

**PENGARUH PENERAPAN PIJAT AKUPRESUR PADA TITIK
LI 4 TERHADAP NYERI MENSTRUASI REMAJA PUTRI
DI WILAYAH KABUPATEN BOGOR**

SKRIPSI



Oleh :

ARINI GARDINIA LATIFAH

235401446020

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2024**

**PENGARUH PENERAPAN PIJAT AKUPRESUR PADA TITIK
LI 4 TERHADAP NYERI MENSTRUASI REMAJA PUTRI
DI WILAYAH KABUPATEN BOGOR**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan
pada Program Studi Ilmu Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Jakarta



Oleh :

ARINI GARDINIA LATIFAH

235401446020

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2024**

SKRIPSI

**PENGARUH PENERAPAN PIJAT AKUPRESUR PADA
TITIK LI 4 TERHADAP NYERI MENSTRUASI REMAJA
PUTRI DI WILAYAH KABUPATEN**



Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si

Halaman Persetujuan Setelah Maju Sidang

Judul Skripsi : Pengaruh Penerapan Pijat Akupresur Pada Titik LI 4 Terhadap Nyeri Menstruasi Remaja Putri di Wilayah Kabupaten Bogor

Nama Mahasiswa : Arini Gardinia Latifah

NPM : 235401446020

Penguji 1 : Bdn. Putri Azzahroh, S.ST, M. Kes

Penguji 2 : Bdn. Yenny Aulya, SST, M.Keb

Penguji 3 : Dra. Suprihatin, M.Si



Menyetujui,

Halaman Persetujuan Sebelum Maju Sidang

Judul Skripsi : Pengaruh Penerapan Pijat Akupresur Pada Titik LI 4 Terhadap Nyeri Menstruasi Remaja Putri di Wilayah Kabupaten Bogor

Nama Mahasiswa : Arini Gardinia Latifah

NPM : 235401446020



PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama Mahasiswa : Arini Gardinia Latifah

NPM : 235401446020

Judul Skripsi : Pengaruh Penerapan Pijat Akupresur pada Titik LI 4 Terhadap Nyeri Menstruasi Remaja Putri di Wilayah Kabupaten Bogor

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta, 10 Mei 2024



A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Arini', is written over the stamp and QR code area.

(Arini Gardinia Latifah)

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim, Alhamdulillah Rabbi'alamiin, segala puji bagi Allah Yang Maha Kuasa, sholawat dan salam untuk Baginda Nabi Muhammad SAW. Atas segala limpahan nikmat serta karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan penelitian skripsi dengan judul “Pengaruh Penerapan Pijat Akupresur pada Titik LI 4 Terhadap Nyeri Menstruasi Remaja Putri di Wilayah Kabupaten Bogor”. Skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Kebidanan di Program Studi Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Nasional.

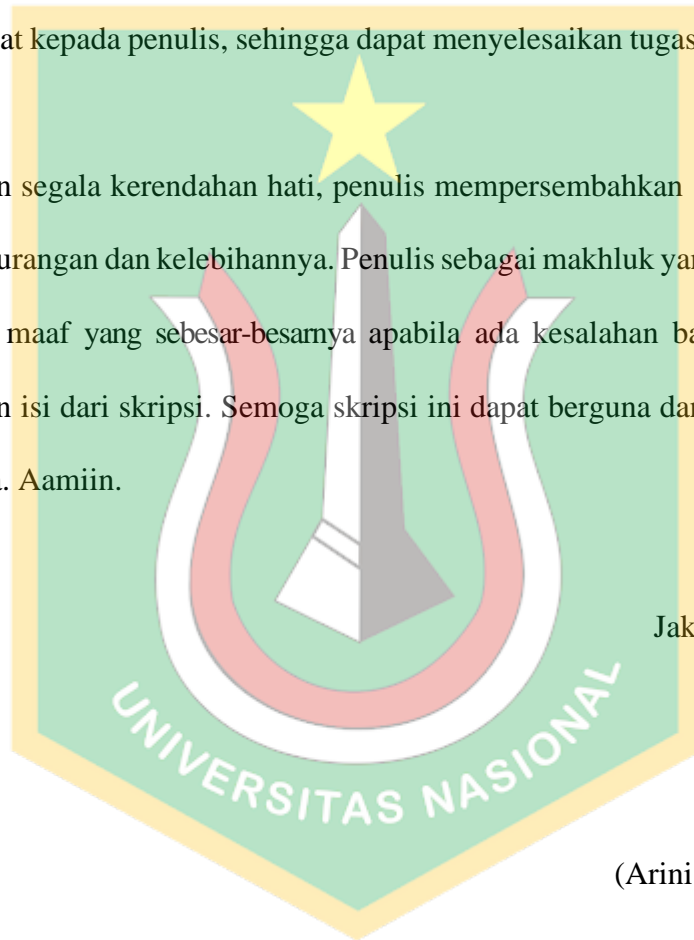
Terwujudnya laporan penelitian ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan dorongan berbagai pihak, maka sebagai ungkapan hormat dan penghargaan penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Prof. Dr. Retno Widowati, M. Si
2. Ketua Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Bdn. Putri Azzahroh, S.ST, M.Kes
3. Ibu Bdn. Yenny Aulya., SST., M. Keb selaku pembimbing 1 yang telah memberi dorongan, saran, ilmu, dan waktunya dalam memberikan bimbingan selama proses pembuatan skripsi.
4. Ibu Dra. Suprihatin, M.Si, selaku pembimbing 2 yang telah memberi dorongan saran, ilmu, dan waktunya dalam memberikan bimbingan selama proses pembuatan skripsi.
5. Ibu Dosen serta Staf Program Studi Kebidanan Universitas Nasional yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan juga memberi bantuan selama penulis

mengikuti perkuliahan.

6. Bapak Ganesha Hardhoni Rahardjo, selaku Pimpinan LB LIA Cibinong yang telah mengizinkan tempat penelitian.
7. Remaja putri di wilayah Kabupaten Bogor, selaku responden yang telah berpartisipasi aktif dalam penelitian.
8. Seluruh keluarga dan teman-teman sejawat yang telah mendukung memberikan semangat kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.

Dengan segala kerendahan hati, penulis mempersembahkan skripsi ini dengan segala kekurangan dan kelebihannya. Penulis sebagai makhluk yang tidak sempurna memohon maaf yang sebesar-besarnya apabila ada kesalahan baik secara teknik, format, dan isi dari skripsi. Semoga skripsi ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua. Aamiin.



Jakarta, 10 Mei 2024

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Arini', written in a cursive style.

(Arini Gardinia Latifah)

Abstrak

PENGARUH PENERAPAN PIJAT AKUPRESUR PADA TITIK LI 4 TERHADAP NYERI MENSTRUASI REMAJA PUTRI DI WILAYAH KABUPATEN BOGOR

Arini Gardinia Latifah¹, Yenny Aulya², Suprihatin³

^{1,2,3} Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional, Jakarta

Latar belakang : Nyeri menstruasi primer menyumbang prevalensi sebesar 89.5% dari seluruh gangguan menstruasi. Di Indonesia 54.89% wanita menderita nyeri menstruasi primer. Nyeri yang tidak ditangani dapat menyebabkan kondisi memburuk seperti sakit pada kepala, muntah, letih, hingga diare. Salah satu metode non farmakologi untuk mengurangi nyeri adalah pijat akupresur.

Tujuan : Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui pengaruh pijat akupresur pada titik LI (*Large Intestine*) 4 terhadap nyeri menstruasi remaja putri di wilayah Kabupaten Bogor.

Metodologi : Desain penelitian ini adalah yaitu quasi-experimental dengan rancangan *two-group pretest-posttest control group design*. Sampel berjumlah 30 responden berusia 14-22 tahun yang mengalami nyeri menstruasi primer pada hari pertama dan kedua menstruasi, dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah *Numeric Rating Scale* (NRS). Data dianalisis menggunakan uji *Paired Sample T-Test* dan *Independent T-Test*.

Hasil : Didapatkan rerata tingkat nyeri menstruasi remaja putri kelompok intervensi dengan nilai pretest sebesar 5,80 dan nilai posttest sebesar 3,53. Rerata tingkat nyeri menstruasi remaja putri kelompok kontrol memiliki nilai pretest sebesar 6,33 dan nilai posttest sebesar 6,20. Pada kedua uji *Paired Sample T-Test* dan *Independent T-Test* didapatkan nilai *p-value* kelompok intervensi sebesar $0.000 < 0,05$ sehingga dapat dikatakan bahwa ada pengaruh penerapan pijat akupresur pada titik LI 4 terhadap nyeri menstruasi remaja putri.

Simpulan : Terdapat pengaruh penerapan pijat akupresur pada titik LI 4 terhadap penurunan nyeri menstruasi remaja putri di wilayah Kabupaten Bogor

Saran : Semoga kedepannya terdapat penyuluhan atau seminar pada remaja putri agar dapat menerapkan pijat akupresur pada titik LI 4 di rumah sebagai alternatif terapi komplementer.

Kata Kunci: Nyeri Menstruasi, Pijat Akupresur, Remaja Putri, Titik LI 4

Referensi : 45 (2019-2024)

ABSTRACT

THE EFFECT OF ACUPRESSURE MASSAGE AT LI 4 POINT ON MENSTRUAL PAIN AMONG FEMALE ADOLESCENTS IN BOGOR REGENCY

Arini Gardinia Latifah¹, Yenny Aulya², Suprihatin³

Background: Primary menstrual pain accounts for prevalence of 89.5% of all menstrual disorders. In Indonesia 54.89% of women suffer from primary menstrual pain. Untreated pain can cause worsening conditions such as headaches, vomiting, fatigue, and diarrhea. One of the non-pharmacological methods to reduce menstrual pain is acupressure massage.

Aim: To determine the effect of acupressure massage at LI (Large Intestine) 4 point on menstrual pain of adolescent girls in the Bogor Regency.

Methods: This was a quasi-experimental with a two-group pretest-posttest control group design. The sample amounted to 30 respondents aged 14-22 years who experienced primary menstrual pain on the first and second day of menstruation, selected by purposive sampling technique. The instrument used was the Numeric Rating Scale (NRS). Data were analyzed using the Paired Sample T-Test and Independent T-Test tests.

Results: The mean level of menstrual pain of female adolescents in the intervention group was obtained with a pretest value of 5.80 and a posttest value of 3.53. The mean level of menstrual pain of adolescent girls in the control group had a pretest value of 6.33 and a posttest value of 6.20. In both the Paired Sample T-Test and Independent T-Test tests, the p-value of the intervention group was 0.000 < 0.05, so it can be said that there is an effect of applying acupressure massage at point LI 4 on female menstruation.

Conclusion: There was an effect of the application of acupressure massage at point LI 4 on reducing menstrual pain of female adolescents in the Bogor Regency.

Recommendation: It is recommendation for female adolescents to apply acupressure massage at LI point 4 at home as an alternative complementary therapy.

Key words: acupressure massage, female adolescents, menstrual pain, LI 4 point

Bibliography: 45 (2019-2024)

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan	5
1.4 Manfaat	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Landasan Teori.....	8
2.2 Kerangka Teori	22
2.3 Kerangka Konsep.....	23
2.4 Hipotesis	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	25
3.1 Desain Penelitian	25
3.2 Populasi dan Sampel.....	26
3.3 Lokasi Penelitian.....	28
3.4 Waktu Penelitian.....	29
3.5 Variabel Penelitian.....	29
3.6 Definisi Operasional	29
3.7 Instrumen Penelitian	30
3.8 Prosedur Pengumpulan data.....	31
3.9 Analisis Data	32
3.10Etika Penelitian	33

	Halaman
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	36
4.1 Hasil	36
4.2 Pembahasan	39
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	44
5.1 Simpulan	44
5.2 Saran	44
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN	50



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Desain Penelitian	25
Tabel 3.2 Definisi Operasional	30
Tabel 4.1 Analisis Deskriptif	36
Tabel 4.2 Uji Normalitas Data	37
Tabel 4.3 Pengaruh Pijat Akupresur pada Titik LI 4 terhadap Tingkat Nyeri Menstruasi Remaja Putri	38
Tabel 4.4 Rata-Rata Tingkat Nyeri Menstruasi Remaja Putri	39



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Siklus Menstruasi Normal.....	10
Gambar 2.2 <i>Visual Analog Scale</i> (VAS).....	15
Gambar 2.3 <i>Verbal Rating Scale</i> (VRS)	15
Gambar 2.4 <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS)	16
Gambar 2.5 Wong Baker <i>FACES Pain Rating Scale</i>	17
Gambar 2.6 Titik LI 4	21
Gambar 2.7 Kerangka Teoritis	23
Gambar 2.8 Kerangka Konsep	23
Gambar 3.1 Perhitungan Sampel dengan Rumus <i>Slovin</i>	27



DAFTAR SINGKATAN

ASI	: Air Susu Ibu.
BKKBN	: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana.
BPS	: Badan Pusat Statistik
Kemkes RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
LB LIA	: Lembaga Bahasa LIA.
LI 4	: <i>Large Intestine</i> 4, titik tekan yang terletak di antara pangkal ibu jari dan jari telunjuk, tepat di area otot.
LV 3	: <i>Liver</i> 3, titik tekan yang terletak di bagian atas kaki, titik antara jempol kaki dan jari kedua.
NSAID	: obat Non-Steroid Anti Inflamasi.
PC 6	: <i>Pericardium</i> 6, titik tekan yang terletak pada pertengahan sisi dalam tangan pada lokasi 3 jari diatas lipas pergelangan tangan.
SP 6	: <i>Spleen</i> 6, titik tekan yang terletak sekitar tiga cun atau sekitar empat jari di atas mata kaki, tepat di ujung tulang kering
SP 10	: <i>Spleen</i> 10, titik tekan yang terletak pada paha medial, 6 cm di atas lutut pada perbedaan warna kulit.
ST 36	: <i>Stomach</i> 36, titik tekan yang terletak empat jari di bawah lutut, di tepi luar tulang kering.
WHO	: World Health Organization

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Lembar Konsultasi / Bimbingan Skripsi	50
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian dari Fakultas	53
Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian dari Instansi	54
Lampiran 4 <i>Informed Consent</i> (Lembar Persetujuan)	55
Lampiran 5 Instrumen Penelitian	56
Lampiran 6 Master Data Penelitian	61
Lampiran 7 Hasil <i>Output</i> Analisis Data	62
Lampiran 8 Bukti Foto Kegiatan Penelitian	66
Lampiran 9 Uji Etik Penelitian	68
Lampiran 10 Biodata Penulis	69

