widiastini, S. SiT., M. Kes

NIDN: 0801058701

NIDN: 1126098501

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ka Prodi



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

NIDN : 0808068701

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

Skripsi, Juli 2026

Ria Reviana

Pengaruh Pemberian *Herbal Compress Ball* Terhadap Nyeri Menstruasi pada Remaja Putri di Klinik Bhayangkara Satbrimob Polda Bali

LXIV + 60 halaman + 6 tabel + 2 gambar +15 lampiran

ABSTRAK

Tingginya angka kejadian nyeri menstruasi pada remaja sehingga diperlukanya intervensi non-farmakologi seperti *Herbal Compress Ball*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian *herbal compress ball* terhadap nyeri menstruasi pada remaja putri di Klinik Bhayangkara Satbrimob Polda Bali.

Metode penelitian yang digunakan desain *Quasi Exsperimental Nonequivalent Control Group Design*. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah sejumlah 40 orang remaja yang dibagi menjadi dua kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Kelompok perlakuan diberikan intervensi *herbal compress ball* selama 1x20 menit dalam 1 hari dan dipastikan suhu nya 40° C. Kelompok kontrol diberikan KIE standar asuhan kebidanan pada remaja. Skala Nyeri di observasi dengan NRS.

Hasil penelitian ini menunjukan setelah diberikan intervensi *herbal compress ball*, rata-rata intensitas nyeri menurun secara signifikan dari 5,90 menjadi 4,60 dengan *p-value* $0,01 < 0,05$ ada perbedaan terhadap penurunan intensitas nyeri menstruasi pada kelompok perlakuan. Ada pengaruh pemberian *herbal compress ball* terhadap nyeri menstruasi pada remaja putri di Klinik Bhayangkara Satbrimob Polda Bali dengan hasil uji *Mann Whitney p-value* 0,02. Remaja putri diharapkan dapat memanfaatkan *herbal compress ball* sebagai penanganan nyeri menstruasi secara mandiri di rumah.

Kata Kunci : *herbal compress ball*, nyeri menstruasi, remaja putri

Daftar Pustaka : **28 (2018-2026)**

BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION

**BACHELOR'S DEGREE OF MIDWIFERY PROGRAM AND
PROFESSIONAL**

Undergraduate thesis, July 2026

Ria Reviana

*The Effect of Herbal Compress Balls on Menstrual Pain in Adolescent Girls at the
Bhayangkara Clinic of the Bali Police Mobile Brigade Corps*

LXIV + 60 + 6 tables + 2 figures + 15 appendices

ABSTRACT

The high incidence of menstrual pain in adolescents, women experiencing primary menstrual pain, are unable to participate in sports or concentrate on studying due to the pain they experience, necessitating non-pharmacological interventions such as Herbal Compress Balls. The purpose of this study was to determine the effect of administering herbal compress balls on menstrual pain in adolescent girls at the Bhayangkara Clinic of the Bali Regional Police Mobile Brigade Corps (Satbrimob).

The research method used was a quasi-experimental, non-equivalent control group design. The sample consisted of 40 adolescents, divided into two groups: a control group and a treatment group. The treatment group received the herbal compress ball intervention for 20 minutes once a day, ensuring the temperature was maintained at 40°C. The control group received standard IEC (Information and Communication) for midwifery care for adolescents. Pain was assessed using the Numeric Rating Scale (NRS).

The results showed that after the herbal compress ball intervention, the average pain intensity decreased significantly from 5.90 to 4.60, with a p-value of $0.01 < 0.05$, indicating a difference in menstrual pain intensity between the treatment groups. The average intensity of menstrual pain decreased by 0.15 points, which was not statistically significant, as evidenced by a p-value of $0.18 > 0.05$. There was no significant difference in the intensity of menstrual pain in adolescent girls in the control group between the initial and final measurements. There was an effect of giving herbal compress balls on menstrual pain in adolescent girls at the Bhayangkara Clinic, Satbrimob Polda Bali, with a Mann Whitney test result of p-value 0.02. Adolescent girls are expected to be able to use herbal compress balls as a way to treat menstrual pain independently at home.

Keywords: herbal compress ball, menstrual pain, teenage girls

Bibliography: 28 (2018-2026)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widi Wasa, berkat asung kerta wara nugraha-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian yang berjudul “Pengaruh Pemberian *Herbal Compress Ball* Terhadap Nyeri Menstruasi pada Remaja Putri di Klinik Bhayangkara Satbrimob Polda Bali” sesuai dengan waktu yang direncanakan.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Kebidanan (S.Keb) pada program studi Sarjana Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.

Skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M., selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan Program Ilmu Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali
2. Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb., selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usada Bali.
3. Bdn. Ni Gusti Ayu Pramita Aswitami, S.Si.T., M.Keb selaku pembimbing I yang telah memberikan waktu luang dengan penuh kesabaran untuk peneliti dalam memberi masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.

4. Prof.Dr.Bdn. Luh Putu Widiastini, S. SiT., M. Kes selaku pembimbing II yang telah memberikan ilmu dan arahan untuk peneliti dalam memberi masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Seluruh pihak yang turut berperan penting dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini kurang sempurna, oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih.

Badung, 30 Juni 2026

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
1. Pelayanan Kebidanan.....	4
3. Institusi Pendidikan.....	5
4. Pengembangan Ilmu Kebidanan	5
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Kajian Teoritis	7
1. Konsep Remaja	7
2. Konsep Nyeri Menstruasi	10
3. Konsep <i>Herbal Therapy Compress Ball</i>	16
B. Kajian Empiris.....	21
C. Kerangka Teori.....	23

BAB III KERANGKA KONSEP HIPOTESIS DEFINISI OPERASIONAL	24
A. Kerangka Konsep	24
B. Hipotesis	24
C. Definisi Operasional Variabel	25
BAB IV METODE PENELITIAN	27
A. Rancangan Penelitian	27
B. Populasi dan Sampel.....	28
1. Populasi.....	28
2. Sampel	28
C. Tempat Penelitian.....	30
D. Waktu Penelitian.....	30
E. Etika Penelitian.....	30
F. Alat Pengumpul Data.....	33
G. Prosedur Penelitian	34
H. Pengolahan Data	37
I. Analisis Data.....	39
BAB V HASIL PENELITIAN.....	41
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	41
B. Analisa Deskriptif.....	41
C. Analisis Komparatif.....	43
BAB VI PEMBAHASAN	45
A. Interpretasi Penelitian	45
B. Keterbatasan Penelitian	56
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian.....	56
1. Pelayanan Kebidanan.....	56
2. Pendidikan Kebidanan	56
3. Penelitian Kebidanan	57
BAB VII PENUTUP	58
A. Simpulan.....	58
B. Saran	59
1. Bagi Pelayanan Kebidanan	59

2. Bagi Masyarakat	59
3. Bagi Institusi Pendidikan	59
4. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	60

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	26
Tabel 4.1 Tabel <i>Nonequivalent Control Group Design</i>	27
Tabel 5.1 Karakteristik Responden di Klinik Bhayangkara Satbrimob Polda.....	41
Tabel 5.2 Analisa Intensitas Nyeri Menstruasi Pada Remaja Putri Sebelum Dan Sesudah Diberikan <i>Herbal Compress Ball</i> Pada Kelompok Perlakuan di Klinik Bhayangkara Satbrimob Polda Bali	43
Tabel 5.3 Analisa Intensitas Nyeri Menstruasi Pada Remaja Putri Sebelum Dan Sesudah Diberikan Herbal Compress Ball Pada Kelompok Kontrol di Klinik Bhayangkara Satbrimob Polda Bali	43
Tabel 5.4 Analisa Pengaruh Pemberian <i>Herbal Compress Ball</i> Terhadap Intensitas Nyeri Menstruasi Pada Remaja Putri di Klinik Bhayangkara Satbrimob Polda Bali	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Teori.....	23
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	24

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Penelitian
Lampiran 2	Surat Studi Pendahuluan
Lampiran 3	Surat ijin Studi Pendahuluan
Lampiran 4	Surat Keterangan Lolos Uji Etik
Lampiran 5	Surat Permohonan Ijin penelitian
Lampiran 6	Surat Ijin penelitian
Lampiran 7	Surat Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 8	Surat Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 9	Lembar Wawancara Identitas Responden
Lampiran 10	Lembar Kuesioner NRS
Lampiran 11	SOP
Lampiran 12	Lembar Bimbingan

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
NSAID	: <i>Non Steroid Anti Inflammatory Drugs</i>
RSIA	: Rumah Sakit Ibu dan Anak
HCG	: <i>Human Chorionic Gonadotropin</i>
NRS	: <i>Numeric Rating Scale</i>

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, V.I. *et al.* (2024) *Dismenore*. Penerbit NEM.
- Afriani, D. (2024) *Kesehatan Reproduksi: Dismenorea (Nyeri Haid)*. Penerbit Nem.
- American College of Obstetritians and Gynecologists (2025) *American College of Obstetritians and Gynecologists for the May 2027–28 Term | ACOG, American College of Obstetritians and Gynecologists*. Available at: <https://www.acog.org/about/leadership-and-governance/elections/national-elections/apply> (Accessed: 10 December 2025).
- Boonruab, J. *et al.* (2019) 'Effectiveness of hot herbal compress versus topical diclofenac in treating patients with myofascial pain syndrome', *Journal of Traditional and Complementary Medicine*, 9(2), pp. 163–167.
- Chaimano, S. *et al.* (2021) 'A Randomized Controlled Trial on Short-term Therapeutic Effects of Thai Herbal Compresses versus Warm Placebo Compresses on Myogenous Temporomandibular Disorder Pain', *Chiang Mai Dent. J*, 42, pp. 114–119.
- Cheung, L.K., Osei-Kuffour, D. and Drake, P.J.H. (2021) 'Full thickness burn after Thai herbal hot compress massage ball therapy', *Burns Open*, 5(2), pp. 78–80.
- Ekajayanti, P.P.N. and Purnamayanthi, P.P.I. (2020) 'Hubungan Tingkat Stres dengan Perubahan Pola Menstruasi pada Remaja', *Placentum: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 8(2), pp. 109–113.
- Infertility* (2025) *World Health Organization*. Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infertility> (Accessed: 8 December 2025).
- LINDA DEWI, P. (2021) 'TERAPI KOMPRES AIR HANGAT SEBAGAI PENCEGAH DESMINORE PADA REMAJA'.
- Maharianingsih, N.M. and Poruwati, N.M.D. (2021) 'Pengaruh pemberian aromaterapi kayu manis terhadap intensitas nyeri dismenore primer pada remaja', *Jurnal Ilmiah Medicamento*, 7(1).
- Mandasari, P. (2021) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh Dan Usia Menarche Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri', *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 13(2).
- Marnevi, N.L., Adhiestiani, N.M.E. and Mastiningsih, P. (2024) 'Pengaruh Herbal Therapy Compress Ball Terhadap Nyeri Punggung BAWAH IBU HAMIL Trimester III DI PMB BDN. Komang Kristina Dewi, S. KEB., SKM',

NERSMID: Jurnal Keperawatan dan Kebidanan, 7(1), pp. 86–92.

- Nursalam (2020) *Metodologi Penelitian Ilmu Kepeawatan*. 5th edn. Edited by P.P. Lestari. Jakarta: Salemba Medika. Available at: <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>.
- Ongthanasup, T. *et al.* (2020) ‘Anti-inflammatory activity of extracts from Thai herbal compress ball and its plant ingredients’, *Science & Technology Asia*, pp. 68–77.
- Pradnya Wulandari, P. (2023) ‘PERBEDAAN INTENSITAS NYERI MENSTRUASI SEBELUM DAN SESUDAH HERBAL THERAPY COMPRESS BALL PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 2 TABANAN’. Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Kebidanan 2023.
- Pramardika, D.D. (2020) *Panduan Penanganan Dismenore*. Deepublish.
- Rima Wirenviona, S.S.T., Riris, A.A.I.D.C. and ST, S. (2020) *Edukasi kesehatan reproduksi remaja*. Airlangga University Press.
- Riskesdas (2018) ‘Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2018’, *Riset Kesehatan Dasar 2018*, pp. 182–183.
- Sapitri, N. *et al.* (2024) ‘Usia Menarche, Frekuensi Konsumsi Fast Food, Status Gizi, Stres Akademik dan Aktivitas Fisik Berhubungan dengan Dismenore Primer pada Siswi di SMA Negeri 2 Mataram’, *Action Res. Lit.*, 8(1), pp. 42–59.
- Shafshak, T.S. and Elnemr, R. (2021) ‘The visual analogue scale versus numerical rating scale in measuring pain severity and predicting disability in low back pain’, *JCR: Journal of Clinical Rheumatology*, 27(7), pp. 282–285.
- Sugiyono, P.D. (2022) *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. 4th edn. Bandung: Alfabeta.
- Susanti, N.Y. (2023) ‘Penyuluhan tentang Disminorea (Nyeri Haid saat Menstruasi) dan Upaya Menanggulangnya dengan Akupreseur pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Salafiyah Syafiiyah Situbondo’, *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)* [Preprint].
- Widarsa, I.K.T. and Tangking, K. (2022) ‘Metode Sampling Penelitian Kedokteran dan Kesehatan’. Denpasar Bali: Baswara Press.
- Widiyanto, A., Lieskusumastuti, A.D. and Sab’ngatun, S. (2020) ‘Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Dismenorea’, *Avicenna: Journal of Health Research*, 3(2).
- Widiyastuti, N.E. (2022) ‘Kesehatan Reproduksi Dan Keluarga Berencana: Bunga Rampai’.
- Yuliawati, E., Saputri, N. and Lisa’ni, A. (2025) ‘Pengaruh Herbal Therapy Compress Ball Terhadap Intensitas Nyeri Menstruasi Pada Santriwati

Pondok Pesantren Modern Ulul Albab Kabupaten Dharmasraya', *Jurnal Altifani Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 5(5), pp. 780–785.