PENERAPAN TEKNIK EFFLEURAGE TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PADA REMAJA DISMENORE DI SMP N 1 KOTA JAMBI TAHUN 2022

Eka Untari\*, Apni Riama Simorangkir \*\*, Bettrianto \*\*\*

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Garuda Putih Jambi Tahun 2022

**Email :** eka.ek65@gmail.com

# ABSTRAK

**Latar Belakang :** Dismenore merupakan nyeri haid yang timbul akibat pembentukan prostaglandin yang berlebihan sehingga uterus berkontraksi secara berlebihan dan menyebabkan vasodilatasi peredaran darah, pembuluh arteri dan vena mengembang sehingga darah haid lebih mudah dikeluarkan dan menimbulkan dismenore primer. Teknik Effleurage adalah teknik pijatan yang dilakukan untuk membantu mempercepat proses pemulihan nyeri dengan menggunakan sentuhan tangan untuk menimbulkan efek relaksasi.

**Tujuan :** Dapat mengetahui gambaran umum tentang pelaksanaan teknik effleurage terhadap penurunan skala nyeri pada remaja dismenore.

**Metode :** Jenis penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan metode study kasus pengumpulan data dengan menggunakan lembar observasi dengan 2 orang remaja pada tanggal 23-25 April 2022.

**Hasil :** Setelah dilakukan pelaksanaan penerapan pemberian teknik effleurage selama 3 hari, terjadi penurunan dengan skala nyeri An. A sebelum 6 sesudah 2 dan An. Y sebelum 5 sesudah1.

**Kesimpulan :** Penerapan teknik effleurage pada 2 remaja putri tentang penurunan skala nyeri *diharapkan dapat menurunkan skala nyeridismenore secara mandiri.*

**Saran :** Diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan tentang penerapan pemberian teknik effleurage terhadap penurunan intesitas dismenore.

**Kata Kunci :** *Menstruasi***,** *Dismenore, Teknik Efflleurage*,

APPLICATION OF EFFLEURAGE TECHNIQUE TO REDUCE PAIN SCALE IN DYSMENORRHEA ADOLESCENTS AT SMP N 1 JAMBI CITY IN 2022

Eka Untari\*, Apni Riama Simorangkir \*\*, Bettrianto \*\*\*

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Garuda Putih Jambi Tahun 2022

**Email :** eka.ek65@gmail.com

# ABSTRACT

***Background:*** *Dysmenorrhea is menstrual pain that arises as a result of excessive production of prostaglandins causes the uterus to contract excessive and causes vasodilation of blood circulation, arteries and veins expand so that menstrual blood is more easily expelled and causes primary dysmenorrhea.*

***Objective :*** *To get a general overview of the implementation of the technique effleurage on reducing pain scale in dysmenorrheal adolescents.*

***Method :*** *The type of research conducted in this research is descriptive with the case study method of collecting data using a sheet observation with 2 teenagers on 23-25 April 2022.*

***Results :*** *After the implementation of the application of the effleurage technique, for 3 days there was an increase in knowledge with pain scale An. A before 6 after 2 and An. Y before 5 after 1.*

***Recommendation :*** *It is hoped that this reserach can add insight into the application of administrasion of effleurage technique to decrease the intensity of dysmenorrhea.*

***Key Words :*** *Menstruation, Dysmenorrhea, Effleurage Technique*