

**PENERAPAN METODE *SLOW STROKE BACK MASSAGE*
TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID (DISMENORE)
PADA REMAJA**

KARYA TULIS ILMIAH

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program
Studi DIII Keperawatan STIKES 'AISYIYAH Surakarta**



Oleh

RETNO SULISTIATI

(B2015093)

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
SURAKARTA**

2018

**PENERAPAN METODE *SLOW STROKE BACK MASSAGE*
TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID (DISMENORE)
PADA REMAJA**

KARYA TULIS ILMIAH

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program
Studi DIII Keperawatan STIKES 'AISYIYAH Surakarta**



Oleh

RETNO SULISTIATI

(B2015093)

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
SURAKARTA**

2018

**PENERAPAN METODE *SLOW STROKE BACK MASSAGE*
TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID (DISMENORE)
PADA REMAJA**

KARYA TULIS ILMIAH

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program
Studi DIII Keperawatan STIKES ‘AISYIYAH Surakarta**

Oleh

RETNO SULISTIATI

(B2015093)

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ‘AISYIYAH
SURAKARTA
2018**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa KTI dengan judul :

PENERAPAN METODE *SLOW STROKE BACK* *MASSAGE* TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID (DISMENORE) PADA REMAJA

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari KTI yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan di lingkungan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata kemudian hari penulisan KTI ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 28 Juli 2018

RETNO SULISTIATI

NIM : B2015093

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik STIKES ‘Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : RETNO SULISTIATI

NIM : B2015093

Jenis Karya : KTI

Judul : **PENERAPAN METODE *SLOW STROKE BACK MASSAGE TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID (DISMENORE) PADA REMAJA***

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non exclusive Royalty-Free Right*) kepada STIKES ‘Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. STIKES ‘Aisyiyah berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Dengan demikian saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : STIKES ‘Aisyiyah Surakarta

Pada tanggal : 28 Juli 2018

Yang menyatakan

RETNO SULISTIATI

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan Karya Tulis Ilmiah dengan Judul :

PENERAPAN METODE *SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID (DISMENORE) PADA REMAJA

telah diterima dan disetujui untuk diajukan dan di pertahankan dalam Ujian Akhir
Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta
Tahun Akademik 2017/2018.

Surakarta, 28 Juli 2018

Pembimbing I

Pembimbing 2

Dyah Rahmawatie R.B.U, S.Kep.Ns, M.Kep
NIDN : 0615058501

Irma Mustika S, S.Kep.Ns,M.Kep
NIDN : 0625048703

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan

Endah Sri Wahyuni, S.Kep.Ns, M.Kep.
NIDN : 0602058501

PENGESAHAN PENGUJI

Karya tulis ilmiah dengan judul :

PENERAPAN METODE *SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID (DISMENORE) PADA REMAJA

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Diplom Keperawatan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.

Karya Tulis Ilmiah ini diujikan pada sidang ujian KTI pada tanggal 28 Juli 2018 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Tulis Ilmiah pada Program Diploma Keperawatan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 28 Juli 2018

Mengesahkan,

- Penguji
1. Sri Hartutik, S.Kep.Ns, M.Kes. (.....)
NIDN : 0620108202
 2. Dyah Rahmawatie.R.B.U, S.Kep.Ns, M.Kep. (.....)
NIDN : 0615058501
 3. Irma Mustika S, S.Kep.Ns, M.Kep. (.....)
NIDN : 0625048703

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan

Endah Sri Wahyuni, S.Kep.Ns, M.Kep.
NIDN : 0602058501

Retno Sulistiati NIM B2015093 Program Studi DIII Keperawatan	Dosen Pembimbing 1. Dyah Rahmawatie R.B.U, S.Kep.Ns, M.Kep 2. Irma Mustika S, S.Kep.Ns, M.Kep
--	---

**PENERAPAN METODE *SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP
INTENSITAS NYERI HAID (DISMENORE) PADA REMAJA**

ABSTRAK

Latar Belakang: *Dismenore* merupakan nyeri haid yang dirasakan di bagian perut bawah atau daerah pinggang. *Dismenore* pada remaja harus ditangani untuk menghindari hal-hal yang lebih berat. Di Indonesia tahun 2010 angka kejadian dismenore terjadi pada remaja dengan prevalensi berkisar antara 43% hingga 93%, dimana sekitar 74-80% remaja mengalami dismenore ringan, mengeluh bahwa aktifitas mereka menjadi terbatas akibat dismenore. *Slow Stroke Back Massage (SSBM)* untuk menghilangkan nyeri dapat menghilangkan rasa cemas dan memberikan efek menenangkan.

Tujuan: Mendeskripsikan hasil implementasi metode *Slow Stroke Back Massage* pada remaja dismenore di Kelurahan Kadipiro.

Metode: Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Alat ukur yang digunakan penelitian ini adalah (*Numerical Rating Scale*) NRS yaitu alat untuk mengukur skala nyeri pasien. Skala nyeri di ukur sebelum dan sesudah *Slow Stroke Back Massage*, kemudian hasilnya dicatat dalam lembar observasi.

Hasil: Terdapat penurunan skala nyeri sesudah dilakukan metode *Slow Stroke Back Massage* selama 15 menit yang dilakukan 1 hari.

Kesimpulan: Terdapat penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan metode *Slow Stroke Back Massage*.

Kata Kunci : *Dismenore, Slow Stroke Back Massage*

Retno Sulistiati
NIM B2015093
Nursing Diploma Study Program

Consellor :
1. Dyah Rahmawatie R.B.U, S.Kep.Ns, M.Kep
2. Irma Mustika S, S.Kep.Ns, M.Kep

**IMPLEMENTATION OF SLOW STROKE BACK MASSAGE
METHOD ON INTEGRITY OF PAIN HAID (DYSMENORRHEA)
IN ADOLESCENT**

ABSTRACT

Background: Dysmenorrhea is a menstrual pain that is felt in the lower abdomen or waist area. Dysmenorrhea in adolescents should be dealt with to avoid more severe things. In Indonesia in 2010 the incidence of dysmenorrhea occurs in adolescents with prevalence ranging from 43% to 93%, of which about 74-80% of adolescents experience mild dysmenorrhea, complaining that their activities are limited due to dysmenorrhea. Slow Stroke Back Massage (SSBM) for pain relief can relieve anxiety and provide a calming effect.

Purpose: This study aims to determine differences in pain scale before and after the application of Slow Stroke Back Massage method to the intensity of menstrual pain in adolescents.

Method: The research design used in this research is a case study design with descriptive research design conducted with two respondents.

Results: There was a decrease in the pain scale after the Slow Stroke Back Massage method was performed for 15 minutes at 1 day.

Conclusion: There is a decrease of pain scale before and after Slow Stroke Back Massage method.

Keywords: Dysmenorrhea, Slow Stroke Back Massage

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikumWr. Wb.

Pujisyukur Alhamdulillah peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat, karunia, dan hidayah-Nya, sholawat serta salam selalu tercurahkan pada junjungan kita Rasulullah Muhammad SAW, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Tugas Karya Tulis Ilmiah dengan Judul “**Penerapan Metode *Slow Stroke Back Massage* terhadap intensitas nyeri haid (dismenore) pada remaja**”. Tugas Karya Tulis Ilmiah ini diajukan dan disusun guna memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan Pendidikan Diploma Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.

Penelit menyadari sepenuhnya adanya kekurangan yang ada dalam penyusunan laporan ini. Terwujudnya Karya Tulis Ilmiah ini tentunya tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, maka pada kesempatan ini perkenankanlah peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Riyani Wulandari, S.Kep.Ns., M.Kep. selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Endah Sri Wahyuni, S.Kep.Ns.,M.Kep. selaku Ketua Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Dyah Rahmawatie R.B.U, S.Kep.Ns.,M.Kep dan Irma Mustika S, S.Kep.Ns.,M.Kep selaku Pembimbing Karya Tulis Ilmiah yang dengan penuh kesabaran telah meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga untuk membimbing peneliti dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Responden Nn. A dan Nn. V yang sangat kooperatif dalam memberikan informasi kepada peneliti, sehingga peneliti dapat melaksanakan dan menerapkan Asuhan Keperawatan dan mendapatkan informasi untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Buat keluargaku, dari Ibuku tercinta (Ibu Ratmi dan Mama Fani), bapakku tersayang (Bapak Pujianto, Ayah Faktur Ozi) beliaulah yang selalu mengiringi doa yang tulus, nasehat, kasih sayang, cinta, semangat dan motivasi, dan penuh harapan, sehingga dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

6. Buat Kakak – kakak saya (Sri Rahayu, S.E, Budi Winarsih, S.E, Wawan Yulianto M.Pd) mereka yang selalu memberikan motivasi, semangat dan yang selalu memfasilitasi apapun ketika saya membutuhkan.
7. Buat Keluarga besar saya “Harjo Family” yang selalu menyemangati dan mengingatkan.
8. Buat Terkasih Serda Andre Febrianto yang selalu memberi dukungan, Semangat dan Doa.
9. Buat sahabat – sahabat saya (Retno Purnama Sari, Retno Meilan, Putri Susanti, Dayinta Asha, Nirma Widiani, Desi Murni, Sumarni, Makrifah Qona’ah, Lynda, Nila) mereka teman berantem ketika dikos, teman begadang, dan mereka yang selalu menyemangati ketika aku malas – malasnya mengerjakan Karya Tulis Ilmiah.
10. Teman-teman seperjuangan yang saling memberikan semangat dan dukungan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
11. Buat Karyawan – karyawan perpustakaan yang selalu saya reportkan dan selalu membantu saya mencari buku
12. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Peneliti berharap semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dalam laporan Karya Tulis Ilmiah ini, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik yang bersifat membangun demi kesempurnaan laporan Karya Tulis Ilmiah ini
Wassalamu’alaikumWr. Wb.

Surakarta, 28 Juli 2018

Retno Sulistiati

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN DALAM DAN PRASYARAT GELAR.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN TEORI	
A. Masa Remaja.....	5
1. Pengertian Masa Remaja.....	5
2. Batas Usia Remaja	5
3. Perkembangan Fisik	6
B. Nyeri Haid.....	7
1. Pengertian Nyeri Haid.....	7
2. Etiologi.....	8
3. Klasifikasi Dismenore.....	9
4. Patofisiologi	9
C. Metode <i>Slow Stroke Back Massage</i>	13

1. Pengertian	13
2. Mekanisme Kerja <i>Slow Stroke Back Massage</i>	14
3. Prosedur Kerja <i>Slow Stroke Back Massage</i>	14
4. Pengaruh <i>Slow Stroke Back Massage</i> Terhadap Nyeri	15

BAB III METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian	17
B. Subjek Kasus Penelitian	17
C. Fokus Studi	17
D. Definisi Operasional	18
E. Tempat dan Waktu	18
F. Instrument Penelitian	18
G. Pengumpulan Data	19
H. Cara Pengelolah Data	20
I. Etika Penelitian	20

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	22
B. Pembahasan	25
C. Keterbatasan	28

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	29
B. Saran	29

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Gerakan *Slow-Stroke Back Massage*

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Definisi Operasional

Tabel 4.1. Hasil Sebelum *Slow Stroke Back Massage*

Table 4.2. Hasil Sesudah *Slow Stroke Back Massage*

Table 4.3. Hasil Perkembangan Sebelum dan Sesudah *Slow Stroke Back Massage*