

**PENERAPAN *MASSAGE* PUNGGUNG UNTUK MENURUNKAN
NYERI HAID (*DISMENOREA*) PADA REMAJA PUTRI
DI DESA KARANG TENGAH KOTA SRAGEN**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan Program Studi
Keperawatan



Di Susun Oleh:

DIKA PUTRI AZHARI
B2015035

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH SURAKARTA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

2018

**PENERAPAN *MASSAGE* PUNGGUNG UNTUK MENURUNKAN
NYERI HAID (*DISMENOREA*) PADA REMAJA PUTRI
DI DESA KARANG TENGAH KOTA SRAGEN**

KARYA TULIS ILMIAH

**Disusun untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
pada Program Studi Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta**



Di Susun Oleh:

**DIKA PUTRI AZHARI
B2015035**

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH SURAKARTA

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

2018

**PENERAPAN *MASSAGE* PUNGGUNG UNTUK MENURUNKAN
NYERI HAID (*DISMENOREA*) PADA REMAJA PUTRI
DI DESA KARANG TENGAH KOTA SRAGEN**

KARYA TULIS ILMIAH

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

Oleh

DIKA PUTRI AZHARI

NIM : B2015035

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

2018

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa KTI dengan judul :

**PENERAPAN *MASSAGE* PUNGGUNG UNTUK MENURUNKAN NYERI
HAID (*DISMENOREA*) PADA REMAJA PUTRI DI DESA KARANG
TENGAH KOTA SRAGEN**

Yang 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 Institusi manapun. Apabila ternyata di 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, 19 Juli 2018

DIKA PUTRI AZHARI

NIM B2015035

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Dika Putri Azhari

NIM : B2015035

Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Judul : **PENERAPAN *MASSAGE* PUNGGUNG UNTUK
MENURUNKAN NYERI HAID (*DISMENOREA*) PADA
REMAJA PUTRI DI DESA KARANGTENGAH KOTA
SRAGEN**

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*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 Surakarta 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.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Surakarta

Pada tanggal : 19 Juli 2018

Yang menyatakan

(Dika Putri Azhari)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

**“PENERAPAN *MASSAGE* PUNGGUNG UNTUK MENURUNKAN NYERI
HAID (*DISMENOREA*) PADA REMAJA PUTRI DI DESA
KARANGTENGAH KOTA SRAGEN”**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian sidang KTI Program Pendidikan Diploma Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 19 Juli 2018

Pembimbing I



Anjar Nurrohmah, S.Kep, Ns, M.Kep
NIDN : 0602128201

Pembimbing II



Mursudarinah, SKM, M.Kes
NIDN : 061512402

Mengetahui

III Keperawatan

01

PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN *MASSAGE* PUNGGUNG UNTUK MENURUNKAN NYERI HAID (*DISMENOREA*) PADA REMAJA PUTRI DI DESA KARANGTENGAH KOTA SRAGEN

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya pada Program Diploma Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta. Karya Tulis ini telah diujikan pada sidang KTI pada tanggal 25 Juli 2018 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Tulis pada Program Diploma Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 19 Juli 2018

Mengesahkan,

Penguji

1. Dewi Kartika Sari, S.Kep.Ns, M.Kep. (.....)
NIDN : 0617068001
2. Anjar Nurrohmah, S.Kep.Ns, M.Kep. (.....)
NIDN : 0602128201
3. Mursudarinah, SKM, M.Kes. (.....)
NIDN : 061512402

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan



Endah Sri Wahyuni, S.Kep.Ns, M. Kep

NIDN : 0602058501

ABSTRAK

Dika Putri Azhari

NIM B2015035

Program Studi DIII Keperawatan

Dosen Pembimbing

1. Anjar Nurohmah, S.Kep.Ns, M.Kes

2. Mursudarinah, SKM, M.Kes

PENERAPAN *MASSAGE* PUNGGUNG UNTUK MENURUNKAN NYERI HAID (*DISMENOREA*) PADA REMAJA DI DESA KARANGTENGAH KOTA SRAGEN

ABSTRAK

Latar Belakang; *Dismenorea* adalah kondisi medis yang terjadi sewaktu haid/menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas dan memerlukan pengobatan yang ditandai dengan nyeri atau rasa sakit di daerah perut maupun panggul. Karakteristik *dismenorea* yaitu pegal, sakit pada daerah payudara, lelah, mudah tersinggung, kehilangan keseimbangan, gangguan tidur. *Massage* dalam bahasa Perancis berasal dari kata "*masser*" yang berarti "*menggosok*". Pemberian *massage* ini akan menimbulkan *effect* fisiologis, mekanis dan *psychologis* yang mendatangkan relaksasi, berkurangnya beberapa jenis *oedema*, mengurangi rasa sakit, bertambah luasnya gerakan tubuh dan mengembalikan kesegaran.

Tujuan; untuk mengetahui pengaruh pemberian *massage* punggung untuk menurunkan skala *dismenorea* pada remaja di Desa Karang Tengah, Kelurahan Karang Tengah, Kota Sragen. **Metode;** Metode penelitian *Diskriptif* dengan rancangan penelitian *Studi kasus*. **Hasil;** Nn.C sebelum perlakuan *massage* punggung skala nyeri 6 dan Nn.L 7. Setelah mendapat perlakuan *massage* punggung penurunan skala nyeri Nn.C 2 poin dan Nn.L 2 poin. Terjadi penurunan setelah diberikan *massage* punggung selama satu kali pertemuan.

Kesimpulan; *massage* punggung terbukti dapat menurunkan skala *dismenorea*.

Kata Kunci : *Massage* punggung, *dismenorea*, nyeri, remaja

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum, Wr. Wb.

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang memberikan kenikmatan dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan kasus yang berjudul **"Penerapan *Massage Punggung* untuk Menurunkan Nyeri Haid (*Dismenorea*) pada Remaja Putri di Desa Karang Tengah Kota Sragen"**. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, para sahabat, dan orang-orang yang selalu di jalan-Nya.

Laporan ini disusun dan diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan Diploma III Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta.

Di dalam penyusunan laporan Karya Tulis Ilmiah ini penulis merasa sedikit mengalami hambatan dan kesulitan. Namun bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak maka Laporan Karya Tulis Ilmiah ini dapat penulis selesaikan, oleh karena itu perkenankanlah penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep.Ns, M.Kep selaku ketua STIKES 'Aisyiyah Surakarta.
2. Ibu Endah Sri Wahyuni, S.Kep.Ns, M.Kep selaku Ketua Prodi D III Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.
3. Ibu Anjar Nurrohmah, S.Kep.Ns, M.Kep dan Ibu Mursudarinah, SKM, M.Kes yang dengan penuh kesabarannya telah memberikan segenap waktu dan pikiran untuk memberikan bimbingan kepada penulis dengan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Seluruh Dosen dan Karyawan beserta Staf Prodi D III Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta, atas bantuan dan bimbingan selama penulis menempuh pendidikan keperawatan.

5. Nn.C dan Nn.L beserta keluarganya tercinta yang telah bersedia bekerjasama dengan penulis dalam melakukan pengambilan kasus ini.
6. Bapak Muh. Sidiq, Ibu Sugiyanti, Devita Arum Sari, Ichsan Nugroho, dan Imam Setyo Budi, yang telah memberikan do'a, nasihat, kasih sayang, cinta, motivasi moral maupun material, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Para sahabat dan teman-teman angkatan 2015 Program Studi D III Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta yang sama-sama berjuang menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis berharap Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi para pembaca. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam Karya Tulis Ilmiah ini, untuk itu kritik dan saran yang membangun sangat saya harapkan demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Wassalamu'alaikum, Wr. Wb.

Surakarta, 19 Juli 2018

Dika Putri Azhari

DAFTAR ISI

	Halaman
COVER	i
SAMPUL	ii
SAMPUL	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI	v
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	vi
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI	vii
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SINGKATAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penulisan	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II LANDASAN TEORI	6
A. MASSAGE PUNGGUNG	6
1. Definisi	6
2. Sejarah Perkembangan <i>Massage</i>	7
3. Jenis dan Teknik <i>Massage</i>	9
4. Tujuan <i>Massage</i>	17
5. Perlengkapan dan alat-alat <i>Massage</i>	18
6. Indikasi dan Kontra Indikasi <i>Massage</i>	18
B. DISMENOREA	20
1. Definisi	20
2. Siklus Haid	20
3. Etiologi	23
4. Fisiologis Nyeri	23
5. Klasifikasi <i>Dismenorea</i>	23
6. Gangguan Haid	25
7. Faktor Resiko <i>Dismenorea</i>	25
8. Manifestasi Klinis <i>Dismenorea</i>	28
9. Penatalaksanaan <i>Dismenorea</i>	28
10. Skala Pengukuran Nyeri	30
C. REMAJA PUTRI	31
BAB III METODE PENELITIAN	35

a. Rancangan Penelitian	35
b. Subjek Penelitian	35
c. Fokus Studi	36
d. Definisi Operasional	36
e. Instrument Penelitian	36
f. Tempat dan Waktu	37
g. Pengumpulan Data	37
h. Cara Pengolahan Data	38
i. Pengkajian Data	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	40
A. Gambaran Umum Lingkungan	40
B. Hasil Penelitian.....	40
C. Pembahasan	43
D. Keterbatasan Penelitian.....	46
BAB V PENUTUP	48
A. Kesimpulan	48
B. Saran	48
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	