

Kompres hangat sebagai salah satu intervensi untuk mengatasi masalah gangguan rasa nyaman pada keluarga Bapak M dengan Dismenorea = A Warm compress as intervention to resolve impaired comfort in the family of Mr M with Dysmenorrhoea

Sella Devita, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20434749&lokasi=lokal>

Abstrak

Dismenorea merupakan masalah kesehatan yang umum terjadi pada remaja perempuan. Akibat dari dismenorea yang tidak ditangani adalah penurunan produktivitas dan penurunan kualitas hidup. Masyarakat perkotaan cenderung mengonsumsi Non Steroidal Anti Inflammatory Drugs (NSAIDs) untuk mengatasi masalah tersebut. Namun konsumsi obat NSAID dapat memberikan efek samping pada saluran pencernaan seperti dyspepsia dan mual. Karya ilmiah ini bertujuan untuk menggambarkan intervensi kompres hangat dalam mengatasi masalah gangguan rasa nyaman.

Intervensi diberikan dengan menjelaskan manfaat dan cara melakukan kompres hangat terlebih dahulu kemudian melakukan demonstrasi. Kompres hangat dilakukan dengan menggunakan waslap selama 25 menit. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan keluarga tentang dismenorea dan cara perawatannya serta penurunan skala nyeri dari 4 menjadi 1. Keluarga dengan dismenorea pada remaja disarankan untuk melakukan kompres hangat selama 30 menit dengan suhu air 40-42°C untuk mengatasi masalah gangguan rasa nyaman.

.....

Dysmenorrhoea is a common health problem in female adolescents. The result of the untreated dysmenorrhea is a decrease in productivity and decreased quality of life. Urban communities tend to use Non Steroidal Anti Inflammatory Drugs (NSAIDs) to resolve the issue. However, the consumption of NSAID can give side effects on gastrointestinal tract, such as dyspepsia and nausea. The aim of this paper was to describe a warm compress intervention in addressing the problem of impaired comfort.

The intervention provided by explaining the benefits and how to make a warm compress first and then did a demonstration. Evaluation showed there was an increased of family's knowledge about dysmenorrhoea and its treatment also there was a decreased of pain scale from 4 to 1. Family with dysmenorrhoea in adolescents are advised to perform a warm compress for 30 minutes with the water temperature 40-45°C to address impaired sense of comfort.