

INTISARI

Nama : Bernadetta Virnadyas
NIM : 201511157
Judul : Penanganan disminore pada siswi kelas X di SMA Stella Duce 2 Yogyakarta
Tanggal Uji : 27 Maret 2018
Nama Pembimbing : Ana Setyorini, APP., M.Kes
Jumlah Pustaka : 50 pustaka (2007-2017)
Jumlah Halaman : xiii, 67 halaman, tabel, lampiran

Setiap wanita memiliki pengalaman menstruasi yang berbeda-beda, namun tidak sedikit yang mendapatkan menstruasi disertai keluhan sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman berupa nyeri yang dapat menghambat aktivitas keseharian, sehingga masalah kesehatan reproduksi dewasa ini menjadi penting untuk dijadikan perhatian. Dari hasil penelitian prevalensi dismenore insidensinya pada wanita muda antara 16,8%-81%, terdiri dari 72,89% dismenore primer dan 27,11% dismenore sekunder. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran penanganan disminore pada siswi kelas X di SMA Stella Duce 2 Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif survey. Populasi penelitian ini adalah semua siswi kelas X di SMA Stella Duce 2 Yogyakarta. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini 58 responden yang mengalami disminore. Metode pengumpulan data dilakukan dengan kuisioner. Hasil penelitian ini penanganan disminore yang dilakukan yaitu obat pengurang nyeri sebanyak 11 responden (19%), teknik distraksi/ pengalihan rasa nyeri sebanyak 41 responden (70,7%), beristirahat total atau tidur sebanyak 23 responden (39,7%), posisi *knee chest*/ menungging sebanyak 20 responden (34,5%), teknik imajinasi terbimbing sebanyak 7 responden (12,1%), teknik relaksasi napas dalam sebanyak 17 responden (29,3%), kompres hangat sebanyak 13 responden (22,4%), berendam atau mandi dengan air hangat sebanyak 4 responden (6,9%), pengobatan herbal sebanyak 16 responden (27,6%), penggunaan lotion/ balsem/ minyak penghangat sebanyak 26 responden (44,8%), olahraga sebanyak 7 responden (12,1%), yoga sebanyak 3 responden (5,2%), minum banyak air putih sebanyak 39 responden (67,2%), teknik massage *effleurage dan kneading* sebanyak 21 responden (36,2%). Saran bagi siswi diharapkan mampu menerapkan metode non farmakologis untuk mengurangi nyeri dismenorea, sehingga dapat mengurangi penggunaan obat-obatan yang memiliki efek samping pada tubuh. Saran untuk instansi agar mendukung/memfasilitasi siswi untuk menerapkan metode non farmakologis untuk meningkatkan kualitas hidup siswinya.

Kata kunci: Penanganan disminore