

ABSTRAK

Nurul Rahmawati (2022). *Penerapan Terapi Kompres Hangat Untuk Menurunkan Tingkat Nyeri Dismenore Pada Remaja Di SMA Negeri 5 Pekanbaru*. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan Pekanbaru, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) H. Husnan, S.Kp., MKM, (II) Hj. Ruserina, S.Pd., S.Kep., M.Kes.

Dismenore merupakan nyeri yang terjadi saat menstruasi yang ditandai dengan rasa sakit di perut bagian bawah, panggul sampai ke pinggang. Keluhan tersebut bila tidak ditangani akan berpengaruh pada aktifitas remaja termasuk konsentrasi belajar remaja berkurang, sehingga *dismenore* perlu diatasi. *Dismenore* dapat diatasi dengan beberapa cara, baik secara farmakologis (menggunakan obat-obatan) maupun non farmakologis, salahsatunya terapi kompres hangat. Tujuan studi kasus ini adalah mendeskripsikan penerapan terapi kompres hangat untuk menurunkan tingkat nyeri *dismenore* pada remaja di SMA Negeri 5 Pekanbaru. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus dengan 2 subyek dan dilakukan pada 20-22 April 2022. Subyek dalam penelitian ini adalah 2 remaja putri usia 15-18 tahun, siswi SMAN 5 Pekanbaru, mengalami *dismenore* lebih dari 2 hari, dengan siklus haid teratur, dalam kondisi kesadaran penuh dan dapat berkomunikasi dengan baik. Terapi kompres hangat dilakukan selama 3 hari dengan waktu kurang lebih 20 menit. Terjadi penurunan tingkat nyeri *dismenore* pada remaja setelah dilakukan terapi kompres hangat dengan penurunan intensitas nyeri dari skala 6-5 menjadi skala 2-1. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian terapi kompres hangat efektif menurunkan tingkat nyeri *dismenore* pada remaja. Diharapkan remaja dapat menerapkan terapi kompres hangat ini sebagai penanganan saat mengalami *dismenore*.

Kata Kunci : *Dismenore*, Nyeri, Terapi Kompres Hangat

ABSTRACT

Nurul Rahmawati (2022). *The Application Of Warm Compress Therapy To Reduce The Level Of Dysmenorrhea Pain In Adolescents In SMA Negeri 5 Pekanbaru*. Case Study Scientific Paper, Pekanbaru Nursing DIII Study Program, Department of Nursing, Health Polytechnic of the Riau Ministry of Health. Supervisor (I) H. Husnan, S.Kp., MKM, (II) Hj. Ruserina, S.Pd., S.Kep., M.Kes.

Dysmenorrhea is a pain that occurs during menstruation which is characterized by pain in the lower abdomen, pelvis to the waist. These complaints if left untreated will affect adolescent activities, including reduced adolescent learning concentration, so dysmenorrhea needs to be overcome. Dysmenorrhea can be overcome in several ways, both pharmacologically (using drugs) and non-pharmacologically, one of which is warm compress therapy. The purpose of this case study is to describe the application of warm compress therapy to reduce the level of dysmenorrhea pain in adolescents at SMA Negeri 5 Pekanbaru. This type of research is descriptive using the case study approach method with 2 subjects and was conducted on April 20-22, 2022. The subjects in this study were 2 young women aged 15-18 years, students of SMAN 5 Pekanbaru, experienced dysmenorrhea for more than 2 days, with a regular menstrual cycle, in a state of full consciousness and able to communicate well. Warm compress therapy is carried out in 3 days with a time of approximately 20 minutes. There was a decrease in the level of dysmenorrhea pain in adolescents after warm compress therapy with a decrease in pain intensity from a scale of 6-5 to a scale of 2-1. These results show that the administration of warm compress therapy is effective in lowering the level of dysmenorrhea pain in adolescents. It is hoped that adolescents can apply this warm compress therapy as a treatment when experiencing dysmenorrhea.

Keywords: Dysmenorrhea, Pain, Warm Compress Therapy