



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA REMAJA
PUTRI DENGAN NYERI DISMENOIRE MELALUI INTERVENSI
PIJAT ENDORPHINE DAN KOMPRES HANGAT DI RT 03
PEJATEN TIMUR**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

SEPTIA SUCI RAHMANTI

2420721124

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2026**



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA REMAJA
PUTRI DENGAN NYERI DISMENOIRE MELALUI INTERVENSI
PIJAT ENDORPHINE DAN KOMPRES HANGAT DI RT 03
PEJATEN TIMUR**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners

SEPTIA SUCI RAHMANTI

2420721124

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2026**

PERNYATAAN ORISINALITAS

KIA ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Septia Suci Rahmanti

NIM : 2420721124

Tanggal : 24 November 2025

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 24 November 2025

Yang menyatakan,



Septia Suci Rahmanti

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIA UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta,
Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Septia Suci Rahmanti

NIM : 2420721124

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: "Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Remaja Putri Dengan Nyeri Dismenore Melalui Intervensi Pijat *Endorphine* Dan Kompres Hangat Di RT 03 Pejaten Timur"

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Hasil KIA saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Fikes UPNVJ

Pada tanggal : 24 November 2025

Yang menyatakan,



(Septia Suci Rahmanti)

PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners diajukan oleh:

Nama : Septia Suci Rahmanti
NIM : 2420721124
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga pada Remaja Putri dengan Nyeri Dismenore melalui Intervensi Pijat Endorphine dan Kompres Hangat di RT 03 Pejaten Timur

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Jakarta, 28 November 2025

Penguji I (Ketua Penguji)



Dr. Diah Ratnawati, M.Kep., Sp.Kep.Kom.
NIP. 198306162021212007

Penguji II

Ns. Sang Ayu Made Adyan, M.Kep., Sp.Kep.Kom.
NIP. 198603092025212031

Dekan FKES LPN "Veteran" Jakarta

Desmawati, SKp., M.Kep., Sp.Mat., Ph.D.
NIP. 197602142021212005

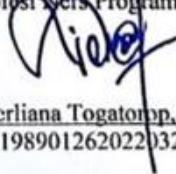


Penguji III

Ns. T. Widya Nalaria, M.Kep., Sp.Kep.K.
NIP. 199308032024062001

Koordinator Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Ns. Lina Berliana Togatorop, S.Kep., M.Kep.
NIP. 198901262022032006



ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA REMAJA PUTRI DENGAN NYERI DISMENORE MELALUI INTERVENSI PIJAT ENDORPHINE DAN KOMPRES HANGAT DI RT 03 PEJATEN TIMUR

Septia Suci Rahmanti

Abstrak

Dismenore merupakan salah satu masalah kesehatan reproduksi yang sering dialami remaja putri dan dapat mengganggu aktivitas harian, konsentrasi belajar, serta kualitas hidup. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh asuhan keperawatan keluarga dengan intervensi *endorphine massage* dan kompres hangat terhadap intensitas nyeri dismenore pada remaja putri di RT 03 Pejaten Timur. Desain penelitian menggunakan studi kasus pada empat remaja dari empat keluarga berbeda. Pengumpulan data dilakukan melalui kunjungan rumah, wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Intervensi diberikan selama tiga kali pertemuan, terdiri atas pijat endorfin selama 15–20 menit dan kompres hangat bersuhu $\pm 40^{\circ}\text{C}$ selama 10–15 menit. Pengukuran nyeri menggunakan Visual Analog Scale (VAS) dan Numeric Rating Scale (NRS). Hasil menunjukkan penurunan nyeri pada seluruh responden dengan persentase 65%, 58%, 47%, dan 42%. Intervensi juga meningkatkan relaksasi serta kemampuan keluarga dalam mengenali masalah, mengambil keputusan, dan melakukan perawatan dismenore. Temuan ini menunjukkan bahwa keterlibatan keluarga dalam intervensi non-farmakologis merupakan strategi efektif, aman, dan mudah diterapkan. Saran bagi remaja adalah melakukan kompres hangat secara mandiri, menjaga pola hidup sehat, melakukan aktivitas fisik ringan, dan segera berkonsultasi jika nyeri semakin berat. Penelitian ini mendukung penguatan praktik keperawatan keluarga dan edukasi kesehatan reproduksi remaja.

Kata Kunci: *dismenore*, kompres hangat, pijat *endorphine*.

**ANALYSIS OF FAMILY NURSING CARE FOR ADOLESCENT
GIRLS WITH DYSMENORRHEA THROUGH ENDORPHIN
MASSAGE AND WARM COMPRESS INTERVENTIONS IN RT
03 PEJATEN TIMUR**

Septia Suci Rahmanti

Abstract

Dysmenorrhea is a common reproductive health problem among adolescent girls and often disrupts daily activities, learning focus, and overall well-being. This study analyzed the effect of family nursing care using endorphin massage and warm compress interventions on dysmenorrhea pain intensity among adolescent girls in RT 03 Pejaten Timur. A case study design was conducted involving four adolescents from different families. Data were collected through home visits, interviews, observations, and physical assessments. Interventions were provided in three sessions consisting of 15–20 minutes of endorphin massage followed by a 10–15-minute warm compress at approximately 40°C. Pain intensity was measured using the Visual Analog Scale (VAS) and Numeric Rating Scale (NRS). Results showed a consistent decrease in pain among all participants, with reductions of 65%, 58%, 47%, and 42%. The intervention also promoted relaxation and strengthened family abilities in recognizing problems, making decisions, and providing appropriate dysmenorrhea care. These findings indicate that involving families in non-pharmacological pain management can be an effective, safe, and easily applied approach for adolescents. Recommendations for adolescents include performing warm compresses independently, maintaining healthy habits, engaging in light physical activity during menstruation, and seeking medical assistance when pain becomes severe. This study supports strengthening family nursing practices and reproductive health education for adolescents.

Keyword: *dysmenorrhea, endorphine massage, warm compress.*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT yang telah memberikan limpahan Rahmat dan karunia sehingga peneliti mampu menyelesaikan karya ilmiah akhir ners yang berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Remaja Putri Dengan Nyeri Dismenore Melalui Intervensi Pijat Endorphine Dan Kompres Hangat Di RT 03 Pejaten Timur” dengan baik sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan. Selama penyusunan karya ilmiah akhir ini penulis mendapatkan bantuan dari berbagai pihak secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu dengan penuh kerendahan hati penulis sudah sepatutnya menyampaikan ucapan terima kasih kepada Ibu Ns. Desmawati, M. Kep., Sp. Kep. Mat, PhD selaku Dekan FIKES UPNVJ, Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S selaku kepala program studi Profesi Ners. Selain itu, penulis juga tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada Ibu Ns. T. Widya Naralia, M.Kep, Sp.Kep.K selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, saran, dan telah meluangkan waktunya selama bimbingan dalam penyusunan karya ilmiah akhir ini, dan tidak lupa terima kasih penulis sampaikan kepada Ibu Ns. Diah Ratnawati, M.Kep., Sp.Kep.Kom. dan Ibu Ns. Sang Ayu Made Adyani, M.Kep, Sp.Kep, Kom selaku dosen penguji. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada kedua orang tua serta teman-teman terdekat penulis yang tiada hentinya selalu memberikan dukungan dan do’a. Penulis sangat menyadari bahwa karya ilmiah akhir ners ini memiliki kekurangan. Maka dari itu penulis menerima segala masukan kritik dan saran. Demikianlah penulis mengucapkan terima kasih.

Jakarta, 24 November 2025

Penulis

Septia Suci Rahmanti

DAFTAR ISI

| | |
|--|------|
| HALAMAN JUDUL..... | i |
| PERNYATAAN ORISINALITAS..... | i |
| PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI | ii |
| PENGESAHAN | iii |
| KATA PENGANTAR..... | vii |
| DAFTAR ISI | viii |
| DAFTAR TABEL..... | ix |
| DAFTAR SKEMA | x |
| DAFTAR LAMPIRAN | xi |
| | |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| I.1 Latar Belakang Masalah | 1 |
| I.2 Rumusan Masalah..... | 6 |
| I.3 Tujuan Penelitian | 7 |
| I.4 Manfaat Penelitian | 7 |
| | |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 9 |
| II.1 Landasan Teori..... | 9 |
| II.2 Tinjauan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti..... | 17 |
| II.3 Tahap Pelaksanaan Kombinasi Intervensi..... | 23 |
| II.4 Konsep Asuhan Keperawatan Keluarga..... | 25 |
| II.5 Peran Keperawatan Keluarga dalam Mengatasi Dismenore..... | 27 |
| II.6 Peran Tahap Perkembangan Keluarga | 28 |
| | |
| BAB III GAMBARAN KASUS | 30 |
| III.1 Asuhan Keperawatan Klien Kelolaan..... | 30 |
| III.2 Intervensi Inovasi Asuhan Keperawatan Keluarga | 53 |
| III.3 Asuhan Keperawatan Klien Resume | 55 |
| III.4 Implementasi Asuhan Keperawatan Keluarga | 56 |
| III.5 Evaluasi Asuhan Keperawatan Keluarga | 59 |
| | |
| BAB IV PEMBAHASAN..... | 62 |
| IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan | 62 |
| IV.2 Analisis Penerapan Intervensi | 72 |
| IV.3 Implikasi | 74 |
| | |
| BAB V PENUTUP..... | 76 |
| V.1 Kesimpulan | 76 |
| V.2 Saran | 77 |
| | |
| DAFTAR PUSTAKA | 79 |
| RIWAYAT HIDUP | |
| LAMPIRAN | |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 1. Pemeriksaan Fisik | 37 |
| Tabel 2. Data Fokus..... | 43 |
| Tabel 3. Analisa Data | 44 |
| Tabel 4. Skoring Masalah 1 | 45 |
| Tabel 5. Skoring Masalah 2..... | 46 |
| Tabel 6. Intervensi Keperawatan..... | 47 |
| Tabel 7. Skala Nyeri | 58 |
| Tabel 8. Perbandingan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Intervensi Endorphine Massage dan Kompres Hangat..... | 73 |

DAFTAR SKEMA

| | |
|---------------------------|----|
| Skema 1. Genogram | 31 |
| Skema 2. Denah Rumah..... | 33 |

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan Judul
- Lampiran 2 Lembar Monitoring Bimbingan
- Lampiran 3 Standar Operasional Prosedur Endorphine Massage dan Kompres Hangat
- Lampiran 4 Lembar Penilaian Skala Intensitas Nyeri
- Lampiran 6 Media Edukasi
- Lampiran 7 Sertifikat Hak Cipta
- Lampiran 8 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 9 Hasil Turnitin