

ABSTRAK

Afroh Kurnia Isnaini
NIM B2014004
DIII Keperawatan

Dosen Pembimbing
I. Annisa Andriyani, M.PH
II. Tri Susilowati, M.Kep

**PENERAPAN PIJAT *EFFLEURAGE* DAN TERAPI MUSIK
KLASIK TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI
DISMENORE PADA REMAJA DI DESA
TEGALSARI, SURAKARTA.**

Latar Belakang : Dismenore adalah nyeri menstruasi yang ditandai dengan nyeri pada daerah perut, pinggang, dan panggul. Cara nonfarmakologi untuk mengurangi rasa nyeri menstruasi diantaranya dengan penerapan pijat *effleurage* dan terapi musik klasik. Pijat *effleurage* merupakan usapan ringan untuk menghangatkan otot supaya lebih rileks. Terapi musik klasik adalah terapi yang menggunakan musik untuk meningkatkan kondisi emosi serta merileksasikan tubuh. **Tujuan :** Mengidentifikasi pengaruh pijat *effleurage* dan terapi musik klasik dalam menurunkan skala nyeri menstruasi. **Metode :** Penelitian ini menggunakan metode wawancara, observasi, dan *self report measure*. **Hasil :** Hasil penerapan dan analisa didapatkan penurunan tingkat nyeri yang dilakukan selama 3 kali pertemuan. Sebelum dilakukan penerapan pijat *effleurage* dan terapi musik klasik nyeri berskala 6 dan setelah dilakukan penerapan nyeri menjadi skala 2.

Kata Kunci : Dismenore, pijat *effleurage*, terapi musik klasik, penurunan skala nyeri menstruasi.