

**PENGARUH PEMBERIAN AKUPRESUR PADA TITIK
SP6 (SANYINJIAO) TERHADAP PENURUNAN
NYERI HAID (DISMENORE) PADA
REMAJA PUTRI DI SMPN 1
KUTA UTARA**



SKRIPSI

OLEH

NI KADEK CANTIKA HENDRANI

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
STIKES BINA USADA BALI
TAHUN 2025**

**PENGARUH PEMBERIAN AKUPRESUR PADA TITIK
SP6 (SANYINJIAO) TERHADAP PENURUNAN
NYERI HAID (DISMENORE) PADA
REMAJA PUTRI DI SMPN 1
KUTA UTARA**

SKRIPSI

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

Oleh:

**NI KADEK CANTIKA HENDRANI
NIM. A1121018**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
STIKES BINA USADA BALI
TAHUN 2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PEMBERIAN AKUPRESUR PADA TITIK
SP6 (SANYINJIAO) TERHADAP PENURUNAN
NYERI HAID (DISMENORE) PADA
REMAJA PUTRI DI SMPN 1
KUTA UTARA**

Diajukan Oleh :

**NI KADEK CANTIKA HENDRANI
NIM. A1121018**

Badung 10 Juli 2025

Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

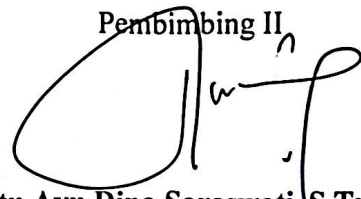
Pembimbing I



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

NIDN. 0825068901

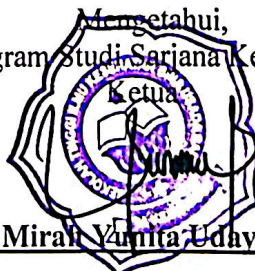
Pembimbing II



Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr., M.Keb

NIDN.0822059601

**Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan**



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

NIDN.0808068701

HALAMAN PENGESAHAN

**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI
DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA
KEBIDANAN SEKOLAH TINGGI ILMU
KESEHATAN BINA USADA BALI**

Tanggal: 17 Juli 2025

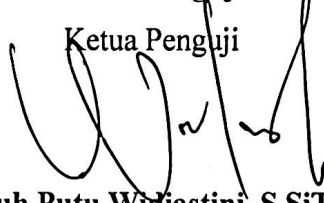
Diajukan oleh:

NI KADEK CANTIKA HENDRANI

NIM.A1121018

Disahkan oleh Tim Penguji Terdiri dari:

Ketua Penguji



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

NIDN: 1126098501

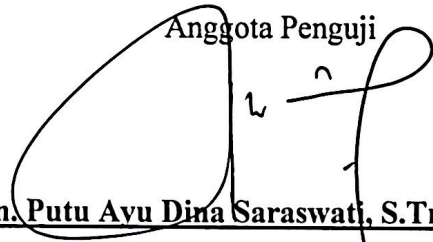
Sekretaris Penguji



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

NIDN. 0825068901

Anggota Penguji



Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr., M.Keb

NIDN.0822059601

**Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan**



Bdn. Ni Putu Mirah Yumita Udayani, S.ST., M.Keb

NIDN.0808068701

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Kadek Cantika Hendrani
Nim : A1121018
Program Studi : Sarjana Kebidanan
Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Akupresur Pada Titik
SP6 (Sanyinjiao) Terhadap Penurunan Nyeri
Haid Pada Remaja Putri Di SMPN 1 Kuta Utara.

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



, 10 Juni 2025

Ni Kadek Cantika Hendrani
NIM. A1121018

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

Skripsi, Juli 2025

Ni Kadek Cantika Hendrani

Pengaruh Pemberian Akupresur Pada Titik SP6 (Sanyinjiao) Terhadap Penurunan Nyeri Haid (Dismenore) Pada Remaja Putri Di SMPN 1 Kuta Utara

(xiv Halaman + 62 Halaman + 6 Tabel + 6 Gambar + 16 Lampiran)

ABSTRAK

Nyeri haid (dismenore) adalah suatu kondisi yang terjadi saat menstruasi yang bisa menyebabkan terganggunya kegiatan serta membutuhkan perawatan apabila gejala yang dirasakan berat sehingga tidak dapat melakukan aktivitas. Adapun salah satu terapi nonfarmakologis adalah akupresur SP6. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas terapi akupresur terhadap nyeri haid (dismenore) yang terjadi pada remaja putri di SMPN 1 Kuta Utara. Sampel penelitian ini adalah remaja putri yang mengalami nyeri haid (dismenore) sebanyak 47 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan non-probability dengan menggunakan metode kuantitatif *Pre-Eksperimental* dengan desain *One group pre-posttest*. Data yang dikumpulkan adalah nyeri haid (dismenore) yang diukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Analisa bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil penelitian terdapat penurunan intensitas nyeri yaitu sebelum terapi dengan nilai rata-rata 2,00 setelah diberikan intervensi 1 kali selama 10 menit menjadi 1,21. Hasil uji statistik menunjukkan ada pengaruh akupresur terhadap penurunan intensitas nyeri haid (dismenore) pada remaja putri ($p\text{-value}=0,000$). Diharapkan para remaja putri yang mengalami nyeri haid (dismenore) dapat mencoba teknik akupresur SP6 sebagai alternatif penanganan nonfarmakologis yang aman dan mudah dilakukan dan memberikan edukasi mengenai teknik akupresur SP6 kepada keluarga dan teman-teman yang lainnya.

Kata Kunci: Akupresur, Dismenore, Sanyinjiao (SP6)

Daftar Pustaka: 62 (2017-2024)

STIKES BINA USADA BALI
BACHELOR DEGREE OF MIDWIFERY AND PROFESSIONAL MIDWIFERY PROGRAM

Undergraduate thesis, July 2025

Ni Kadek Cantika Hendrani

The Effect of Acupressure at SP6 (Sanyinjiao) Point on Menstrual Pain Reduction in Adolescent Girls at SMPN 1 Kuta Utara

(xiv pages + 62 pages + 6 tables + 6 figures + 16 appendices)

ABSTRACT

Menstrual pain (*dysmenorrhea*) is a condition that occurs during menstruation, which can interfere with daily activities and may require treatment if the symptoms are severe enough to prevent normal functioning. One non-pharmacological therapy that can be applied is acupressure at the SP6 point. This study aimed to determine the effectiveness of acupressure therapy in reducing menstrual pain (*dysmenorrhea*) in adolescent girls at SMPN 1 Kuta Utara. The study involved 47 adolescent girls who experienced menstrual pain, selected using a non-probability sampling technique. This quantitative research employed a pre-experimental one-group pretest-posttest design. Data on menstrual pain intensity were collected using the Numeric Rating Scale (NRS). Bivariate analysis was conducted using the Wilcoxon test. The results showed a decrease in pain intensity, with a mean score of 2.00 before the intervention, which decreased to 1.21 after a single 10-minute acupressure session. Statistical analysis revealed a significant effect of acupressure on reducing menstrual pain in adolescent girls ($p\text{-value} = 0.000$). It is recommended that adolescent girls experiencing menstrual pain consider using SP6 acupressure as a safe and easy-to-apply non-pharmacological alternative. Furthermore, education about the SP6 acupressure technique should be disseminated among families and peers to broaden its use.

Keywords: Acupressure, Dysmenorrhea, Sanyinjiao (SP6)

References: 62 (2017–2024)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa/Ida Sang Hyang Widhi Wasa yang telah memberikan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul: “Pengaruh Pemberian Akupresur Pada Titik SP6 (Sanyinjiao) Terhadap Penurunan Nyeri Haid (Dismenore) Pada Remaja Putri Di SMP N 1 Kuta Utara” Adapun proposal penelitian ini dibuat untuk memenuhi syarat guna mencapai gelar Sarjana Kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.

Penulis juga menyadari bahwa penulisan proposal penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Meskipun demikian, penulis berusaha semaksimal mungkin agar penyusunan proposal penelitian ini berhasil dengan sebaik-baiknya sehingga dapat diterima. Bersama ini pula dengan segala kerendahan hati, penulis menghantarkan terima kasih kepada pihak yang mendukung yaitu:

1. Dr.Ir Putu Santika, M.M selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti Pendidikan Program Studi Sarjana 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 dan dukungan untuk Pendidikan Program Studi Sarjana Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali.
3. Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST.,M.Kes selaku Pembimbing I yang telah memberikan masukan, saran, pengetahuan dan motivasi untuk

menyelesaikan proposal penelitian ini.

4. Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb.,M.Keb selaku Pembimbing II sekaligus Pembimbing Akademik selama melakukan Pendidikan telah memberikan motivasi, pengetahuan, masukan serta saran dalam menyelesaikan proposal penelitian.
5. Seluruh staff Dosen STIKES Bina Usada Bali yang telah membina dan membimbing penulis sejak awal Pendidikan hingga saat ini
6. I Wayan Dana, S.Pd., M.Pd. selaku Kepala Sekolah yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di SMPN 1 Kuta Utara
7. Semua responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini sehingga penelitian ini dapat selesai dengan tepat waktu.
8. Semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan untuk penulis yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Badung, 18 Juni 2025

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRAC.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
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.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Kajian Teoritis	8
B. Kajian Empiris	25
C. Kerangka Teori	29
BAB III KERANGKA KONSEP, HOPTESIS DAN	30
DEFINISI OPERASIONAL	30
1. Kerangka Konsep.....	30
2. Hipotesis Penelitian	30
3. Definisi Operasional	31
BAB IV METODE PENELITIAN	32
A. Rancangan Penelitian.....	32
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	33

A. Tempat Penelitian.....	34
B. Waktu Tempat Penelitian.....	35
C. Etika Penelitian.....	35
D. Alat Pengumpulan Data.....	39
E. Prosedur Pengolahan Data	39
F. Pengolahan Data.....	42
G. Analisa Data	43
BAB V HASIL PENELITIAN	45
A. Tempat dan Waktu Penelitian	45
B. Analisis Univariat	45
C. Analisa Bivariat	48
BAB VI PEMBAHASAN	50
A. Interpretasi Data	50
B. Keterbatasan Peneliti	59
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	59
BAB VII PENUTUP	61
A. Simpulan	61
B. Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	
DAFTAR LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel. 3.1 Definisi Operasioanal Variabel	31
Tabel. 4.1 Rancangan Penelitian.....	32
Tabel. 5.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik	46
Tabel. 5.2 Dismenore Sebelum Diberikan Intervensi Akupresur <i>Sanyinjiao</i> SP6.....	47
Tabel. 5.3 Dismenore Setelah Diberikan Intervensi Akupresur <i>Sanyinjiao</i> SP6	48
Tabel. 5.4 Hasil Uji <i>Wilcoxon-Singed Rank Test</i> Skor <i>PrePos-Test</i> Dismenore	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar. 2.1 <i>Numeric Rating Scale</i>	17
Gambar. 2.2 Titik P6	22
Gambar. 2.3 Titik L4	23
Gambar. 2.4 Titik SP6	23
Gambar. 2.5 Kerangka Teori.....	29
Gambar. 3.1 Kerangka Konsep	30

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 2 Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Keterangan Lolos Uji Etik
- Lampiran 4 Berita Acara Pelaksanaan Uji Etik
- Lampiran 5 Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 6 Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 7 Surat Perstujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Surat Pengantar Kuesioner
- Lampiran 9 Kuesioner NRS (Numeric Rating Scale)
- Lampiran 10 Lembar SOP
- Lampiran 11 Lembar Observasi Data
- Lampiran 12 Hasil Output SPSS
- Lampiran 13 Dokumentasi
- Lampiran 14 Absensi Daftar Hadir Siswi
- Lampiran 15 Lembar Bimbingan
- Lampiran 16 Sertifikat Instruktur

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
N	: Negeri
SPSS	: <i>Statistical product and Service Solutions</i>
SP6	: <i>Sanyinjiao</i>
LH	: <i>Luteinizing hormone</i>
NRS	: <i>Numeric Rating Scale</i>
NSAID	: <i>Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs</i>
LI4	: <i>Large intestine 4</i>
SOP	: Standar Operasional Prosedur
Ha	: Hipotesis Alternatif
H0	: Hipotesis Nol
KEPK	: Komisi Etik Penelitian Kesehatan
PSP	: Persetujuan Setelah Penjelasan
LBS	: Lembar Bimbingan Skripsi

DAFTAR PUSTAKA

- Agung, A. A. P., & Yuesti, A. (2017). Metodologi Penelitian Kuantitatif Dan kualitatif. In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11, Issue 1).
- Agustina, Ati Nuraeni, Yanti Apriyanti, Franciscus Xaverius. (2023). *Terapi Akupresur Dengan Tangan Menurunkan Kecemasan Dan Keluhan Wanita Menopause Pada Kader Puskesmas Tanah Sereal Kota Bogor*. (Vol 12), 2581-1754.
- Cynthia Puspariny., (2017). *Jurnal Ilmiah Kesehatan. Pengaruh Kombinasi Kineso Taping Dan Akupresur Pada Titik Sanyinjiao (SP6) Terhadap Dismenore Primer Pada Remaja*, vol 12, 162-169
- Dewi, Endiana, I. D. M., & Arizona, I. P. E. (2020). Pengaruh Rasio Likuiditas, Rasio Leverage dan Rasio Profitabilitas Terhadap Financial Distress Pada Perusahaan Manufaktur. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(November), 1689–1699.
- Djailani, Y. A., Nasrianti, Hasnia, & Rosyidi, M. (2023). *Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Upaya Penanganan Dismenore Di SMP IT Insan Cendekia Doyo Baru Kabupaten Jayapura*. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 140–149.
- Dwipayani, D., Putra, K., & Leda, K. (2023). *Perbedaan Kompres Esensial Bawang Merah Dengan Kompres Air hangat Terhadap Dismenore*. 15(1), 1–23.
- Djambula, L. (2022). *Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Intensitas Dismenore Pada Remaja Putri*. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*. 9(2), 112-118
- Fauzi, A., Nisa, B., Napitupulu, D., Abdillah, F., Utama, A. A. G. S., Zonyfar, C., Nuraini, R., Purnia, D. S., Setyawati, I., Evi, T., Permana, S. D. H., & Sumartiningsih, M. S. (2022). *Metodologi Penelitian: Metodologi penelitian Skripsi*. In *Rake Sarasin* (Issue May).
- Fauziah, N. (2019). *Sampling dan Besar Sampel Bidang Kesehatan Masyarakat dan Klinis*.
- Gayatri, N. L. P. L., Ruspawan, I. D. M., & Hartati, N. N. (2022). *Pengaruh akupresur pada titik sp 8 dan sp 10 terhadap intensitas nyeri remaja yang mengalami dismenore*.
- Handayani, E.Y. & Rahayu, L.S. (2020). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Nyeri Menstruasi (Dismenore) Pada Remaja Putri di Beberapa SMA di*

Kabupaten Rokan Hulu. Maternity And Neonatal Jurnal Kebidanan, (Vol 4), 161-171

Herawati Yulia, Dina Martha Fitri, & Khulasoh Nurul Yakin. (2023). *Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Intensitas Dismenore Remaja Pondok Pesantren Cipari. (Vol 12), 163-176.*

Heni Setyowati ER. (2018). *Akupresur Untuk Wanita Berbasis Hasil Penelitian. UNIMMA PRESS.*

Husaidah S. Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Haid (Dismenore) Pada Mahasiswa Kebidanan Institut Kesehatan Mitra Bunda 2020. *J Sehat Mandiri. 2021;16:72-81*

Hidayah, N., & Fatmawati, R. (2020). *Buku Ajar Manajemen Nyeri Haid Pada Remaja.*

Husen, A. (2023). *Strategi Pemasaran Melalui Digital Marketing Campaign Di Toko Mebel Sakinah Karawang. Jurnal Economina, 2(6), 1356–1362.*

Hotman, H., Sari, D., Maulida, R. (2021). *Hubungan Usia Menarche Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri. Jurnal Kesehatan Reproduksi Remaja, 7(2), 89-95,*

Isna Hudaya., Emi Sutrisminah., Nuria Citra Maulida. (2023). *Efektifitas Acupressure Terhadap Dismenore Primer Pada Remaja: Literature Review. (Vol 6) 2597-6052*

Irianti, B. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore pada Remaja. *Menara Ilmu: Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmiah, 12(10).*

Istiqomah Dwi Andari, Evi Zulfiana, Riska Harnawati, & Novia Ludha Arsanti. (2022). *Peningkatan Pengetahuan Tentang Teknik Relaksasi Akupresur Untuk Mengurangi Stres Belajar Pada Siswa. (Vol 6), 4478-4485.*

Jatnika, G., & Badrujamaludin, A. (2022). *Pengaruh terapi akupresur terhadap intensitas nyeri dismenore. 16(3), 263–269.*

Kristina, C., Hasanah, O., Zukhra, R. M., Keperawatan, F., & Riau, U. (2021). *Perbandingan teknik relaksasi otot progresif dan akupresur terhadap dismenore pada mahasiswi fkp universitas riau.*

Kristiningrum, W., Windayanti, H., Yulianti, L., Putri Dianti, M., & Dhea, M. A. (2021). *Akupresure Untuk Mengurangi Nyeri Haid Pada Remaja Putri. Diseminasi Fakultas Kesehatan, 1(1), 30–35.*

Larasati., A. (2017). *Pengaruh Prostaglandin Terhadap Timbulnya Nyeri Haid*

Pada Wanita Usia Subur. Jurnal Kesehatan Wanita. 4(1), 23-29

- Marlinda, Muliani, N., Christiani, A. M., & Septiasari, Y. (2022). *Akupresur 3 Titik Tubuh Mengurangi Nyeri Haid. Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA, 8(2), 113–119.*
- Masripah, I., Shofati, A., Huzaema, E., Munawaroh, E., Kartika, Y., Ciptiasrini, U., & Mardiyah, M. S. (2024). *Jurnal Kesehatan dan Teknologi Medis (JKTM).*
- Manuaba, (2018). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan Dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan (Edisi Revisi).* Jakarta: EGC
- Nafisah, S. (2021). *Efektivitas Akupresure Dan Massage Effleurage Terhadap Dismenore Pada Remaja Di Desa Tampir Wetan Kecamatan Candimulyo. Naskah Publikasi, 60 halaman.*
- Nurfadilah, A. (2020). *Literature Review: Penatalaksanaan Non Farmakologi Untuk Mengurangi Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri.*
- NURFADILAH, A. (2020). *Literatur. Review : Penatalaksanaan Non farmakologi Untuk Mengurangi Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri. Kaos GL Dergisi, 8(75), 147–154.*
- Rahmawati., Ronalen., Syami Yulianti. (2019). *Pengaruh Akupresur Terhadap Penurunan Nyeri Dysmenorhea*
- Rebecca Mutia, A., Ani, L. S., & Sucipta, W. C. wulan. (2019). *Prevalensi Dysmenorrhoea Dan Karakteristiknya Pada Remaja Putri Di Denpasar. Jurnal Medika Udayana, 8(11), 1–6.*
- Rahmawati, D., Susanti, H., Lestari, Y. (2020). *Pengaruh Hormon Terhadap Siklus Menstruasi Wanita Usia Subur. Jurnal Biomedik dan Keperawatan. 3(1), 45-52.*
- Remaja, A. D. (2021). *Bab ii remaja. Kesehatan Reproduksi Wanita Di Sepanjang Daur Kehidupan, 25.*
- Refti, W. G., Mailintina, Y., Noor, Y. E. I., Veranita, A., Mulyani, N., Prasetya, P. A. C., Sariyani, M. D., Setianingsih, L. Z., & others. (2024). *Kebidanan Komplementer.*
- Resyana, H., Hudzaifah, hindun M., Husna, Risanti, suci padma, Yuliawati, E., Husna, F., Cahyawati, fitnaningsih endang, & Sari, atikah indah. (2021). *Asuhan Kebidanan Remaja Dan Perimenopause.*
- Revianti, I. D., & Yanto, A. (2021). *Teknik Akupresur Titik Sanyinjiao (SP6) Menurunkan Intensitas Nyeri Disme* Revianti, I. D., & Yanto, A. (2021). *Teknik*

Akupresur Titik Sanyinjiao (SP6) Menurunkan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja. Holistic Nursing Care Approach, 1(1), 39.

Rifiana, A. J., Mirantika, S., & Indrayani, T. (2023). *Pengaruh Akupresur terhadap Dismenore pada Remaja. Jurnal Penelitian Perawat Profesional, 5(1), 37–42.*

Riryng Fatmawati. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran 6 (2), 2017*
Dunia

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

Sarmanah, N., Anggraini, N., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Nusantara, A. (2023). *Pengaruh Akupresur terhadap Penurunan Intensitas Dismenore pada Remaja Putri Di SMP Negeri 6 Banjarsari Kabupaten Lebak. Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal Of Nursing), 9(3)*

Sarwono, A. E., & Handayani, A. (2021). *Metode Kuantitatif. In Metode Kuantitatif (Issue 1940310019).*

Sinaga, E., Saribanon, N., Sa'adah, N., Salamah, U., Murti, Y. A., & Trisnamiati, A. (2018). *Buku: Manajemen Kesehatan Menstruasi.*

Sinaga, E., Saribanon, N., Suprihatin, Sa'adah, N., Salamah, U., Murti, Y. A., Trisnamiati, A., & Lorita, S. (2017). *Buku Manajemen Kesehatan Menstruasi*

Suryaa, A. Z., Fauzib, A., & Prastomo, A. (2023). *Jurnal Riset Teknik. 3(2), 113–124.*

Syamsu Yusuf L.N. 2017. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Bandung: Remaja Rosda Karya*

Tamaulina, Irmawati, Sabir, M., & Tjahyadi, I. (2024). *Teori Dan Praktik Pendekatan (Issue 1).*

Villasari, A. (2021). *Fisiologi Menstruasi. In Strada Press (Vol. 1, Issue 1).*

Watini, N. A., Setyani, R. A., & Riska, H. (2021). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Remaja, Prakonsepsi & Perencanaan Kehamilan.*

Widiyono, S.Kep., N. M. K. (2021). *Betapa Menakjubkannya terapi Musik Bagi Kesehatan. Lima Aksara.*

Wirawan, I.M. (2017). *Studi Deskriptif Siklus Menstruasi Remaja. Jurnal Kesbidanan dan Kesehatan Tradisional. Putri: Purwokerto. 6(1), 34-40*

- Misliani, A., & Firdaus, S. (2019). Penanganan Dismenore Cara Farmakologi dan Nonfarmakologi. *Jurnal Citra Keperawatan*, 7(1), 23–32.
- Mulyono, F. (2021). Dampak Media Sosial Bagi Remaja. *Jurnal Simki Economic*, 4(1), 57–65.
- Mufidah., S. (2023). *Pengaruh Akupresur SP6 Terhadap Penurunan Nyeri Haid (Dismenore) Pada Remaja Putri*. *Jurnal Kesehatan Wanita*. 8(1), 55-62
- Winengsih. (2024). *Pengaruh Akupresur Titik SP6 Terhadap Penurunan Nyeri Haid Pada Remaja Putri*. *Jurnal Kesehatan Reproduksi Remaja*. 12 (1), 25-52
- Wildayani, D., Lestari, W., & Ningsih, W. L. (2023). *Dismenore*. Pustaka Galeri Maniri.
- Wulandari, L., Safitri, R., & Purwati, A. (2024). *Pengaruh teknik akupresure titik sanyinjiao (SP6) terhadap intensitas nyeri haid (dismenorre primer) pada remaja putri usia 13-15 tahun di MTs Al-Khalifah Kepanjen*. *Journal of Public Health Innovation*, 4(02), 484–490.
- Notoatmodjo, S. (2022). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Yudiyanta, Novita, K., & Ratih, N. W. (2017). Assesment Nyeri. *Cdk-226*, 42(3), 214–234.
- Yulaikhah., N. (2022). *Hubungan Kadar Prostaglandin Dengan Intensitas Dismenore Pada Remaja Putri*. *Jurnal Kebidanan Nusantara*. 9(2), 101-107
- Yunianingrum, E., & Widyastuti, Y. (2018). *Pengaruh Kompres Hangat Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren As Salafiyah Dan Pondok Pesantren Ash-Sholihah Sleman*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Sari Prihatin. (2019). *Pengaruh Pemberian Massage Effleurage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenorea Primer Pada Remaja Putri*. (Vol 11).