

SKRIPSI

**PENGARUH *COUNTERPRESSURE MASSAGE* TERHADAP
INTENSITAS NYERI HAID (DISMENORE) PADA REMAJA
PUTRI DI SMAN 2 BANTUL**



QUINY SOFWA GUNALISHA

P07124221004

PROGRAM STUDI KEBIDANAN

PROGRAM SARJANA TERAPAN

JURUSAN KEBIDANAN

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA**

TAHUN 2025

SKRIPSI

**PENGARUH *COUNTERPRESSURE MASSAGE* TERHADAP
INTENSITAS NYERI HAID (DISMENORE) PADA REMAJA
PUTRI DI SMAN 2 BANTUL**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan Kebidanan



**QUINY SOFWA GUNALISHA
P07124221004**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN
PROGRAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

“PENGARUH *COUNTERPRESSURE MASSAGE* TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID (DISMENORE) PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 2 BANTUL”

Disusun oleh:

Quiny Sofwa Gunalisha

P07124221004

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal

: 15 Juni 2025

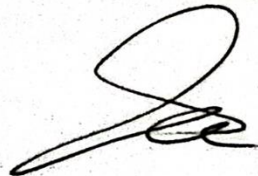
Menyetujui,

Pembimbing Utama



Dr. Yuni Kusmiyati, SST, MPH
NIP.197606202002122001

Pembimbing Pendamping



Yuliantisari Retnaningsih, SSiT, M. Keb
NIP. 198107272005012003

Yogyakarta, 18 Juni 2025

Ketua Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Yogyakarta



Dr. Hem Puji Wahyuningsih, S. SiT., M. Keb
NIP. 197511232002122002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

“PENGARUH COUNTERPRESSURE MASSAGE TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID (DISMENORE) PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 2 BANTUL”

Disusun oleh :

Quiny Sofwa Gunalisha
P07124221004

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 23 Juni.....2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Sari Hastuti, S.SiT., MPH
NIP. 197509162002122003

(.....)

Anggota,
Dr. Yuni Kusmiyati, SST, MPH
NIP 197606202002122001

(.....)

Anggota,
Yuliantisari Retnaningsih, S.SiT, M.Keb
NIP 19810727005012003

(.....)

Yogyakarta, 30 Juni 2025.....

Ketua Jurusan Kebidanan



Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.SiT, M.Keb
NIP 197511232002122002

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk saya menyatakan dengan benar.

Nama : Quiny Sofwa Gunalisha

NIM : P07124221005

Tanda Tangan : 

Tanggal : 02 Juni 2025

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Quiny Sofwa Gunalisha
NIM : P07124221004
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan : Kebidanan

Demi mengembangkan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas skripsi saya yang berjudul:

PENGARUH *COUNTERPRESSURE MASSAGE* TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID (DISMENORE) PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 2 BANTUL.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di: Yogyakarta

Pada tanggal: 3 Juni 2025

Yang menyatakan

(Quiny sofwa Gunalisha)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Counterpressure massage* Terhadap Intensitas Nyeri Haid (Dismenore) Pada Remaja Putri di SMAN 2 Bantul”. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulisan menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Iswanto, S.Pd, M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta.
2. Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.SiT., M.Keb selaku Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
3. Dr. Sujiyantini, S.SiT., M.Keb M.Kes selaku Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes YogyakartaDr. Yuni Kusmiyati, SST., MPH selaku Pembimbing Utama pada penyusunan skripsi ini.
4. Yuliantisari R, S.SiT., M.Keb selaku Pembimbing Pendamping pada penyusunan skripsi ini.
5. Sari Hastuti, S.SiT., MPH selaku Penguji pada penyusunan skripsi ini.
6. Kepada orang tua panutan penulis yaitu Ayah Deni Hamdani dan Ibu Liestiana Fazrin, beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, memberikan dukungan dari segala arah dengan bentuk cinta sebesar dunia, hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai dengan sarjana.
7. Kepada adik Perempuan Sharrin Nessia Maulida dan Mikhayla Almaratu Hamdani atas kehadirannya menjadi pengingat sederhana untuk terus berjuang dan menyelesaikan skripsi ini, untuk semua perjuangan ini, agar kelak kita tumbuh bersama dalam wujud nyata dari mimpi yang besar.

8. Kepada Oktian Abdulhafizh Hadi, S.Tr.T , yang menjadi teduh di tengah riuh, membawa percaya di saat ragu, sehingga skripsi ini usai, tapi langkah kita masih panjang dan semoga selalu menyenangkan.
9. Kepada diri sendiri, Quiny Sofwa Gunalisha, sudah menepikan ego dan memilih untuk kembali bangkit dan menyelesaikan skripsi ini. Sulit bisa bertahan sampai di titik ini terima kasih untuk tetap hidup dan merayakan dirimu sendiri.

Akhir kata, penulis berharap kepada Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa mnfaat bagi pengembangan ilmu

Yogyakarta, Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS	
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iv
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
SURAT PERNYATAAN KELAYAKAN PUBLIKASI	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Ruang Lingkup	8
E. Manfaat	9
F. Keaslian Penelitian.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Telaah Pustaka	12
B. Kerangka Teori dan Landasan Teori	51
C. Kerangka Konsep.....	52
D. Hipotesis Penelitian	52
BAB III METODE PENELITIAN	54
A. Jenis dan Desain penelitian.....	54
B. Rancangan Percobaan	54
C. Populasi dan Sampel.....	56
D. Waktu dan Tempat.....	58
E. Variabel Penelitian dan Aspek-Aspek yang Diteliti/Diamati	59
F. Definisi Operasional Variabel Penelitian	60
G. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	62
H. Alat Ukur/Instrumen Penelitian	63
I. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	65
J. Prosedur Penelitian	66
K. Manajemen Data	69
L. Etika Penelitian	74
M. Kelemahan dan Kesulitan Penelitian	76
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	77
A. Hasil	77
B. Pembahasan	86

BAB V PENUTUP	95
A. Kesimpulan	95
B. Saran	96
DAFTAR PUSTAKA	99
LAMPIRAN.....	107

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Gerakan Mengepal Tangan.....	44
Gambar 2. Gerakan Menggunakan Pangkal Tangan.....	44
Gambar 4 <i>Numeric Pain Rating Scale</i>	48
Gambar 5 <i>Visual Analogue Scale</i>	49
Gambar 6 <i>Wong Baker Rating Scale</i>	49
Gambar 7. Kerangka Teori.....	51
Gambar 8. Kerangka Konsep	52
Gambar 9. Rancangan Penelitian	55

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keaslian Penelitian	10
Tabel 2. Definisi Operasional.....	60
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	79
Tabel 4. Intensitas Nyeri Dismenore Sebelum Intervensi	81
Tabel 5. Pengaruh Kelompok Eksperimen	83
Tabel 6. Pengaruh Kelompok Kontrol	84
Tabel 7. Perbedaan Pengaruh Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	85

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Studi Pendahuluan di SMAN 2 Bantul	108
Lampiran 2. Surat Studi Pendahuluan di Dinas Kesehatan Bantul	109
Lampiran 3. Surat izin Penelitian	110
Lampiran 4. Ethical Clearance	111
Lampiran 5 Surat Keterangan Selesai Penelitian	112
Lampiran 6. Rencana Jadwal Penelitian	113
Lampiran 7. Rencana Anggaran Biaya penelitian	114
Lampiran 8. Informed Consent	115
Lampiran 9. SOP Counterpressure massage	116
Lampiran 10. SOP pemberian aromaterapi kayu manis	117
Lampiran 11. Lembar Observasi	118
Lampiran 12. Master Tabel	124
Lampiran 13. Dummy Tabel	130
Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian	136

SURAT PERNYATAAN KELAYAKAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Quiny Sofwa Gunalisha
NIM : P07124221004
Prodi : Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan : Kebidanan
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Mengajukan surat pernyataan kelayakan terbit skripsi saya yang berjudul:

“Pengaruh *Counterpressure Massage* Terhadap Intensitas Nyeri Haid
(Dismenore) Pada Remaja Putri Di Sman 2 Bantul”

Layak diterbitkan di :

- ☐ Jurnal internasional.
- ☐ Jurnal nasional.
- ☒ Repository Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- ☐ Lainnya.....

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Mengetahui,
Tim Pembimbing,



1. Dr. Yuni Kusmiyati, SST.,MPH
NIP 1976066202002122001



2. Yuliantisari Retnaningsih, SSiT.,M.Keb
NIP 198107272005012003

Yogyakarta, 4 Juli 2025
Yang Menyatakan,



(Quiny Sofwa Gunalisha)
(P07124221004)