

Anis Desi Pratiwi

Dosen Pembimbing

Nim B2016012

1. Dewi Kartika Sari, S. Kep.Ns.,M.Kep

Program Studi DIII Keperawatan

2. Annisa Andriyani, M.P.H

**PENERAPAN METODE SLOW STROKE BACK MASSAGE TERHADAP
INTENSTAS NTERI HAID (DISMENOREA) PADA REMAJA**

ABSTRAK

LatarBelakang: Dismenorea merupakan nyeri haid yang dirasakan di bagian perut bawah atau daerah pinggang. Dismenorea pada remaja harus ditangani untuk menghindari hal-hal yang lebih berat. Di Indonesia tahun 2010 angka kejadian dismenorea terjadi pada remaja dengan prevalensia berkisar antara 43% hingga 93%, dimana sekitar 74-80% remaja mengalami dismenorea ringan, mengeluh bahwa aktifitas mereka menjadi terbatas akibat dismenorea. *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) untuk menghilangkan nyeri dapat menghilangkan rasa cemas dan memberikan efek menenangkan.

Tujuan: Mendeskripsikan hasil implementasi metode *Slow Stroke Back Massage* pada remaja dismenorea di Kelurahan Tegalmade.

Metode: Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Alat ukur yang digunakan penelitian ini adalah (Numeric Rating Scale) NRS yaitu alat untuk mengukur skala nyeri pasien. Skala nyeri di ukur sebelum dan sesudah *Slow Stroke Back Massage*, kemudian hasilnya dicatat dalam lembar observasi.

Hasil: Terdapat penurunan skala nyeri sesudah dilakukan metode *Slow Stroke Back Massage* selama 5 menit yang dilakukan 1 hari.

Kesimpulan: Terdapat penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan *Slow Stroke Back Massage*.

Kata Kunci: *Dismenorea, Slow Stroke Back Massage*