

**PENGARUH TERAPI AKUPRESUR TERHADAP
PENURUNAN INTENSITAS *DISMENOREA*
DI SMPN 1 BLAHBATUH**



SKRIPSI

**Oleh:
NI PUTU NOVI KARTIKA DEWI**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

**PENGARUH TERAPI AKUPRESUR TERHADAP
PENURUNAN INTENSITAS *DISMENOREA*
DI SMPN 1 BLAHBATUH**

SKRIPSI

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

Diajukan Oleh:

**NI PUTU NOVI KARTIKA DEWI
NIM.A1223058**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISM

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Putu Novi Kartika Dewi
NIM : A1223058
Jurusan : Sarjana Kebidanan
Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Penurunan Intensitas
Dismenorea Di SMPN 1 Blahbatuh

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

Badung, Februari 2025

Peneliti



(Ni Putu Novi Kartika Dewi)

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH TERAPI AKUPRESUR TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS DISMENOREA DI SMPN 1 BLAHBATUH

Diajukan Oleh:

NI PUTU NOVI KARTIKA DEWI
NIM. A1223058

Badung, 13 Januari 2025

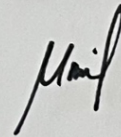
Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing:

Pembimbing I



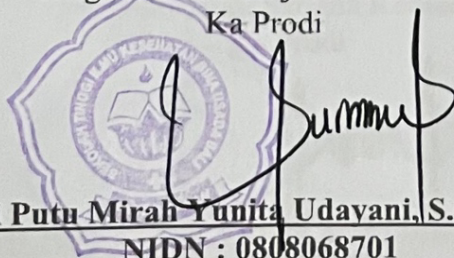
Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST., M. Kes
NIDN. 0825068901

Pembimbing II



Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST,M.Kes
NIDN. 0815019101

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ka Prodi



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

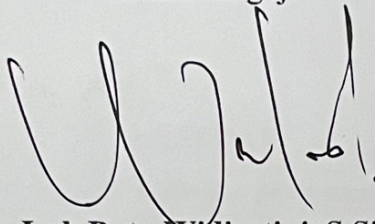
HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH TERAPI AKUPRESUR TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS *DISMENOREA* DI SMPN 1 BLAHBATUH

Tanggal : 10 Februari 2025

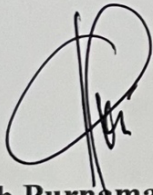
Yang terdiri dari:

Ketua Penguji



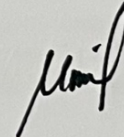
Dr. Bdn. Luh Putu Widiastini, S.SiT., M.Kes
NIDN. 01126098501

Sekretaris Penguji



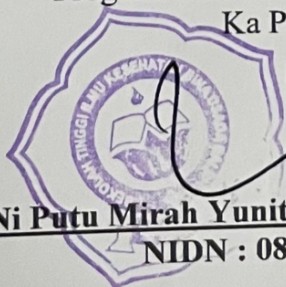
Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST., M. Kes
NIDN. 0825068901

Anggota Penguji



Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST, M.Kes
NIDN. 0815019101

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ka Prodi



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

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

Skripsi, Februari 2025

Ni Putu Novi Kartika Dewi

Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Penurunan Intensitas *Dismenorea* Di SMPN 1 Blahbatuh

LXIV + 66 halaman + 8 tabel + 3 gambar +14 lampiran

ABSTRAK

Kasus *dismenorea* masih tinggi di dunia dan perempuan Indonesia menderita *dismenorea* sebanyak 86%. Penatalaksanaan *dismenorea* primer bervariasi, seperti penatalaksanaan farmakologis maupun non farmakologis. Salah satu jenis penanganan non-farmakologis *dismenorea* adalah akupresur titik SP6 (*sanyinjiao*). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi akupresur terhadap penurunan intensitas *dismenorea* di SMPN 1 Blahbatuh.

Metode penelitian yang digunakan *quasi experimental* dengan *pretest posttest one group design*. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 72 kelas IX di SMPN 1 Blahbatuh. Kuisioner yang digunakan adalah alat pengukuran nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Teknik analisa data yang digunakan adalah uji *Wilcoxon*.

Terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian akupresur terhadap penurunan intensitas *dismenorea* di SMPN 1 Blahbatuh dengan *p value* 0,00 ($p < 0,05$). Diharapkan hasil penelitian ini dapat di rekomendasikan sebagai salah satu asuhan kebidanan pada remaja putri ketika mengalami *dismenorea* untuk membantu meringankan intensitas *dismenorea*.

Kata Kunci : Akupresure, Remaja Putri, *dismenorea*, SP6 *sanyinjiao*

Daftar Pustaka : **44 (2015-2024)**

BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION

BACHELOR'S DEGREE OF MIDWIFERY PROGRAM AND PROFESSIONAL

Undergraduate thesis, December 2024

Ni Putu Novi Kartika Dewi

The Effect of Acupressure Therapy on Reducing the Intensity of Dysmenorrhea at SMPN 1 Blahbatuh

LXIV + 66 + 8 tables + 3 figures + 14 appendices

ABSTRACT

Dysmenorrhea cases are still high in the world and 86% of Indonesian women suffer from dysmenorrhoea. Management of primary dysmenorrhea varies, such as pharmacological and non-pharmacological management. One type of non-pharmacological treatment for dysmenorrhoea is acupressure SP6 point (sanyinjiao). The aim of this study was to determine the effect of acupressure therapy on reducing the intensity of dysmenorrhoea at SMPN 1 Blahbatuh.

The research method used was quasi experimental with a pretest posttest one group design. The sample used in this research was 72 class IX at SMPN 1 Blahbatuh. The questionnaire used is a pain measurement tool using the Numeric Rating Scale (NRS). The data analysis technique used is the Wilcoxon test.

There was a significant effect of giving acupressure on reducing the intensity of dysmenorrhoea at SMPN 1 Blahbatuh with a p value of 0.00 ($p < 0.05$). It is hoped that the results of this research can be recommended as part of midwifery care for young women when experiencing dysmenorrhea to help relieve the intensity of dysmenorrhea.

Keywords: Acupressure, young women, dysmenorrhea, SP6 point (sanyinjiao)

Bibliography: 44 (2015-2024)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widi Wasa, berkat asung kerta wara nugraha-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian yang berjudul “Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Penurunan Intensitas *Dismenorea* Di SMPN 1 Blahbatuh” sesuai dengan waktu yang direncanakan.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Kebidanan (S.Keb) pada program studi Sarjana Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.

Skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M., selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan Program Ilmu Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali
2. Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb., selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan serta fasilitas dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST., M. Kes selaku pembimbing I yang telah memberikan waktu luang dengan penuh kesabaran untuk peneliti dalam memberi masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.

4. Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST, M.Kes selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Dewa Nyoman Bawa, S. Pd., M. Pd selaku Kepala Sekolah SMPN 1 Blahbatuh yang telah memberikan ijin sebagai tempat penelitian dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh pihak yang turut berperan penting dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini kurang sempurna, oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih.

Badung, Februari 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISM	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
1. Pelayanan Kebidanan.....	4
2. Masyarakat.....	4
3. Institusi Pendidikan.....	5
4. Pengembangan Ilmu Kebidanan	5
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Kajian Teoritis	7
1. Konsep Remaja	7
2. Konsep Menstruasi	9
3. Konsep Dismenorea	14

4. Konsep Akupresur.....	21
5. Mekanisme Akupresur Titik SP6terhadap Dismenorea	26
B. Kajian Empiris	28
A. Kerangka Teori	30
BAB III KERANGKA KONSEP HIPOTESIS DEFINISI OPERASIONAL	31
A. Kerangka Konsep	31
B. Hipotesis	31
C. Definisi Operasional Variabel.....	32
BAB IV METODE PENELITIAN	34
A. Rancangan Penelitian	34
B. Populasi dan Sampel.....	35
1. Populasi.....	35
2. Sampel	35
C. Tempat Penelitian	37
D. Waktu Penelitian.....	37
E. Etika Penelitian.....	37
F. Alat Pengumpul Data.....	40
1. Instrumen Penelitian	40
2. Validitas dan Reliabilitas	40
G. Prosedur Penelitian	41
H. Pengolahan Data	43
I. Rencana Analisis Data.....	45
BAB V HASIL PENELITIAN	47
A. Tempat dan Waktu Penelitian	47
B. Analisa Univariat.....	47
C. Analisa Bivariat	50
1. Uji Hipotesis Wilcoxon.....	50
BAB VI PEMBAHASAN.....	51
A. Interpretasi Penelitian	51
B. Keterbatasan Penelitian	60
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	61

1. Pelayanan Kebidanan.....	61
2. Pendidikan Kebidanan	61
3. Penelitian Kebidanan	61
BAB VII PENUTUP	62
A. Simpulan.....	62
B. Saran	63
1. Bagi Pelayanan Kebidanan	63
2. Bagi Masyarakat	63
3. Bagi Institusi Pendidikan	63
4. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	63
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	33
Tabel 4.1 Desain One group Pretest posttest design	34
Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Responden di SMPN 1 Blahbatuh	48
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Intensitas Nyeri Dismenorea Remaja Putri Sebelum (<i>Pretest</i>) Diberikan Terapi Akupresur di SMPN 1 Blahbatuh	49
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Intensitas Nyeri Dismenorea Remaja Putri Setelah (<i>Posttest</i>) Diberikan Terapi Akupresur di SMPN 1 Blahbatuh	49
Tabel 5.4 Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenorea di SMPN 1 Blahbatuh	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.3 Kerangka Teori	30
Gambar 3.1 Kerangka Konsep.....	31
Gambar 4.1 Desain Penelitian	34

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penelitian
- Lampiran 2. Surat Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3. Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 5 Surat Balasan Peneliti
- Lampiran 6 Surat Keterangan Penelitian
- Lampiran 7 Surat Kelaiakan Etik
- Lampiran 8 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 9 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 10 Kuesioner
- Lampiran 11 Lembar Observasi Terapi Akupresur
- Lampiran 12 Standar Operasional Prosedur (SOP)
- Lampiran 13 Master Tabel
- Lampiran 14 Hasil spss
- Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 16 Lembar Bimbingan Proposal

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
KIA	: Kesehatan Ibu dan Anak
BAK	: Buang Air Kecil
PSP	: Persetujuan setelah penjelasan
SPSS	: <i>Statistical Package for the Social Sciences</i>

DAFTAR PUSTAKA

- Ang, S., Priskila, O. and Akwilda, P. (2023) 'Sehat Dengan Akupressure Mandiri', *Bantenese: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), pp. 413–421.
- Anggraini, Y. and Ekawati, I.W. (2020) 'Acupressure therapy as a pain reliever for dysmenorrhea', *Enfermeria Clínica*, 30, pp. 84–87.
- Bali, D. (2023) 'Profil Kesehatan Provinsi Bali 2023', *Dinas Kesehatan Provinsi Bali*.
- Berger, B. *et al.* (2019) 'Personal perception and body awareness of dysmenorrhea and the effects of rhythmical massage therapy and heart rate variability biofeedback—A qualitative study in the context of a randomized controlled trail', *Complementary therapies in medicine*, 45, pp. 280–288.
- Efriyanti, S., Suardana, I.W. and Suari, W. (2015) 'Pengaruh Terapi akupresur sanyinjiao point terhadap intensitas nyeri dismenore primer pada mahasiswa semester VIII Program Studi Ilmu Keperawatan', *COPING Ners Journal*, 2, pp. 7–14.
- Ekajayanti, P.P.N. and Purnamayanti, P.P.I. (2020) 'Hubungan Tingkat Stres dengan Perubahan Pola Menstruasi pada Remaja', *Placentum: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 8(2), pp. 109–113.
- Fatmawati, L., Syaiful, Y. and Tamada, M. (2022) 'Pendidikan Kesehatan Meningkatkan Pengetahuan Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Usia 9-12 Tahun', *Journals of Ners Community*, 13(1), pp. 51–63.
- Fibrila, F., Ridwan, M. and Widiyanti, S. (2023) 'Pengaruh Terapi Akupresur Dalam Menurunkan Nyeri Disminore Pada Remaja Putri', *Jurnal Penelitian Multidisiplin Ilmu*, 1(6), pp. 1127–1132.
- Fitria, F. and Haqqattiba'ah, A. (2020) 'Pengaruh Akupresur dengan Teknik Tuina terhadap Pengurangan Nyeri Haid (Disminore) pada Remaja Putri', *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 7(1), pp. 73–81.
- Hamidiyanti, B.Y.F., Sulianty, A. and Suseno, M.R. (2024) 'Buku Kesehatan Reproduksi Remaja Bagi Kader Posyandu Remaja', *The Journal Publishing*, 5(1), p. 82.
- Hasanah, O., Yetti, K. and Wanda, D. (2021) 'Efektivitas Terapi Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja'.
- Heni Setyowati, E.R. and Kp, S. (2018) *Akupresur untuk kesehatan wanita berbasis hasil penelitian*. Unimma press.

- Herliawati, P.A. *et al.* (2024) *Buku Ajar Perimenopause*. Mahakarya Citra Utama Group.
- Herliawati, P.A. (2024) *Keterampilan Dasar Kebidanan*. Sumatera Barat: GET PRESS INDONESIA.
- Husaidah, S. (2021) 'Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Haid (Dismenore) Pada Mahasiswa Kebidanan Institut Kesehatan Mitra Bunda 2020', *Jurnal Sehat Mandiri*, 16(1), pp. 72–81.
- Indonesia, K.K.R. (2021) 'Profil Kesehatan Indonesia'.
- Jatnika, G., Badrujamaludin, A. and Yuswandi, Y. (2022) 'Pengaruh terapi akupresur terhadap intensitas nyeri dismenore', *Holistik Jurnal Kesehatan*, 16(3), pp. 263–269.
- Karuniadi, I.G.A.M., Widiastini, L.P. and Saraswati, P.A.D. (2023) 'The Effectiveness of YOPI (Yoga and Lavender Aromatherapy) in Reducing Menstrual Pain (Dysmenorrhea) in Young Women in Mekarbhuaana Village, Badung', *Midwifery and Nursing Research*, 5(1), pp. 28–31.
- Kho, K.A. and Shields, J.K. (2020) 'Diagnosis and management of primary dysmenorrhea', *Jama*, 323(3), pp. 268–269.
- Kristina, C., Hasanah, O. and Zukhra, R.M. (2021) 'Perbandingan teknik relaksasi otot progresif dan akupresur terhadap dismenore pada mahasiswi FKP universitas Riau', *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 10(1), pp. 104–114.
- Marbun, U. (2022) 'Efektifitas Terapy Akupresur Terhadap Pengurangan Dismenore Pada Mahasiswa DIII Kebidanan', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), pp. 64–69.
- Mayasari, A.T., Febriyanti, H. and Primadevi, I. (2021) *Kesehatan reproduksi wanita di sepanjang daur kehidupan*. Syiah Kuala University Press.
- McKenna, K.A. and Fogleman, C.D. (2021) 'Dysmenorrhea', *American family physician*, 104(2), pp. 164–170.
- Ningrum, N.P. and Hidayatunnikmah, N. (2023) 'Efektifitas Terapi Akupresur Sanyinjiao Dan Pemberian Terapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 2 Kecamatan Lakudo Kabupaten Butontengah', *SNHRP*, 5, pp. 3058–3070.
- Notoadmojo (2014) *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Novitasari, E., Soemanto, R.B. and Prasetya, H. (2020) 'Effect of acupuncture therapy on pain reduction in dysmenorrhea patients: A meta-analysis',

Journal of Maternal and Child Health, 5(6), pp. 705–714.

- Nursalam (2020) *Metodologi Penelitian Ilmu Kepeawatan*. 5th edn. Edited by P.P. Lestari. Jakarta: Salemba Medika. Available at: <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>.
- Nurseta, T. *et al.* (2022) ‘Risk of Malignancy Index 3 (RMI3) Performance as a Predictor Advanced Stage Epithelial Ovarian Carcinoma used for NACT’, *Indonesian Journal of Obstetrics and Gynecology*, pp. 42–48.
- Nurseta, T. *et al.* (2023) ‘CA125 level the presence of ascites as the neoadjuvant chemotherapy consideration for advanced ovarian carcinoma’, in *AIP Conference Proceedings*. AIP Publishing.
- Oladosu, F.A. *et al.* (2019) ‘Persistent autonomic dysfunction and bladder sensitivity in primary dysmenorrhea’, *Scientific reports*, 9(1), p. 2194.
- Purnamayanthi, P.I. (2017) ‘Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Siswi SMA Kelas XI tentang Menstruasi dengan Perilaku Penanganan Dismenorrhea’, *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*, 1(1).
- Puspariny, C. (2023) ‘Pengaruh Kombinasi Kinesio Taping Dan Akupresur Pada Titik Sanyinjiao (Sp 6) Terhadap Disminore Primer Pada Remaja’, *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(2), pp. 162–169.
- Revianti, I.D. and Yanto, A. (2021) ‘Teknik Akupresur Titik Hegu (LI4) Menurunkan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja’, *Holistic Nursing Care Approach*, 1(1), p. 39.
- Rifiana, A.J., Mirantika, S. and Indrayani, T. (2023) ‘Pengaruh Akupresur terhadap Dismenore pada Remaja’, *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1), pp. 37–42.
- Rosyida, D.A.C. *et al.* (2023) ‘Penerapan Akupresure Aurikular Titik Shen Men untuk Relaksasi pada Perempuan’, *GLOBAL ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), pp. 9–16.
- Rustam, E. (2015) ‘Gambaran pengetahuan remaja puteri terhadap nyeri haid (dismenore) dan cara penanggulangannya’, *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(1).
- Sastriani, M.D., Hasanah, O. and Wahyuni, S. (2022) ‘Efektivitas Terapi Akupresur Terhadap Nyeri (Dismenore) Pada Remaja’, *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 11(2), pp. 347–356.
- Shafshak, T.S. and Elnemr, R. (2021) ‘The visual analogue scale versus numerical rating scale in measuring pain severity and predicting disability in low back pain’, *JCR: Journal of Clinical Rheumatology*, 27(7), pp. 282–285.

- Siyamti, D., Adimayanti, E. and Windayanti, H. (2021) 'Acupressure to reduce dysmenorrhea in adolescent', *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, pp. 1–6.
- Sugiyono, P.D. (2022) *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. 4th edn. Bandung: Alfabeta.
- Suindri, N.N. *et al.* (2021) 'Primary Dysmenorrhea Intensity Between Stretching Abdominal Therapy and Acupressure to Adolescent Girls', *Asian Inst Reasearch J Heal Med Sci*, 4(3), pp. 58–64.
- Sutreptininghati, N.G.P. *et al.* (2024) 'Pengaruh Akupresur HT 7 Terhadap Insomnia pada Wanita Perimenopause di Br. Bhineka Nusa Kauh Dalung Permai', *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*, 8(1), pp. 1–8.
- Syapitri, H. *et al.* (2021) *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Ahlimedia Book.
- Syarifah, I. (2018) 'Efektivitas Terapi Akupresur Terhadap Dismenore Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Al-Qur'an Nur Medina Pondok Cabe III'. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syari
- Tim, C., Luneto, N.S. and Kep, S. (2020) 'Kementerian Kesehatan RI'.
- Tyas, J.K., Ina, A.A. and Tjondronegoro, P. (2018) 'P Pengaruh Terapi Akupresur Titik Sanyinjiao Terhadap Skala Dismenore', *Jurnal Kesehatan*, 7(1), pp. 1–6.
- WHO (2023) *World Health Statistic 2023*.
- Widarsa, I.K.T. and Tangking, K. (2022) 'Metode Sampling Penelitian Kedokteran dan Kesehatan'. Denpasar Bali: Baswara Press.
- Widiyastuti, N.E. (2022) 'Kesehatan Reproduksi Dan Keluarga Berencana: Bunga Rampai'.
- Wijayanti, H. and Selviana, S. (2019) 'Akupresure Sanyinjiao Point Mampu Menurunkan Intensitas Nyeri Dismenorhea Primer', *Jurnal SMART Kebidanan*, 5(2), pp. 70–76.