

ABSTRAK

Dika Putri Azhari

NIM B2015035

Program Studi DIII Keperawatan

Dosen Pembimbing

1. Anjar Nurohmah, S.Kep.Ns, M.Kes

2. Mursudarinah, SKM, M.Kes

PENERAPAN *MASSAGE* PUNGGUNG UNTUK MENURUNKAN NYERI HAID (*DISMENOREA*) PADA REMAJA DI DESA KARANGTENGAH KOTA SRAGEN

ABSTRAK

Latar Belakang; *Dismenorea* adalah kondisi medis yang terjadi sewaktu haid/menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas dan memerlukan pengobatan yang ditandai dengan nyeri atau rasa sakit di daerah perut maupun panggul. Karakteristik *dismenorea* yaitu pegal, sakit pada daerah payudara, lelah, mudah tersinggung, kehilangan keseimbangan, gangguan tidur. *Massage* dalam bahasa Perancis berasal dari kata "*masser*" yang berarti "*menggosok*". Pemberian *massage* ini akan menimbulkan *effect* fisiologis, mekanis dan *psychologis* yang mendatangkan relaksasi, berkurangnya beberapa jenis *oedema*, mengurangi rasa sakit, bertambah luasnya gerakan tubuh dan mengembalikan kesegaran.

Tujuan; untuk mengetahui pengaruh pemberian *massage* punggung untuk menurunkan skala *dismenorea* pada remaja di Desa Karang Tengah, Kelurahan Karang Tengah, Kota Sragen. **Metode;** Metode penelitian *Diskriptif* dengan rancangan penelitian *Studi kasus*. **Hasil;** Nn.C sebelum perlakuan *massage* punggung skala nyeri 6 dan Nn.L 7. Setelah mendapat perlakuan *massage* punggung penurunan skala nyeri Nn.C 2 poin dan Nn.L 2 poin. Terjadi penurunan setelah diberikan *massage* punggung selama satu kali pertemuan.

Kesimpulan; *massage* punggung terbukti dapat menurunkan skala *dismenorea*.

Kata Kunci : *Massage* punggung, *dismenorea*, nyeri, remaja