

## ABSTRAK

Indah Mutmainnah (2024). *Penerapan Kompres Hangat untuk Menurunkan Skala Nyeri Dismenore pada Remaja Putri di Poltekkes Kemenkes Riau*. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) Ns. Melly, SST., S.Kep., M.Kes, Pembimbing (II) Ns. Usraleli, S.Kep., M.Kep. Penguji (I) Ns. Magdalena, SST., S.Kep., M.Kes. Penguji (II) Ns. Erni Forwaty, S.Kep., M.Kep.

Dismenore adalah rasa sakit atau nyeri hebat pada bagian bawah perut yang terjadi saat wanita mengalami siklus menstruasi. Dismenore terjadi karena ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan timbulnya rasa nyeri. Dampak dismenore pada remaja putri meliputi dapat terganggunya aktivitas sehari-hari, rasa nyaman terganggu, penurunan keaktifan dalam belajar, dan juga kesulitan konsentrasi dalam belajar. Selain mengganggu aktivitas dismenore juga menyebabkan mual, muntah, dan diare. Salah satu teknik nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri dismenore adalah melakukan kompres hangat. Tujuan studi kasus ini adalah untuk mengetahui gambaran penerapan kompres hangat untuk menurunkan skala nyeri dismenore pada remaja putri di Poltekkes Kemenkes Riau. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif menggunakan pendekatan studi kasus. Subyek dalam penelitian ini adalah 2 orang remaja putri yang mengalami dismenore yang dilaksanakan di Poltekkes Kemenkes Riau pada tanggal 23-28 April 2024. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skala nyeri pada subyek I dan II sebelum dilakukan kompres hangat adalah dengan skala nyeri 6, sedangkan skala nyeri setelah dilakukan kompres hangat pada subyek I adalah 1 dan skala nyeri pada subyek II adalah 0. Kesimpulan pada studi kasus ini bahwa kompres hangat dapat menurunkan skala nyeri dismenore. Saran dari penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang penatalaksanaan secara nonfarmakologis untuk mengurangi skala nyeri dismenore.

Kata kunci : Remaja, Dismenore, Kompres Hangat

## ***ABSTRACT***

Indah Mutmainnah (2024). *Application of Warm Compresses to Reduce Dysmenorrhea Pain Scale in Adolescent Girls at the Riau Ministry of Health Polytechnic*. Case Study Scientific Writing, DIII Nursing Study Program, Nursing Department, Riau Ministry of Health Health Polytechnic. Supervisor (I) Ns. Melly, SST., S.Kep., M.Kes, Supervisor (II) Ns. Usraleli, S.Kep., M.Kep. Penguji (I) Ns. Magdalena, SST., S.Kep., M.Kes. Penguji (II) Ns. Erni Forwaty, S.Kep., M.Kep.

Dysmenorrhea is pain or severe pain in the lower abdomen that occurs when women experience their menstrual cycle. Dysmenorrhea occurs due to an imbalance of the hormone progesterone in the blood, resulting in pain. The impact of dysmenorrhea on young women includes disruption of daily activities, disturbed sense of comfort, decreased activeness in studying, and also difficulty concentrating in studying. Apart from disrupting activities, dysmenorrhea also causes nausea, vomiting and diarrhea. One non-pharmacological technique that can be used to reduce dysmenorrhea pain is to apply a warm compress. The aim of this case study is to provide an overview of the application of warm compresses to reduce the pain scale of dysmenorrhea in adolescent girls at the Riau Ministry of Health Polytechnic. The research method used is a descriptive method using a case study approach. The subjects in this study were 2 teenage girls who experienced dysmenorrhea which was carried out at the Riau Ministry of Health Polytechnic on April 23-28 2024. The results of the study showed that the pain scale in subjects I and II before the warm compress was applied was 6, while the pain scale after applying a warm compress on subject I it was 1 and the pain scale on subject II was 0. The conclusion in this case study is that warm compresses can reduce the dysmenorrhea pain scale. It is hoped that the suggestions from this research will increase public knowledge and understanding regarding non-pharmacological management to reduce the scale of dysmenorrhea pain.

Keywords: Teenagers, Dysmenorrhea, Warm Compress