

SKRIPSI

**PERUBAHAN INTENSITAS DISMENORE MELALUI
PEMBERIAN *MASSAGE EFFLURAGE* DAN *MASSAGE
EFFLURAGE* AROMATERAPI LAVENDER PADA
MAHASISWI TINGKAT 1 A**



**OLEH :
DINI AULANI FRISTALIA HOIRI
NIM. P17331193043**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEBIDANAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN JEMBER
2023**

SKRIPSI

PERUBAHAN INTENSITAS DISMENORE MELALUI PEMBERIAN MASSAGE EFFLURAGE DAN MASSAGE EFFLURAGE AROMATERAPI LAVENDER PADA MAHASISWI TINGKAT 1 A

**Skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Terapan Kebidanan**



**DISUSUN OLEH :
DINI AULANI FRISTALIA HOIRI
NIM. P17331193043**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEBIDANAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JEMBER
2023**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dini Aulani Fristalia Hoiri

NIM : P17331193043

Judul Skripsi : Perubahan Intensitas Dismenore Melalui Pemberian *Massage Efflurage* Dan *Massage Efflurage* Aromaterapi Lavender Pada Mahasiswa Tingkat 1 A

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tulisan dalam skripsi ini adalah benar-benar asli hasil pemikiran saya sendiri, sepanjang pengetahuan saya belum ada karya ilmiah yang serupa yang ditulis oleh orang lain. Apabila nanti terbukti bahwa skripsi ini tidak asli atau disusun oleh orang lain atau hasil menjiplak karya orang lain baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia untuk menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Jember, 09 Mei 2023

Yang membuat pernyataan,



Dini Aulani Fristalia H.

NIM.P17331193043.

LEMBAR PERSETUJUAN

**Skripsi dengan judul Perubahan Intensitas Dismenore Melalui Pemberian
Massage Efflurage Dan Massage Efflurage Aromaterapi Lavender Pada
Mahasiswi Tingkat 1 A, oleh Dini Aulani Fristalia Hoiri NIM. P17331193043**
telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Jember, 16 Juni 2023
Pembimbing Utama



Jamhariyah, SST., M.Kes
NIP. 196401111984032001

Jember, 16 Juni 2023
Pembimbing Pendamping




Lulut Sasmito, S.Kep.Ns. M.Kes
NIP. 196905091989031001

LEMBAR PENGESAHAN


Skripsi dengan judul **Perubahan Intensitas Dismenore Melalui Pemberian Massage Efflurage Dan Massage Efflurage Aromaterapi Lavender Pada Mahasiswi Tingkat 1 A**, oleh **Dini Aulani Fristalia Hoiri NIM. P17331193043** ini telah dipertahankan di depan dewan penguji Ujian Sidang Skripsi pada tanggal 20 Juni 2023

Dewan Penguji


Ketua Penguji


Ida Prijatni, S.Pd., M.Kes
NIP. 195906141982032001

Penguji Anggota I


Jamhariyah, SST, M.Kes
NIP.196401111984032001

Penguji Anggota II


Lulut Sasmito, S.Kep.,Ns. M.Kes
NIP. 196905091989031001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan
Poltekkes Kemenkes Malang


Rita Yulifah, S.Kp, M.Kes.
NIP.196607271991032003

Ketua Program
Studi Sarjana Terapan Kebidanan
Jember


Susilawati, SST, M.Kes
NIP.197412032002122002

ABSTRAK

Dini Aulani Fristalia Hoiri, 2023. Perubahan Intensitas Disminore Melalui Pemberian Massage Efflurage Dan Massage Efflurage Aromaterapi Lavender Pada Mahasiswi Tingkat 1 A. Skripsi, Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember. Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Pembimbing Utama: Jamhariyah,SST.,M.Kes. Pembimbing Pendamping: Lulut Sasmito, S.Kep.,Ns. M.Kes

Latar Belakang: Disminore merupakan nyeri yang dirasakan dibawah perut terjadi sebelum dan saat menstruasi pada sebagian besar wanita yang memberi dampak berupa terganggunya aktivitas dan mampu menurunkan konsentrasi belajar khususnya remaja putri. Oleh karena itu bisa dilakukan penanganan nonfarmakologi salah satunya dengan cara massage efflurage/massage efflurage menggunakan minyak aromaterapi lavender. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan perubahan penurunan intensitas disminore antara massage efflurage dan massage efflurage menggunakan minyak aromaterapi lavender. **Metode:** Penelitian ini merupakan jenis penelitian komparatif tidak berpasangan dengan pendekatan *Two group pretest posttest* desain. Populasi sebanyak 44 responden dengan jumlah sampel 39 responden. Kelompok 1 massage efflurage sebanyak 21 responden dan kelompok 2 massage efflurage menggunakan minyak aromaterapi lavender sebanyak 18 responden. Pengambilan data menggunakan kuisioner NRS dan masing-masing kedua kelompok data diuji menggunakan *paired t test* dan kemudian diuji kembali menggunakan uji *independent t-test*. **Hasil:** Uji statistik data kelompok 1 dihasilkan rata-rata sebelum intervensi 4,2 dan rata-rata sesudah 2,8 sehingga $\mu_1 \neq \mu_2$ dan $p\text{-value } ,000 < 0,05$, H_0 ditolak, dan data kelompok 2 dihasilkan rata-rata sebelum intervensi 4,7 dan rata-rata sesudah 2 sehingga $\mu_1 \neq \mu_2$ dan $p\text{-value } ,000 < 0,05$, H_0 ditolak, dan perbedaan perubahan intensitas disminore dari dua kelompok dihasilkan rata-rata selisih penurunan kelompok 1 adalah 1,48 dan selisih rata-rata penurunan kelompok 2 adalah 2,7, sehingga $\mu_1 \neq \mu_2$ dan $p\text{-value } ,000 < 0,05$, H_0 ditolak. **Kesimpulan:** ada perbedaan penurunan intensitas antara pemberian massage efflurage dan massage efflurage menggunakan minyak aroamterapi lavender, pemberian massage efflurage menggunakan minyak aromaterapi mengalami penurunan yang bermakna dalam mengurangi penurunan intensitas disminore hal ini karena massage efflurage menggunakan minyak aromaterapi lavender memiliki 2 efek sekaligus dalam hal massage efflurage yang mengalihkan nyeri dan aromaterapi lavender yang menghasilkan hormon endorfin mampu memodifikasi persepsi nyeri di otak, sehingga dengan pemilihan alternatif bisa menjadi salah satu pilihan dalam mengurangi intensitas disminore.

Kata Kunci : Disminore, Remaja Putri, Massage Efflurage, Aromaterapi Lavender

ABSTRAK

Dini Aulani Fristalia Hoiri, 2023. Changes in Dysmenorrhea Intensity through the Administration of Effleurage Massage and Lavender Aromatherapy Effleurage Massage on First-Year Female Students. Undergraduate Thesis, Applied Midwifery Study Program, Jember Health Polytechnic, Ministry of Health Malang. Main Supervisor: Jamhariyah, SST., M.Kes. Assistant Supervisor: Lulut Sasmito, S.Kep., Ns. M.Kes.

Introduction: Dysmenorrhea is a pain experienced below the abdomen before and during menstruation in most women, which impacts their daily activities and can decrease learning concentration, especially in adolescent girls. Therefore, non-pharmacological interventions can be used, one of which is effleurage massage using lavender aromatherapy oil. This study aims to determine the difference in the reduction of dysmenorrhea intensity between effleurage massage and effleurage massage using lavender aromatherapy oil. **Methods:** This study employed a non-paired comparative research design with a Two Group Pretest-Posttest Design approach. The population consisted of 44 respondents, with a sample size of 39 respondents. Group 1 received effleurage massage (21 respondents), while Group 2 received effleurage massage using lavender aromatherapy oil (18 respondents). Data were collected using the Numeric Rating Scale (NRS) questionnaire. Paired t-test was used to analyze the data within each group, followed by independent t-test for between-group analysis. **Results:** The statistical analysis of Group 1 data yielded an average score of 4.2 before the intervention and 2.8 afterward. Thus, $\mu_1 \neq \mu_2$ and $p\text{-value } ,000 < 0.05$, rejecting the null hypothesis (H_0). Group 2 data resulted in an average score of 4.7 before the intervention and 2 afterward. Hence, $\mu_1 \neq \mu_2$ and $p\text{-value } ,000 < 0.05$, rejecting H_0 . The difference in the reduction of dysmenorrhea intensity between the two groups showed an average difference of 1.48 in Group 1 and 2.7 in Group 2. Thus, $\mu_1 \neq \mu_2$ and $p\text{-value } ,000 < 0.05$, rejecting H_0 . **Conclusion:** There is a difference in the reduction of dysmenorrhea intensity between effleurage massage and effleurage massage using lavender aromatherapy oil. The administration of effleurage massage using lavender aromatherapy oil showed a significant decrease in dysmenorrhea intensity. This is because the effleurage massage provides pain diversion, while lavender aromatherapy produces endorphins that can modify pain perception in the brain. Therefore, with this alternative approach, it can be considered as one of the options to reduce dysmenorrhea intensity.

Keywords: Dysmenorrhea, Adolescent Girls, Effleurage Massage, Lavender Aromatherapy.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Mata Kuliah Ajar Skripsi Penelitian di Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

Dalam hal ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Moh Wildan, A.Per.Pen., M.Pd selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, yang telah memberikan kesempatan menyusun proposal skripsi ini.
2. Rita Yulifah, S.Kp, M.Kes. selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.
3. Susilawati, SST.,M.Kes, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember Poltekkes Kemenkes Malang yang telah memberikan kesempatan menyusun Skripsi ini.
4. Jamhariyah, SST.,M.Kes, selaku Pembimbing Utama
5. Lulut Sasmito, S.Kep.,Ns M.Kes, selaku Pembimbing Pendamping
6. Ida Prijatni, S.Pd., M.Kes, selaku Penguji Utama
7. Seluruh pihak yang telah membantu dalam penyusunan Skripsi ini.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan pahala atas segala amal baik yang telah diberikan dan semoga Skripsi ini berguna bagi semua pihak yang memanfaatkan.

Jember, 09 Mei 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER	
HALAMAN SAMPUL DALAM	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Remaja	8
2.1.1 Definisi Remaja	8
2.1.2 Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja	9
2.2 Konsep Menstruasi	10
2.2.1 Definisi Menstruasi	10
2.2.2 Siklus Menstruasi	10
2.3 Dismenore.....	15
2.3.1 Definisi Dismenore.....	15
2.3.2 Etiologi Dismenore.....	16
2.3.3 Patofisiologi Dismenore	17
2.3.4 Faktor Resiko Terjadinya Dismenore.....	18
2.3.5 Gejala Klinis Dismenore.....	21
2.3.6 Penanganan Dismenore	22
2.4 Konsep Nyeri.....	24
2.4.1 Definisi Nyeri.....	24
2.4.2 Intensitas Nyeri	24
2.4.3 Perjalanan Nyeri.....	25
2.4.4 Faktor yang Memengaruhi Nyeri	27
2.4.5 Numeric Rating Scale	28
2.5 Konsep Massage Efflurage.....	30
2.5.1 Definisi Massage Efflurage.....	30

2.5.2	Prosedur Massage Efflurage	31
2.5.3	Faktor Diperhatikan dalam Melakukan Massage Efflurage	32
2.5.4	Manfaat Massage Efflurage	32
2.6	Konsep Aromaterapi	34
2.6.1	Definisi Aromaterapi	34
2.6.2	Jenis dan Manfaat Aromaterapi	34
2.6.3	Cara Penggunaan Aromaterapi	35
2.6.4	Cara Kerja Aromaterapi.....	36
2.7	Mekanisme Berkurangnya Intensitas Dismenore	38
2.8	Mekanisme Penurunan Intensitas Dismenore dengan Massage Efflurage.....	40
2.9	Mekanisme Penurunan Intensitas Dismenore dengan Massage Efflurage Menggunakan Aromaterapi Lavender	42
2.10	Kerangka Konsep	43
2.11	Hipotesis	44

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1	Desain Penelitian	45
3.2	Kerangka Operasional	47
3.3	Populasi, Sampel dan Sampling.....	48
3.3.1	Populasi.....	48
3.3.2	Sampel	48
3.3.3	Teknik Sampling	49
3.4	Kriteria Sampel	50
3.4.1	Kriteria Inklusi	50
3.4.2	Kriteria Eksklusi.....	50
3.5	Variabel Penelitian	51
3.6	Definisi Operasional.....	52
3.7	Lokasi dan Waktu Penelitian	56
3.8	Alat Pengumpulan Data.....	56
3.9	Metode Pengumpulan Data	56
3.9.1	Tahap Penelitian	56
3.9.2	Tahap Persiapan	57
3.9.3	Tahap Pelaksanaan	57
3.10	Metode Pengolahan Data.....	58
3.11	Analisa Data.....	59
3.11.1	Analisis Univariat	59
3.11.2	Analisis Bivariat	59
3.12	Etika Penelitian	63

BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1	Hasil Penelitian	62
4.1.1	Data Umum	63
4.1.2	Data Khusus	64

4.2 Pembahasan	72
4.2.1 Intensitas Disminore Sebelum Massage Efflurage	72
4.2.2 Intensitas Disminore Sesudah Massage Efflurage	74
4.2.3 Intensitas Disminore Sebelum Massage Efflurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender	75
4.2.4 Intensitas Disminore Sesudah Massage Efflurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender	77
4.2.5 Perubahan Intensitas Disminore Sesudah Dilakukan Massage Efflurage.....	78
4.2.6 Perubahan Intensitas Disminore Sesudah Dilakukan Massage Efflurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender.....	80
4.2.7 Perubahan Penurunan Intensitas Disminore Antara Massage Efflurage Dan Masage Efflurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender	81
4.3 Keterbatasan	84
 BAB 5 PENUTUP	
5.1 Kesimpulan.....	85
5.2 Saran.....	86
 DAFTAR PUSTAKA	 88

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	52
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Status Gizi.....	63
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Menarche	63
Tabel 4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menstruasi.....	64
Tabel 4.4 Identifikasi intensitas Disminore Sebelum Massage Efflurage	65
Tabel 4.5 Identifikasi intensitas Disminore Sesudah Massage Efflurage	66
Tabel 4.6 Identifikasi Intensitas Disminore Sebelum Massage Efflurage Menggukan Minyak Aromaterapi Lavender	67
Tabel 4.7 Identifikasi Intensitas Disminore Sesudah Massage Efflurage Menggukan Minyak Aromaterapi Lavender	68
Tabel 4.8 Perubahan Intensitas Disminore Sesudah Dilakukan Massage Efflurage.....	69
Tabel 4.9 Perubahan Intensitas Disminore Seusdah Dilakukan Massage Efflurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender	70
Tabel 4.10 Perubahan Intensitas Disminore Antara Massage Efflurage Dan Massage Efflurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender.....	71

DAFTAR GAMBAR

2.1 Proses Rangsangan Nyeri ke Sistem Saraf Pusat.....	25
2.2 Numeric Rating Scale.....	29
2.3 Teknik Massage Efflurage.....	31
2.4 Mekanisme Berkurangnya Intensitas Dismenore.....	38
2.5 Kerangka Konsep.....	43
3.1 Kerangka Operasional.....	47
3.2 Rumus Rata-rata.....	57

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Penyusunan Skripsi
Lampiran 2	Surat Permohonan Studi Pendahuluan dan Ijin Penelitian
Lampiran 3	Surat Rekomendasi Studi Pendahuluan dan Penelitian
Lampiran 4	Keterangan Layak Etik
Lampiran 5	Kuisisioner NRS
Lampiran 6	SOP Massage Efflurage
Lampiran 7	Informed Consent
Lampiran 8	Lembar Bimbingan
Lampiran 9	Lembar Revisi Ujian Proposal dan Skripsi
Lampiran 10	Distribusi Responden
Lampiran 11	Uji Distribusi Data Normal dan Normalitas
Lampiran 12	Uji Paired T-Test dan Uji Independent T-Test

DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL

NSAIDs	: (Non Stereoidal Anti-Inflammatory)
WHO	: (World Health Organization)
LH	: (Luteinizing Hormone)
FSH	: (Follicle Stimulating Hormone)
AKDR	: (Alat Kontrasepsi Dalam Rahim)
PGF2 α	: (Prostaglandin F2 α)
PGE2	: (Prostaglandin E2)
CRF	: (Corticotropin Releasing Factor)
ACTH	: (adenocorticotropin hormone)
IASP	: (<i>The International Association for the Study of Pain</i>)
ARA	: (Asam arakidonat)
TX	: (Tromboksan A2)
COX	: (Enzim Siklooksigenase)
NRS	: (Numeric Rating Scale)