

Fikriyatul Amalia NIM 21153010006 Program Studi Kebidanan	Dosen Pembimbing Bdn. Alis Nurdiana, S.ST., M.Kes NIDN: 0729068502
EFEKTIVITAS <i>HYPNOTHERAPY</i> PADA REMAJA PUTRI YANG MENGALAMI DISMENORE DI MTs NEGERI BANGKALAN	
ABSTRAK Dismenore adalah rasa sakit pada bagian bawah perut ketika mengalami siklus menstruasi. Nyeri biasanya berlangsung sebelum atau pada saat mengalami menstruasi. Berdasarkan studi pendahuluan di Mts Negeri Bangkalan dari 10 orang siswi didapatkan 9 (90%), siswi mengalami dismenore, 3 (30%) dismenore ringan, 4 (40%) dismenore sedang, 2 (20%) dismenore berat, sedangkan 1 (10%) siswi tidak mengalami dismenore. Tujuan penelitian untuk Menganalisis efektivitas <i>hypnotherapy</i> pada remaja putri yang mengalami dismenore di MTs Negeri Bangkalan. Desain penelitian ini menggunakan desain <i>Quasi Eksperiment</i> dengan pendekatan <i>one group pretest-posttest design</i>. Variabel independen adalah <i>hypnotherapy</i> dan variabel dependen adalah dismenore dengan populasi 73 siswi dan sampel yang digunakan sebanyak 8 siswi. Teknik sampling yang di gunakan <i>purposive sampling</i> berdasarkan kriteria inklusi. Tempat penelitian di MTs Negeri Bangkalan pada tanggal 21-25 Juli 2025. Alat ukur menggunakan <i>Numeric Rating Scale (NRS)</i> sebelum dan setelah diberikan intervensi <i>hypnotherapy</i>. Data dianalisis menggunakan <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan seluruh remaja putri sebelum diberikan <i>hypnotherapy</i> mengalami nyeri sedang (100%). Hampir seluruhnya remaja putri setelah diberikan <i>hypnotherapy</i> mengalami nyeri ringan (75%). Hasil uji statistik menunjukkan $p \text{ value} < \alpha$ ($0,014 < 0,05$) yang berarti <i>Hypnotherapy</i> efektif menurunkan disminore pada remaja putri di MTs Negeri Bangkalan. Diharapkan di MTs Negeri Bangkalan mengaktifkan PIK-R sehingga ada wadah untuk siswi berkonsultasi mengenai kesehatan reproduksi sehingga dapat meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi pada remaja putri. Kata Kunci: Dismenore, <i>Hypnotherapy</i>, Remaja Putri	