

**PENGARUH *MASSAGE EFFLEURAGE ABDOMEN* TERHADAP DERAJAT  
NYERI HAID (*DISMENORE*) PADA MAHASISWI STIKES  
MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

**SKRIPSI**



**JUNI WAHYU UTAMI**  
**NIM. 14.02.01.1522**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN  
2018**

**PENGARUH *MASSAGE EFFLEURAGE ABDOMEN* TERHADAP DERAJAT  
NYERI HAID (*DISMENORE*) PADA MAHASISWI STIKES  
MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Program Studi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah  
Lamongan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Keperawatan**

**JUNI WAHYU UTAMI  
NIM. 14.02.01.1522**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN  
2018**

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

NAMA : JUNI WAHYU UTAMI  
NIM : 1402011522  
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : TUBAN, 11 JUNI 1996  
INSTITUSI : SEKOLAH TINGGI ILMU  
KESEHATAN (STIKES)  
MUHAMMADIYAH LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh *Massage Effleurage Abdomen* Terhadap Derajat Nyeri Haid (*Dismenore*) Pada Mahasiswi STIKES Muhammadiyah Lamongan” adalah bukan skripsi orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Lamongan, 27 April 2018

Yang menyatakan,



**JUNI WAHYU UTAMI**  
**NIM 1402011522**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : JUNI WAHYU UTAMI  
NIM : 1402011522  
Judul : PENGARUH *MASSAGE EFFLEURAGE ABDOMEN*  
TERHADAP DERAJAT NYERI HAID (*DISMENOIRE*) PADA  
MAHASISWI STIKES MUHAMMADIYAH LAMONGAN

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan dewan penguji skripsi penelitian  
pada tanggal : 27 April 2018

**Mengetahui,**

**Pembimbing I**



**Ns. Heny Ekawati, S.Kep., M.Kes.**  
**NIK. 1982 02 15 2008 039**

**Pembimbing II**



**Ns. Isni Lailatul M, S.Kep., M.Kep.**  
**NIK. 19890417 201509 070**

**LEMBAR PENGESAHAN**

Nama : JUNI WAHYU UTAMI  
NIM : 1402011522  
Judul : PENGARUH *MASSAGE EFFLEURAGE ABDOMEN* TERHADAP  
DERAJAT NYERI HAID (*DISMENORE*) PADA MAHASISWI  
STIKES MUHAMMADIYAH LAMONGAN

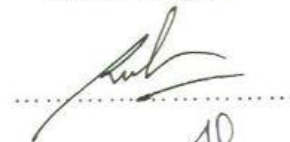
Telah diuji dan disahkan oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang Skripsi di Prodi S1  
Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan

Tanggal : 27 April 2018

**PANITIA PENGUJI**

Tanda Tangan

Ketua : Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep.



Anggota : 1. Ns. Heny Ekawati, S.Kep., M.Kes.



2. Ns. Isni Lailatul M, S.Kep., M.Kep.



Mengetahui,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)  
Muhammadiyah Lamongan



  
Dr. Hs. Budi Utomo, Amd. Kep., M.Kes.  
NBM. 936.665

## *CURRICULUM VITAE*

Nama : Juni Wahyu Utami

Tempat Tgl. Lahir : Tuban, 11 Juni 1996

Alamat Rumah : Desa Klutuk RT 012/ RW 002 Kecamatan Tambakboyo  
Kabupaten Tuban.

Pekerjaan : Mahasiswi

Riwayat pendidikan :

1. SD Negeri Klutuk 01 Kecamatan Tambakboyo lulus tahun 2008
2. SMP Islam 4-5 Tambakboyo lulus tahun 2011
3. SMA Negeri 1 Tambakboyo lulus tahun 2014
4. Program Studi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan tahun 2014 sampai 2018

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO**

#### **MAN JADDA WAJADA**

“Barangsiapa yang Bersungguh-Sungguh maka akan Mendapatkannya”

#### **AL AJRU BI QODRI TA’AB**

“Balasan atau Hasil Disesuaikan oleh Jerih Payahnya”

### **LEMBAR PERSEMBAHAN**

Skripsi ini kupersembahkan untuk keluargaku tercinta yang selalu mensupport saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Terutama untuk bapak dan ibu saya yang selalu memberikan semangat dan mendoakan yang terbaik. Dan untuk dosen pembimbing yang telah membimbingku sampai skripsi ini selesai, serta sahabatku yang selalu memotivasi dan menyemangati dan semua teman-teman angkatan tahun 2014.

## ABSTRAK

Utami, Juni Wahyu 2018. **Pengaruh *massage effleurage abdomen* terhadap derajat nyeri haid (*dismenore*) pada mahasiswi STIKES Muhammadiyah Lamongan.** Pembimbing (1) Heny Ekawati, S.Kep., Ns., M.Kes. (2) Isnii Lailatul Maghfiroh, Kep., Ns., M.Kep.

*Dismenore* merupakan nyeri perut akibat peningkatan prostaglandin yang meningkatkan kontraksi uterus selama atau sebelum menstruasi. Hal ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, sehingga perlu dilakukan metode yang aman untuk menurunkan *dismenore* yaitu dengan *massage effleurage abdomen*.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *massage effleurage abdomen* terhadap derajat nyeri haid (*dismenore*) pada mahasiswi STIKES Muhammadiyah Lamongan.

Desain penelitian ini adalah *pre-eksperimental* dengan *one group pre-post test design*. Pengambilan sampel dengan *consecutive sampling* sejumlah 32 responden. Responden diukur derajat nyeri dengan skala numerik sebelum dilakukan *massage effleurage abdomen* selama 5 menit, kemudian derajat nyeri diukur kembali setelah tindakan selesai. Data dianalisis dengan uji *Wilcoxon*.

Hasil penelitian ini menunjukkan nilai Z sebesar -5,174 dengan nilai P adalah 0,000 ( $P < 0,05$ ), yang artinya *massage effleurage abdomen* berpengaruh terhadap derajat nyeri haid (*dismenore*).

Teknik ini dapat menurunkan nyeri dengan menstimulasi produksi *endorphine* yang memberikan efek relaksasi. Sehingga terapi ini dapat dijadikan terapi komplementer dalam menurunkan nyeri haid.

Kata kunci: Nyeri Haid, Perut, Pijat



## ABSTRACT

Utami, Juni Wahyu 2018. **Effect of abdominal massage effleurage on the degree of menstrual pain (dysmenorrhea) in female students STIKES Muhammadiyah Lamongan.** Mentor (1) Heny Ekawati, S.Kep.,Ns.,M.Kes. (2) Isni Lailatul Maghfiroh,.Kep.,Ns.,M.Kep.

Dysmenorrhea is abdominal pain that caused by increasing of prostaglandin and uterin contractions during or before menstruation. It can distrube daily activities, so it is necessary to do safe method to reduce dysmenorrhea. it is the abdominal massage effleurage.

The aim of this study was to determine the effect of abdominal massage effleurage to the degree of menstrual pain (dysmenorrhea) in female students STIKES Muhammadiyah Lamongan.

The design of this study is pre-experimental with one group the pre-post test design using consecutive sampling methode, sampling size are 32 respondents. Respondents was measured the degree of pain with a numerical scale before the abdominal massage effleurage was performed for 5 minutes, then it was measured again after the intervention was completed. Data were analyzed by Wilcoxon test. The results of this study showed that value Z is -5,174 with value P is 0.000 ( $P < 0.05$ ), which means abdominal massage effleurage affected to the degree of menstrual pain (dysmenorrhea).

This technique can reduce pain by stimulating the production of endorphine that provides a relaxing effect. So this therapy can be used as a complementary therapy in reducing menstrual pain.

Keyword: abdominal, dysmenorrhea, massage

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Pengaruh *Massage Effleurage Abdomen* terhadap Derajat Nyeri Haid (*Dismenore*) pada Mahasiswi STIKES Muhammadiyah Lamongan" sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak/Ibu :

1. Drs. H. Budi Utomo, Amd. Kep. M.Kes., selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.
2. Arifal Aris, S.Kep., Ns. Mkes., selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.
3. Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku dosen penguji utama pada sidang skripsi yang telah memberikan petunjuk dan arahan dalam melakukan penelitian ini.
4. Ns.Heny Ekawati, S.Kep., M.Kes., selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.

5. Isni Lailatul Maghfiroh S.Kep., Ns., M. Kep., selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu untuk ikut berperan serta dalam penelitian ini.
7. Ibu dan Bapak, serta keluargaku yang telah menyemangatiku dan selalu mendoakan yang terbaik.
8. Semua pihak yang telah memberikan dukungan moril dan materil demi terselesaikannya proposal ini.

Semoga Allah SWT memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari bahwa skripsi yang dibuat ini masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran guna menyempurnakan skripsi ini. Akhirnya penulis berharap semoga karya tulis ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, 27 April 2018

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	ii
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	iii
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	iv
<b>CURRICULUM VITAE</b> .....	v
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	vii
<b>ABSTRACT</b> .....	viii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ix
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiv
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xvi
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	xvii
<b>DAFTAR SIMBOL</b> .....	xviii
<b>BAB 1 : PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Konsep Dasar <i>Dismenore</i> .....	6
2.1.1 Definisi <i>Dismenore</i> .....	6
2.1.2 Jenis-jenis <i>Dismenore</i> .....	7
2.1.3 Faktor Penyebab <i>Dismenore</i> .....	8
2.1.4 Manifestasi Klinis .....	9
2.1.5 Patofisiologi .....	10
2.1.6 Faktor Resiko .....	11
2.1.7 Penatalaksanaan <i>Dismenore</i> .....	12

2.2 Konsep Dasar Nyeri .....	14
2.2.1 Definisi Nyeri .....	14
2.2.2 Penyebab Nyeri .....	15
2.2.3 Klasifikasi Nyeri .....	16
2.2.4 Mekanisme Nyeri .....	17
2.2.5 Fisiologi Nyeri .....	18
2.2.6 Faktor yang Mempengaruhi Nyeri .....	20
2.2.7 Pengkajian Nyeri .....	22
2.3 Konsep Dasar <i>Massage Effleurage Abdomen</i> .....	26
2.3.1 Definisi <i>Massage Effleurage Abdomen</i> .....	26
2.3.2 Mekanisme <i>Massage Effleurage</i> untuk Mengurangi Nyeri .....	27
2.3.3 Tahapan <i>Massage Effleurage Abdomen</i> .....	28
2.3.4 Manfaat <i>Massage Effleurage Abdomen</i> .....	29
2.4 Kerangka Konsep .....	30
2.5 Hipotesis Penelitian .....	31
<b>BAB 3 : METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Desain Penelitian .....	32
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian .....	33
3.3 Identifikasi Variabel .....	33
3.4 Definisi Operasional .....	35
3.5 Sampling Desain .....	36
3.5.1 Populasi Penelitian .....	36
3.5.2 Metode Sampling .....	37
3.5.3 Sampel Penelitian .....	38
3.6 Prosedur Pengumpulan Data .....	38
3.6.1 Tahap Persiapan .....	38
3.6.2 Tahap Pelaksanaan .....	39
3.6.3 Instrumen Penelitian .....	39
3.7 Analisa Data .....	40
3.7.1 Pengolahan Data .....	40
3.7.2 Analisa Data .....	41

3.7.3 Penyajian Data .....	42
3.8 Kerangka Kerja .....	43
3.9 Etika Penelitian .....	44
3.9.1 Menghormati Harkat dan Martabat Manusia ( <i>Respect For Human Dignity</i> ).....	44
3.9.2 Menghormati Privasi dan Kerahasiaan Subjek ( <i>Respect For Privacy And Confidentiality</i> ). .....	45
3.9.3 Menghormati Keadilan dan Inklusivitas ( <i>Respect For Justice Inclusiveness</i> ) .....	45
3.9.4 Memperhitungkan Manfaat dan Kerugian yang Ditimbulkan ( <i>Balancing Harm And Benefits</i> ) .....	46
<b>BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Hasil Penelitian .....	47
4.1.1 Data Umum .....	47
4.1.2 Data Khusus .....	51
4.2 Pembahasan.....	54
4.2.1 Derajat Nyeri Haid ( <i>Dismenore</i> ) Sebelum Diberikan <i>Massage Effleurage Abdomen</i> .....	54
4.2.2 Derajat Nyeri Haid ( <i>Dismenore</i> ) Sesudah Diberikan <i>Massage Effleurage Abdomen</i> . .....	57
4.2.3 Pengaruh <i>Massage Effleurage Abdomen</i> terhadap Derajat Nyeri Haid ( <i>Dismenore</i> ) pada Mahasiswi STIKES Muhammadiyah Lamongan.....	59
4.3 Keterbatasan Penelitian .....	63
<b>BAB 5 PENUTUP</b>	
5.1 Kesimpulan .....	64
5.2 Saran .....	64
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Desain Penelitian Pengaruh <i>Massage Effleurage Abdomen</i> Terhadap Derajat Nyeri Haid ( <i>Dismenore</i> ) Pada Mahasiswi STIKES Muhammadiyah Lamongan .....	33
Tabel 3.2	Definisi Operasional Pengaruh <i>Massage Effleurage Abdomen</i> Terhadap Derajat Nyeri Haid ( <i>Dismenore</i> ) Pada Mahasiswi STIKES Muhammadiyah Lamongan .....	35
Tabel 4.1	Distribusi Responden berdasarkan Umur Mahasiswi STIKES Muhammadiyah Lamongan yang mengalami <i>Dismenore</i> Tahun 2018.....	49
Tabel 4.2	Distribusi Responden berdasarkan Usia <i>Menarche</i> Mahasiswi STIKES Muhammadiyah Lamongan yang mengalami <i>Dismenore</i> Tahun 2018.....	49
Tabel 4.3	Distribusi Responden berdasarkan Lama Haid Mahasiswi STIKES Muhammadiyah Lamongan yang mengalami <i>Dismenore</i> Tahun 2018.....	50
Tabel 4.4	Distribusi Responden Berdasarkan Haid Hari Ke Berapa Mahasiswi STIKES Muhammadiyah Lamongan yang mengalami <i>Dismenore</i> Tahun 2018. ....	50
Tabel 4.5	Distribusi Derajat Nyeri Haid ( <i>Dismenore</i> ) Mahasiswi STIKES Muhammadiyah Lamongan Sebelum Diberikan <i>Massage Effleurage Abdomen</i> pada Tahun 2018.....	51
Tabel 4.6	Distribusi Derajat Nyeri Haid ( <i>Dismenore</i> ) Mahasiswi STIKES Muhammadiyah Lamongan Sesudah Diberikan <i>Massage Effleurage Abdomen</i> pada Tahun 2018.....	51
Tabel 4.7	Perbedaan <i>Pre</i> dan <i>Post-Test Massage Effleurage Abdomen</i> terhadap Derajat Nyeri Haid ( <i>dismenore</i> ) pada Mahasiswi STIKES Muhammadiyah Lamongan.....	52
Tabel 4.8	Perbedaan Derajat Nyeri Haid ( <i>Dismenore</i> ) Sebelum, Sesudah dan Selisih diberikan <i>Massage Effleurage Abdomen</i> pada Mahasiswi STIKES Muhammadiyah Lamongan.....	52

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Skala Nyeri <i>Bourbanis</i> .....	24
Gambar 2.2	<i>Skala</i> Nyeri Numerik.....	24
Gambar 2.3	<i>Visual Analog Scale</i> .....	24
Gambar 2.4	Skala Nyeri Wajah .....	25
Gambar 2.5	<i>Massage Effleurage Abdomen</i> .....	29
Gambar 2.6	Kerangka Konsep Penelitian Pengaruh <i>Massage Effleurage Abdomen</i> terhadap Derajat Nyeri Haid ( <i>Dismenore</i> ) pada Mahasiswi STIKES Muhammadiyah Lamongan.....	30
Gambar 3.1	Kerangka Kerja Pengaruh <i>Massage Effleurage Abdomen</i> terhadap Derajat Nyeri Haid ( <i>Dismenore</i> ) pada Mahasiswi STIKES Muhammadiyah Lamongan .....	43
Gambar 4.1	Distribusi <i>Pre-Post Massage Effleurage Abdomen</i> terhadap Derajat Nyeri Haid ( <i>Dismenore</i> ) pada Mahasiswi STIKES Muhammadiyah Lamongan .....	53



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penyusunan Skripsi
- Lampiran 2 Surat Permohonan Ijin Melakukan Survey Awal
- Lampiran 3 Surat Balasan Ijin Melakukan Survey Awal
- Lampiran 4 Surat Balasan Ijin Melakukan Penelitian
- Lampiran 5 Surat Permohonan Ijin Peminjaman Laboratorium
- Lampiran 6 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Lembar Standart Operasional Prosedur (SOP) *Massage Effleurage*  
Abdomen
- Lampiran 9 Lembar Skala Nyeri Numerik
- Lampiran 10 Hasil Tabulasi Data
- Lampiran 11 Hasil SPSS
- Lampiran 12 Lembar Konsul Proposal
- Lampiran 13 Lembar Konsul Skripsi

## DAFTAR SINGKATAN

BPPM	: Bidang Pengabdian dan Penelitian Masyarakat
dr	: Dokter
IUD	: <i>Intra Uterine device</i>
Mkep	: Magister Keperawatan
Mkes	: Magister Kesehatan
NIK	: Nomor Induk Kepegawaian
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
Ns	: <i>Ners</i>
NSAIDs	: Non Steroidal Anti Inflammatory Drugs
SD	: Sekolah Dasar
S.Kep	: Sarjana Keperawatan
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SOP	: Standart Operasional Prosedure
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solutions</i>
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
TENS	: <i>Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation</i>

## DAFTAR SIMBOL

>	: Lebih dari
<	: Kurang dari
=	: Sama dengan
%	: Persen
&	: Dan
-	: Sampai
H1	: Terdapat hubungan yang signifikan
H0	: Tidak terdapat hubungan yang signifikan