

Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Kusuma Husada Surakarta

2023

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TAHAP
PERKEMBANGAN REMAJA DENGAN INTERVENSI KOMPRES
HANGAT**

¹Fira Agustina, ²Mutiara Dewi Listiyanawati

¹Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga Universitas
Kusuma Husada Surakarta

²Dosen Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga Universitas Kusuma
Husada Surakarta

Email : firaagustina03@gmail.com

ABSTRAK

Tahap perkembangan keluarga pada studi kasus ini adalah tahap perkembangan keluarga usia remaja (*Families With Teenager*) adalah anak yang berusia mulai dari 13 tahun sampai dengan 19 – 20 tahun. Tujuan studi kasus ini adalah untuk memperoleh gambaran asuhan keperawatan keluarga pada tahap perkembangan usia remaja dengan intervensi kompres hangat. Jenis penelitian ini merupakan studi kasus. Subjek dalam studi kasus ini adalah keluarga pada tahap perkembangan usia remaja dengan masalah nyeri akut *dismenore* di wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo, Karanganyar. *Dismenore* merupakan nyeri yang muncul sebelum atau selama menstruasi. *Dismenore* adalah nyeri yang dirasakan dengan gejala kompleks berupa kram bagian perut bawah yang menjalar ke punggung maupun kaki. Hasil studi setelah dilakukan selam 4x kunjungan dan dilakukan tindakan keperawatan yaitu kompres hangat, kompres hangat merupakan pemberian rasa hangat pada klien dengan cairan atau alat yang menimbulkan rasa hangat pada bagian tubuh yang memerlukanya. Pemberian kompres hangat menggunakan prinsip penghantaran panas melalui cara konduksi dimana panas ditempatkan pada daerah yang sakit untuk melancarkan sirkulasi darah dan menurunkan ketegangan otot sehingga akan menurunkan nyeri pada wanita dengan *dismenore* selama 1x/hari dengan durasi waktu 10 – 15 menit dalam setiap pemberian kompres hangat. Rekomendasi tindakan pemberian kompres hangat ini efektif digunakan untuk menurunkan skala nyeri *dismenore* pada remaja putri.

Kata Kunci : Asuhan Keperawatan Keluarga, *Dismenore*, Kompres Hangat

Associate's Degree In Nursing Study Program

Faculty of Health Sciences

Kusuma Husada University of Surakarta

2024

**FAMILY NURSING CARE AT THE DEVELOPMENTAL STAGE OF
ADOLESCENCE WITH WARM COMPRESS INTERVENTION**

¹Fira Agustina, ²Mutiara Dewi Listiyanawati

¹Student of Associate's Degree in Nursing Study Program of Kusuma Husada
University of Surakarta

²Lecturer of Associate's Degree in Nursing Study Program of Kusuma Husada
University of Surakarta

Email: firaagustina03@gmail.com

ABSTRACT

In this case study, the stage of family development is the family developmental stage of adolescence (Families With Teenagers), namely children aged from 13 years to 19 – 20 years. The aim of this case study was to obtain an overview of family nursing care at the developmental stage of adolescence using warm compress intervention. The type of this research was a case study. The subjects in this case study were families in the developmental stage of adolescence with the problem of acute dysmenorrhea pain in the Gondangrejo Health Center area, Karanganyar. Dysmenorrhea is pain that occurs before or during menstruation. Dysmenorrhea is a pain that is felt with complex symptoms in the form of cramps in the lower abdomen that spread to the back and legs. The result of the study was obtained after four visits and the provision of nursing actions, namely the provision of warm compresses, warm compresses are the provision of warmth to clients with liquids or tools that cause a feeling of warmth in the parts of the body that need it. Giving warm compresses using the principle of heat transfer through conduction where heat was applied to the painful area to improve blood circulation and reduce muscle tension, thus it will reduce pain in women with dysmenorrhea for 1x / day with a duration of 10 - 15 minutes in each warm compress. Recommendations for the action of giving warm compresses were effective for reducing the dysmenorrhea pain scale in adolescent girls.

Keywords : Family Nursing Care, Dysmenorrhea, Warm Compresses

PENDAHULUAN

Pada masa remaja terjadi peristiwa penting yang dikenal sebagai pubertas, yang mengarah pada kematangan seksual dengan percepatan pertumbuhan, pematangan tulang dan rangka, perkembangan karakteristik seksual serta pencapaian fertilitas. Tanda remaja perempuan pubertas yaitu meluruhnya dinding rahim yang bisa juga disebut menstruasi. Tahun-tahun awal menstruasi adalah periode yang rentan terhadap gangguan menstruasi karena menstruasi adalah siklus yang terjadi secara rutin dengan siklus setiap bulan.

Dismenore adalah salah satu komplikasi dari menstruasi. *Dismenore* merupakan nyeri yang muncul sebelum atau selama menstruasi. *Dismenore* adalah nyeri yang dirasakan dengan gejala kompleks berupa kram bagian perut bawah yang menjalar ke punggung maupun kaki.

Menurut Lestari *et al* (2023) data *dismenore* di Indonesia tahun 2017 sebanyak 55% dimana 15% diantaranya mengeluhkan

aktivitasnya terganggu akibat *dismenore*. Data *dismenore* di Jawa Timur tahun 2017 remaja putri yang berusia 10-24 tahun berjumlah 56.598 jiwa dan yang mengalami *dismenore* sebanyak 11.565 jiwa (1,31%). Sedangkan angka kejadian *dismenore* di Jawa Tengah secara umum sebanyak 56% (Wulandari & Widiyaningsih, 2023). Ada dua macam penatalaksanaan *dismenore* ini yaitu terapi farmakologi dan non farmakologi. Obat seperti analgesik yang untuk menghambat rangsangan nyeri pada dasarnya dapat menyebabkan efek samping, seperti iritasi mukosa lambung, kerusakan hati serta ginjal jika digunakan dalam jangka waktu yang lama dan dosis yang tinggi. Untuk menghindari efek samping dari obat-obatan tersebut, ada terapi alternative yaitu terapi non farmakologi yang dapat diterapkan, seperti istirahat yang cukup, relaksasi, melakukan aktivitas fisik seperti senam, latihan peregangan perut serta mengompres hangat pada daerah yang terasa nyeri (Nuriah & Kamilah, 2021).

Kompres hangat atau buli-buli adalah media penanganan secara non farmakologi. Prinsipnya yaitu dengan memberikan kompres hangat dengan suhu sekitar 40,5 derajat sampai dengan suhu 43 derajat *celcius* pada daerah yang nyeri dan dilakukan pengompresan.

Pemberian kompres hangat juga menggunakan prinsip penghantaran panas melalui cara konduksi dimana panas ditempelkan pada daerah yang sakit untuk melancarkan sirkulasi darah dan menurunkan ketegangan otot sehingga akan menurunkan nyeri pada wanita dengan *dismenore* (Wahyuningsih, 2013) dalam (Sari *et al.*, 2018).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini adalah pendekatan studi kasus pada anak usia remaja (13-20 tahun) dengan kriteria inklusi yaitu remaja putri yang sudah menstulasi dan yang mengalami *dismenore* saat menstruasi. Pengambilan kasus ini dilaksanakan pada tanggal 03 Februari sampai dengan tanggal 06 Februari tahun 2024 di wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo,

Karanganyar dengan jumlah 4 kali kunjungan. Instrument studi kasus ini dilakukan dengan melakukan observasi pre-tindakan dan post-tindakan pada remaja sebelum dan sesudah dilakukan tindakan kompres hangat.

HASIL

Hasil pengkajian pada klien didapatkan Sdri. I mengatakan nyeri menstruasi pada hari pertama, nyeri seperti ditusuk tusuk dan terkadang nyeri seperti ingin BAB/mules, nyeri pada daerah perut bagian bawah, skala nyeri berada di angka 6 (nyeri sedang), nyeri dirasakan terus menerus, klien mengatakan saat *dismenore* datang hanya digunakan istirahat saja tidak melakukan upaya penanganan yang lain, klien juga tampak mengelus perut bagian bawah dan wajah klien tampak pucat.

PEMBAHASAN

1. Pengkajian

Hasil dari pengkajian klien sendiri didapatkan data subyektif klien mengatakan nyeri perut karena sedang menstruasi hari pertama, nyeri seperti mules dan terkadang nyeri seperti ditusuk-

tusuk, nyeri pada perut bagian bawah (abdomen kuadran kanan bawah dan kiri bawah) menjalar ke pinggang, dengan skala nyeri 6 (nyeri sedang). Hasil data obyektif klien tampak mengelus perutnya yang nyeri, klien tampak pucat dengan pemeriksaan tanda-tanda vital tekanan darah dengan hasil 120/80 mmHg, nadi 90x/menit, suhu 36,5 derajat *celcius* dan respirasi rate 20x/menit.

2. Diagnosis Keperawatan

Tahap menegakkan diagnosis pada keperawatan keluarga ini akan ditentukan prioritas masalah keperawatan dengan melakukan skoring. Didapatkan data fokus dengan prioritas diagnosis yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis dibuktikan dengan nyeri *dismenore* (D.0077).

3. Intervensi Keperawatan

Prioritas diagnosis keperawatan berdasarkan perumusan masalah dan skoring dapat ditegakkan diagnosis nyeri akut (D.0077). Dengan tujuan umum yaitu setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 4

kali kunjungan diharapkan nyeri menurun. Intervensi yang dilakukan berdasarkan standar intervensi keperawatan Indonesia yaitu manajemen nyeri (I.08238) diantaranya observasi dengan mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, lokasi dan skala nyeri. Intervensi terapeutik diantaranya dengan berikan teknik non farmakologi untuk mengurangi nyeri (dengan kompres hangat bermedia botol kaca, handuk serta panci, diberikan 15 menit 1x/hari selama 4 hari), fasilitasi dalam melakukan kompres hangat. Intervensi edukasi dengan jelaskan strategi meredakan nyeri dengan kompres hangat, ajarkan teknik kompres hangat dan intervensi kolaborasi dengan kolaborasi pemberian analgetik (jika perlu).

4. Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan ini dilakukan selama 4 kali kunjungan rumah. Hari pertama penulis melakukan kunjungan rumah serta memberikan *informed consent* pada hari Sabtu, 03 Februari 2024. Pada

hari pertama dan dilanjutkan kunjungan sampai hari keempat penulis melakukan intervensi kompres hangat untuk menurunkan skala nyeri pada responden.

5. Evaluasi Keperawatan

Setelah dilakukan tindakan selama 4x kunjungan diperoleh catatan perkembangan pada hari Selasa tanggal 6 Februari 2024 yaitu data subyektif Sdri. I mengatakan nyeri sudah berangsur menghilang karena sudah haid hari keempat. Data obyektif didapatkan hasil yaitu Sdri. I sudah tidak mengelus perut bagian bawahnya lagi dan wajah tampak sudah tidak pucat lagi, hasil skala nyeri hari pertama saat diberikan kompres hangat dari skala 6 menjadi skala 4, hari kedua dari skala 6 menjadi skala 4, hari ketiga dari skala 5 menjadi skala 4, dan hari keempat dari skala 3 menjadi skala 0. Mengenai analisis yaitu masalah nyeri akut *dismenore* teratasi, keluarga mampu mencapai 5 perawatan kesehatan keluarga. Data planning yaitu dengan ingatkan kembali kepada

Sdri. I dan keluarga jika mengalami *dismenore* maka anjurkan melakukan upaya penanganan yang sudah diajarkan.

KESIMPULAN

Dari hasil pengkajian yang telah dilaksanakan oleh penulis didapatkan data Sdri. I mengatakan nyeri haid hari pertama, nyeri seperti ditusuk tusuk dan terkadang nyeri seperti mules ingin BAB, nyeri pada daerah perut bagian bawah menjalar ke pinggang, skala nyeri 6 (nyeri sedang), Sdri. I mengatakan jika nyeri haid datang hanya digunakan tiduran/istirahat saja, Sdri. I tampak mengelus daerah perut yang nyeri dan wajah klien tampak pucat.

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan diagnosis keperawatan yang menjadi fokus utama pada Sdri. I yaitu nyeri akut yang memiliki skoring tertinggi dibandingkan dengan diagnosis defisit pengetahuan.

Kriteria hasil yang dapat memenuhi 5 fungsi perawatan

keluarga antara lain tujuan pertama setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 4 kali kunjungan diharapkan keluarga mampu mengenal masalah dengan identifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi, identifikasi lokasi karakteristik durasi frekuensi serta kualitas nyeri. Tujuan khusus yang kedua yaitu keluarga mampu memutuskan tindakan menangani ataupun menurunkan nyeri *dismenore* dengan memberikan teknik non farmakologi dengan kompres hangat untuk menurunkan atau menangani nyeri *dismenore*. Tujuan khusus ketiga yaitu keluarga mampu merawat anggota keluarga yang sakit dengan memberikan kompres hangat pada penderita *dismenore*, memberikan pendidikan/edukasi tentang *dismenore* serta memberikan edukasi mengenai upaya penanganan *dismenore*, tujuan khusus yang keempat yaitu keluarga mampu memodifikasi lingkungan keluarga dengan menjaga

kebersihan lingkungan didalam maupun di luar rumah, tujuan khusus yang kelima yaitu keluarga mampu untuk memanfaatkan pelayanan kesehatan dengan menganjurkan menggunakan fasilitas kesehatan jika sedang sakit.

SARAN

1. Bagi Puskesmas

Dapat meningkatkan pelayanan di puskesmas serta pelayanan pendidikan kesehatan dan promosi kesehatan terhadap keluarga dan masyarakat, serta mempertahankan hubungan kerja baik antara tim kesehatan dengan klien.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi Pendidikan diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi materi pembelajaran untuk kalangan mahasiswa Pendidikan diploma maupun sarjana agar dapat melaksanakan pendidikan kesehatan pada keluarga tahap usia remaja dan dapat memberikan kompres hangat

untuk penanganan nyeri *dismenore*.

3. Bagi Klien dan Keluarga

Bagi klien dan keluarga agar dapat menjaga kesehatan anggota keluarganya serta bisa menambah pengetahuan tentang penanganan *dismenore*.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan kajian yang sama diharapkan dapat mengembangkan intervensi kompres hangat ini dalam menurunkan skala nyeri *dismenore* pada remaja putri serta tingkatkan lagi ketelitian dan fokus terhadap apa yang diteliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo, Sulistyono (2012). Keperawatan Keluarga Konsep Teori Proses dan Praktik Keperawatan. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Apriani, W., Oklaini, S. T., Herdianti, T. N., & Triana, I. (2021). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Disminore Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 17 Kecamatan Enggano. *Journal Of Midwifery*, 9(2), 8–15. <https://doi.org/10.37676/jm.v9i2.1823>
- Arifin, S. (2017). Revitalisasi Keluarga Sebagai Lingkungan Pendidikan. *Jurnal Kariman*, 5(1), 1–22.40
- Ayu, Rodiyani, & Dewi, R. (2019). Pengaruh Pemberian Ekstrak Kunyit (*Curcuma longa linn*) dalam Mengatasi *Dismenorea* [*Effect of Turmeric Extract (Curcuma longa linn) in Reducing Dysmenorrhoea*]. *Majority*, 7(2), 193–197.
- Bloom, N., & Reenen, J. V. (2013). Standar Operasional Prosedur Kompres Hangat. *NBER Working Papers*, 89
- Fatmawati, R. F., Rahmadian, R., Lestari, S. A., & Hasanah, U. (2022). Pendidikan Anak Dalam Keluarga. In *Jurnal Bunga Rampai Usia Emas* (Vol. 8, Issue 1)
- Hidayat Taufik. (2019). Pembahasan Studi Kasus Sebagai Bagian Metodologi Pendidikan. *Jurnal Study Kasus*, August, 128.
- Manan, El. 2011. Kamus Pintar Kesehatan Wanita. Yogyakarta : Bukubiru
- Tri Wahyu, Parliani, Dwiva H. (2021). *Dwiva Hayati* , Buku

Community Empowerment, 5(1),
7-12.
[https://doi.org/10.30989/jice.v5i
1.770](https://doi.org/10.30989/jice.v5i1.770)

Kab. Karanganyar. Jurnal Peduli
Masyarakat, 6(1), 209-214.

Vioneery, D., Listiyanawati, M. D., &
Dirhan, D. (2022). Penurunan
Nyeri Osteoarthritis Dengan
Teknik Relaksasi Genggam Jari.
Nursing News, 6(2).

Vioneery, D., Listrikawati, M.,
Listiyanawati, M. D.,
Sensussiana, T., & Dirhan, D.
(2024). Penanggulangan Krisis
Hipertensi dan Hiperglikemia
dengan Rebusan Daun Salam
pada Lansia di Desa Wonolapan