

## ABSTRAK

Dismenore selama ini dianggap hal yang wajar dengan beranggapan dismenore akan hilang setelah beberapa hari. Namun jika dismenore tidak ditangani maka dismenore dapat mengganggu aktifitas sehari-hari dan beresiko menyebabkan kemandulan atau kematian. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui penerapan kompres hangat terhadap penurunan dismenore pada anggota keluarga Tn. A dan keluarga Tn. R dengan masalah kesiapan peningkatan manajemen kesehatan.

Desain penelitian ini menggunakan studi kasus yang dilakukan pada 2 keluarga. Metode pengumpulan data menggunakan lembar pengkajian keperawatan keluarga, dengan melakukan wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik, kemudian dilakukan analisa data, menentukan diagnosis keperawatan sesuai dengan hasil skoring, menentukan intervensi, melaksanakan implementasi, dan melakukan evaluasi.

Hasil pengkajian pada keluarga Tn. A dan keluarga Tn. R didapatkan hasil bahwa klien ingin mengetahui cara penanganan masalah dismenore yang dirasakan secara non-farmakologis sehingga intervensi yang diberikan oleh peneliti yaitu penerapan kompres hangat yang diberikan dalam 1 kali sehari selama 20 menit dengan suhu hangat kuku sesuai dengan standart operasional prosedur. Evaluasi yang didapat dari kedua klien yaitu mengenal masalah dismenore, mengambil keputusan, merawat anggota keluarga yang sakit dengan jika anggota mengalami dismenore keluarga akan memberikan kompres hangat, memodifikasi lingkungan dengan keluarga membantu dalam pengaturan ruangan dan mendukung pemberian kompres hangat, serta memanfaatkan pelayanan kesehatan dengan menggunakan klinik terdekat.

Simpulan hasil penelitian menunjukkan bahwa Penerapan kompres hangat dengan kombinasi relaksasi nafas dalam pada kedua keluarga sebagai penanganan non farmakologi untuk kesiapan peningkatan manajemen kesehatan.

**Kata Kunci: Dismenore, Kesiapan Peningkatkan Manajemen Kesehatan, Kompres Hangat**