

ABSTRAK

Ambar Kesmi S	Dosen Pembimbing
NIM B2015001	1. Indarwati, SKM, M.Kes
Program Studi Diploma III Kepewaratan	2. Maryatun, A., S.Kep.Ns, M.Kes

PENERAPAN PIJAT REFLEKSI TERHADAP PENURUNAN NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI DI DESA KUYUDAN KABUPATEN SUKOHARJO

ABSTRAK

Latar Belakang ; Masa remaja akan mengalami masa pubertas, salah satu tanda perubahan fisiologis pada wanita yaitu datang bulan atau haid atau menstruasi. Nyeri Haid atau disminore adalah kondisi ketidaknyamanan dimana yang terjadi saat menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas dan memerlukan pengobatan, nyeri haid ditandai dengan rasa nyeri atau sakit di daerah perut maupun panggul. Pijat refleksi dapat mengurangi rasa nyeri pada remaja yang mengalami nyeri haid di Desa Kuyudan Kabupaten Sukoharjo. **Tujuan;** Mendiskripsikan penerapan pijat refleksi terhadap penurunan skala nyeri haid pada remaja putri dengan nyeri haid di Desa Kuyudan Kabupaten Sukoharjo. **Metode ;** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dan mengobservasi pada subjek penelitian. Pengukuran skala nyeri dengan *Numeris Rating Scale* (NRS) lalu dicatat sebelum dan sesudah penerapan pijat refleksi. **Hasil ;** Skala nyeri sebelum dilakukan pijat refleksi yaitu nyeri skala 4 setelah mendapatkan 3 kali perlakuan pijat refleksi skala nyeri menjadi 3. Dalam penelitian ini dibuktikan bahwa pijat refleksi bahwa pijat refleksi dapat menurunkan skala nyeri haid pada remaja putri. **Kesimpulan ;** Penerapan Pijat refleksi terbukti dapat menurunkan skala nyeri pada remaja putri.

Kata Kunci : *Pijat Refleksi, Penurunan, Nyeri Haid, Remaja Putri*