

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
Skripsi, April 2015**

ABSTRAK

Tri Ilmiah Fattah

EFEKTIVITAS PEMBERIAN KOMBINASI TEKNIK MASASE *EFFLURAGE* DAN KONSUMSI SUPLEMEN KALSIMUM TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI DISMENOIRE DI ASRAMA PUTRI RUSUNAWA UNISSULA

58 halaman + 9 tabel + xix

Latar Belakang: Menstruasi adalah perubahan paling awal yang dialami oleh perempuan yang merupakan perkembangan fisik atau biologis yang kemudian memberikan kemampuan pada perempuan untuk mengandung. Menstruasi yang dialami oleh perempuan dapat menimbulkan masalah salah satunya yaitu dismenore. Dismenore identik dengan rasa nyeri kram pada abdomen bawah akibat peningkatan kontraksi otot uterus. Intervensi untuk mengurangi ketidaknyamanan atau nyeri selama dismenore bisa dilakukan dengan mengkombinasikan antara *masase efflurage* dan konsumsi suplemen kalsium. Terapi *masase efflurage* ini mampu menurunkan ketegangan otot, membangkitkan input sensori selain nyeri dan konsumsi suplemen kalsium dapat menurunkan eksitabilitas neuromuskuler sehingga meurunkan kotraksi otot. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian kombinasi teknik masase *efflurage* dan konsumsi suplemen kalsium terhadap penurunan tingkat nyeri dismenore di Asrama Putri Rusunawa UNISSULA.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *Pre Eksperimental*, dengan rancangan *one group pretest and posttest design*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 17 responden. Data yang diperoleh diolah dengan menggunakan uji *wilcoxon*.

Hasil: Berdasarkan hasil analisa diperoleh, karakteristik responden menurut umur 41,2% berusia 19 tahun dan 20 tahun, pekerjaan 100% adalah tidak bekerja dan pendidikan 100% sedang menempuh pendidikan S1. Hasil uji statistik didapatkan adanya perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan terapi kombinasi dengan *p value* 0,000 ($< 0,05$).

Kesimpulan: Terapi kombinasi ini efektif untuk mengurangi nyeri dismenore primer di Asrama Putri Rusunawa UNISSULA Semarang.

Kata Kunci: Menstruasi, nyeri dismenore primer, terapi kombinasi, masase *efflurage*, kalsium.

Daftar Pustaka : 34 (2001-2014)

**UNDERGRADUATE NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF NURSING SCIENCE
SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG
Mini Thesis, April 2015**

ABSTRACT

Tri Ilmiah Fattah

THE EFFECTIVENESS OF COMBINATION OF *EFFLEURAGE* MASSAGE AND CALCIUM SUPPLEMENTS CONSUMPTION THERAPY ON DYSMENORRHEA PAIN REDUCTION IN WOMEN DORMITORY OF RUSUNAWA UNISSULA SEMARANG.

58 halaman + 9 tabel + xix

Background: Menstruation is the earliest change experienced by women. It is a physical or biological development that provides an ability for women to be pregnant. Menstruation that experienced by the women may cause some problem. One of those is dysmenorrhea. It is identical with cramping pain at the lower abdomen as a result of increasing uterine muscle constriction. The intervention to reduce discomfort or pain during dysmenorrhea can be done within giving combination of *effleurage* massage and calcium supplement consumption therapy. *effleurage* massage therapy is able to reduce muscle tension, arouse sensory input except the pain and the consumption of calcium supplement can reduce neuromuscular excitability, so that reducing muscle constriction. This study aim is to determine the effectiveness of combination therapy *effleurage massage* and calcium supplements consumption therapy on dysmenorrhea pain reduction in women dormitory of rusunawa unissula semarang.

Method: This study was a quantitative study of Experimental Pre-plan one-group pretest and posttest design. The number of samples in this study was 17 respondents. The data obtained were analyzed using wilcoxon test.

Result: Based on the analysis results were obtained, the characteristics of respondents by age 41,2% were aged 19 and 20 years, 100% is not working and 100% is bachelor student. Obtained statistical result of differences in the level of pain before and after combination therapy with *p value* of 0.000 (<0,05).

Conclusion: Combination therapy was effective for reducing the pain of primary Dysmenorrhea in Women Dormitory of Rusanawa UNISSULA Semarang

Key Words: Menstruation, Primary Dysmenorrhea Pain, Combination Therapy, *Effleurage* massage, Calcium

Bibliographies: 34 (2001-2014)