

**PENGARUH TERAPI AKUPRESUR TERHADAP
INTENSITAS NYERI PADA REMAJA PUTRI
YANG MENGALAMI *DISMENOREA*
PRIMER DI SMP NEGERI
4 SUKASADA**



SKRIPSI

Oleh:

**KETUT AYU SRI NGADEG
NIM. A1221110**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN DAN
PROFESI BIDAN SEKOLAH TINGGI ILMU
KESEHATAN BINA USADA BALI
2023**

**PENGARUH TERAPI AKUPRESUR TERHADAP
INTENSITAS NYERI PADA REMAJA PUTRI
YANG MENGALAMI *DISMENOREA*
PRIMER DI SMP NEGERI
4 SUKASADA**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh:

KETUT AYU SRI NGADEG

NIM. A1221110

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI
BIDAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH TERAPI AKUPRESUR TERHADAP
INTENSITAS NYERI PADA REMAJA PUTRI
YANG MENGALAMI *DISMENOREA*
PRIMER DI SMP NEGERI
4 SUKASADA**

Diajukan Oleh:

**Ketut Ayu Sri Ngadeg
NIM. A1221110**

Badung, 2 Maret 2023

Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



**Ni Made Egar Adhiestiani, S.ST., M.Keb
NIDN: 0815019101**

Pembimbing II

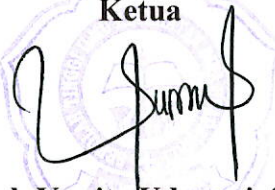


**Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN.0808068701**

Mengetahui

Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan

Ketua



**Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN.0808068701**

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH TERAPI AKUPRESUR TERHADAP
INTENSITAS NYERI PADA REMAJA PUTRI
YANG MENGALAMI *DISMENOREA*
PRIMER DI SMP NEGERI
4 SUKASADA**

Badung, 14 Maret 2023

Telah Disahkan Oleh Tim Penguji yang Terdiri dari:

Peguji Utama



Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST.,M.Kes
NIDN : 0821098803

Penguji I



Ni Made Egar Adhiestiani, S.ST., M.Keb
NIDN: 0815019101

Penguji II

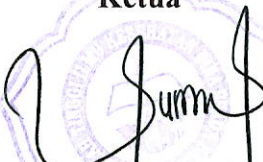


Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN.0808068701

Mengetahui

Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan

Ketua



Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN.0808068701

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ketut Ayu Sri Ngadeg

NIM : A1221110

Jurusan : Sarjana Kebidanan

Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri pada Remaja Putri yang Mengalami *Dismenorea* Primer di SMP Negeri 4 Sukasada

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 2 Maret 2023



(Ketut Ayu Sri Ngadeg)

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN

Skripsi, Maret 2023

Ketut Ayu Sri Ngadeg

Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap
Intensitas Nyeri pada Remaja Putri yang Mengalami *Dismenorea* Primer di SMP
Negeri 4 Sukasada

xv + 51 + 6 tabel + 8 gambar + 6 lampiran

ABSTRAK

Nyeri haid atau *dismenorea* dapat menimbulkan rasa yang tidak nyaman karena kontraksi otot perut yang terjadi secara terus menerus akibat keluarnya darah saat menstruasi menyebabkan nyeri. Nyeri dirasakan pada perut bagian bawah, yang bisa menjalar ke punggung bagian bawah dan tungkai. Secara umum penanganan *dismenorea* dapat ditangani dengan pemberian terapi farmakologi dan non farmakologi. Pada terapi farmakologi dapat diberikan obat-obatan *anti inflamasi non-steroid* (NSAID) yaitu obat yang sama-sama membeikan efek analgesik dan antipiretik. Secara nonfarmakologi yang dapat dilakukan dengan teknik akupresure. Akupresure dikenal sebagai salah satu metode terapi tradisional china untuk penyembuhan *dismenorea* dengan menggunakan teknik memijat pada titik meridian bagian tubuh tertentu Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui pengaruh terapi akupresur terhadap intensitas nyeri pada remaja putri yang mengalami *dismenorea* primer di SMP Negeri 4 Sukasada.

Penelitian ini menggunakan rancangan *one group pre test post test design* yang merupakan penelitian eksperimen dimana tidak menggunakan kelompok pembanding. Teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive Sampling* dengan jumlah responden sebanyak 30 orang. Teknik Analisa data yang digunakan pada penelitian ini adalah uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Hasil analisis *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan *p-value* dengan nilai $0,000 < 0,05$ dan hasil *Z* hitung adalah $4,243 > 1,92$, dengan demikian H_0 diterima dan disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi akupresur terhadap intensitas nyeri pada remaja putri yang mengalami *dismenorea* primer di SMP Negeri 4 Sukasada. Hasil dalam penelitian ini agar bisa dijadikan pengganti obat dalam mengatasi nyeri saat menstruasi, dan penelitian ini bisa terus dikembangkan lebih lanjut.

Kata kunci : Terapi Akupresur, Nyeri *Dismenorea*, Remaja Putri
Daftar Pustaka : 41 (2012-2022)

HEALTH INSTITUTION BINA USADA BALI BACHELOR DEGRE AND PROFESSIONAL OF MIDWIFERY PROGRAM

Undergraduate thesis, March 2023

Ketut Ayu Sri Ngadeg

The Effect of Acupressure Therapy on the Effect of Acupressure Therapy on Pain Intensity in Young Girls Experiencing Primary Dysmenorrhoea at SMP Negeri 4 Sukasada

xv + 51 + 6 tables + 8 images + 6 appendices

ABSTRACT

Menstrual pain or dysminorea can cause discomfort because the contraction of the abdominal muscles that occurs continuously due to the discharge of blood during menstruation causes pain. Pain is felt in the lower abdomen, which can radiate to the lower back and legs. In general, the management of dysminorea can be treated by providing pharmacological and non-pharmacological therapies. In pharmacological therapy, non-steroidal anti-inflammatory drugs (NSAIDs) can be given, namely drugs that both have analgesic and antipyretic effects. Nonpharmacologically that can be done with acupressure techniques. Acupressure is known as one of the traditional Chinese therapeutic methods for healing dysminorea by using massage techniques at the meridian points of certain parts of the body This research was carried out to determine the effect of acupressure therapy on the intensity of pain in young women who experienced primary dysminorea at SMP Negeri 4 Sukasada

This study used a one-group pre-test post test design which is an experimental study that does not use a comparison group. The sampling technique used is Purposive Sampling with a total of 30 respondents. The data analysis technique used in this study is the Wilcoxon Signed Rank Test.

The results of the Wilcoxon Signed Rank Test analysis obtained a p-value with a value of $0.000 < 0.05$ and the Z count result was $4.243 > 1.92$, thus H_a was accepted and concluded that there was an influence of acupressure therapy to the intensity of pain in young women who experience primary dysminorea at SMP Negeri 4 Sukasada. The results in this study can be used as a substitute for drugs in dealing with pain during menstruation, and this research can continue to be developed further.

Keywords : ***Acupressure Therapy, Dysminorrhea Pain, Young Women***

Bibliography : ***41 (2012-2022)***

KATA PENGANTAR

Puji syukur penyusun panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nya-lah penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul “Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Pada Remaja Putri Yang Mengalami *Dismenorea* Primer di SMP Negeri 4 Sukasada”.

Dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini, penyusun mendapatkan bantuan baik berupa moral maupun material dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku Ketua STIKES Bina Usaha Bali atas izin dan motivasinya
2. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb selaku Kaprodi S1 Kebidanan dan selaku Pembimbing 2 yang telah banyak memberikan bimbingan dalam menyelesaikan tugas akhir ini dan telah banyak memberikan motivasi.
3. Ni Made Egar Adhiestiani, S.ST., M.Keb selaku Dosen Pembimbing 1 yang telah banyak memberikan bimbingan dalam menyelesaikan tugas akhir ini dan telah banyak memberikan motivasi.
4. Rekan-rekan mahasiswa Prodi S1 Kebidanan yang telah banyak memberikan dukungan dan bantuan dalam pelaksanaan dan penyusunan tugas akhir ini.
5. Keluarga besar yang telah memberikan dorongan secara moral dan materi sehingga tugas akhir ini dapat diselesaikan.
6. Pemilik NIM 202061122015 yang telah banyak membantu dan memberikan suport dalam pengerjaan skripsi ini.

Penyusun menyadari bahwa tugas akhir ini masih ada banyak kekurangan yang perlu disempurnakan, oleh karena itu penyusun sangat mengharapkan saran dan masukan demi penyempurnaan laporan

Maret 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	7
1. Remaja.....	7
2. Menstruasi	9
3. <i>Dismenorea</i>	13
4. Akupresur.....	21
5. Akupresur Terhadap Penurunan <i>Dismenorea</i> Primer	23
B. Kajian Empiris.....	26
C. Kerangka Teori.....	28

BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL

A. Kerangka Konsep	30
B. Hipotesis	30
C. Definisi Operasional	31

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian	32
B. Populasi dan Sampel.....	32
C. Tempat Penelitian	34
D. Waktu Penelitian	34
E. Etika Penelitian.....	34
F. Alat Pengumpulan Data.....	36
1. Instrumen Penelitian	36
2. Validitas dan Reliabilitas	37
G. Prosedur Pengumpulan Data	37
1. Prosedur Administrasi.....	37
2. Prosedur Teknis	38
H. Pengolahan Data.....	39
1. <i>Editing</i>	39
2. <i>Coding</i>	39
3. <i>Entry Data</i>	39
4. <i>Tabulating</i>	40
I. Rencana Analisis Data.....	40

BAB V HASIL

A. Waktu dan Tempat Penelitian	42
B. Analisis Univariat.....	42
C. Analisis <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>	44

BAB VI PEMBAHASAN

A. Intepretasi Penelitian.....	45
B. Keterbatasan Penelitian.....	48

C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	49
--	----

BAB VII SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan.....	50
B. Saran	51

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	31
Tabel 4.1	Rancangan Penelitian	32
Tabel 5.1	Frekuensi Responden Berdasarkan Umur	43
Tabel 5.2	Skala Nyeri Pretest	43
Tabel 5.3	Skala Nyeri Posttest.....	44
Tabel 5.4	Analisis <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	<i>Numeric Rating Scale</i>	20
Gambar 2.2	Titik Sanyinjiao (SP6)	24
Gambar 2.3	<i>Titik Hequ (LI-4)</i>	24
Gambar 2.4	Teknik Akupresur Menekan	25
Gambar 2.5	Teknik Akupresur Memutar	26
Gambar 2.6	Kerangka Teori	29
Gambar 3.1	Kerangka Konsep	30
Gambar 4.1	<i>Numeric Rating Scale</i>	36

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Persetujuan Sebagai Resonden
- Lampiran 4 Jadwal Penelitian
- Lampiran 5 Lembar Observasi
- Lampiran 6 SOP Terapi Akupresur
- Lampiran 7 Pelaksanaan Etik
- Lampiran 8 Hasil SPSS
- Lampiran 9 Dokumentasi

DAFTAR SINGKATAN

NRS	:	<i>Numeric Rating Scale</i>
NSAID	:	<i>Nonsteroidal Anti-inflammatory Drugs</i>
PBB	:	Perserikatan Bangsa-Bangsa
PMS	:	<i>Premenstrual Syndrome</i>
WHO	:	<i>World Health Organization</i>

DAFTAR PUSTAKA

- Andarmayo, S. (2013). *Konsep & Proses Keperawatan Nyeri*. Ar Ruzz Media.
- Bahrin, S., & Suardi, Y. S. (2022). Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Derajat Premenstrual Syndrom pada Remaja Putri di SMK Negeri 3 Makassar. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 8(1), 51.
- Cashion, P., & Lowdermilk. (2018). *Keperawatan Maternitas*. Elsevier.
- Hatini, E. E. (2018). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Wineka media.
- Hidayat. (2012). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Salemba Medika.
- Husaidah, S., Ridmadhanti, S., & Radulima, L. (2021). Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Haid (*Disminorea*) Pada Mahasiswa Kebidanan Institut Kesehatan Mitra Bunda. *Jurnal Sehat Mandiri*, 16(1), 72–81. <https://doi.org/10.33761/jsm.v16i1.328>
- Icemi, S., & Wahyu, P. (2018). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Nuha Medika.
- Ismaningsih, Herlina, S., & Nurmaliza. (2019). Edukasi Pemberian Stretching dan Neuromuskular Taping dalam Mengurangi Nyeri Haid Primer (*Disminorea* Primer) pada Remaja Putri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 3(2012), 73–87.
- Iwan, R., & Hartono, W. (2017). *Akupresur untuk Berbagai Penyakit Dilengkapi dengan Terapi Gizi Medik dan Herbal*. Rapha Publishing.
- Jatnika, G., Badrujamaludin, A., & Yuswandi. (2022). Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri *Disminorea*. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 16(3), 263–269. <https://doi.org/10.33024/hjk.v16i3.7290>
- Judha, Mohammad, S. dan F. A. (2012). Teori Pengukuran Nyeri & Nyeri Persalinan. In *Pustaka Cendekia: Yogyakarta*. <https://doi.org/10.1007/s00520-011-1327-1>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia 2020*.
- Kurniawati, M., Jama, F., & Taqiyah, Y. (2022). Efektivitas Terapi Akupresure dan Relaksasi Nafas Dalam terhadap Penurunan *Disminorea* Primer pada Remaja. *Window of Nursing*, 3(2), 140–152.
- Kusmiran, E. (2020). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Rajawali Pers.

- Lapau, B. (2015). *Metode Penelitian Kesehatan; Metode Ilmiah Penulisan Skripsi, Tesis, dan Disertasi* (Edisi keti). Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Lestari, N. M. S. D. (2013). Pengaruh *disminorea* pada remaja. *Seminar Nasional FMIPA UNDIKSHA III*, 323–329.
- Lubis, N. . (2013). *Psikologi Kespro Wanita dan Perkembangan Reproduksi Ditinjau dari Aspek Fisik dan Psikologi*. Kencana Prenada Media Group.
- Mandang, J. (2017). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. In Media.
- Muri'ah, S. (2020). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Literasi Nusantara.
- Nagy, H., & Khan, M. A. (2022). *Dysmenorrhea*. StatPearls Publishing.
- Narendra, M. B. (2020). *Tumbuh Kembang Anak dan Remaja*. Sagung Seto.
- Natalia, W., Komalaningsih, S., Syarief, O., Wirakusumah, F. F., & Suardi, A. (2020). Perbandingan Efektivitas Terapi Akupresur Sanyinjiao Point Dengan Teknik Relaksasi Nafas Dalam untuk Menurunkan Nyeri Menstruasi pada Putri Remaja di Pesantren Asshiddiqiyah 3 Karawang. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 5(3), 123–128.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Novitasari, E., Soemanto, R., & Prasetya, H. (2020). Effect of Acupuncture Therapy on Pain Reduction in Dysmenorrhea Patients: A Meta-Analysis. *Journal of Maternal and Child Health*, 5(6).
- Nugroho, T., & Utama, B. . (2014). *Masalah Kesehatan Reproduksi Wanita*. Nuha Medika.
- Nurghiwiati, E. (2018). *Terapi Alternatif & Komplementer Dalam Bidang Keperawatan*. In Media.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Salemba Medika.
- Nurwana, Sabilu, Y., & Fachlevy, A. F. (2018). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian *Disminorea* pada Remaja Putri di SMA Negeri 8 Kendari Tahun 2016. *Jimkesmas Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 2(6), 1–14.
- Rahayu, A., Pertiwi, S., & Patimah, S. (2017). Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Rasa Sakit *Disminorea* pada Mahasiswi Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. *Jurnal Bidan “ Midwife Journal,”* 3(02), 22–30.
- Renityas, N. . (2017). Efektifitas Titik Accupresure Li4 Terhadap Penurunan

Nyeri. *JuKe*, 1(2).

Revianti, I. D., & Yanto, A. (2021). Teknik Akupresur Titik Hegu (LI4) Menurunkan Intensitas Nyeri *Disminorea* Pada Remaja. *Holistic Nursing Care Approach*, 1(1), 39. <https://doi.org/10.26714/hnca.v1i1.8265>

Ridwan, M., & Herlina. (2015). Metode Akupresur Untuk Meredakan Nyeri Haid. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, VIII(1), 51–56.

Sari, A. P., & Usman, A. (2021). Efektifitas Terapi Akupresur Terhadap *Disminorea* pada Remaja. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 17(2), 196–202.

Sari, I. D., & Listiarini, U. D. (2021). Efektivitas Akupresur dan Minuman Jahe terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri Haid/*Disminorea* Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 215. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i1.1154>

Sebayang, W. (2018). *Perilaku Seksual Remaja*. Deepublish.

Silviani, Y. E., Karaman, B., & Septiana, P. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Terhadap *Disminorea*. *Hasanuddin Journal of Midwifery*, 1(1), 30. <https://doi.org/10.35317/hajom.v1i1.1791>

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Alfabeta.

Sukanta. (2019). *Pijat Acupressure Untuk Kesehatan*. Penebar Plus.

Tyas, J. K., Ina, A. A., & Tjondronegoro, P. (2018). Pengaruh Terapi Akupresur Titik Sanyinjiao Terhadap Skala *Disminorea*. *Jurnal Kesehatan*, 7(1), 1. <https://doi.org/10.46815/jkanwvol8.v7i1.75>

Wireviona, R. (2020). *Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Airlangga University Press.

Yuniati, M., Rohmayanti, & Mareta, R. (2019). Akupresur Titik Hequ Point Efektif Mengurangi *Disminorea* Pada Remaja Smp. *Akupresur Titik Hequ Point Efektif Mengurangi Disminorea Pada Remaja Smp*, 301–311.