

PENERAPAN TEKNIK *MASSAGE EFFLEURAGE* PADA REMAJA PUTRI *DISMENORE* DENGAN MASALAH NYERI AKUT DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SANDEN

Erlina Kartika Dewi¹, Yusniarita², Yustiana Olfah³
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tata Bumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293
Email : erlinakartika2004@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Menstruasi atau haid adalah perubahan fisiologi pada wanita yang terjadi setiap bulan. Banyak wanita mengalami ketidaknyamanan fisik dalam beberapa hari sebelum atau saat masa menstruasi, termasuk nyeri haid yang dikenal sebagai *dismenore*. *Dismenore* dapat ditangani secara non-farmakologis, salah satunya yakni *massage effleurage*. *Massage effleurage* dapat merangsang serabut saraf di kulit sehingga akan memberikan rasa nyaman selama kontraksi rahim, membantu memperlancar aliran darah ke rahim, dan mengurangi rasa sakit dengan memblokir impuls nyeri.

Tujuan : Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui penerapan teknik *massage effleurage* dalam menangani *dismenore* primer pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Sanden.

Metode : Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif. Subyek studi kasus ini adalah dua remaja yang mengalami *dismenore*. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara, observasi, dan analisa data dengan membandingkan respon kedua subyek studi kasus setelah dilakukan *massage effleurage* yang telah dilaksanakan di bulan April 2025 di rumah subyek studi kasus.

Hasil : Studi kasus ini menunjukkan bahwa setelah dilakukan penerapan teknik *massage effleurage* terdapat perubahan skala nyeri sebelum dan setelah penerapan. Penurunan nyeri pada klien pertama dari skala nyeri 5 setelah dilakukan penerapan *massage effleurage* selama 3 hari mengalami penurunan menjadi skala 2, sedangkan pada klien kedua dari skala 6 menjadi skala 2.

Kesimpulan : Penerapan teknik *massage effleurage* berpengaruh dalam menurunkan tingkat *dismenore* pada kedua klien.

Kata Kunci : remaja, *dismenore*, *massage effleurage*

¹Mahasiswa Diploma Tiga Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

^{2,3}Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

**APPLICATION OF EFFLEURAGE MASSAGE TECHNIQUE IN
ADOLESCENT GIRLS WITH DYSMENORRHEA WITH
ACUTE PAIN PROBLEMS IN THE WORK AREA OF
SANDEN COMMUNITY HEALTH CENTER**

Erlina Kartika Dewi¹, Yusniarita², Yustiana Olfah³

*Department of Nursing Health Polytechnic Health Ministry of Yogyakarta
Tata Bumi Street No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293*

Email : erlinakartika2004@gmail.com

ABSTRACT

Background: Menstruation is a physiological change in women that occurs every month. Many women experience physical discomfort in the days before or during menstruation, including menstrual pain known as dysmenorrhea. Dysmenorrhea can be treated non-pharmacologically, one of which is effleurage massage. Effleurage massage can stimulate nerve fibers in the skin so that it will provide comfort during uterine contractions, help smooth blood flow to the uterus, and reduce pain by blocking pain impulses.

Objective: This case study aims to determine the application of effleurage massage techniques in treating primary dysmenorrhea in adolescent girls in the Sanden Health Center work area.

Method: This case study uses a descriptive method. The subjects of this case study are two adolescents who experience dysmenorrhea. Data collection was carried out through interviews, observations, and data analysis by comparing the responses of the two case study subjects after effleurage massage was carried out in April 2025 at the home of the case study subjects.

Results: This case study shows that after the application of the effleurage massage technique there was a change in the pain scale before and after the application. The decrease in pain in the first client from a pain scale of 5 after the application of effleurage massage for 3 days decreased to a scale of 2, while in the second client from a scale of 6 to a scale of 2.

Conclusion: The application of the effleurage massage technique has an effect on reducing the level of dysmenorrhea in both clients.

Keywords: adolescents, dysmenorrhea, effleurage massage

¹Diploma Three Nursing Student of the Ministry of Health Polytechnic of Yogyakarta

^{1,2}Nursing Lecturer of the Ministry of Health Polytechnic of Yogyakarta