

ABSTRAK

Nyeri *dismenorea* merupakan fenomena kompleks pada tubuh manusia yang terjadi karena adanya kontraksi uterus ditandai dengan peningkatan *prostaglandin* yang dapat menyebabkan perasaan tidak nyaman, tidak menyenangkan, kram uterus, nyeri punggung, sakit kepala, berkeringat. Dampak dari *dismenorea* tersebut menyebabkan gangguan konsentrasi belajar, aktivitas terganggu, kurang nafsu makan, dan badan lemas. *Dismenorea* dapat diatasi secara non farmakologis, antara lain menggunakan metode *counterpressure* yaitu memijat atau massase dengan tekanan yang kuat menggunakan pangkal tangan pada region *sakralis*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *counterpressure* terhadap intensitas nyeri *dismenorea* dengan rancangan penelitian *Quasy Eksperimental* dengan pendekatan *Nonequivalent Control Group Design*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari-Februari 2017 di Rusunawa Putri K.H. Sahlan Rosidji Universitas Muhammadiyah Semarang. Sampel berjumlah 32 orang responden, yang terdiri dari kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Hasil penelitian menunjukkan terjadi penurunan intensitas nyeri yang signifikan setelah *counterpressure* ($p\text{-value}<0.05$). Penelitian ini memberikan rekomendasi kepada perawat, remaja, mahasiswa agar dapat membantu memenuhi kebutuhan remaja akan rasa nyaman dalam pengontrolan nyeri ketika *dismenorea*.

Kata kunci: *counterpressure*, *dismenorea*, intensitas nyeri

ABSTRACT

Dysmenorrhoea is a complex phenomenon pain in the human body that occur due to the presence of uterine contraction is characterized by an increase in prostaglandin that can lead to feeling uncomfortable, unpleasant, uterine cramps, back pain, headaches, sweating. The impact of dysmenorrhoea was such concentration learning disorders, activity is disturbed, less appetite, and body limp. Dysmenorrhoea can be addressed in non pharmacological, using counterpressure with gave pressure using the base of the hand on the sacral region. This purpose of the research was to identify the effect of counterpressure on intensity of pain in student respondents with dysmenorrhea. This study was a Quasy Experimental which adopts Nonequivalent Control Group Design. The research was carried out in January-February 2017 in Rusunawa Putri K.H. Sahlan Rosidji University of Muhammadiyah Semarang. The samples were 32 samples. The result showed that there was significant decrease in the intensity of pain after the counterpressure between the two group (p -value < 0.05). The research gave the recommendation for nurses, adolescent to provided it sssneeds of convenience by delivering their assistance and controlling the pain during *dismenorea*.

Keywords: counterpressure, dysmenorrhoea, pain intensity