

**PENGARUH *EFFLEURAGE MASSAGE* TERHADAP  
*HOT FLUSHES* IBU MENOPAUSE**

**Studi Eksperimental**

***THE EFFECT OF EFFLEURAGE MASSAGE ON  
MENOPAUSAL MATERNAL HOT FLUSHES***

*Experimental study*



**Untuk memenuhi persyaratan  
Mencapai Magister Ilmu Keperawatan**

**Eka Listiana**

**22020118410056**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS DIPONEGORO  
SEMARANG**

**2020**

**PENGARUH *EFFLEURAGE MASSAGE* TERHADAP *HOT FLUSHES* IBU MENOPAUSE**

Telah disetujui sebagai tesis untuk  
memenuhi persyaratan Pendidikan Program Magister

Program Studi Magister Keperawatan

Menyetujui,  
Pembimbing Utama



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep.Sp.Mat.  
NIP. 197708302001122001

Pembimbing Anggota



Ns. Dwi Susilawati, S.Kep., M.Kep.Sp.Mat.  
NIP. 197803112008122001

Mengetahui,  
Ketua Departemen Ilmu Keperawatan



Dr. Untung Sutanto, S. Kp., M. Kes.  
NIP. 197109191994031001

## HALAMAN PENGESAHAN TESIS

### PENGARUH *EFFLEURAGE MASSAGE* TERHADAP *HOT FLUSHES* IBU MENOPAUSE

Disusun Oleh:

Eka Listiana  
22020118410056

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 12 Mei 2020  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji Ketua



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep.Sp.Mat.  
NIP. 197708302001122001

Penguji I



Dr. Sri Rejeki, S.Kp., M.Kep.Sp.Mat.  
NIP. 195608061985032001

Penguji II



Dr. Untung Sujianto, S.Kp., M.Kes.  
NIP. 197109191994031001

Penguji III



Ns. Dwi Susilawati, S.Kep., M.Kep.Sp.Mat.  
NIP. 19783112008122001

Mengetahui,  
Ketua Departemen Ilmu Keperawatan



Dr. Untung Sujianto, S.Kp., M.Kes.  
NIP. 197109191994031001

## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar Magister di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya, serta tidak terdapat unsur-unsur yang tergolong Plagiarisme sebagaimana dimaksud dalam Permendiknas No.17 tahun 2010. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 12 Mei 2020



Eka Listiana

## PERNYATAAN PUBLIKASI ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Eka Listiana

NIM : 22020118410056

Fakultas/Departemen : Kedokteran/Keperawatan

Jenis : Tesis

Judul : Pengaruh *Effleurage Massage* terhadap *Hot Flushes* Ibu Menopause

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk:

1. Memberikan hak bebas royalti kepada perpustakaan jurusan keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberi hak menyimpan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk soft copy untuk kepentingan akademis kepada perpustakaan departemen keperawatan UNDIP tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis.
3. Bersedia menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak perpustakaan departemen keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 12 Mei 2020

Yang menyatakan



Eka Listiana

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. Identitas Diri

1. Nama : Eka Listiana
2. NIM : 22020118410056
3. Tempat, Tanggal Lahir : Kendal, 10 Januari 1994
4. Alamat : Ds. Kumpulrejo Rt 02 Rw 02  
Kaliwungu, Kendal, Jawa Tengah.
5. Nomer Hp : 082259247278/083842539488
6. Email : [ekalistiana57@gmail.com](mailto:ekalistiana57@gmail.com)

### B. Riwayat Pendidikan Formal

Tingkat	Sekolah/PT	Tahun Lulus
1. SD	MI Kumpulrejo	2005
2. SMP	MTS N Brangsong	2008
3. SMA	SMA Muhammadiyah 4 Kendal	2011
4. S1	Universitas Muhammadiyah Semarang	2015
5. Profesi	Universitas Muhammadiyah Semarang	2016
6. S2	Magister Keperawatan Universitas Diponegoro	

### C. Pengalaman Penelitian

Judul Penelitian	Tahun	Peran
1. Komunikasi Terapeutik Perawat Terhadap Pasien Kanker Payudara Yang Sedang Menjalani Kemoterapi	2015	Ketua
2. Transformasional Leadership untuk Meningkatkan Dukungan Suami Dalam Pemberian ASI Eksklusif	2018	Ketua
3. Pengaruh <i>Effleurage Massage</i> terhadap <i>Hot flushes</i> Ibu Menopause	2019	Ketua

#### D. Pengalaman Publikasi

Judul Penelitian	Nama Jurnal	Tahun
1. Transformasional Leadership untuk Meningkatkan Dukungan Suami Dalam Pemberian ASI Eksklusif	Jurnal Keperawatan Undip	2018
2. Pengaruh <i>Effleurage Massage</i> terhadap <i>Hot flushes</i> Ibu Menopause		

#### E. Pengalaman Seminar/Pelatihan

Nama Kegiatan	Tahun	Peran
1. Occupational Health Program & The Role of Occupational Health Nurses	2014	Peserta
2. Seminar Nasional Keperawatan Gawatdarurat “Penanganan Kegawatdaruratan Acute Coronary Syndrome”	2015	Peserta
3. Readlines of Indonesian Nursing Students and Nurses to the International Standards through Prometric-RN Try Out	2016	Peserta
4. Kajian LGBT Dalam Perspektif Keperawatan dan Sosial Budaya Indonesia	2016	Panitia
5. Pelatihan Basic Trauma & Cardiac Life Support oleh Ambulans Gawat Darurat 118	2016	Peserta
6. Seminar Keperawatan “Mindfulness Spiritual Islam”	2018	Panitia
7. Workshop Keperawatan “Mindfulness Spiritual Islam”	2018	Panitia
8. Pertemuan Ilmiah Tahunan IPEMI Jateng “Fenomena Kehamilan Remaja Ditinjau dari Berbagai Perspektif “	2018	Peserta
9. Seminar Keperawatan “Kegawatdaruratan Maternal Penatalaksanaan Pasien Pre Eklampsia dan Eklampsia”	2018	Peserta

Semarang, 12 Mei 2020



Eka Listiana

## KATA PENGANTAR



*Assalamu'alaikum warohmatullohiwabarokatuh.*

*Alhamdulillahirobbil'alam*in puji syukur kehadiran Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan tesis ini. Penulisan tesis ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Magister Keperawatan di Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan tesis ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikannya. Untuk itu, saya mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. dr. Dwi Pudjonarko, M.Kes., Sp.S(K), selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang.
2. Dr. Untung Sujianto, S,Kp., M.Kes, selaku Ketua Departemen Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro Semarang.
3. Dr. Meidiana Dwidiyanti, M,Sc, selaku Kaprodi Magister Keperawatan.
4. Megah Andriany, M.Kep., Sp.Kep.Kom., Ph.D, selaku Sekprodi Magister Keperawatan.
5. Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat, selaku Pembimbing Utama yang selalu memberikan arahan dan motivasi dalam penyelesaian tesis ini.



6. Dwi Susilawati, M.Kep.Sp.Kep.Mat, selaku Pembimbing Anggota yang selalu memberikan arahan dan motivasi dalam penyelesaian tesis ini.
7. Terimakasih kepada seluruh responden yang sudah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
8. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan penelitian tesis ini yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu.

Penulis menyadari dalam penyusunan ini masih banyak kekurangan. Untuk itu, penulis meminta saran dan kritikan yang membangun demi perbaikan selanjutnya. Semoga tesis ini bermanfaat bagi semua pihak yang membaca.

*Wassalamu'alaikum warohmatullohiwabarokatuh.*

Semarang, 12 Mei 2020

Penulis



Eka Listiana

## UCAPAN TERIMAKASIH

Tiada kata indah yang dapat saya ucapkan selain rasa syukur kehadiran Allah SWT dengan bersujud dan berdoa, Sholawat serta salam tercurahkan kepada junjungan nabi besar Muhammad SAW dan semoga kita semua mendapatkan syafa'atNya Aamiin. Proses penyusunan tesis ini telah menerima banyak bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat dan Ibu Dwi Susilawati, M.Kep.Sp.Kep.Mat., selaku pembimbing yang selalu membimbing, memberikan arahan, memberikan motivasi, dan telah meluangkan waktunya dengan penuh kesabaran dalam penyusunan tesis ini.
2. Ibu Dr. Sri Rejeki, M.Kep., Sp.Mat dan Bapak Dr. Untung Sujianto, S,Kp., M.Kes., yang telah membantu membimbing, memberikan saran dan masukan dalam penyusunan proposal tesis ini.
3. Kepala Puskesmas Kaliwungu yang telah memberikan ijin kepada peneliti untuk melakukan studi pendahuluan dan sebagai lokasi penelitian
4. Bapak S. Widodo, Ibu Kotriyah dan Unggul Wahyu Prastomo suami tercinta, keluarga dan sahabat yang telah memberikan dukungan moral dan materi serta doa selama menjalani proses pendidikan di Program Studi Magister Ilmu Keperawatan Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME .....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>viii</b>
<b>UCAPAN TERIMA KASIH .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR SKEMA .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvi</b>

### BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang .....	1
1.2 Rumusan masalah .....	6
1.3 Petanyaan penelitian.....	6
1.4 Tujuan penelitian .....	7
1.5 Manfaat penelitian .....	7
1.6 Keaslian penelitian .....	8

### BAB II TINJAUAN TEORI

2.1 <i>Hot flushes</i> ibu menopause.....	11
2.2 <i>Effleurage massage</i> .....	18
2.3 Teori keperawatan.....	21
2.4 Peran perawat maternitas.....	25
2.5 Kerangka teori .....	27
2.6 Kerangka konsep .....	28
2.7 Hipotesa.....	28

### BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan rancangan penelitian .....	29
3.2 Populasi dan sampel penelitian .....	30
3.3 Tempat dan waktu penelitian.....	33
3.4 Variabel, definsi operasional, dan skala pengukuran .....	33
3.5 Instrumen penelitian dan cara pengumpulan data.....	35
3.6 Teknik pengolahan data dan analisis data.....	38
3.7 Etika penelitian.....	42

### BAB VI HASIL PENELITIAN

4.1 Karakteristik responden .....	45
4.2 Uji normalitas .....	47
4.3 Pengaruh <i>effleurage massage</i> terhadap <i>hot flushes</i> ibu menopause sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada	

	kelompok intervensi dan kelompok kontrol dalam menurunkan skala <i>hot flushes</i> ibu menopause .....	48
4.4	Pengaruh intervensi <i>effleurage massage</i> terhadap <i>hot flushes</i> ibu menopause antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol .....	49

## BAB V PEMBAHASAN

5.1	Karakteristik responden .....	51
5.2	Skala <i>hot flushes</i> ibu menopause sebelum dan sesudah dilakukan intervensi <i>effleurage massage</i> pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.....	53
5.3	Pengaruh <i>effleurage massage</i> dalam menurunkan skala <i>hot flushes</i> ibu menopause.....	54
5.4	Keterbatasan penelitian .....	57
5.5	Implikasi keperawatan .....	58

## BAB VI SIMPULAN DAN SARAN

6.1	Simpulan.....	59
6.2	Saran .....	60

## DAFTAR PUSTAKA

## LAMPIRAN

## DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Hal
1	Keaslian penelitian.	8
2	Variabel, definisi operasional, dan skala pengukuran	34
3	Karakteristik responden kelompok intervensi dan kontrol	45
4	Uji normalitas data pada kelompok intervensi	47
5	Uji normalitas data pada kelompok kontrol	47
6	Skala <i>hot flushes</i> ibu menopause sebelum dan sesudah diberikan <i>effleurage massage</i> pada kelompok intervensi	48
7	Skala <i>hot flushes</i> ibu menopause sebelum dan sesudah diberikan <i>effleurage massage</i> pada kelompok kontrol	49
8	Pengaruh <i>effleurage massage</i> terhadap skala <i>hot flushes</i> ibu menopause antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol	49

## DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Hal
1	Titik <i>hot flushes</i>	14
2	Teknik <i>effleurage massage</i>	21
3	Teori comfort kolcaba	22
4	Desain penelitian quasi eksperimen	29

## **DAFTAR SKEMA**

Nomor	Judul Skema	Hal
1	Kerangka teori	27
2	Kerangka konsep	28
3	Alur penelitian	37

## DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Keterangan	Hal
1	Lembar penjelasan penelitian	xv
2	Lembar <i>informed concent</i>	xvii
3	Skrining <i>hot flushes rating scale</i>	xviii
4	Data demografi responden	xix
5	Kuesioner <i>hot flushes</i> (HFRS)	xx
6	SOP <i>effleurage massage</i>	xxi
7	Ijin penggunaan kuesioner HFRS	xxiv
8	Surat ijin studi pendahuluan	xxii
9	Surat keterangan uji <i>ethical clearance</i>	xxiii
10	Sertifikat pelatihan massage	xvii
11	Output SPSS	xv



## ABSTRAK

Eka Listiana

### **Pengaruh *Effleurage Massage* terhadap *Hot Flushes* Ibu Menopause**

**xvi + 64 halaman + 8 tabel + 5 gambar + 2 skema + 9 lampiran**

*Hot flushes* atau sensasi panas yang datang tiba-tiba pada malam hari pada ibu menopause sangat mengganggu kenyamanan dan mengakibatkan kesulitan dalam melakukan aktifitas sehari-hari serta mengganggu peran sebagai ibu. Intervensi keperawatan yang dilakukan untuk menurunkan skala *hot flushes* ibu menopause saat ini masih sangat kurang. Inovasi terapi relaksasi seperti *effleurage massage* menjadi pilihan banyak orang diseluruh dunia untuk menurunkan skala *hot flushes* ibu menopause. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh intervensi *effleurage massage* dalam menurunkan skala *hot flushes* ibu menopause. Penelitian ini merupakan penelitian *quasi experimental* dengan *pre test - post test control group design*. Responden penelitian adalah ibu menopause yang mengalami *hot flushes*, berusia 45-55 tahun, dan bersedia menjadi responden. Jumlah total responden adalah 62 orang yang dipilih dengan teknik *purposive sampling* dan terdiri atas 31 responden masing-masing pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Terapi *effleurage massage* diberikan pada kelompok intervensi sebanyak 7 kali selama 28 hari, masing-masing selama 10 menit dengan pijatan sebanyak 15 kali. Data dikumpulkan menggunakan kuisioner *Hot Flushes Rating Scale* (HFRS) dan dianalisa menggunakan uji *Wilcoxon* dan *Mann Whitney*. Hasil penelitian menunjukkan penurunan skala *hot flushes* pada kelompok intervensi dari 6-8 menjadi 4-6 setelah pemberian terapi. Pada kelompok kontrol tidak terdapat penurunan skala *hot flushes* skala tetap 6-8. Terapi *effleurage massage* berpengaruh terhadap skala *hot flushes* ibu menopause dikelompok intervensi dengan *p-value* =0,000, sedangkan pada kelompok kontrol menunjukkan hasil yang berlawanan, dengan *p-value* yang tidak signifikan yaitu 0,157. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terapi *effleurage massage* membantu ibu menopause dalam menurunkan skala *hot flushes*. Penelitian selanjutnya direkomendasikan untuk dilakukan dengan menambahkan media massage dengan aromaterapi untuk hasil yang lebih baik.

Kata kunci: *Effleurage massage*, *hot flushes*, menopause,  
Daftar Pustaka: 60 (2008-2019)

## **ABSTRACT**

*Eka Listiana*

### ***Effects of Effleurage Massage on Hot Flushes in Menopausal Mothers***

***xvi + 64 pages + 8 tables + 5 figures + 2 schemes + 9 appendixes***

*Hot flushes or hot sensations that emerge suddenly at night in menopausal mothers are bothersome, cause difficulties in carrying out daily activities and disrupt the role of mothers. So far, nursing interventions carried out to reduce the scale of hot flushes in menopausal mothers are very limited. Innovations of relaxation therapy, such as effleurage massage, become an alternative choice of many people around the world to reduce the scale of hot flushes. The purpose of this study was to determine the effects of effleurage massage on decreasing the scale of hot flushes in menopausal mothers. This study was a quasi-experiment with a pretest-posttest control group design. The respondents were menopausal mothers who experienced hot flushes, aged 45-55 years old, and expressed willingness to be respondents. The total number of respondents was 62 people who were recruited using a purposive sampling technique and divided into the intervention and the control groups, each with 31 respondents. Effleurage massage therapy was given to the intervention group for 7 times over a period of 28 days; each lasted for 10 minutes with a massage frequency of 15 times. Data were collected using the Hot Flushes Rating Scale (HFRS) questionnaire and analyzed using the Wilcoxon test and Mann Mann-Whitney test. The results showed that there was a decrease in the scale of hot flushes in the intervention group from 6-8 to 4-6 after the therapy. In the control group, there was no decrease in the scale of hot flushes (the scale remained similar, i.e., 6-8). Effleurage massage therapy affected the scale of hot flushes in menopausal mothers in the intervention group with a p-value of 0.000, whereas the control group showed the opposite effect with an insignificant p-value of 0.157. Based on these results, it can be concluded that effleurage massage therapy helped menopausal mothers reduce the scale of hot flushes. Further research is recommended to be conducted by adding massage media with aromatherapy for better outcomes.*

*Keywords: Effleurage massage, hot flushes, menopause*

*References: 60 (2008-2019)*