

ABSTRAK

Wijayanti, Diah Ulfah. 2018. Perbedaan Penurunan Nyeri Dismenorea Pada Remaja Dengan Tatalaksana Guided Imagery Dan Kompres Hangat di SMA Negeri 8 Malang. Skripsi, Pembimbing Utama: Jupriyono, S.Kp.,M.Kes. Pembimbing Pendamping: Ari Kusmiwiyati, SST.,M.Keb.

Dismenorea merupakan nyeri yang menyertai menstruasi, tanpa dijumpai kelainan pada alat reproduksi. Penatalaksanaan dismenorea dapat dilakukan secara farmakologis maupun non farmakologis. Salah satu cara penatalaksanaan non farmakologis adalah dengan melakukan *guided imagery* dan kompres hangat. Tujuan penelitian adalah mengetahui perbedaan penurunan nyeri dismenorea primer pada remaja dengan tatalaksana *guided imagery* dan kompres hangat. Desain penelitian menggunakan *Quasi Eksperimen* dengan rancangan *Non Equivalent Control Group*. Populasi sebanyak 45 siswi dalam cakupan kelas X dan XI SMA Negeri 8 Malang. Besar sampel sebanyak 40 siswi dengan menggunakan *purposive sampling*, yang dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu 20 siswi kelompok kompres hangat dan 20 siswi kelompok *guided imagery*. Instrumen penelitian berupa lembar observasi NRS (*Numeric Rating Scales*). Data dianalisis menggunakan *Wilcoxon Signed Rank*, *Mann-Whitney Test* ($\alpha = 0,05$). Kompres hangat dan *guided imagery* keduanya berkontribusi dalam menurunkan nyeri. Pada uji *Mann-Whitney Test*, dengan $\alpha 0,05$ didapatkan nilai $p 0,000$, oleh karena $p < \alpha$ maka terdapat perbedaan signifikan antara pemberian *guided imagery* dan kompres hangat terhadap penurunan nyeri dismenorea.

Kata Kunci : Guided Imagery, Kompres Hangat, Tingkat Nyeri Dismenorea

ABSTRACT

Wijayanti, Diah Ulfah. 2018. Differences in Dysmenorrhoea Decrease Pain In Teens With Guided Imagery Management And Warm Compresses at SMAN 8 Malang. Thesis, Supervisor Main: Jupriyono, S.Kp., Kes. Supervising Companion: Ari Kusmiwiyati, SST., M.Keb.

Dysmenorrhoea is pain that accompanies menstruation, with no abnormalities found in the reproductive organs. Management can be done disminorea pharmacological and non-pharmacological. One way of non-pharmacological treatment is with guided imagery and warm compresses. The research objective was to determine differences in pain reduction of primary dysmenorrhoea in adolescents with treatment of guided imagery and warm compresses. The study design using the design of experiment with design Quasi Non-Equivalent Control Group. Population coverage by 45 female students in class X and XI SMA Negri 8 Malang. A sample size of 40 students by using purposive sampling, which are divided into two groups, namely the group of 20 students and 20 female students warm compresses guided imagery group. The research instrument is observation sheet NRS (Numeric Rating Scales). Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank, Mann-Whitney Test ($\alpha = 0.05$). Warm compresses and guided imagery are both berontribusi in reducing pain. On the Mann-Whitney Test, with a 0.05 p value of 0.000, therefore $p < \alpha$ then there is a significant difference between the provision of guided imagery and warm compresses to the painful decline disminorea.

Keywords: Guided Imagery, Warm Compresses, Pain Levels Dysmenorrhoea