

**PENINGKATAN PENGETAHUAN MANFAAT KOMPRES AIR HANGAT  
UNTUK MENGURANGI NYERI HAID (*DISMENOIRE*) DENGAN  
MEDIA *BOOKLET***

**Devi Kusuma Wardani**

Program Studi Diploma III Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta  
Email : [kuscici021@gmail.com](mailto:kuscici021@gmail.com)

---

**INTISARI**

Kompres air hangat adalah memberikan rasa hangat pada daerah tertentu dengan menggunakan cairan atau alat yang menimbulkan hangat pada bagian tubuh yang memerlukannya. Kompres hangat adalah suatu metode dalam penggunaan suhu hangat setempat yang dapat menimbulkan beberapa efek fisiologis. Angka kejadian *dismenore* di dunia sangat besar. Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018 rata-rata lebih dari 50% perempuan disetiap dunia mengalaminya. Di Indonesia angka kejadian *dismenore* sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% *dismenore* primer dan 9,36% *dismenore* sekunder. Penanganan *dismenore* secara farmakologis kurang diminati pada karena kekhawatiran terhadap efek samping dari obat (Fitriani dan Achmad, 2017). Kompres air hangat sangat membantu menurunkan nyeri haid (Mahua, 2018). Salah satu media yang digunakan dalam memberikan informasi adalah *booklet*. *Booklet* dapat digunakan dengan tujuan peningkatan pengetahuan, karena *booklet* memberikan informasi yang lebih spesifik. Dapat disimpulkan bahwa media *booklet* dapat memberikan informasi untuk meningkatkan pengetahuan tentang manfaat kompres air hangat untuk mengurangi nyeri haid atau *dismenore*.

**Kata Kunci** : Kompres Air Hangat, *Dismenore*, Nyeri Haid, Pengetahuan, *Booklet*