

**PENERAPAN *MASSAGE EFFLEURAGE* MENGGUNAKAN MINYAK  
AROMATERAPI MAWAR UNTUK MENURUNKAN SKALA  
*DISMENOIRE* PADA REMAJA PUTRI DI DESA MLANDANG,  
MANJUNGAN, NGAWEN, KLATEN**

Dessy Ratnasari Sudarti Putri  
[Dessyrat345@gmail.com](mailto:Dessyrat345@gmail.com)  
STIKES 'Aisyiyah Surakarta

**ABSTRAK**

**Latar belakang:** *Dismenore* merupakan nyeri menstruasi yang terjadi di daerah panggul akibat menstruasi dan produksi zat prostatglandin. *Dismenore* ini dapat memaksa wanita untuk istirahat dan berkurangnya aktifitas sehari-hari *massage* adalah terapi yang digunakan untuk melakukan pelepasan endorphin sebagai penghilang rasa sakit alami Selain itu, pijat akan mengurangi ketegangan otot dan rasa sakit, meningkatkan mobilitas serta melancarkan peredaran darah. Teknik *massage effleurage* merupakan salah satu intervensi keperawatan non farmakologis untuk mengurangi nyeri *dismenore*, teknik ini menimbulkan efek relaksasi sehingga dapat mengurangi rasa nyeri *dismenore*, teknik ini tidak memiliki efek samping, aman dan dapat dilakukan secara mandiri. *massage effleurage* adalah proses pemijatan yang berupa usapan lembut, lambat dan tidak putus-putus. Pemijatan ini menimbulkan rasa nyaman dan rileks

**Tujuan:** Untuk mendiskripsikan hasil penerapan *massage effleurage* terhadap penurunan skala nyeri *dismenore*. **Metode:** Penerapan ini menggunakan penelitian studi kasus dengan desain penelitian deskriptif. **Hasil:** Tingkat skala nyeri sebelum dilakukan *massage effleurage* pada responden 1 dari skala nyeri 6 menjadi skala 0 dan responden II dari skala nyeri 5 menjadi skala 0. **Kesimpulan:** Ada penurunan terhadap skala nyeri *dismenore* pada remaja putri sebelum dan sesudah dilakukan *massage effleurage*.

**Kata kunci :** *Dismenore, Massage effleurage, Nyeri*