

IR – PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

LAPORAN TUGAS AKHIR

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI GENGAMAN JARI
TERHADAP INTENSITAS DISMENOREA PADA REMAJA
DI SMAN 3 LAMONGAN**



Oleh:

VIDIA DINDA SAKTI
NIM. 151611913104

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS VOKASI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2019**

IR – PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

LAPORAN TUGAS AKHIR

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI GENGAMAN JARI
TERHADAP INTENSITAS DISMENOREA PADA REMAJA
DI SMAN 3 LAMONGAN**

**Diajukan untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar
Ahli Madya Keperawatan (A. Md. Kep.)**



Oleh:

VIDIA DINDA SAKTI
NIM. 151611913104

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS VOKASI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2019**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : VIDIA DINDA SAKTI
NIM : 151611913104
Tempat/Tanggal Lahir : Lamongan/30 September 1998
Program Studi : Diploma III Keperawatan
Fakultas : Fakultas Vokasi
Universitas : Universitas Airlangga

Menyatakan bahwa Laporan Tugas Akhir yang berjudul “Pengaruh Teknik Relaksasi Genggaman Jari Terhadap Intensitas Dismenorea Pada Remaja Di SMAN 3 Lamongan” adalah benar-benar hasil karya sendiri dan bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan aturan yang berlaku di Universitas Airlangga Surabaya.

Surabaya, Juli 2019

Yang menyatakan,



VIDIA DINDA SAKTI

LEMBAR PERSETUJUAN

PENGARUH TEKNIK RELAKSASI GENGAMAN JARI
TERHADAP INTENSITAS DISMENOREA PADA REMAJA
DI SMAN 3 LAMONGAN

VIDIA DINDA SAKTI
NIM. 151611913104

Surabaya, Juli 2019

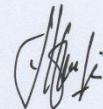
Menyetujui,

Pembimbing 1

Pembimbing 2



Amellia Mardhika, S. Kep., Ns., M. Kes.
NIP. 19850901 200902 2 012



Lailatul Fadliyah, S.ST., M.Kes
NIP. 19730119 200212 2 001

Mengatahui,

Koordinator Program Studi D III Keperawatan
Fakultas Vokasi Universitas Airlangga



Dr. Joni Haryanto, S. Kp., M. Si.
NIP. 19630608 199103 1 002

LEMBAR PENGESAHAN

Laporan Tugas Akhir dengan judul “Pengaruh Teknik Relaksasi Genggaman Jari Terhadap Intensitas Dismenorea Pada Remaja Di SMAN 3 Lamongan” telah berhasil diuji dan dipertahankan di hadapan dewan penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A. Md., Kep.).

Surabaya, Juli 2019
Ketua,



Iswatu, S. Kep., Ns., M. Kes
NIP. 19720331 199403 2 004

Anggota 1,

Anggota 2,



Lailatul Fadliyah, S.ST., M.Kes
NIP. 19730119 200212 2 001



Amellia Mardhika, S. Kep., Ns., M.Kes
NIP. 19850901 200902 2 012

Mengesahkan,

Koordinator Program Studi D III Keperawatan
Fakultas Vokasi Universitas Airlangga



Dr. Joni Haryanto, S. Kp., M. Si
NIP. 19630608 199103 1 002

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir. Sholawat dan Salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabat serta pengikutnya hingga akhir zaman. Laporan Tugas Akhir yang berjudul **“Pengaruh Teknik Relaksasi Genggaman Jari Terhadap Intensitas Dismenorea Pada Remaja Di SMAN 3 Lamongan”**, ini merupakan salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan.

Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada yang terhormat Bapak/Ibu :

1. Prof. Dr. H. Widi Hidayat, SE.M.Si.,AK.,CA.,CMA, selaku Dekan Fakultas Vokasi Universitas Airlangga.
2. Dr. Joni Haryanto, S.Kp.,M.Si selaku Koordinator Program Studi DIII Keperawatan, yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan penulisan Laporan Tugas Akhir ini.
3. Drs. Sholihin., M.Pd. selaku kepala sekolah SMAN 3 lamongan yang telah memberikan ijin dan fasilitas dalam penulisan Laporan Tugas Akhir ini
4. Amellia Mardhika, S. Kep., Ns., M. Kes.dan Lailatul Fadliyah, S.ST., M.Kes selaku pembimbing Laporan Tugas Akhir yang telah banyak memberikan arahan, motivasi dan bimbingan hingga penulisan Laporan Tugas Akhir dapat terselesaikan.
5. Semua pihak yang telah memberikan dukungan moril dan materiil demi terselesaikannya Laporan Tugas Akhir ini

IR – PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

Penulis menyadari tulisan ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga Laporan Tugas Akhir ini bermanfaat bagi perkembangan keperawatan di Indonesia. Aamiin

Surabaya, Juli 2019

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DALAM.....	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
DAFTAR SINGKATAN.....	xi
ABSTRAK	xii
BAB 1 : PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Menstruasi.....	6
2.1.1 Pengertian	6
2.1.2 Siklus Menstruasi.....	7
2.1.3 Gangguan Menstruasi	8
2.1 Konsep Dismenorea	11
2.1.1 Pengertian	11
2.2.2 Klasifikasi Dismenorea.....	12
2.2.3 Gejala Klinis Dismenorea	13
2.2.4 Etiologi Dismenorea	14
2.2.5 Patofisiologi Dismenorea.....	14
2.2.6 Faktor Risiko Dismenorea	15
2.2.7 Skala nyeri haid (Dismenorea)	17
2.2.8 Penatalaksanaan	18
2.3 Konsep Teknik Relaksasi Genggaman jari	19
2.3.1 Pengertian	19
2.3.2 Mekanisme Teknik Relaksasi Genggaman Jari	20
2.3.3 Prosedur Pelaksanaan Teknik Relaksasi Genggaman Jari	22
BAB 3 : KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS.....	23
3.1 Kerangka konsep.....	23
3.2 Hipotesis.....	24
BAB 4 : METODE PENELITIAN	25
4.1 Desain penelitian.....	25
4.2 Kerangka Kerja Penelitian	26
4.3 Populasi, Sampel dan sampling	27
4.4 Variabel penelitian dan definisi	29
4.5 Instrumen penelitian.....	32
4.6 Lokasi dan waktu	32

4.7 Prodedur pengambilan/ pengumpulan data.....	33
4.8 Analisis data.....	34
4.9 Etik penelitian	36
BAB 5 : HASIL DAN PEMBAHASAN.....	38
5.1 Gambaran Lokasi Penelitian	38
5.2 Hasil Penelitian	39
5.3 Pembahasan.....	42
BAB 6 : PENUTUP	48
6.1 Kesimpulan	48
6.2 Saran	48
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Desain penelitian <i>one group pre-post test</i> Nursalam 2013	26
Tabel 4.2 Definisi Oprasional Variabel pengaruh teknik relaksasi genggaman jari terhadap intensitas dismenorea pada remaja di SMAN 3 Lamongan tahun 2019	31
Tabel 5.1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia di SMAN 3 Lamongan tahun 2019.....	39
Tabel 5.2 Distribusi Responden Berdasarkan Usia <i>Menarche</i> di SMAN 3 Lamongan tahun 2019.....	39
Tabel 5.3 Skala Nyeri Dismenorea Sebelum Pemberian Teknik Relaksasi Genggaman Jari Pada Remaja di SMAN 3 Lamongan tahun 2019.....	40
Tabel 5.4 Skala Nyeri Dismenorea Sesudah Pemberian Teknik Relaksasi Genggaman Jari Pada Remaja di SMAN 3 Lamongan tahun 2019.....	41
Tabel 5.5 Analisa pengaruh teknik relaksasi genggaman jari terhadap intensitas dismenorea pada remaja di SMAN 3 Lamongan tahun 2019.....	41

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Pengukuran Skala NRS Potter & Perry, 2010.....	16
Gambar 2.2 Pengukuran Skala VDS Potter & Perry, 2010.....	17
Gambar 2.3 Pengukuran Skala VAS Potter & Perry, 2010.....	17
Gambar 2.4 Pengukuran Skala <i>Wong-Baker Faces Pain Rating Scale</i> Potter & Perry,2010.....	18
Gambar 3.1 Kerangka konseptual teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas dismenorea pada remaja di SMAN 3 Lamongan tahun 2019.....	24
Gambar 4.1 Kerangka kerja pengaruh teknik relaksasi genggam jari terhadap intensitas dismenorea pada remaja di SMAN 3 Lamongan tahun 2019.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3 : SOP Teknik Relaksasi Genggaman Jari
- Lampiran 4 : Lembar Observasi Skala Nyeri
- Lampiran 5 : Surat Ijin Penelitian dari Vokasi
- Lampiran 6 : Tabulasi
- Lampiran 7 : Hasil Output SPSS

DAFTAR SINGKATAN

FSH	: <i>Follicle Stimulating Hormone</i>
LH	: <i>Lutenizing Hormone</i>
NSAID	: Non-steroid Anti Inflamasi Drug
NRS	: <i>Numerical Rating Scale</i>
PMDD	: Premenstrual Dysphoric Disorder
PMS	: Premenstruasi
PGF2 α	: <i>Prostaglandin F2-alfa</i>
SOP	: Standar Oprasional Prosedur
TENS	: <i>Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation</i>
VAS	: <i>Visual Analog Scale</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>