

PENURUNAN *DYSMENORREA* PRIMER MENGGUNAKAN *MASSAGE EFFLEURAGE* DENGAN MEDIA VIDEO

Nadia Fitri Nafisah, Irma Mustikasari, S.Kep, Ns., M.Kep

Nadiafitrinafisah01@gmail.com

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang : Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi dengan matang. *Dysmenorrhea* merupakan nyeri perut yang berasal dari kram rahim yang terjadi selama haid akibat kontraksi disritmia miometrium. Prevalensi *dysmenorrhea* di seluruh dunia bervariasi antara 50% dan 90% dengan 38,3% penderita dari nyeri berat dan 58% menderita nyeri sedang . Nyeri dapat diatasi dengan penatalaksanaan farmakologi dan non farmakologi, dalam penatalaksanaan farmakologi dapat diatasi dengan obat golongan NSAID (*Non Steroidal Antiinflammatory Drugs*), sedangkan penatalaksanaan non farmakologi salah satunya dapat diatasi menggunakan metode *massage effleurage*. **Tujuan :** Media edukasi yang dibuat bertujuan sebagai media edukasi kepada masyarakat yang mengalami *dysmenorrhea* primer untuk mengurangi tingkat nyeri akibat dismenore primer menggunakan *massage effleurage*. **Metode:** Metode yang digunakan menggunakan media KIE berupa video sebagai media promotif yang berisi prosedur *massage effleurage* untuk menurunkan *dysmenorrhea* primer pada wanita. **Hasil :** Media yang dihasilkan KIE berupa video yang dapat didistribusikan secara langsung kepada organisasi sosial kemasyarakatan. **Kesimpulan :** Sebagai media promosi edukasi dan informasi bagi masyarakat terkait metode *massage effleurage* dalam mengatasi *dysmenorrhea* primer.

Kata Kunci :

Menstruasi, *Dysmenorrhea*, *Massage Effleurage*

