



**PERBEDAAN SEBELUM DAN SESUDAH DILAKUKAN *MESSAGE*
EFFLEURAGE TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI
DISMENOREA PRIMER PADA SISWI
DI SMK NU UNGARAN**

SKRIPSI

Disusun Oleh :

WAHYU DWI UTAMI

030218A172

**PROGRAM STUDI DIV KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

2019

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi DIV Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Skripsi, Juli 2019
Wahyu Dwi Utami
030218A172

PERBEDAAN SEBELUM DAN SESUDAH DILAKUKAN *MASSAGE EFFLEURAGE* TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI DISMENOREA PRIMER PADA SISWI DI SMK NU UNGARAN
(xvii + 64 lembar + 6 tabel + 1 gambar + 2 bagan + 11 lampiran)

ABSTRAK

Latar Belakang : Dismenore merupakan salah satu gangguan menstruasi yang biasanya dengan rasa kram dan terpusat di abdomen bawah. *Massage effleurage* merupakan cara yang efektif dalam mengatasi nyeri. Dengan meletakkan kedua telapak tangan pada perut dan secara bersamaan digerakkan melingkar dari arah pusat ke simpisis.

Tujuan : Untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan *massage effleurage* terhadap penurunan tingkat nyeri *dismenorea primer* pada siswi di SMK NU Ungaran.

Metode : Jenis penelitian ini *pre experiment design One group pre-post*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas X di SMK NU Ungaran yang berjumlah 205 siswi dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *quota sampling* sebanyak 17 responden. Penelitian ini menggunakan alat ukur *numeric Rating scale (NRS)*.

Hasil : Hasil uji statistik dengan *t dependen* adalah $p = 0,000$ ($p < 0,05$), menunjukkan bahwa terdapat perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan *massage effleurage* terhadap penurunan tingkat nyeri *dismenorea primer*.

Kesimpulan : Terdapat perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan *massage effleurage* terhadap penurunan tingkat nyeri *dismenorea primer*.

Saran : Untuk peneliti selanjutnya dapat mengembangkan dalam melakukan penelitian tentang penanganan nyeri *dismenorea primer* secara nonfarmakologis dengan menggunakan metode lainnya.

Kata Kunci : Dismenorea Primer, *Massage Effleurage*, NRS
Kepustakaan : 23 (2009-2018)

**Universitas Ngudi Waluyo
Midwifery DIV Study Program
Faculty of Health Sciences
Final Project, July 2019
Wahyu Dwi Utami
030218A172**

**THE DIFFERENTS BEFORE AND AFTER OF MASSAGE EFFLEURAGE
ON DECREASING THE LEVEL OF PRIMARY DYSMENORRHEA PAIN
IN FEMALE STUDENT AT NU UNGARAN VOCATIONAL SCHOOL**
(xvii + 64 sheets + 6 tables + 1 picture + 2 charts + 11 attachments)

ABSTRACT

Background: Dysmenorrhea or menstrual pain is one of the menstrual disorders that occur in women, usually with a feeling of cramping and centralized in the lower abdomen. Effleurage massage is an effective way to deal with pain. By placing both palms on the abdomen and simultaneously moving circularly from the center of the symptom or can use one palm with circular or one-way movements.

Objective: To determine the effect of effleurage massage on decreasing the level of primary dysmenorrhoea pain in female students at NU Ungaran Vocational School.

Method: This type of research was pre-experiment design with a One group pre-post design. The population in this study was a class X student in Ungaran NU Vocational School, amounting to 205 female students with the sampling used quota sampling technique, which was 17 respondents. This study used a numeric Rating scale (NRS) measure.

Results: The results of the statistic test with *t dependent* were $p = 0,000$ ($p < 0.05$), indicating that effleurage massage had an effect on decreasing primary dysmenorrhoea pain.

Conclusion: There was a decrease in pain scale of primary dysmenorrhea after effleurage massage.

Suggestion: For the next researcher, they can develop in conducting research on the handling of pain in primary dysmenorrhoea nonfarmacologically by using other methods.

Keywords : Dismenorrhoea Primer, Massage Effleurage, NRS

Literature : 23 (2009-2018)

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Berjudul :
**PERBEDAAN SEBELUM DAN SESUDAH DILAKUKAN *MASSAGE*
EFFLEURAGE TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI
DISMENOREA PRIMER PADA SISWI
DI SMK NU UNGARAN**

Disusun Oleh :
WAHYU DWI UTAMI
030218A172

PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO


Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah diperkenankan untuk
diujikan

Ungaran, 24 Juli 2019

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping


Ari Andayani, S.SiT., M.Kes
NIDN. 0600048301


Sundari, S.SiT., MPH
NIDN. 0630038501

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Berjudul :
PERBEDAAN SEBELUM DAN SESUDAH DILAKUKAN *MASSAGE EFFLEURAGE* TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI *DISMENOREA PRIMER* PADA SISWI DI SMK NU UNGARAN

**Disusun Oleh :
WAHYU DWI UTAMI
030218A172**

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi DIV Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, pada :


Hari : Senin
Tanggal : 29 Juli 2019

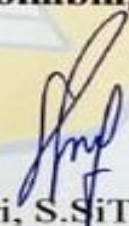
**Tim Penguji :
Ketua/Pembimbing Utama**


Ari Andayani, S.SiT., M.Kes
NIDN. 0606048301

Anggota/Penguji

Anggota/Pembimbing Pendamping


Cahyaningrum, S.SiT., M.Kes
NIDN. 0602088001


Sundari, S.SiT., MPH
NIDN. 0630038501

Ketua Program Studi DIV Kebidanan




Heni Hirawati Pranoto, S.SiT., M.Kes
NIDN. 0602108101

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Wahyu Dwi Utami

Tempat/Tanggal lahir : Klaten, 11 November 1997

Agama : Islam

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : Wiryonadi Rt/Rw 03/06, Pakisan, Cawas, Klaten

Riwayat Pendidikan :

- | | |
|--|------------------|
| 1. SDN 01 Pakisari | Lulus Tahun 2006 |
| 2. SMP N 1 Cawas | Lulus Tahun 2012 |
| 3. SMA N 1 Cawas | Lulus Tahun 2015 |
| 4. Prodi D3 Kebidanan STIKes Kusuma Husada Surakarta | Lulus Tahun 2018 |
| 5. Prodi S1 Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo | Angkatan 2018 |

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Wahyu Dwi Utami

NIM : 030218A172

Mahasiswa : Program DIV Kebidanan
Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul “Perbedaan Sebelum dan Sesudah Dilakukan *Massage Effleurage* Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dismenorea Primer Pada Siswi Di SMK NU Ungaran” adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Ungaran, Juli 2019

Yang membuat pernyataan,



Wahyu Dwi Utami

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Wahyu Dwi Utami

NIM : 030218A172

Mahasiswa : Program DIV Kebidanan

Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalihmedia/format-kan, merawat, dan mempublikasikan skripsi saya dengan judul “Perbedaan Sebelum dan Sesudah Dilakukan *Massage Effleurage* Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dismenorea Primer Pada Remaja Putri Di SMK NU Ungaran” untuk kepentingan akademis.

Ungaran, Juli 2019

Yang membuat pernyataan,



Wahyu Dwi Utami

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Perbedaan Sebelum dan Sesudah Dilakukan *Massage Effleurage* Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dismenorea Primer Pada Remaja Putri Di SMK NU Ungaran”.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Subiyantoro, M. Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo Ungaran.
2. Ibu Heni Setyowati, S.SiT, M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo Ungaran
3. Ibu Heni Hirawati Pranoto, S.SiT., M.Kes, selaku ketua Program Studi Universitas Ngudi Waluyo Ungaran
4. Ibu Ari Andayani, S.SiT., M.Kes selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan dan memberi dorongan serta saran kepada penulis dalam menyusun skripsi.
5. Ibu Sundari, S.SiT., M.PH selaku dosen pembimbing II yang selama ini membantu mengarahkan serta memberi saran-saran yang berguna bagi penulis dalam menyusun skripsi.
6. Staf pengajar di prodi DIV kebidanan Universitas Ngudi Waluyo.
7. Keluarga ku tercinta Ibu Purwanti yang senantiasa memberikan doa dan kasih sayang dan almarhum ayah saya Bapak Pritama yang telah membimbing,

mendidik, dan memberikan perhatian dan saudara saya yang senantiasa memberikan dukungan kepada saya

8. Sahabat-sahabat ku yang telah memberikan dukungan berupa motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
9. Teman-temanku mahasiswa program studi DIV Kebidanan Transfer reguler tahun 2018/2019 yang telah membantu dan memberikan semangat dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa apa yang disajikan dalam skripsi ini masih banyak kekurangan yang harus diperbaiki, maka penulis mengharapkan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat.

Ungaran, Juli 2019

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
PERNYATAAN ORISINILITAS	vii
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR BAGAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Peneliti	4
D. Manfaat Peneliti	5
BAB II TINJAUAN TEORI	6
A. Haid (Menstruasi)	6

B. Dismenore	14
C. <i>Effleurage Massage</i>	28
D. Kerangka Teori	36
E. Kerangka Konsep	37
F. Hipotesis	37
BAB III METODELOGI PENELITIAN	38
A. Jenis Penelitian	38
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	39
C. Populasi dan Sampel Penelitian	39
D. Variabel Penelitian	40
E. Definisi Operasional	41
F. Pengumpulan Data	42
G. Prosedur Penelitian	43
H. Etika Penelitian	44
I. Pengolahan Data	46
J. Analisis Data	48
K. Jadwal Penelitian	51
BAB IV HASIL PENELITIAN	52
A. Analisis Univariat	52
B. Analisis Bivariat	53
BAB V PEMBAHASAN	55
A. Analisis Univariat	55
B. Analisis Bivariat	58

BAB VI PENUTUP	63
A. Kesimpulan	63
B. Saran	64

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Desain Penelitian <i>One Group Pretest-Posttest Design</i>	38
Tabel 3.2	Definisi Operasional pengaruh <i>massage effleurage</i> terhadap penurunan tingkat nyeri <i>dysmenorrhea</i> primer pada remaja putri kelas X di SMK NU Ungaran	41
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Nyeri Sebelum Diberikan <i>Massage Effleurage</i> pada Siswi di SMK NU Ungaran	52
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Nyeri Sesudah Diberikan <i>Massage Effleurage</i> pada Siswi di SMK NU Ungaran	52
Tabel 4.3	Uji Normalitas <i>Shaphiro-Wilk</i>	53
Tabel 4.4	Pengaruh <i>Massage Effleurage</i> Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri <i>Dismenorea</i> Primer Pada Siswi Di SMK NU Ungaran ...	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Teknik Effleurage Pada Abdomen	31
---	----

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori	36
Bagan 2.2 Kerangka Konsep Penelitian	37

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Instrumen pengukuran skala nyeri
- Lampiran 2. SOP *Massage Effleurage*
- Lampiran 3. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4. Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5. Output SPSS
- Lampiran 6. Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 7. Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 8. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 9. Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 10. Lembar Konsultasi Dosen Pembimbing
- Lampiran 11. *Time Schedule*