

# PERBANDINGAN EFEKTIFITAS KOMPRES HANGAT DENGAN OBAT GOSOK TERHADAP DERAJAT NYERI DYSMENORRHEA

Ika Marlina

## INTISARI

**Latar belakang;** Angka kejadian nyeri haid di dunia cukup besar, Di Indonesia angkanya diperkirakan 55% perempuan usia produktif yang menderita nyeri selama haid. Pengobatan nonfarmakologi merupakan usaha mengurangi nyeri dengan efek samping lebih sedikit dibandingkan pengobatan farmakologi.

**Tujuan;** Mengetahui perbandingan efektivitas kompres hangat dengan obat gosok terhadap derajat nyeri dysmenorrhea.

**Metode;** Penelitian eksperimental dengan desain random control trial (RCT). Subyek penelitian wanita usia 17-25 tahun dibagi 2 kelompok terdiri dari kelompok kompres hangat 35 orang dan kelompok obat gosok 35 orang. Derajat nyeri dinilai dengan visual analog scala (VAS).

**Hasil;** Pada penelitian ini menunjukkan adanya penurunan rata-rata nyeri kelompok kompres hangat sebesar 2 derajat VAS dengan 95% CI (1,64-2,36) dan nilai  $p$  0,001 ( $< 0,05$ ). Penurunan rata-rata nyeri kelompok obat gosok sebesar 2,37 derajat VAS dengan 95% CI (2,10-2,63) dan nilai  $p$  0,001 ( $< 0,05$ ). Perbedaan proporsi kesembuhan antara kelompok kompres hangat dengan obat gosok atau Absolute relative risk (ARR) adalah 0.02 (95% CI, (-0,81)-(0,07)) dan nilai  $p$  0,904 ( $> 0,05$ ).

**Kesimpulan;** Obat gosok dan kompres hangat, keduanya memiliki efek untuk menurunkan derajat nyeri dysmenorrhea. Tidak ada perbedaan efektivitas yang bermakna antara pemberian kompres hangat dengan obat gosok terhadap derajat nyeri dysmenorrhea.

**Kata kunci;** Dysmenorrhea, Kompres Hangat, Obat Gosok

**THE EFFECTIVENESS COMPARISON BETWEEN WARM COMPRESS  
WITH BALSAM TO THE LEVEL OF DYSMENORRHEAL PAIN**

Ika Marlina

**ABSTRACT**

**Background :** *the incidence of dysmenorrheal pain is high in the world. Fifty-five percent of the incidence in Indonesia are woman in productive ages. Non-Pharmacological medication is a treatment for dysmenorrheal with minimal side effect than pharmacological medication.*

**Objective ;** *to know the comparison of the effectiveness between warm compress and balsam to decrease the level of dysmenorrheal pain.*

**Method:** *the experimental research is used randomized controlled trial (RCT) design. The subjects are women who has history of dysmenorrheal with age 17-25 years old. The subjects into two groups, warm compress group (n=35) and balsam group (n=35). The level of dysmenorrheal pain is measured by visual analog scale (VAS).*

**Result:** *the research found, the average of pain decreasing in women with warm compress is 2 degrees of VAS ( 95% CI, 1,64-2,36; p= 0,001). The average of pain decreasing in women with balsam is 2,37 degrees of VAS (95% CI, 2,10-2,63; p= 0,001). The difference of recovery proportion between warm compress group and balsam group or absolute relative risk (ARR) is 0,02 (95% CI,(-0,81)-(0,07); p= 0,904).*

**Conclusion :** *both warm compress and balsam have an effect to decrease the level of dysmenorrheal pain. There is no significant effectiveness differences between giving warm compress and balsam to the level of dysmenorrheal pain.*

**Keywords:** *Dysmenorrheal, Warm compress, Balsam.*