

**PENGARUH PEMBERIAN *MASSAGE EFFLEURAGE*  
TERHADAP TINGKAT *DISMENORHEA* PADA  
SISWI KELAS X MAN 1 SLEMAN  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun oleh:  
NURUL INDAH KUSUMAWARDHANI  
201410201162**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2018**

**PENGARUH PEMBERIAN *MASSAGE EFFLEURAGE*  
TERHADAP TINGKAT *DISMENORHEA* PADA  
SISWI KELAS X MAN 1 SLEMAN  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar  
Sarjana Keperawatan  
Program Studi Ilmu Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
di Universitas 'Aisyiyah  
Yogyakarta



**Disusun oleh:  
NURUL INDAH KUSUMAWARDHANI  
201410201162**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2018**

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH PEMBERIAN *MASSAGE EFFLEURAGE*  
TERHADAP TINGKAT *DISMENORHEA* PADA  
SISWI KELAS X MAN 1 SLEMAN  
YOGYAKARTA

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Oleh :

NURUL INDAH KUSUMA WARDHANI

201410201162

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Telah disetujui oleh Pembimbing

Pada Tanggal:

20 Agustus 2018

Pembimbing



Diah Nur Anisa, M. Kep



# PENGARUH PEMBERIAN *MASSAGE EFFLEURAGE* TERHADAP TINGKAT *DISMENORHEA* PADA SISWI KELAS X MAN 1 SLEMAN YOGYAKARTA<sup>1</sup>

Nurui Indah Kusumawardhani<sup>2</sup>, Diah Nur Anisa<sup>3</sup>

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** *Dismenorea* adalah nyeri perut yang berasal dari kram rahim dan terjadi selama menstruasi. Dampak dari *dismenorea* yaitu terganggunya aktivitas hidup sehari-hari khususnya dalam pembelajaran dan reproduksi.

**Tujuan:** Diketuainya Pengaruh Pemberian *Massage Effleurage* Terhadap Tingkat Nyeri Haid (*Dismenorea*) Pada Siswi Kelas X di MAN 1 Sleman Yogyakarta.

**Metode:** Penelitian ini merupakan *pre experimen* dengan *one group pre test* dan *posttest Design*. Teknik pengambilan sampel *non probability sampling with purposive sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan *Numerical Ranting Scale* (NRS). Analisis data menggunakan uji *wilcoxon*.

**Hasil:** Uji Analisis *wilcoxon* menunjukkan nilai  $Z = -5,765$  dan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang berarti ada pengaruh pemberian *massage effleurage* terhadap tingkat *dismenorea* pada siswi kelas X di MAN 1 Sleman Yogyakarta.

**Simpulan dan Saran:** Ada pengaruh pemberian *massage effleurage* terhadap tingkat *dismenorea* pada siswi kelas X di MAN 1 Sleman Yogyakarta. Penderita dapat bekerjasama dengan tenaga kesehatan atau terapis untuk melakukan *massage effleurage* agar mencegah tingkat *dismenorea* menjadi semakin memburuk.

Kata Kunci : *Massage Effleurage, Dismenorea*  
Kepustakaan : 36 judul buku, 13 jurnal, 11 internet  
Jumlah Halaman : xiii, 71 halaman, 6 tabel, 8 gambar, 22 lampiran

<sup>1</sup>Judul Skripsi

<sup>2</sup>Mahasiswa PSIK Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup>Dosen PSIK Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

**THE EFFECT OF GIVING EFFLEURAGE MASSAGE ON THE  
DYSMENORRHEA LEVELS OF THE FEMALE STUDENTS AT CLASS X IN  
STATE ISLAMIC SENIOR HIGH SCHOOL (MAN) 1 SLEMAN  
YOGYAKARTA<sup>1</sup>**

**Nurul Indah Kusumawardhani<sup>2</sup>, Diah Nur Anisa<sup>3</sup>**

**ABSTRACT**

**Background:** Dysmenorrhea is abdominal pain originating from uterine cramps and occurs during menstruation. The impact of dysmenorrhea is the disruption of daily living activities, especially in learning and reproduction.

**Objective:** This study aims to determine the effect of Effleurage Massage on menstrual pain (Dysmenorrhea) level of the female students at class X in State Islamic Senior High School (MAN) 1 Sleman, Yogyakarta.

**Method:** This study was a pre-experiment with one group pretest and posttest design. The sampling technique used nonprobability sampling with purposive sampling. The data collection method used Numerical Branch Scale (NRS). The data analysis used the Wilcoxon test.

**Result:** The result of Wilcoxon analysis test showed the value of  $Z = -5,765$  and  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) which means that there was an effect of effleurage massage on the dysmenorrhea level of the female students at class X in State Islamic Senior High School (MAN) 1 Sleman, Yogyakarta.

**Conclusion and Suggestion:** There was an effect of effleurage massage on the dysmenorrhea level of the female students at class X in State Islamic Senior High School (MAN) 1 Sleman Yogyakarta. Patients can cooperate with health professionals or therapists to perform effleurage massage to prevent the dysmenorrhea level from getting worse.

**Keywords** : Effleurage Massage, Dysmenorrhea

**References** : 36 book titles, 13 journals, 11 internet websites

**Pages** : xiii front pages, 71 pages, 6 tables, 8 figures, 22 appendices

---

<sup>1</sup>Thesis Title

<sup>2</sup>School of Nursing Student, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup>Lecturer of School of Nursing, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan suatu masa peralihan dari pubertas ke dewasa atau suatu proses tumbuh ke arah kematangan yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Pada fase perkembangan remaja ini berada pada masa transisi dari anak-anak menjadi wanita dewasa yang dibuktikan dengan datangnya menstruasi, dimana terjadi pelepasan endometrium (Proverawati & misaroh 2009). Namun ada diantara remaja yang mengalami permasalahan saat menstruasi. Permasalahan yang dirasakan saat menstruasi merupakan masalah ginekologi yang sering dikeluhkan oleh remaja, seperti *menoragia*, *dismenorhea*. Dari hasil penelitian, di Amerika presentase kejadian *dismenorhea* sekitar 60%, Swedia 72% dan di Indonesia 90% perempuan mengalami *dismenorhea* (Anurogo & Wulandari, 2011). Kejadian *dismenorhea* di Yogyakarta sebanyak 52% yang di alami perempuan usia produktif dan di wilayah Sleman presentase kejadian *dismenorhea* mencapai 50% (Anonim, 2008 dalam Ruriyani, 2011). *Dismenorhea* adalah nyeri perut yang berasal dari rahim dan terjadi selama menstruasi (Nugroho & Utama, 2014). *Dismenorhea* terjadi sekitar waktu haid pada hari pertama atau kedua dan mencapai puncaknya pada 24 jam pertama. Dampak dari *dismenorhea* terhadap pelajar yaitu mengganggu aktivitas belajar dan menyebabkan prestasi pelajar menjadi menurun.

Perhatian pemerintah untuk pelajar dalam bidang kesehatan ini diwujudkan dengan adanya Unit Kesehatan Sekolah (UKS), yaitu dengan terfasilitasinya program KRR (Kesehatan Reproduksi Remaja)

Potter dan Perry (2005) mengatakan bahwa salah satu cara mengurangi nyeri dengan *massage effleurage*. *Massage effleurage* adalah suatu gerakan dengan mempergunakan seluruh permukaan tangan melekat pada bagian-bagian tubuh yang digosok dengan ringan dan menenangkan dengan pola gerakan melingkar di beberapa bagian abdomen. Bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, menghangatkan otot abdomen, dan meningkatkan relaksasi fisik dan mental.

*Massage effleurage* dapat meredakan nyeri dengan cara menstimulasi kulit (serabut taktil) yang dapat menghambat sinyal nyeri dari area tubuh. Cara kerja dari *massage effleurage* sebagai penghambat nyeri yaitu mempengaruhi hipotalamus dan pintu gerbang nyeri yang merangsang *hipofise anterior* untuk menghasilkan *endorphine* yang dapat meningkatkan rasa nyaman dan stimulus untuk rileks (Danuatmaja, 2004).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 28 Oktober 2017 pada pelajar MAN 1 Sleman Kelas X, dari 24 pelajar terdapat 22 pelajar mengalami *dismenorhea* yang terdiri dari 15 pelajar mengalami *dismenorhea* pada saat menstruasi dan tujuh pelajar yang kadang-kadang mengalami *dismenorhea* dengan tingkat nyeri yang berbeda-beda, dan dua pelajar yang tidak mengalami *dismenorhea*. Gejala *dismenorhea* yang biasa sering dirasakan yaitu mual, nyeri pada pinggang dan badan merasakan lemas, sehingga aktivitas belajar di sekolah menjadi terganggu, selain itu juga *dismenorhea* menyebabkan siswi tidak berangkat sekolah dan pingsan. Pencegahan yang dapat dilakukan oleh siswi dengan melakukan olahraga, dioles dengan minyak kayu putih pada

bagian perut yang merasakan nyeri, dan memperbanyak mengkonsumsi air putih. Hal tersebut yang melatarbelakangi peneliti untuk meneliti tentang pengaruh *massage effluerage* terhadap tingkat *dismenorhea* pada siswi kelas X di MAN 1 Sleman Yogyakarta.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian *pre experimen* dan metode pengambilan data menggunakan *one group pre test* dan *post test design* untuk mengetahui pengaruh *massage effleurage* terhadap tingkat *dismenorhea* pada siswi kelas X MAN 1 Sleman. Teknik pengambilan sampel *non probability sampling with purposive sampling*. Jumlah populasi 90 orang dan jumlah responden sebanyak 44 orang, berusia 16-17 tahun serta sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan. Metode pengumpulan data menggunakan skala numerik. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Match Pairs Test*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di MAN 1 Sleman Yogyakarta yang terletak di dusun Candran, Desa Sidoarum, Kecamatan Godean Kabupaten Sleman Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi usia, stastus ekonomi (penghasilan orang tua), pekerjaan dan *disease*.

Tabel 4.1  
Distribusi Karakteristik Responden Di  
MAN 1 Sleman Yogyakarta

no	karakteristik	Frekuensi n= 44	Persentase (%)
1	Usia		
	16 tahun	19	43,2
	17 tahun	25	56,8
2	Penghasilan orang tua		
	<1.500.000	0	0
	1.500.000	20	45,5
	>1.500.000	24	54,5

Sumber: Data Primer (2018)

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian responden berusia 17 tahun yaitu sebanyak 25 orang (56,8%) dan 16 tahun sebanyak 19 orang (43,2%). Karakteristik responden berdasarkan penghasilan orang tua sesuai dengan UMR daerah Sleman Rp.1.500.000 sebanyak 20 orang (45,5%), untuk orang tua responden yang berpenghasilan > Rp.1.500.000 sebanyak 24 orang (54,5). Karakteristik responden berdasarkan *disease* atau penyakit yang diderita 44 responden (100%) tidak memiliki penyakit.

Tabel 4.2  
Tingkat *Dismenorhea* Sebelum dan  
Setelah Dilakukan *Massage Effleurage*  
Pada Siswi Kelas X MAN 1 Sleman

no	Tingkat nyeri	<i>pre test</i>		<i>Post test</i>	
		Frekue nsi f=44	Persent ase (%)	Freku ensi f=44	Persent ase (%)
1.	Tidak nyeri	0	0	4	9,1
2.	Nyeri ringan	6	13,6	29	65,9
3.	Nyeri sedang	28	63,6	10	22,7
4.	Nyeri berat	10	22,7	1	2,3

Sumber: Data Primer (2018)

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 44 responden tingkat *dismenorhea* sebelum pemberian *massage effleurage* terdapat 6 responden (13,6%) mengalami nyeri ringan, 28 responden (63,6%) mengalami nyeri sedang, dan 10 responden (22,7%) mengalami nyeri berat terkontrol. Tingkat *dismenorhea* setelah pemberian *massage effleurage* pada responden yang mengalami *dismenorhea* sebanyak 4 responden (9,1) tidak mengalami *dismenorhea*, 29 responden (65,9) mengalami nyeri ringan, 10 responden (22,7%) mengalami nyeri sedang dan 1 responden (2,3%) mengalami nyeri berat terkontrol.

Tabel 4.3 Hasil Uji Analisis *Wilcoxon* pada Rerata Tingkat *dismenorhea*

	Post Test - Pre Test
Z	-5.765b
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.000

Berdasarkan tabel hasil uji *wilcoxon match pairs test* di atas diketahui bahwa hasil uji rerata tingkat *dismenorhea* pada responden *post pre massage effleurage* menunjukkan bahwa nilai  $Z = -5,765$  dan  $p\text{-value} = 0,000$  yang artinya  $p < 0,05$  sehingga  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *massage effleurage* terhadap tingkat *dismenorhea* pada siswi kelas X di MAN 1 Sleman Yogyakarta.

### Tingkat *Dismenorhea* Sebelum Dilakukan Pemberian *Massage Effleurage* Pada Siswi Kelas X di MAN 1 Sleman

Berdasarkan hasil pengolahan data didapatkan bahwa tingkat nyeri haid (*dismenorhea*) pada responden sebelum diberikan *massage effleurage* adalah responden dengan kategori tidak nyeri sebanyak 0 responden (0%), kategori nyeri ringan sebanyak 6 responden (13,6%), kategori nyeri sedang sebanyak 28 responden (63,6%), kategori nyeri berat terkontrol 8 responden (22,7%) dan kategori nyeri berat tidak terkontrol sebanyak 0 responden (0%).

Penyebab dari *dismenorhea* adalah produksi prostaglandin (PGs) endometrium yang lebih besar sehingga menyebabkan kontraksi uterus, iskemia uterus, dan nyeri pelvis merupakan nyeri primer dalam menstruasi. Prostaglandin yang berlebihan terlepas dari sel-sel endometrium uterus adalah prostaglandin F2 alfa. Prostaglandin F2 alfa merupakan suatu perangsang kuat kontraksi otot polos miometrium dan kontriksi pembuluh darah uterus. Hal ini memperparah hipoksia uterus yang secara normal terjadi pada haid, sehingga timbul rasa nyeri yang hebat (Corwin, 2008).

*Dismenorhea* menurut Mitayani (2009) dipengaruhi oleh usia, status ekonomi, pekerjaan dan *disease*. Berdasarkan teori tersebut, faktor yang dapat mempengaruhi *dismenorhea* pada penelitian yang dilakukan adalah faktor usia yang tertera pada tabel 4.1 tentang karakteristik responden berdasarkan usia, didapatkan data sebanyak 19 responden (43,2%) berusia 16 tahun dan 25 responden (56,8%) berusia 17 tahun. Hasil penelitian ini sesuai dengan



penelitian yang telah dilakukan oleh Novia & Puspitasari (2008) bahwa golongan umur 14-17 tahun rentan terjadi *dismenorea* karena terjadinya optimalisasi fungsi saraf rahim sehingga sekresi prostaglandin akan meningkat dan menyebabkan timbulnya rasa sakit ketika menstruasi.

### **Tingkat *Dismenorea* Setelah Dilakukan Pemberian *Massage Effleurage* Pada Siswi Kelas X di MAN 1 Sleman**

Tingkat *dismenorea* setelah pemberian *massage effleurage* pada responden yang mengalami *dismenorea* sebanyak 4 responden (9,1) tidak mengalami *dismenorea*, 29 responden (65,9) mengalami nyeri ringan, 10 responden (22,7%) mengalami nyeri sedang dan 1 responden (2,3%) mengalami nyeri berat terkontrol.

Penurunan ini terjadi karena usapan *massage effleurage* pada abdomen menstimulasi serabut di kulit yang akan membuat nyaman kontraksi uterus sehingga memperlancar aliran darah ke uterus dan memblok implus nyeri yang dibawa ke korteks serebri sehingga nyeri bisa berkurang (Brunner & Sudarth, 2002).

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan di Brasil oleh Praseetha (2012) dalam Akbar, Putra dan Efriyanti (2014) didapatkan hasil bahwa *massage effleurage* dapat mengurangi persepsi nyeri pada 61 responden. Nyeri dirasakan mengalami penurunan satu tingkat dari berat menjadi sedang dan sedang menjadi ringan setelah diberikan *massage effleurage*. Hasil ini menyatakan bahwa *massage effleurage* memiliki nilai yang signifikan untuk penurunan *dismenorea*.

Perubahan tingkat *dismenorea* pada responden setelah dilakukan *massage effleurage* sesuai dengan teori menurut Wahyuni dan Rahman (2009) bahwa *massage effleurage* merupakan cara yang dapat digunakan untuk meringankan nyeri menstruasi melalui vasodilatasi pembuluh darah dan peningkatan sekresi hormon endorfin yang berfungsi memblok reseptor nyeri di otak sehingga nyeri dapat berkurang atau hilang. relaksasi yang dapat menurunkan intensitas nyeri dan meningkatkan oksigenasi darah serta merangsang sekresi endorfin. Melzack dan Wall (1965) yang menyatakan bahwa implus dihambat saat sebuah pertahanan dibuka dan implus dihambat saat sebuah pertahanan ditutup. Salah satu cara menutup mekanisme pertahanan ini adalah dengan merangsang sekresi endorfin (penghilang nyeri alami) yang akan menghambat pelepasan implus nyeri.

### **Pengaruh Pemberian *Massage Effleurage* Pada Siswi Kelas X MAN 1 Sleman Yogyakarta**

Hasil yang tertera pada tabel 4.3 Mengenai analisis data penelitian sebelum dan sesudah pemberian *massage effleurage* pada *dismenorea*, yang menunjukkan bahwa sebelum diberikan *massage effleurage*, rata-rata nilai skor responden sebesar 4,89 dan setelah diberikan perlakuan *massage effleurage* rata-rata nilai skor menurun menjadi 2,50.

Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara nilai *pre test* yaitu sebelum dilakukan *massage effleurage* dan *post test* setelah diberikan *massage effleurage* dengan selisih sebesar 2,39, namun didapatkan data bahwa ada satu responden yang hasil uji analisisnya menunjukkan hasil

*posttest massage effleurage* sama dengan *pretest massage effleurage*.

Penelitian *massage effleurage* merupakan aplikasi dari *Gate Control Theory* karena pada teknik ini dilakukan stimulasi kulit dengan cara memijat permukaan tubuh yang hasilnya akan lebih maksimal bila dilakukan tanpa penghalang berupa pakaian. Pemijatan harus dilakukan secara ritmis sehingga responden dapat bernafas secara perlahan dan teratur. *Massage effleurage* dilakukan di abdomen dengan tujuan utamanya adalah relaksasi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Simamora, sinaga, dan olivia (2014) dengan judul pengaruh *massage effleurage* terhadap nyeri menstruasi pada remaja di asrama putri Santo Borroneus. Hasil penelitian dari 20 responden sebelum dilakukan *massage effleurage* sebanyak 18 (90%) responden mengatakan nyeri sedang dan 2 responden (10%) mengatakan nyeri ringan, setelah dilakukannya *massage effleurage* mengalami penurunan tingkat nyeri menjadi 12 (60%) responden menyatakan nyeri ringan, 4 (20%) responden menyatakan tidak nyeri, dan 4 (20%) responden lainnya menyatakan nyeri sedang. Uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon* dengan  $p\text{ value} = 0,000 (\leq \alpha)$  sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh *massage effleurage* terhadap nyeri menstruasi pada remaja di asrama putri Santo Borroneus.

## SIMPULAN DAN SARAN

### SIMPULAN

1. Tingkat *dismenorea* sebelum diberikan *massage effleurage* lebih tinggi dibandingkan *dismenorea* setelah diberikan *massage effleurage* yaitu 4,78.

2. Tingkat *dismenorea* setelah diberikan *massage effleurage* lebih rendah dibandingkan tingkat *dismenorea* sebelum diberikan *massage effleurage* yaitu 2,51.
3. Ada pengaruh pemberian *massage effleurage* terhadap tingkat *dismenorea*.

## SARAN

1. Bagi Siswi MAN 1 Sleman Teknik *massage effleurage* dapat digunakan untuk mengatasi *dismenorea* secara non farmakologi.
2. Bagi Profesi Keperawatan Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan keilmuan keperawatan dalam mengatasi *dismenorea* secara non farmakologi.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya Bagi peneliti selanjutnya agar dapat memberikan perlakuan segera saat responden mengalami *dismenorea* dan menggunakan kelompok kontrol sebagai pembandingnya, selain itu juga mengetahui usia *menarche* responden.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, I., Putria, D.E., Efriyanti, E. (2014). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Dismenorea Pada Mahasiswa A 2012 Fakultas Keperawatan UNAND. *Jurnal Keperawatan* Volume 10, No 1, Maret 2014: 1-9. Diakses pada 25 juni 2018. *Beautiful Life With Hypnotherapy*. CV. Mentari Sukses: Cirebon.

- Anurogo & Wulandari. (2011). *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Penerbit Andi: Yogyakarta.
- BKKBN. (2002). *Kesehatan Reproduksi Remaja*. <http://www.scribd.com/doc/213273365/Kesehatan-Reproduksi-remaja> diakses pada 12 Oktober 2017.
- Brunner & Sudarth. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Volume 2. (Edisi 8). Jakarta: EGC
- Danuatmaja. (2004). *Persalinan Normal Tanpa Rasa Nyeri*. Jakarta: Puspa Sehat.
- Mitayani. (2009). *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Melzack, R., dan Wall, P.D. (1965). Pain Mechanism: A New Theory. *Science, New Series, Vol. 150 No 3699*, 1965. <http://links.jstor.org/sici=0036-8075%2819651119%293%3A3699%3C971%3APMANT%3E2.0.CO%3B2-S>. Diakses pada 26 juni 2018.
- Nugroho, T., Utama, B.I. (2014). *Masalah Reproduksi Wanita. Masalah Reproduksi Wanita. Yogyakarta: Nuha Medika Press pelvic nerve pathways for primary and secondary dysmenorrhoea (Cochrane Review)*. In: The Cochrane Library, Issue.
- Potter & Perry. (2006). *Buku Ajar Keperawatan Fundamental: Konsep, Proses, Dan Praktik*, E/4, Vol.2. Jakarta: EGC
- Potter, P. A., & Perry, A.G. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, Praktik, Edisi 4*. Jakarta: EGC.
- Prasetia. (2015). *Pengaruh Terapi Musik Klasik (Beethoven) Terhadap Tingkat Nyeri Haid (Dismenorea) Pada Remaja Putri Kelas II Di MTs Ngemplak Sleman Yogyakarta*. Skripsi Tidak Dipublikasikan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Proverawati, A dan Misaroh, S. (2009). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*, Yogyakarta: Nuha Medika.
- Ruriyani. (2011). *Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Tingkat Dismenorea Pada Mahasiswi Keperawatan Semester VII STIKes 'Aisyiyah Yogyakarta*. Skripsi Tidak Dipublikasikan. STIKes 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Simamora, L.L., Sinaga, F., Olivia. C. (2014). *Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Nyeri Menstruasi Pada Remaja di Asrama Putri Santo Borromeus*. Skripsi dipublikasikan. Universitas Indonesia Jakarta (Skripsi Online) Diakses pada 30 juni 2018. <http://lib.ui.ac.id>.
- Wahyuningsih. (2012). *Efektifitas Aromatherapy Lavender (Lavandula Angustifolia) dan Massage Effleurage terhadap tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada primigravida (Di BPS Utami dan Ruang PONEK RSUD Karanganyar)*. *Ejurnal Keperawatan*, Volume 1, 1-8.



**unisa**  
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta