

**EFEKTIVITAS VIDEO EDUKASI TERHADAP PENGETAHUAN  
REMAJA TENTANG *AKUPRESURE* UNTUK  
MENGURANGI *DISMENOREA* DI  
SMA NEGERI 2 MENGWI**



**NI PUTU SRI PRATIWI**

**NIM A1221026**

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

**EFEKTIVITAS VIDEO EDUKASI TERHADAP PENGETAHUAN  
REMAJA TENTANG *AKUPRESURE* UNTUK  
MENGURANGI *DISMENOREA* DI  
SMA NEGERI 2 MENGWI**

**SKRIPSI**

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

**OLEH:**

**NI PUTU SRI PRATIWI  
NIM. A1221026**

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

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**EFEKTIVITAS VIDEO EDUKASI TERHADAP PENGETAHUAN  
REMAJA TENTANG *AKUPRESURE* UNTUK  
MENGURANGI *DISMENOREA* DI  
SMA NEGERI 2 MENGWI**

**Diajukan Oleh:**

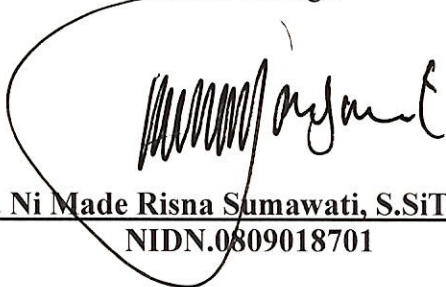
**Ni Putu Sri Pratiwi**

**NIM. A1221026**

**Mangupura, 03 Februari 2023**

**Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing**

Pembimbing I



**Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT., M.Kes**  
**NIDN.0809018701**

Pembimbing II



**Ni Gusti Ayu Pramita Aswitami, S.ST., M.Keb**  
**NIDN.0801058701**



Mengetahui,  
Program Studi Sarjana Kebidanan  
Ketua

**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 STIKES BINA USADA BALI**

**Tanggal: 06 Februari 2023**

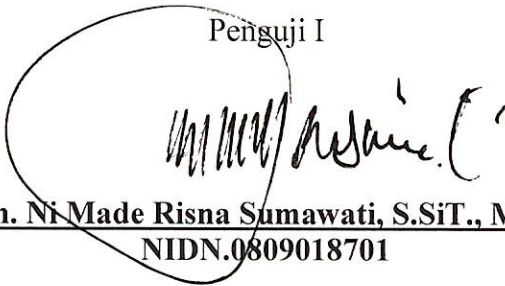
Yang Terdiri dari:

Ketua Penguji



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

Penguji I



**Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT., M.Kes**  
**NIDN.0809018701**

Penguji II



**Ni Gusti Ayu Pramita Aswitami, S.SiT., M.Keb**  
**NIDN.0801058701**

Mengetahui,  
Program Studi Sarjana Kebidanan  
Ketua



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

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

Skripsi, Januari 2023

Ni Putu Sri Pratiwi

Efektivitas Video Edukasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Akupresure Untuk Mengurangi Dismenorea Di SMA Negeri 2 Mengwi

xv + 76 + 5 tabel + 5 gambar + 8 lampiran

## ABSTRAK

Kejadian dismenorea di Bali dari beberapa peneliti memaparkan angka kejadian cukup tinggi. Di SMA Negeri 2 Mengwi didapatkan data dari 10 siswi yang di wawancarai mengalami dismenorea dan mengatakan belum mengetahui tentang cara mengurangi dismenorea. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui efektifitas video edukasi terhadap pengetahuan remaja tentang akupresure untuk mengurangi dismenorea.

Penelitian ini termasuk termasuk *quasi eksperimen* serta dengan rancangan *one group pretest-posttest* yaitu eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok tanpa adanya kelompok pembanding. Responden penelitian sebanyak 52 orang ditentukan berdasarkan *Purposive Sampling*, yaitu teknik penetapan sampel dari populasi sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner.

Hasil penelitian didapatkan pengetahuan remaja tentang akupresure sebelum diberikan video edukasi didapatkan paling banyak pada cukup sebanyak 28 responden (46,2%), pengetahuan remaja tentang akupresure sesudah diberikan video edukasi didapatkan paling banyak pada baik sebanyak 35 responden (67,3%). Hasil uji statistik didapatkan nilai *P-Value* = 0,000 yaitu dapat disimpulkan ada efektifitas video edukasi terhadap pengetahuan remaja tentang akupresure untuk mengurangi dismenorea di SMA Negeri 2 Mengwi.

Tenaga kesehatan khususnya bidan sebagai salah satu penyedia layanan kesehatan dapat lebih memperhatikan segala aspek berkaitan dengan kesehatan pada remaja wanita seperti memberikan penyuluhan tentang akupresure untuk mengurangi dismenorea sehingga meningkatkan pengetahuan remaja dalam mengatasi dismenorea.

Kata Kunci: Akupresure, Dismenorea, Menstruasi, Remaja, Video Edukasi

Daftar Pustaka: 30 (2013-2021)

**HEALTH INSTITUTION OF BINA USADA BALI  
BACHELOR DEGREE OF MIDWIFERY AND PROFESSIONAL PROGRAM**

*Undergraduate Thesis, January 2023*

**Ni Putu Sri Pratiwi**

***The Effectiveness of Educational Videos on Adolescents' Knowledge about Acupressure on Reducing Dysmenorrhea at SMA Negeri 2 Mengwi***

*xv + 76 + 5 tables + 5 pictures + 8 appendices*

**ABSTRACT**

*According to several researchers, the prevalence of dysmenorrhea is quite high in Bali. Data was collected from 10 female students interviewed at SMA Negeri 2 Mengwi who had dysmenorrhea and said they didn't know how to reduce it. This study aimed at determining the effectiveness of educational videos on adolescents' knowledge about acupressure on reducing dysmenorrhea.*

*This study was a quasi-experimental study with a one-group pretest-posttest design, i.e. an experiment with only one group without comparison group. Purposive sampling was used to select 52 respondents, which was a technique for selecting samples from a population based on inclusion and exclusion criteria. A questionnaire was used to collect information.*

*The findings revealed that 28 respondents (46.2%) had sufficient knowledge of acupressure prior to being shown educational videos. The statistical test results obtained  $p$ -value = 0.000, indicating that providing educational videos on adolescents' knowledge about acupressure to reduce dysmenorrhea at SMA Negeri 2 Mengwi were effective.*

*Midwives, as one of the health service providers, can pay more attention to all aspects of health on adolescents, such as providing counseling about acupressure to reduce dysmenorrhea and increase adolescent knowledge about dysmenorrhea.*

*Keywords : acupressure, dysmenorrhea, menstruation, adolescents, educational videos*

*Bibliography : 30 (2007-2021)*

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Putu Sri Pratiwi

NIM : A1221026

Jurusan : S1 Kebidanan

Judul Skripsi : Efektivitas Video Edukasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Akupresure Untuk Mengurangi Nyeri Dismenorea Di SMA Negeri 2 Mengwi

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 bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 3 Februari 2023



Ni Putu Sri Pratiwi

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan *Ida Sang Hyang Widhi Wasa*, karena berkat *Asung Kertha Wara Nugraha* Beliau-lah peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Efektivitas Video Edukasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang *Akupresure* Untuk Mengurangi *Dismenorea* di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Mengwi”. Penelitian ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mengerjakan skripsi pada Program Sarjana Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali.

Peneliti menyadari penelitian ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku Ketua STIKES yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti pendidikan S1 Kebidanan dan Profesi Bidan.
2. Ibu Ni Luh Made Ratna Agustini, S.Pd.,M.Pd selaku kepala sekolah SMA Negeri 2 Mengwi yang telah memberi ijin untuk penelitian.
3. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb sebagai Ka. Prodi S1 Kebidanan STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti ujian usulan penelitian dimana skripsi ini merupakan salah satu persyaratan dalam melaksanakan pendidikan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali untuk mencapai gelar Sarjana Kebidanan (S.Keb).
4. Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT.,M.Kes selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan, pengetahuan, masukan, saran serta motivasi

dalam menyelesaikan penelitian ini.

5. Ni Gst Ayu Pramita Aswitami, S.SiT., M.Keb selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, pengetahuan, masukan, saran serta motivasi dalam menyelesaikan penelitian ini. Segenap Dosen Jurusan Kebidanan Stikes Bina Usaha Bali yang telah banyak memberikan materi selama perkuliahan.
6. Keluarga Tercinta Ibu, Bapak yang telah memberikan dukungan secara moril, perhatian, finansial serta doa sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
7. Kepada Saudaraku Dhyana, Kak Luhtu, Kak Maha, Kak DwAyu Diah yang telah memberikan dukungan dan doa kepada peneliti.
8. Para Sahabatku Triana, Dewi, Candra, Memes, Dian yang telah memberikan dukungan, semangat dan motivasi kepada peneliti.
9. Seluruh pihak yang telah berperan penting dalam proses penyusunan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan penelitian ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan segala saran dan kritik yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan usulan penelitian ini. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

Mangupura, 7 Desember 2023

Penulis

Ni Putu Sri Pratiwi

## DAFTAR ISI

|   |      |
|---|------|
| <b>HALAMAN JUDUL</b> .....                      | i    |
| <b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....                | ii   |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....                 | iii  |
| <b>ABSTRAK</b> .....                            | iv   |
| <b>ABSTRAC</b> .....                            | v    |
| <b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITI</b> ..... | vi   |
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....                     | vii  |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                         | ix   |
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....                       | xii  |
| <b>DAFTAR GAMBAR</b> .....                      | xiii |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....                    | xiv  |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>                        |      |
| A. Latar Belakang.....                          | 1    |
| B. Rumusan Masalah.....                         | 5    |
| C. Tujuan Penelitian .....                      | 6    |
| D. Manfaat Penelitian .....                     | 6    |
| E. Keaslian Penelitian .....                    | 6    |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>                  |      |
| A. Pengetahuan .....                            | 10   |
| B. Remaja .....                                 | 17   |
| C. Mentruasi .....                              | 21   |

|                            |    |
|----------------------------|----|
| D. <i>Dismenorea</i> ..... | 23 |
| E. <i>Akupresure</i> ..... | 31 |
| F. Konsep Video.....       | 45 |
| G. Kajian Empiris .....    | 49 |
| H. Kerangka Teori .....    | 51 |

### **BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI**

#### **OPERASIONAL**

|                              |    |
|------------------------------|----|
| A. Kerangka Konsep.....      | 52 |
| B. Hipotesis .....           | 52 |
| C. Definisi Operasional..... | 53 |

### **BAB IV METODE PENELITIAN**

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| A. Rancangan Penelitian.....        | 54 |
| B. Populasi dan Sampel.....         | 55 |
| 1. Populasi .....                   | 55 |
| 2. Sampel.....                      | 55 |
| C. Tempat Penelitian.....           | 57 |
| D. Waktu Penelitian.....            | 57 |
| E. Etika Penelitian.....            | 57 |
| F. Alat Pengumpulan Data.....       | 59 |
| 1. Instrumen Penelitian .....       | 59 |
| 2. Validitas dan Reliabilitas ..... | 59 |
| G. Prosedur Pengumpulan Data.....   | 60 |
| H. Pengolahan Data .....            | 61 |
| I. Analisis Data .....              | 63 |

## **BAB V HASIL PENELITIAN**

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| A. Tempat dan Waktu Penelitian..... | 63 |
| B. Hasil Analisis Univariat.....    | 63 |
| C. Hasil Uji Bivariat .....         | 65 |

## **BAB VI PEMBAHASAN**

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| A. Interpretasi Penelitian.....  | 67 |
| B. Keterbatasan Penelitian ..... | 72 |
| C. Implikasi .....               | 72 |

## **BAB VII PENUTUP**

|                  |    |
|------------------|----|
| A. Simpulan..... | 74 |
| B. Saran .....   | 74 |

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

|  |    |
|--|----|
| Tabel 2.1 Tabel Klasifikasi IMT Kemenkes RI.....   | 26 |
| Tabel 3.1 Definisi Operasional Efektivitas Edukasi Terhadap Pengetahuan<br>Remaja Tentang Pijat <i>Akupresure</i> untuk Mengurangi <i>Dismenorea</i> di<br>SMA Negeri 2 Mengwi ..... | 53 |
| Tabel 5.1 Identifikasi Pengetahuan Remaja Tentang <i>Akupresure</i> untuk Mengurangi<br><i>Dismenorea</i> Sebelum Diberikan Video Edukasi .....                                      | 64 |
| Tabel 5.2 Identifikasi Pengetahuan Remaja Tentang <i>Akupresure</i> untuk Mengurangi<br><i>Dismenorea</i> Sesudah Diberikan Video Edukasi.....                                       | 64 |
| Tabel 5.3 Analisis Efektivitas Video Edukasi Terhadap Remaja Tentang<br><i>Akupresure</i> Untuk Mengurangi <i>Dismenorea</i> .....   | 65 |

## DAFTAR GAMBAR

|   |    |
|---|----|
| 2.1 Gambar Finger Cun .....   | 39 |
| 2.2 Gambar Titik Hegu Point Li-4 .....  | 42 |
| 2.3 Gambar Gambar Titik Sanyinjiaon Point.....  | 44 |
| 2.4 Kerangka Teori Efektivitas Video Edukasi Tehadap Pengetahuan Remaja Tentang Pijat Akupresure Untuk Mengurangi Dismenorea di SMA Negeri 2 Mengwi ... | 51 |
| 3.1 Kerangka Konsep Efektivitas Edukasi Terhadap Pengetahuan Reamaja Tentang Pijat Akupresure untuk Mengurangi Dismenorea di SMA N 2 Mengwi.....        | 53 |

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penelitian

Lampiran 2. Surat *Ethical Appoval*

Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian

Lampiran 4. Lembar Penjelasan Peneliti

Lampiran 5. Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 6. Lembar Kuisisioner

Lampiran 7. Master Tabel

Lampiran 8. Hasil Analisis

Lampiran 9. Lembar Bimbingan

Lampiran 10. Dokumentasi

## DAFTAR PUSTAKA

- Arif Yudianto. (2017). *Penerapan Video Sebagai Media Pembelajaran*.
- Arikunto. (2007). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (R. Apta (ed.)).
- Dewi, M. P. and Rahmita, N. A. (2019). *Terapi Komplementer : Konsep dan Aplikasi dalam Keperawatan*. Yogyakarta (PT. Pustaka (ed.)).
- Direktorat Pelayanan Kesehatan Tradisional. (2018). *Kurikulum dan Modul Peningkatan Kapasitas Tenaga Kesehatan dalam Pelayanan Akupresur di Puskesmas*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Ernawati. (2017). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Upaya Penanganan Dismenorea Pada Siswi Asrama Putri*.
- Esti, M. W. (2021). Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Teknik Pijat Akupresur Terhadap Pengurangan Dismenorea. *Call for Paper ...*, 27–32. 5
- Fatmawaty, R. (2017). *Memahami Psikologi Remaja*. 55–65.
- Fitria, F. and Haqqattiba'ah, A. (2019). *Pengaruh Akupresur dengan Teknik Tuina terhadap Pengurangan Nyeri Haid (Disminore) pada Remaja Putri*. *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*. 73–81.
- Hafni, N. S. (2019). *Pengaruh Akupresur Terhadap Dismenore pada Remaja di SMP Swasta Islam Terpadu Siti Hajar Medan*.
- Hasanah, O. et al. (2020). Efektifitas Combo Accupresure Point Pada Fase Menstruasi Terhadap Dismenore pada Remaja Abstrak Pendahuluan Dismenore merupakan salah satu masalah ginekologis yang sering dirasakan oleh remaja perempuan. *Efektifitas Combo Accupresure Point Pada Fase Menstruasi Terhadap Dismenore Pada Remaja Abstrak Pendahuluan Dismenore Merupakan Salah Satu Masalah Ginekologis Yang Sering Dirasakan Oleh Remaja Perempuan*, 1–11.
- Karim Anton Calis. (2019). *Dysmenorrhea : Practice Essentials, Background, Pathophysiology*.
- Kristianingsih, A. (2016). *Faktor Risiko Dismenore Primer pada Siswi Sekolah Menengah Pertama (SMP X) Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan*. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*,. 19–27.
- Kural, M. et al. (2015). *Menstrual characteristics and prevalence of dysmenorrhea in college going girls*. 426–431.

- Kurniati, B., Amelia, R. and Oktora, M. Z. (2019). *Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kejadian Dismenore pada Mahasiswi Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Padang*No Title. 7–11.
- Larasati, T. A., & Alatas, F. (2016). Dismenore Primer dan Faktor Risiko Dismenore Primer pada Remaja. *Jurnal Majority*, 5(3), 79–84. <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/1040>
- Latifah. (2020). Reducing Dysmenorrhea using Accupressure on Teenage Girl at Pratama Clinic of Harapan Bersama Tegal. *Jurnal Kebidanan*, 10(1), 43–47. <https://doi.org/10.31983/jkb.v10i1.5294>
- Mia Aprilia. (2021). Perbedaan Intensitas Nyeri Haid Prmer Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Combo Accupresure Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 3 Singaraja.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (Rineka Cipta (ed.)).
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan* (Rineka Cipta (ed.)).
- Nursalam. (2008). *Konsep Dan Penerapan Metologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (Salemba Medika (ed.)).
- Nursalam. (2017). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. In *Salemba Medika*.
- Rajin, M., Marulloh and Ghofar, A. (2015). *Panduan Babon Akupunktur* (Indolitera).
- Renityas, N. N. (2017). *Efektifitas Titik Accupresure Li4 Terhadap Penurunan Nyeri Disminore Pada Remaja Putri*.
- Runiari, N. (2019). *Derajat Disminoria Dengan Upaya Penangan Pada Remaja*.
- Sarwono. (2011). *Psikologi Remaja* (Rajawali Pers (ed.); Revisi).
- Sarwono. (2012). *Ilmu Kebidanan*.
- Sinaga, E. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi*, In MaKarim Anton Calis, PharmD, MPH, Michel E Rivlin, M. (2019). *Dysmenorrhea: Practice Essentials, Background, Pathophysiology.najemen Kesehatan Menstruasi. Jakarta*.
- WHO. (2018). *Orientation programme on adolescent health for health-care providers*.
- Wong, M. F. (2011). *Acuyoga Kombinasi Akupresur dan Yoga*. (Penebar Pl).

Wulandari, E. H. S. R. (2016). *Pengaruh Abdominal Stretching Exercise Terhadap Penurunan Kadar Prostaglandin Pada Dismenore Primer.*