

SKRIPSI

**PENGARUH *MASSAGE ENDORPHIN* TERHADAP KECEMASAN
IBU PREMENOPAUSE/MENOPAUSE DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS NAMORAMBE DESA SUDIREJO
KAB. DELI SERDANGTAHUN 2018**



**PUTRI HARDIANTI HASIBUAN
P07524517026**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
PRODI D-IV KEBIDANAN
TAHUN 2018**

SKRIPSI

**PENGARUH *MASSAGE ENDORPHIN* TERHADAP KECEMASAN
IBU PREMENOPAUSE/MENOPAUSE DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS NAMORAMBE DESA SUDIREJO
KAB. DELI SERDANGTAHUN 2018**

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi
Diploma IV



**PUTRI HARDIANTI HASIBUAN
P07524517026**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
PRODI D-IV KEBIDANAN
TAHUN 2018**

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : Pengaruh *Massage Endorphin* Terhadap Kecemasan Ibu
Premenopause/Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas
Namorambe Desa Sudirejo Kab. Deli Serdang Tahun 2018

NAMA : Putri Hardianti Hasibuan

NIM : P07524517026

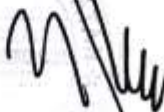
Telah Diterima dan Disetujui untuk Diseminarkan dihadapan Penguji
Medan, 02 Agustus 2018

Menyetujui :
Pembimbing Utama



(Yusniar Siregar, SST, M.Kes)
NIP.196707081990032001

A Ketua Jurusan Kebidanan Prodi D-IV
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



(Betty Mangkuji, SST, M.Keb)
NIP.196609101994032001

LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL : Pengaruh *Massage Endorphin* Terhadap Kecemasan Ibu Premenopause/Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Namorambe Desa Sudirejo Kab. Deli Serdang Tahun 2018

NAMA MAHASISWA : Putri Hardianti Hasibuan

NIM : P07524517026

Skripsi ini telah diuji pada sidang ujian akhir program Jurusan D-IV Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan Kamis, 02 Agustus 2018

Penguji I



Yusniar Siregar, SST, M.Kes
NIP.196707081990032001

Penguji II



Eva Mahayani Nst, SST, M.Kes
NIP.197307291993032001

Ketua Penguji



Tri Marini Supriarti Ningsih, SST, M.Keb
NIP.198003082001122002

↳ Ketua Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



Betty Mangkuji, SST, M.Keb
NIP.196609101994032001

POLITEKNIK KESAHATAN KEMENKES MEDAN
JURUSAN DIV KEBIDANAN ALIH JENJANG
SKRIPSI, Agustus 2018

Putri Hardianti Hasibuan

Pengaruh Massage Endorphin Terhadap Kecemasan Ibu
Premenopause/Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Namorambe Desa
Sudirejo Kab. Deli Serdang Tahun 2018

VII, 40 Halaman, 5 tabel, 8 lampiran

ABSTRAK

Semua wanita akan mencapai usia 40 tahun dan seterusnya. Inilah masa-masa dimana para wanita akan mengalami premenopause. Premenopause adalah suatu kondisi fisiologis pada wanita yang telah memasuki proses penuaan yang ditandainya dengan menurunnya kadar hormonal estrogen dari ovarium yang sangat berperan dalam reproduksi dan seksualitas. Sindrom pre menopause dialami oleh banyak wanita hampir seluruh dunia, sekitar 70-80% wanita Eropa, 60% di Amerika, 57% di Malaysia, 18% di Cina dan 10% di Jepang dan Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik Pengaruh Massage Endorphin Terhadap Kecemasan Ibu Premenopause/Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Namorambe Desa Sudirejo Kab. Deli Serdang Tahun 2018.

Jenis yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian *Quasi Eksperiment* dengan menggunakan rancangan *Posttest Only Control Group Design*. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh wanita premenopause/menopause yang ada Di Wilayah Kerja Puskesmas Namorambe Desa Sudirejo Kab. Deli Serdang Tahun 2018 yang berjumlah 153 orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 96 orang yang diambil dengan menggunakan *Simple Random Sampling*. Data tingkat kecemasan diperoleh dengan kuesioner kecemasan (HARS).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Pengaruh Massage Endorphin Terhadap kecemasan Ibu Premenopause dan Menopause dengan menggunakan uji t independen sample test diperoleh hasil t hitung sebesar 5,298 dengan p value 0,000 (p value < 0,05).

Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian massage endorphin terhadap kecemasan ibu premenopause/ menopause. Diharapkan bagi petugas kesehatan dapat meningkatkan perannya dalam memberikan pembinaan dan penyuluhan tentang menopause.

Kata kunci : *Massage Endorphin, Premenopause/Menopause, Tingkat Kecemasan*

Daftar bacaan :22 (2010-2017)

MEDAN HEALTH POLYTECHNIC OF MINISTRY OF HEALTH
EXTENTION PROGRAM OF APPLIED HEALTH SCIENCE IN MIDWIFERY
Thesis, 18th JULI 2018

Putri Hardianti Hasibuan

The Effect of Endorphin Massage to Anxiety of Premenopausal/Menopause Mothers at Namorambe Community Health Center Work Area of Sudirejo Village, Deli Serdang District in 2018

VII, 40 pages, 5 tables, 8 attachments

ABSTRACT

All women will reach the age of 40 years and so on. These are the times when women will experience premenopause. Premenopause is a physiological condition in women who have entered the aging process which is marked by decreased hormonal levels of estrogen from the ovaries that play a role in reproduction and sexuality. Pre menopausal syndrome is experienced by many women in almost the entire world, about 70-80% of European women, 60% in America, 57% in Malaysia, 18% in China and 10% in Japan and Indonesia. This study aims to empirically examine the effect of massage endorphin on anxiety of premenopausal / menopausal mothers in the working area of Namorambe Community Health Center, Sudirejo village, Deli Serdang District in 2018.

The type used in this study is a Quasi Experiment research using the Posttest only Control Group Design. The population of this study were all premenopausal / menopausal women in Namorambe Community Health Center Work Area, Sudirejo Village, Deli Serdang District in 2018 and total of 153 peoples. The sample in this study were 96 peoples who were taken using Simple Random Sampling. Anxiety level data was obtained by an anxiety questionnaire (HARS).

The results showed that the effect of endorphin massage on the anxiety of Premenopausal and Menopausal Mothers by using independent sample test t-test showed that the results of t count were 5.298 with p value 0.000 (p value <0.05).

So it can be concluded that there was an effect of giving endorphin massage to premenopausal /menopausal maternal anxiety. It is hoped that health workers can improve their role in providing guidance and counseling about menopause.

Keywords : Massage Endorphin, Premenopause/Menopause, Anxiety Level
References : 22 (2010-2017)



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Pengaruh *Massage Endorphin* Terhadap Kecemasan Ibu Premenopause/ Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Namorambe Desa Sudirejo Kab. Deli Serdang Tahun 2018”

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terimakasih yang tulus kepada:

1. Dra. Ida Nurhayati, M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.
2. Betty Mangkuji, SST, M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.
3. Melva Simatupang, SST, M.Kes selaku Ketua Prodi D-IV Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan dan kemudian dilanjutkan oleh Yusniar Siregar, SST, M.Kes selaku Plt. Ketua Prodi D-IV Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan
4. Yusniar Siregar, SST, M.Kes selaku Pembimbing utama yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan bersedia memberikan masukan, kritik, dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Eva Mahayani Nasution, SST, M.Kes selaku Pembimbing Pendamping sekaligus selaku penguji II yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan memberikan kritikan serta saran dalam penulisan skripsi ini.
6. Tri Marini, S. N, SST, M.Keb selaku ketua penguji yang telah memberikan kritikan dan masukan dalam penulisan skripsi ini.
7. Kepala Puskesmas Namorambe yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian di Puskesmas Namorambe Desa Sudirejo Kab. Deli Serdang Tahun 2018.
8. Hormat dan kasih sayang yang besar kepada kedua orangtua, ayahanda tercinta Yusri Hasibuan dan ibunda tersayang Parida Hanum, yang selalu menjadi alasan untuk menggapai cita. Terimakasih untuk cinta doa serta dukungannya.

9. Rekan-rekan Mahasiswa Program studi D-IV Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan yang telah berbagi pengalaman, masukan dan memberikan dukungan moral terhadap penulis dalam pembuatan proposal skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak demi kebaikan skripsi ini. Semoga dapat bermanfaat baik bagi penulis maupun bagi pembacanya.

Medan, Agustus 2018

Putri Hardianti Hasibuan

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PERSETUJUAN	
LEMBAR PENGESAHAN	
ABSTRAK.....	i
ABSTRACT.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
C.1 Tujuan umum.....	3
C.2 Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat.....	4
D.1 Manfaat Teoritis.....	4
D.2 Manfaat Praktik.....	4
E. Keaslian Penelitian.....	4

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Premenopause/Menopause.....	6
A.1 Sindrom premenopause/menopause.....	6
A.2 Dampak Sindrom Premenopause/Menopause.....	7
A.3 Pencegahan Sindrom Premenopause/Menopause.....	10
A.4 Faktor Gejala Premenopause/ Menopause.....	11
B. Pengertian Kecemasan.....	11
B.1 Tanda Dan Gejala Kecemasan.....	12
B.2 Rentang Respon Kecemasan.....	12
B.3 Proses Terjadinya Kecemasan.....	14
B.4 Skala Kecemasan Hamilton Anxiety Rating Scale.....	16
B.5 Penatalaksanaan Kecemasan.....	17
B.6 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan.....	19
C. Massage Endorphin.....	20
C.1 Cara Melakukan Massage Endorphin.....	22
D. Kerangka Teori.....	23
E. Kerangka Konsep.....	23
F. Definisi Operasional.....	24
G. Hipotesis.....	24

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian.....	25
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	25
B.1 Lokasi Penelitian.....	25
B.2 Waktu Penelitian.....	26
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	26
C.1 Populasi Penelitian.....	26
C.2 Sampel Penelitian.....	26

D.	Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	27
	D.1 Jenis Data.....	27
	D.2 Pengumpulan Data.....	28
E.	Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian.....	28
F.	Prosedur Penelitian.....	28
G.	Pengolahan dan Analisis Data.....	29
	G.1 Pengolahan Data.....	29
	G.2 Analisis Data.....	30
H.	Etika Penelitian.....	30

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A.	Hasil Penelitian.....	31
B.	Pembahasan.....	35

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A.	Kesimpulan.....	40
B.	Saran.....	40

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Defenisi Operasional.....	23
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.	32
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kecemasan Ibu Premenopause/Menopause Pada Kelompok Eksperimen	33
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kecemasan Ibu Premenopause/Menopause Pada Kelompok Kontrol.....	34
Tabel 4.4 Pengaruh Massage Endorphin Terhadap Kecemasan Ibu Premenopause/Menopause	35

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
2.1 Rentang Respon Kecemasan.....	12
2.2 Kerangka Teori.....	22
2.3 Kerangka Konsep.	22
3.1 Desain Penelitian.	25

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Lembar Kuesioner Penelitian.....	
2. SOP <i>Endorphin Massage</i>	
3. Lembar Observasi <i>Massage Endorphin</i>	
4. Surat Izin Melakukan Penelitian.....	
5. Surat Balasan Melaksanakan Penelitian	
6. Lembar Permintaan Menjadi Responden.	
7. Lembar Persetujuan Menjadi Responden (Inform Consent).....	
8. Master Tabel.....	
9. Tabel Hasil Uji SPSS.....	
10. Lembar Konsultasi Skripsi.....	
11. Lembar Ethical Clearance.....	
12. Lembar Pernyataan.....	
13. Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi Skripsi.....	
14. Daftar Riwayat Hidup.....	