

PENGARUH MASSAGER EFFLEURAGE TERHADAP NYERI MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI

Deva Nursilawati. Astri Mutiar

Koresponding Author : astrimutiar@gmail.com

Abstrak

Latar belakang: Nyeri menstruasi atau dismenore adalah rasa nyeri yang terjadi selama menstruasi, ditandai dengan nyeri kram perut bawah. Dismenore mempengaruhi penurunan aktivitas sehari-hari perempuan, bahwa selama dismenore tidak dapat duduk, berjalan atau berdiri, tidak bisa keluar rumah, hanya berbaring di tempat tidur atau meringkuk. Ada yang mengatakan tidak bisa ke sekolah, bekerja, tugas sehari-hari lainnya karena gejalanya cukup parah. Nyeri menstruasi dapat diatasi dengan farmakologi dan non farmakologi. Secara farmakologi dapat diatasi dengan menggunakan obat analgesic dan Non farmakologi menggunakan proses fisiologi dan salah satunya menggunakan massage effleurage. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh massage effleurage terhadap nyeri menstruasi pada remaja putri. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan kuarsi eksperimental dengan dua kelompok, dilakukan pada bulan desember 2022-januari 2023, dengan subjek penelitian 60 siswa SMP N 1 Jalancagak yang ditentukan dengan teknik pengambilan sampel accedidental. Pengumpulan data dengan NRS untuk mengukur tingkat nyeri dan VMSS untuk menilai derajat nyeri dikaitkan dengan kemampuan kerja, gejala sistemik dan penggunaan analtegitk, sampel diberikan massage effleurage dengan durasi 5 menit selama 3 hari berturut-turut, analisa data dengan paired sampel t-test. **Hasil:** Hasil uji paired sampel t-test pada hari pertama, kedua dan ke tiga menunjukkan terdapat penurunan setelah diberikan massage effleurage menggunakan NRS dan VMSS dengan p-value 0.000 (<0.05). **kesimpulan:** Terdapat perbedaan hasil sebelum dan setelah pemberian massage effleurage sehingga terdapat pengaruh massage effleurage terhadap nyeri menstruasi pada remaja putri

Kata kunci : Nyeri menstruasi, Massage effleurage, Remaja