

**PENERAPAN KOMPRES HANGAT TERHADAP SKALA NYERI
DISMENORE DI DESA TANJUNG SUKOHARJO**

Clariza Nugraheni Dian Puspitasari, Eska Dwi Prajayanti

clarizanugraheni123@gmail.com

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Dismenore adalah nyeri haid pada perut bagian bawah yang menjalar hingga ke pinggang dan disertai dengan sakit kepala yang berlangsung selama tujuh hari akibat peningkatan produksi prostaglandin dan pelepasannya dari endometrium selama menstruasi. Prevalensi remaja putri di Indonesia yang mengalami dismenore sebesar 64,25% yang terdiri dari dismenore primer 54,89% dan dismenore sekunder 9,36%. Kompres hangat merupakan salah satu terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri dismenore. **Tujuan:** Mendeskripsikan hasil perbandingan skala nyeri dismenore sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat. **Metode:** Aplikasi ini menggunakan metode studi kasus deskriptif pada 2 responden dengan nyeri dismenore. Dilakukan 1 kali sehari selama 2 hari dengan waktu 30 menit. Instrumen yang digunakan dalam aplikasi ini adalah (Warm Water Zak) WWZ, termometer, air panas dan pengukuran menggunakan (Numeric Rating Scale) NRS. Hasil: Terdapat penurunan nyeri dismenore pada kedua responden setelah diberikan kompres hangat pada Nn. A dari skala 6 menjadi 2 dan pada Numeric Rating Scale. A dari skala 6 menjadi 2 dan pada Nn. I dari skala 5 menjadi 3. **Kesimpulan:** Penerapan terapi kompres hangat dapat menurunkan skala nyeri dismenore pada kedua responden

Kata Kunci : *Dismenore*, Kompres Hangat, Remaja