

**PENGARUH TERAPI AKUPRESUR TITIK (LI4) DAN
(SP6) TERHADAP INTENSITAS *DISMENORE*
PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI
SMP NEGERI 1 PENEHEL**



SKRIPSI

Oleh :

NI PUTU ITA PUSPITASARI

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINAUSADA BALI
2026**

**PENGARUH TERAPI AKUPRESUR TITIK (LI4) DAN
(SP6) TERHADAP INTENSITAS *DISMENORE*
PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI
SMP NEGERI 1 PENEHEL**

SKRIPSI

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

Oleh:

NI PUTU ITA PUSPITASARI

NIM. A1120009

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Putu Ita Puspitasari

NIM : A1120009

Jurusan : Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usada Bali

Judul : Pengaruh Terapi Akupresur titik (LI4) dan (SP6) Terhadap Intensitas
Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Penebel

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi 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 nanti dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini adalah jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 01 Maret 2026



SEPUJUH RIBU RUPIAH
10000
TOL. 20
METERAI
TEMPEL
8A14EAOX082525089

(Ni Putu Ita Puspitasari)

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH TERAPI AKUPRESUR TITIK (LI4) DAN
(SP6) TERHADAP INTENSITAS *DISMENORE*
PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI
SMP NEGERI 1 PENEHEL**

Diajukan Oleh:

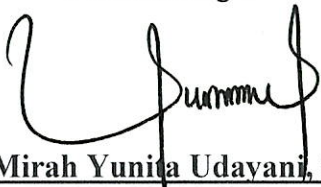
NI PUTU ITA PUSPITASARI

NIM. A1120009

Badung, 9 Juli 2026

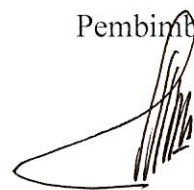
Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



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

Pembimbing II

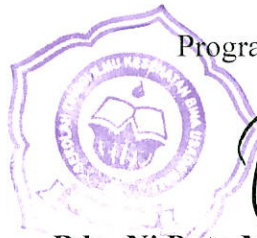


Dr.Bdn. Putu Mastiningsih, S.ST., SH., M.Biomed
NIDK. 8995650022

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Kebidanan

Ketua



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
KEBIDANAN SEKOLAH TINGGI ILMU
KESEHATAN BINA USADA BALI

Tanggal: 24 Juli 2026

Yang terdiri dari :

Ketua Penguji



Bd. Ni Putu Yunita Sri Lestari, S.Keb., M.Keb .
NIDN : 0801019503

Sekretaris Penguji



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

Anggota Penguji



Dr. Bdn. Putu Mastiningsih, S.ST., SH., M.Biomed
NIDK. 8995650022

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua



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

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN

Skripsi, Mei 2026

Ni Putu Ita Puspitasari

Pengaruh Terapi Akupresur titik (LI4) dan (SP6) Terhadap Intensitas *Dismenore Primer* Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Penebel

(xv+ 61) Halaman+ 6 tabel + 5 skema + 10 lampiran

ABSTRAK

Masa remaja adalah periode perkembangan yang ditandai dengan pertumbuhan fisik dan emosional menuju kematangan. Ketika seorang wanita mengalami menstruasi untuk pertama kalinya, seringkali akan mengalami gangguan seperti kram perut, nyeri, dan ketidaknyamanan lainnya. Kondisi ketidaknyamanan dan nyeri yang terkait dengan menstruasi ini dikenal dengan istilah *dismenore*. Upaya yang dilakukan untuk mengurangi Intensitas *Dismenore Primer* dengan terapi akupresur titik (LI4) dan (SP6). Akupresur adalah teknik pengobatan yang menggunakan pijatan dan tekanan ringan pada titik-titik energi atau akupoint yang mengalami gangguan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui judul Pengaruh Terapi Akupresur Titik (LI4) Dan (SP6) Terhadap Intensitas *Dismenore Primer* Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Penebel.

Penelitian ini menggunakan desain *Pre eksperimental* dengan desain *one group pretest – post test* dan tehnik *Purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 54 orang. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon signed rank test*. hasil uji statistik didapatkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) yang berarti H_0 di tolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Terapi Akupresur Titik (LI4) Dan (SP6) Terhadap Intensitas *Dismenore Primer* Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Penebel. Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan remaja putri dapat menerapkan Akupresur Titik (LI4) Dan (SP6) untuk Penurunan Intensitas *Dismenore Primer*.

Kata Kunci : Akupresur Titik (LI4) Dan SP6) Intensitas *Dismenore Primer*, Remaja Putri

Daftar Pustaka : 30 (2018-2024)

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
BACHELOR'S DEGREE OF MIDWIFERY PROGRAM AND PROFESSIONAL
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN

Undergraduate thesis, May 2026

Ni Putu Ita Puspitasari

The Effect of Acupressure Therapy at Points (LI4) and (SP6) on the Intensity of Primary Dysmenorrhea in Adolescent Girls at SMP Negeri 1 Penebel

(xv + 61) Pages + 6 tables + 5 diagrams + 10 appendices

ABSTRACT

Adolescence is a period of development marked by physical and emotional growth toward maturity. When a woman experiences her first period, she often experiences problems such as abdominal cramps, pain, and other discomforts. This discomfort and pain associated with menstruation is known as dysmenorrhea. Efforts are being made to reduce the intensity of primary dysmenorrhea with acupressure therapy at points (LI4) and (SP6). Acupressure is a treatment technique that uses massage and light pressure on affected energy points, or acupoints. The purpose of this study was to determine the effect of acupressure therapy on points (LI4) and (SP6) on the intensity of primary dysmenorrhea in adolescent girls at SMP Negeri 1 Penebel.

This study used a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest and purposive sampling technique. The sample size was 54. Data were analyzed using the Wilcoxon signed-rank test. The statistical test results yielded a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), meaning that H_0 was rejected. Therefore, it can be concluded that there is an effect of acupressure therapy on points (LI4) and (SP6) on the intensity of primary dysmenorrhea in adolescent girls at SMP Negeri 1 Penebel. Based on these results, it is hoped that adolescent girls can apply acupressure on points (LI4) and (SP6) to reduce the intensity of primary dysmenorrhea.

Keywords : Acupressure on points (LI4) and SP6), Intensity of Primary Dysmenorrhea, Adolescent Girls

Bibliography : 30 (2018-2024)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau TuhanYang Maha Esa,karena berkat Asung Kertha Wara Nugraha-Nyalah peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Terapi Akupresur titik (LI4) dan (SP6) Terhadap Intensitas *Dismenore Primer* Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Penebel” Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan program Sarjana Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Bdn.Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb selaku ketua program Studi Sarjana Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali dan selaku pembimbing I yang telah memberikan masukan, dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bd. Ni Putu Yunita Sri Lestari, S.Keb.,M.Keb selaku penguji utama yang telah memberikan arahan, masukan, dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini
4. Dr. Bdn. Putu Mastiningsih,S.ST.,SH.,M.Biomed selaku pembimbing II yang telah membantu dalam memberikan masukan, dan saran di dalam penyelesaian skripsi ini.

5. Seluruh dosen dan staf STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan ilmu dan motivasi kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Peneliti mengucapkan terimakasih kepada responden sudah meluangkan waktunya mengikuti penelitian ini sampai selesai

Penulis menyadari skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Penulis mengharapkan saran dan kritik demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga akhirnya skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan di lapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

Badung, Mei 2026

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Bagi Peneliti	6
2. Bagi Instansi Pendidikan	6
3. Bagi Institusi Pelayanan	7
4. Masyarakat.....	7

E. Keaslian Penelitian	7
------------------------------	---

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori.....	9
1. Remaja	9
2. Menstruasi	11
3. <i>Dismenore</i>	16
4. Akupresur	23
5. Akupresur Terhadap Penurunan <i>Dismenore</i>	25
B. Kajian Empiris.....	27
C. Kerangka Teori.....	29

BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL

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

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian	32
B. Populasi dan Sempel	33
C. Tempat Peneliti	35
D. Waktu Penelitian	35
E. Etika Penelitian	36
F. Alat Pengumpulan Data	38
1. Instrumen Penelitian.....	38
2. Validitas dan Realibilitas	39
G. Prosedur Pengumpulan Data	40

1. Prosedur Administrasi	40
2. Prosedur Teknis.....	41
H. Pengolahan Data.....	43
1. <i>Coding</i>	43
2. <i>Entry Data</i>	44
3. <i>Tabulating</i>	44
4. <i>Skor</i>	44
I. Rencana Analisis Data	45
BAB V HASIL PENELITIAN	
A. Tempat dan waktu Penelitian.....	47
B. Analisa Univariat.....	47
C. Analisa Bivariat.....	48
BAB VI PEMBAHASAN	
A. Interpretasi Penelitian.....	51
B. Keterbatasan Penelitian.....	58
C. Implikasi Terhadap pelayanan, pendidikan dan penelitian.....	58
BAB VII KESIMPULAN	
A. Simpulan	60
B. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Numeric Rating Scale</i>	22
Gambar 2.2 Titik Sanyinjiao (SP6)	26
Gambar 2.3 Titik Hequ (LI-4)	26
Gambar 2.4 Kerangka Teori	29
Gambar 2.5 Kerangka Konsep	30

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	31
Tabel 4.1 Rancangan Penelitian	32
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan Menarche pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Penebel.....	48
Tabel 5.2 Intensitas <i>Dismenore Primer</i> sebelum diberikan Terapi Akupresur Titik (LI4) Dan (SP6) pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Penebel.....	48
Tabel 5.3 Intensitas <i>Dismenore Primer</i> seesudah diberikan Terapi Akupresur Titik (LI4) Dan (SP6) pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Penebel.....	49
Tabel 5.4 Pengaruh Terapi Akupresur Titik (LI4) Dan (SP6) Terhadap Intensitas <i>Dismenore Primer</i> Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Penebel.....	49

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
SMPN	: Sekolah Menengah Pertama Negeri
NRS	: <i>Numeric Rating Scale</i>
NSAID	: <i>Nonsteroidal Anti-inflammatory Drugs</i>
LH	: <i>Luteinizing Hormone</i>
FSH	: <i>Follicle Stimulating Hormone</i>
PMS	: <i>Premenstrual Syndrome</i>

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 : Surat Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 : Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 : Keterangan Lolos Uji Etik
- Lampiran 5 : Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 6 : Standar Operasional Prosedur (SOP) Akupresur SP6 dan LI4
- Lampiran 7 : Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 : Pengantar Kuesioner
- Lampiran 9 : Lembar Pengukuran Skala Nyeri *Prestest*
- Lampiran 10 : Hasil SPSS
- Lampiran 11 : Lembar Bimbingan Proposal

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Populasi dalam penelitian merupakan suatu hal yang sangat penting, karena ia merupakan sumber informasi. *Jurnal Pilar*, 14(1), 15–31.
- Aminatussyadiah, A., Widiatami, T., & Amanda, A. V. (2023). Efektivitas Akupresur Sp6 Dan Lr3 Terhadap Penurunan Nyeri Disminorea Pada Mahasiswa D Iii Kebidanan Stikes Bcm. *Jurnal Borneo Cendekia*, 7(2), 33–39.
- Bulu, Y. G. (2021). Pengaruh Akupresur Terhadap Penurunan Intensitas Disminorea pada Remaja Putri di SMP Negeri 6 Banjarsari Kabupaten Lebak. *Ilmiah Keperawatan*, 1(2), 248–261.
- Bulu, Y. G. (2021). Pengaruh Akupresur Terhadap Penurunan Intensitas Disminorea pada Remaja Putri di SMP Negeri 6 Banjarsari Kabupaten Lebak. *Ilmiah Keperawatan*, 1(2), 248–261.
- Dewi, N. M. A., Gandari, N. K. M., & Sari, N. L. P. D. Y. (2022). Pengaruh Hatha Yoga Terhadap Nyeri Haid pada Remaja Putri di Lingkungan Ketugtug Kelurahan Loloan Timur Tahun 2021. *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*, 6(1), 43–50. <https://doi.org/10.36474/caring.v6i1.242>
- Desiani, N. K., Susanti, N. L. P. D., & Parwati, N. W. M. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan, Persepsi Dan Perilaku Remaja Putri Dalam Upaya Penanganan Dysminorea. *Jurnal Keperawatan Sumba (JKS)*, 1(1), 15–24. <https://doi.org/10.31965/jks.v1i1.845>
- Diajukan, S., Persyaratan, M., Gelar, M., Keperawatan, S., & Kep, (S. (2022). *Ka Nilam*.
- Dzia, A. G. (2021). Akupresur Untuk Disminorea: Study Literature Review. *Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muammadiyah Magelang 2021*. <http://eprintslib.ummgl.ac.id/id/eprint/2841>
- Ene, S. K., Hadi, S. P. I., & Kusumawardani, L. A. (2022). Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Peningkatan Produksi Asi pada Ibu Post Partum: Systematic Literature Review. *Malahayati Nursing Journal*, 4(8), 2070–2087. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i8.6425>
- Fitria, F., & Haqqattiba'ah, A. (2020). Pengaruh Akupresur dengan Teknik Tuina terhadap Pengurangan Nyeri Haid (Disminorea) pada Remaja Putri. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 7(1), 073-081

- Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), 85–114. <https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937>
- Gunawati, A., & Nisman, W. A. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Dismenorea di SMP Negeri di Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(1), 8. <https://doi.org/10.22146/jkr.56>
- Hartinah, D., & Prabandari, D. W. (2021). Pengaruh pemberian jahe merah terhadap perubahan nyeri disminorhea. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 12(1), 171-178.
- Hadiani, D. N., & Ferina, F. (2021). Senam Yoga Menurunkan Dismenore Pada Remaja. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 13(1), 239–245.
- Hidayati, D., Dianna, F., Fitriani, H., & Rachmaida, A. (2024). *Pengaruh Kompres Air Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Kalimantan Barat*. 2(1), 26–32.
- Ira, I. K., Antonilda Ina, A., & Tjondronegoro, P. (2021). Pengaruh Yoga Terhadap Skala Nyeri Disminore. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 4(1), 37–46. <https://doi.org/10.32584/jikm.v4i1.1009>
- Indah, S. (2022). Universitas Muhammadiyah Magelang. *Naskah Publikasi*, 4–35. http://eprintslib.ummgl.ac.id/2398/5/17.0601.0032_Pernyataan Publikasi.pdf
- Ismaningsih. Herlina, S. N. (2019). Pengaruh Pemberian Intervensi Fisioterapi Pada Kondisi Dismenore Primer Dengan
- Jatnika, G., Badrujamaludin, A., & Yuswandi, Y. (2022). Pengaruh terapi akupresur terhadap intensitas nyeri dismenore.
- Khasanah, A. N. N., & Kamidah, K. (2023). Pengaruh Akupresur Titik LI4 Dan SP6 Terhadap Penurunan Dismenore Pada Remaja. *Jurnal Anestesi*, 1(4), 261-270.
- Marbun, U., & Sari, L. P. (2022). Efektifitas Terapy Akupresur Terhadap Pengurangan Dismenore Pada Mahasiswa DIII Kebidanan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 64–69. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.703>
- Pitri, Z. Y., Nataria, D., Felina, M., Hidayati, L., Kesehatan, I., & Nusantara Bukittinggi, P. (2023). The Effect of Acupressure Massage (At Points SP 6, LI 4, and ST 36) on Primary Menstrual Pain in Adolescent Girls at SMP N 6 Payakumbuh City. *Jurnal Ibu dan Anak*, 10(1), 16–22.

- Qomarasari, D. (2021). Hubungan Usia Menarche, Makanan Cepat Saji (Fast Food), Stress Dan Olahraga Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Di Man 2 Lebak Banten. *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, 4(2), 30–38. <https://doi.org/10.54100/bemj.v4i2.53>
- Rahmadani, P. (2024). Pengaruh Gerakan Yoga Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore pada Remaja Mahasiswi Keperawatan Universitas Indonesia Maju Tahun 2021. *Health & Medical Sciences*, 1(2), 1–10. <https://doi.org/10.47134/phms.v1i2.168>
- Revianti, I. D., & Yanto, A. (2021). *Teknik Akupresur Titik Hegu (LI4) Menurunkan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja*.
- Saputra, Y. A., Kurnia, A. D., & Aini, N. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Upaya Remaja untuk Menurunkan Nyeri Saat Menstruasi (Dismenore Primer). *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(3), 177. <https://doi.org/10.22146/jkr.55433>
- Suryati, S., Rahmawaty, E., & Hasnani, F. (2024). Peningkatan Pengetahuan Dan Pendidikan Kesehatan Persiapan Pubertas Pada Siswa Sekolah Dasar. *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 115–119. <https://doi.org/10.36082/gemakes.v4i1.1514>
- Soleha, M., & Zelharsandy, V. T. (2022). *Efektifitas Terapi Akupresure pada Titik SP6 dan LI4 Terhadap Disminore pada Remaja Putri*.
- Tahun, B. K., Wulanda, C., Luthfi, A., & Hidayat, R. (2020). *Terhadap Penanganan Nyeri Haid Pada Remaja Putri Saat Haid Di Smpn 2*. 1(1), 1–11.
- Wahyuniar, L., Febriani, E., Mamlukah, M., & Puspita, M. E. (2023). Pengaruh Pemberian Kombinasi Back Massage Dan Murattal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Dan Kecemasan Santriwati Di Pondok Pesantren Binaul Ummah Kabupaten Kuningan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 14(02), 331–336. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v14i02.849>
- Yuliani, D. (2018). *8 Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu*.
- Zuraida, & Aslim, M. (2020). Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di SMAN 1 Sutera Kabupaten. *Menara Ilmu*, XIV(01), 144–149.