



**PERBEDAAN TINGKAT NYERI MENSTRUASI DENGAN  
PEMBERIAN TEKNIK *EFFLEURAGE* PADA  
SISWI SMP NEGERI 1 JEMBER**

**SKRIPSI**

Oleh

**Putu Wija Widodoarin Yoenaningsih  
NIM 072310101042**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS JEMBER  
2012**



**PERBEDAAN TINGKAT NYERI MENSTRUASI DENGAN  
PEMBERIAN TEKNIK *EFFLEURAGE* PADA  
SISWI SMP NEGERI 1 JEMBER**

**SKRIPSI**

diajukan guna melengkapi tugas akhir dan memenuhi salah satu syarat  
untuk menyelesaikan Program Studi Ilmu Keperawatan (S1)  
dan mencapai gelar Sarjana Keperawatan

Oleh

**Putu Wija Widodoarin Yoenaningsih  
NIM 072310101042**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS JEMBER  
2012**

## **SKRIPSI**

# **PERBEDAAN TINGKAT NYERI MENSTRUASI DENGAN PEMBERIAN TEKNIK *EFFLEURAGE* PADA SISWI SMP NEGERI 1 JEMBER**



Oleh

Putu Wija Widodoarin Yoenaningsih  
NIM 072310101042

Pembimbing

Dosen Pembimbing Utama : Ns. Latifa Aini S., M. Kep., Sp. Kom.

Dosen Pembimbing Anggota : Ns. Siswoyo, S. Kep.

## PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Ibuku Tedjo Wulan Yoenaningsih dan Ayahku I Made Sulastra, yang telah mendoakan dan memberi kasih sayang serta pengorbanan yang tak ternilai selama ini;
2. Guru-guruku sejak SD sampai PT dan Almameter Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember tercinta;
3. Kakakku Ririn dan adikku Oka yang telah memberikan bantuan dan dukungan;
4. Sahabat-sahabatku Amalia, Erly, Dian, Melani, Wiwiek, Resita, Mega, Jepi, dan teman-teman angkatan 2007 *Tona Community*, aku tidak akan melupakan kalian.

## MOTO

Lebih baik mengerjakan kewajiban sendiri walaupun tidak sempurna daripada  
dharma orang lain yang dilakukan dengan baik; lebih baik mati dalam  
tugas sendiri daripada tugas orang lain yang sangat berbahaya.

(Terjemahan Adhyaya III Sloka 35) \*)



---

\*) G. Pudja, MA, SH. 1999. *Bhagawad Gita*. Surabaya: Paramita.

## PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Putu Wija Widodoarin Yoenaningsih

NIM : 072310101042

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya ilmiah yang berjudul: Perbedaan Tingkat Nyeri Menstruasi dengan Pemberian Teknik *Effleurage* pada Siswi SMP Negeri 1 Jember adalah benar-benar hasil karya sendiri, dan belum pernah diajukan pada institusi manapun serta bukan karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan sikap ilmiah yang harus dijunjung tinggi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa ada tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika ternyata di kemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Jember, 8 Juni 2012

Yang menyatakan,

Putu Wija Widodoarin Yoenaningsih  
NIM 072310101042

## PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Perbedaan Tingkat Nyeri Menstruasi dengan Pemberian Teknik *Effleurage* pada Siswi SMP Negeri 1 Jember” telah diuji dan disahkan oleh Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember pada:

hari : Jumat

tanggal : 8 Juni 2012

tempat : Program Studi Ilmu Keperawatan

Tim Penguji

Ketua,

Ns. Latifa Aini S., M.Kep., Sp.Kom.

NIP 19710926 200912 2 001

Anggota 1

Anggota II

Ns. Siswoyo, S. Kep.

NIP. 19800412 200604 1 002

Ns. Nurfika Asmaningrum, M. Kep.

NIP. 19800112 200912 2 002

Mengesahkan

Ketua Program Studi,

dr. Sujono Kardis, Sp. KJ

NIP 19490610 198203 1 001

*Perbedaan Tingkat Nyeri Menstruasi dengan Pemberian Teknik Effleurage pada Siswi SMP Negeri 1 Jember (Differences of Menstrual Pain Level With Effleurage Technique Giving on SMP Negeri 1 Jember Female Students)*

**Putu Wija Widodoarin Yoenaningsih**

*Nursing Science Study Program, Jember University*

**ABSTRACT**

*Menstrual pain is defined as painful menstrual cramps without any evident pathology to account for them. One of the methods that could be used as menstrual pain relief was effleurage. Effleurage technique was a cutaneous stimulation with smooth and flowing stroke. The objective of this study was to determine the differences of menstrual pain level with effleurage technique giving on SMP Negeri 1 Jember female students. This study was a pre experimental study with one group pretest posttest design. Sample determination in this study used non probability sampling technique with quota sampling method. Data was analyzed with wilcoxon sign rank test. The result of this study demonstrated that before effleurage technique was given, 11,8% (2 respondents) had menstrual pain with severe pain level, 52,9% (9 respondents) had menstrual pain with moderate pain level, and 35,3% (6 respondents) had menstrual pain with mild pain level while after effleurage technique was given, 100% (17 respondents) had menstrual pain with mild pain level ( $p$  value=0,002< $\alpha$ =0,05). The conclusion of the study was that there were differences of menstrual pain level with effleurage technique giving on SMP Negeri 1 Jember female students. The recommendation of this study was for the youth red cross members to give effleurage technique to help the female students with menstrual pain in school.*

**Key words:** *menstrual pain, effleurage.*



## RINGKASAN

**Perbedaan Tingkat Nyeri Menstruasi dengan Pemberian Teknik *Effleurage* pada Siswi SMP Negeri 1 Jember;** Putu Wija Widodoarin Yoenaningsih, 072310101042; 2012: 76 halaman; Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember.

Nyeri menstruasi didefinisikan sebagai kram menstruasi yang menyakitkan tanpa adanya bukti patologi yang nyata. Nyeri menstruasi terkarakterisasi oleh kram menstruasi yang spasmodik dan berfluktuasi, kadang-kadang disebut juga dengan nyeri yang mirip dengan saat melahirkan dan berlangsung selama 2–3 hari. Remaja perempuan hampir selalu merasakan nyeri menstruasi dan ketidaknyamanan yang berhubungan dengan nyeri menstruasi tanpa melakukan upaya apapun karena kurangnya pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi. Salah satu metode yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri menstruasi adalah teknik *effleurage*. Teknik *effleurage* adalah sebuah stimulasi kutaneus dengan usapan lembut dan mengalir. Teknik *effleurage* memiliki beberapa kelebihan antara lain dapat menghilangkan ketegangan dan mengembalikan energi, mudah dan murah untuk dilakukan.

Tujuan penelitian adalah mengetahui adanya perbedaan tingkat nyeri menstruasi dengan pemberian teknik *effleurage*. Penelitian ini merupakan penelitian pra eksperimen dengan menggunakan rancangan *one group pretest posttest*. Penelitian dilakukan di SMP Negeri 1 Jember dengan populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah siswi SMP Negeri 1 Jember yang mengalami nyeri menstruasi. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling* dengan cara pengambilan menggunakan *quota sampling*. Total responden yang digunakan sebanyak 17 siswi. Pengukuran data dilakukan dengan menggunakan *Numeric Rating Scale*. Data yang didapatkan kemudian dianalisa menggunakan *wilcoxon sign rank test*.

Data hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum pemberian *effleurage* seluruh responden penelitian mengalami nyeri menstruasi dengan kategori nyeri berat sebesar 11,8% (2 orang), kategori nyeri sedang sebesar 52,9% (9 orang) dan kategori nyeri ringan sebesar 35,3% (6 orang) sedangkan setelah pemberian *effleurage* semua siswi yang menjadi responden penelitian mengalami nyeri menstruasi dengan kategori nyeri ringan sebesar 100% (17 orang).

Perhitungan uji statistik dengan *wilcoxon sign rank test* mendapatkan nilai  $p = 0,002$  yang berarti  $H_0$  ditolak. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang sangat bermakna pada tingkat nyeri menstruasi dengan pemberian teknik *effleurage*. Saran yang dapat diberikan adalah anggota PMR dapat membantu siswi yang sedang mengalami nyeri menstruasi di sekolah dengan memberikan teknik *effleurage*.

## PRAKATA

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan anugerah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul "Perbedaan Tingkat Nyeri Menstruasi dengan Pemberian Teknik *Effleurage* pada Siswi SMP Negeri 1 Jember" dengan baik. Penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih:

1. dr. Sujono Kardis, Sp. KJ., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan;
2. Ns. Nurfika Asmaningrum, M. Kep. selaku Dosen Penguji yang telah memberikan kritikan dan masukan dalam kesempurnaan skripsi ini;
3. Ns. Latifa Aini S., M.Kep., Sp.Kom., selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah memberikan bimbingan, arahan, motivasi serta saran dalam penulisan skripsi ini;
4. Ns. Siswoyo, S. Kep., selaku Dosen Pembimbing Anggota sekaligus Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan, arahan, motivasi selama menjadi mahasiswa;
5. seluruh dosen, staf dan karyawan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember yang telah memberikan dukungan selama pengerjaan skripsi ini;
6. Kepala Sekolah dan seluruh guru SMP Negeri 1 Jember yang telah memberi ijin dan membantu pelaksanaan penelitian ini;
7. teman-teman PSIK angkatan 2007;
8. semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa proposal skripsi ini masih belum sempurna. Penulis menerima saran dan kritik yang membangun untuk hasil yang lebih baik. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca sekalian.

Jember, Juni 2012

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	i
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	ii
<b>HALAMAN PEMBIMBINGAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	iv
<b>HALAMAN MOTO</b> .....	v
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	vi
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	vii
<b>ABSTRAK</b> .....	viii
<b>RINGKASAN</b> .....	ix
<b>PRAKATA</b> .....	xi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xvi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xvii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xviii
<b>BAB 1. PENDAHULUAN</b> .....	1
<b>1.1 Latar Belakang</b> .....	1
<b>1.2 Rumusan Masalah</b> .....	7
<b>1.3 Tujuan</b> .....	7
1.3.1 Tujuan Umum.....	7
1.3.2 Tujuan Khusus.....	7
<b>1.4 Manfaat</b> .....	8
1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti.....	8
1.4.2 Manfaat Bagi Instansi Kesehatan.....	8
1.4.3 Manfaat Bagi Profesi Keperawatan.....	8
1.4.4 Manfaat Bagi Masyarakat.....	8
<b>1.5 Keaslian Penelitian</b> .....	9

<b>BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	11
<b>2.1 Konsep Menstruasi</b> .....	11
2.1.1 Definisi Menstruasi.....	11
2.1.2 Siklus Endometrium.....	11
2.1.3 Siklus Ovarium.....	13
2.1.4 Siklus Hipotalamus-Hipofisis.....	15
2.1.5 Perubahan Siklik Lain.....	15
2.1.6 Gangguan Menstruasi.....	16
2.1.7 Menstruasi Pada Remaja.....	18
<b>2.2 Konsep Nyeri Menstruasi</b> .....	18
2.2.1 Definisi Nyeri Menstruasi.....	18
2.2.2 Penyebab Nyeri Menstruasi.....	19
2.2.3 Penatalaksanaan Nyeri Menstruasi.....	19
2.2.4 Peran Perawat Dalam Penatalaksanaan Nyeri Menstruasi di Sekolah.....	22
<b>2.3 Konsep Nyeri</b> .....	24
2.3.1 Definisi Nyeri.....	24
2.3.2 Fisiologi Nyeri.....	24
2.3.3 Teori Pengontrolan Nyeri ( <i>Gate Control</i> ).....	26
2.3.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Nyeri.....	27
2.3.5 Penilaian Nyeri.....	29
<b>2.4 Konsep Effleurage</b> .....	30
2.4.1 Definisi <i>Effleurage</i> .....	30
2.4.2 Manfaat <i>Effleurage</i> untuk Mengurangi Nyeri.....	31
2.4.3 Prosedur <i>Effleurage</i> .....	32
<b>BAB 3. KERANGKA KONSEP</b> .....	35
<b>3.1 Kerangka Konsep</b> .....	35
<b>3.2 Hipotesis Penelitian</b> .....	35
<b>BAB 4. METODE PENELITIAN</b> .....	36
<b>4.1 Jenis/Desain Penelitian</b> .....	36
<b>4.2 Populasi dan Sampel Penelitian</b> .....	37

4.2.1	Populasi .....	37
4.2.2	Sampel .....	37
4.2.3	Kriteria Sampel .....	38
<b>4.3</b>	<b>Tempat Penelitian</b> .....	39
<b>4.4</b>	<b>Waktu Penelitian</b> .....	39
<b>4.5</b>	<b>Definisi Operasional</b> .....	40
<b>4.6</b>	<b>Pengumpulan Data</b> .....	40
4.6.1	Sumber Data .....	40
4.6.2	Teknik Pengumpulan Data.....	41
4.6.3	Alat Pengumpulan data.....	42
4.6.4	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	43
<b>4.7</b>	<b>Rencana Pengolahan Data</b> .....	44
4.7.1	<i>Editing</i> .....	44
4.7.2	<i>Coding</i> .....	44
4.7.3	<i>Entry</i> .....	45
4.7.4	<i>Cleaning</i> .....	45
<b>4.8</b>	<b>Analisa Data</b> .....	45
<b>4.9</b>	<b>Etika Penelitian</b> .....	46
4.9.1	<i>Informed Consent</i> .....	46
4.9.2	<i>Confidentially</i> (Kerahasiaan) .....	47
4.9.3	<i>Anonymity</i> (Keanoniman) .....	47
4.9.4	<i>Scientific Validity</i> .....	47
4.9.5	<i>Fair Subject Selection</i> .....	48
4.9.6	<i>Favorable Risk-Benefit Ratio</i> .....	48
4.9.7	<i>Respect for Potential and Enrolled Subjects</i> .....	48
<b>BAB 5.</b>	<b>HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	50
<b>5.1</b>	<b>Hasil</b> .....	51
5.1.1	Analisis Univariat .....	51
5.1.2	Analisis Bivariat .....	54
<b>5.2</b>	<b>Pembahasan</b> .....	56

5.2.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas, Umur, dan Umur Menarke.....	56
5.2.2 Tingkat Nyeri Menstruasi Sebelum Pemberian <i>Effleurage</i> .....	57
5.2.3 Tingkat Nyeri Menstruasi Setelah Pemberian <i>Effleurage</i> .....	60
5.2.4 Perbedaan Tingkat Nyeri Menstruasi dengan Pemberian <i>Effleurage</i> pada Siswi SMP Negeri 1 Jember .....	62
<b>5.3 Keterbatasan Penelitian</b> .....	66
<b>BAB 6. SIMPULAN DAN SARAN</b> .....	68
<b>6.1 Simpulan</b> .....	68
<b>6.2 Saran</b> .....	69
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	71
<b>LAMPIRAN</b> .....	77

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti saat ini .....	10
Tabel 4.1 Definisi operasional .....	40
Tabel 4.2 Karakteristik tingkatan nyeri.....	43
Tabel 5.1 Distribusi karakteristik responden berdasarkan kelas di SMP Negeri 1 Jember tahun 2012.....	51
Tabel 5.2 Distribusi karakteristik responden berdasarkan umur dan umur menarke di SMP Negeri 1 Jember tahun 2012.....	52
Tabel 5.3 Distribusi tingkat nyeri menstruasi sebelum pemberian <i>effleurage</i> di SMP Negeri 1 Jember tahun 2012.....	53
Tabel 5.4 Distribusi tingkat nyeri menstruasi setelah pemberian <i>effleurage</i> di SMP Negeri 1 Jember tahun 2012.....	53
Tabel 5.5 Perubahan tingkat nyeri menstruasi setelah pemberian <i>effleurage</i> di SMP Negeri 1 Jember tahun 2012.....	55
Tabel 5.6 Perbedaan tingkat nyeri menstruasi dengan pemberian <i>effleurage</i> di SMP Negeri 1 Jember tahun 2012.....	55



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Siklus menstruasi.....	13
Gambar 2.2 Teori <i>gate control</i> .....	27
Gambar 2.3 Macam-macam skala nyeri.....	30
Gambar 2.4 Langkah-langkah <i>effleurage</i> .....	34
Gambar 3.1 Kerangka konsep.....	35
Gambar 4.1 Bagan rancangan penelitian .....	36
Gambar 4.2 <i>Numeric rating scale</i> .....	42
Gambar 5.1 Perubahan nilai intensitas nyeri menstruasi <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> ....	54

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran A. Lembar <i>Informed</i> .....	78
Lampiran B. Lembar <i>Consent</i> .....	79
Lampiran C. Penilaian Tingkat Nyeri Menstruasi ( <i>Pretest</i> ) .....	80
Lampiran D. Penilaian Tingkat Nyeri Menstruasi ( <i>Posttest</i> ).....	81
Lampiran E. Karakteristik Tingkat Nyeri .....	82
Lampiran F. SOP.....	83
Lampiran G. Berita Acara Uji SOP .....	87
Lampiran H. Mapping Pelaksanaan Penelitian .....	88
Lampiran I. Lembar Monitoring Penelitian .....	89
Lampiran J. Hasil Penelitian .....	90
Lampiran K. Dokumentasi Penelitian .....	93
Lampiran L. Surat Rekomendasi.....	94
Lampiran M. Lembar Bimbingan Skripsi .....	101