

**PERBANDINGAN EFEKTIVITAS PENURUNAN DISMENORE
DENGAN TERAPI AKUPRESURE DI SMAN 1
CIGALONTANG TASIKMALAYA
TAHUN 2023**

SKRIPSI



Oleh:

EVI SINTA PRATIWI

225401446005

**UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
JAKARTA
2023**

**PERBANDINGAN EFEKTIVITAS PENURUNAN DISMENORE
DENGAN TERAPI AKUPRESURE DI SMAN 1
CIGALONTANG TASIKMALAYA
TAHUN 2023**

SKRIPSI

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



Oleh:

EVI SINTA PRATIWI

225401446005

**UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
JAKARTA
2023**

SKRIPSI

PERBANDINGAN EFEKTIVITAS PENURUNAN DISMENORE DENGAN TERAPI AKUPRESURE DI SMAN 1 CIGALONTANG TASIKMALAYA TAHUN 2023

Oleh:

Evi Sinta Pratiwi

225401446005

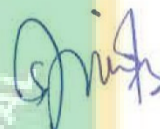
Telah Dipertahankan Di Hadapan Penguji Skripsi
Program Studi Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Pada tanggal 14 Agustus 2023

Pembimbing 1,



Yenny Aulya, S.ST., M.Keb

Pembimbing 2,



Dr. Siti Syamsiah, S.Keb., M.Keb.

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Prof. Dr. Dra. Retno Widowati, M.Si

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Perbandingan Efektivitas Penurunan Dismenore
Dengan Terapi Akupresure di SMAN 1 Cigalontang
Tasikmalaya Tahun 2023

Nama Mahasiswa : Evi Sinta Pratiwi
NPM : 225401446005



Yenny Aulya,S.ST.,M.Keb

Dr.Siti Syamsiah,S.Keb.,M.Keb

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Perbandingan Efektivitas Penurunan Dismenore
Dengan Terapi Akupresure di SMAN 1 Cigalontang
Tasikmalaya Tahun 2023

Nama Mahasiswa : Evi Sinta Pratiwi
NPM : 225401446005



PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Evi Sinta Pratiwi

NPM 225401446005

Judul Penelitian : Perbandingan Efektivitas Penurunan Dismenore dengan Terapi Akupresure di SMAN 1 Cigalontang Tasikmalaya Tahun 2023

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, 14 Agustus 2023



Handwritten signature of Evi Sinta Pratiwi.

(Evi Sinta Pratiwi)



KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Penyusunan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi syarat-syarat untuk bisa mencapai gelar Sarjana Kebidanan di Universitas Nasional Jakarta.

Saya menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya ridha Illahi, dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini dengan rendah hati dan rasa hormat yang besar saya mengucapkan “Salam Sejahtera” beserta terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Prof. Dr. Dra. Retno Widowati, M.Si.
2. Ketua Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Putri Azzahroh, S.ST., M.Kes.
3. Ibu Yenny Aulya, S.ST., M.Keb selaku pembimbing 1 yang telah memberi masukan dan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi saya.
4. Ibu Dr. Siti Syamsiah, S.Keb., M.Keb. selaku pembimbing 2 yang telah memberikan masukan dalam pembuatan skripsi saya.
5. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran di Kampus FIKES UNAS.
6. Kepala Sekolah SMAN 1 Cigalontang yang telah memberikan kesempatan untuk peneliti melakukan penelitian.
7. Siswi SMAN 1 Cigalontang sebagai responden yang sudah bersedia

bekerjasama dalam penelitian ini.

8. Terimakasih kepada orang tua, suami Nova Dwi Atmaja, anak tercinta Rheandra Arka Az-Zhafran, atas dukungan baik material dan moral dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Terimakasih kepada Alvi Sylvia, Nana Silvana, Necia Stephani, dan Titi Wijayanti yang telah berjuang dari awal perkuliahan sampai saat ini dan teman-teman satu bimbingan (Mbak Atika dan Maria Selviani Sembiring) yang selalu kompak dan saling mengingatkan dalam setiap bimbingan.
10. Terimakasih kepada teman-teman kelas B1 angkatan 2022 teman seperjuangan yang telah bersama dari awal perkuliahan hingga sekarang.

Akhirnya saya sebagai makhluk yang tidak sempurna, mohon maaf apabila ada kesalahan baik secara teknik, format ataupun isi dari skripsi saya. Harapan saya semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat.

Jakarta, 14 Agustus 2023



(Evi Sinta Pratiwi)

ABSTRAK

**PERBANDINGAN EFEKTIVITAS PENURUNAN DISMENORE
DENGAN TERAPI AKUPRESURE DI SMAN 1
CIGALONTANG TASIKMALAYA
TAHUN 2023**

Evi Sinta Pratiwi, Yenny Aulya, Siti Syamsiah

Latar Belakang : Remaja putri yang mengalami menstruasi merasakan nyeri baik sebelum, selama atau saat menstruasi terjadi, hal ini berdampak buruk terhadap kesehatan dan aktivitas sosial dan prestasi siswi. Data di SMAN 1 Cigalontang tahun 2023 jumlah kasus dismenore sebanyak 95 kasus. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi dismenore adalah dengan Akupresure.

Tujuan Penelitian : Penelitian ini bertujuan mengetahui perbandingan efektivitas penurunan dismenore dengan terapi akupresure di SMAN 1 Cigalontang Tasikmalaya Tahun 2023

Metodelogi Penelitian : Desain penelitian ini adalah eksperimen semu dengan rancangan *pre-test* dan *post-test with control group design*. Populasi dalam penelitian ini 38 remaja, yang terdiri dari 19 untuk kelompok intervensi dan 19 kelompok intervensi. Data dikumpulkan menggunakan format isian untuk menilai pelaksanaan akupresure dan format observasi untuk menilai skala nyeri dismenore kemudian data dianalisis dengan uji Wilcoxon.

Hasil Penelitian : Hasil penelitian didapatkan terapi akupresure titik *sanyinjiao* (SP6)(intervensi) dan terapi akupresure titik *Hegu* (LI-4)(intervensi) efektif menurunkan dismenore. Terdapat perbandingan penurunan dismenore dengan terapi akupresure titik *sanyinjiao* (SP6) dan titik *hegu* (LI-4) di SMAN 1 Cigalontang Tasikmalaya Tahun 2023

Kesimpulan : Kesimpulannya akupresure titik *sanyinjiao* (SP6) lebih efektif dibandingkan titik *hegu* (LI-4) dalam menurunkan dismenore.

Saran : Oleh karena itu remaja putri disarankan melakukan melakukan akupresure untuk menurunkan dismenore secara mandiri pada titik-titik *sanyinjiao* (SP6).

Kata Kunci : Akupresure titik *sanyinjiao* (SP6) dan titik *hegu* (LI-4), Dismenore, remaja putri

Kepustakaan: 42 Pustaka (2010-2021)

ABSTRACT

THE COMPARISON OF THE EFFECTIVENESS OF REDUCING DYSMENORRHEA WITH ACUPRESSURE THERAPY AT SMAN 1 CIGALONTANG TASIKMALAYA IN 2023

Evi Sinta Pratiwi, Yenny Aulya, Siti Syamsiah

Background: Adolescent girls who experience menstruation feel pain either before, during or when menstruation occurs, this has a negative impact on the health and social activities and achievements of female students. Data at SMAN 1 Cigalontang in 2023 the number of dysmenorrhea cases was 95 cases. One effort that can be done to reduce dysmenorrhea is with acupressure.

Objectives: This study aims to compare the effectiveness of reducing dysmenorrhea with acupressure therapy at SMAN 1 Cigalontang Tasikmalaya in 2023.

Methodology: The design of this study was a quasi-experimental design with pre-test and post-test with control group design. The population in this study was 38 adolescents, consisting of 19 for the intervention group and 19 for the intervention group. Data were collected using a filling format to assess the implementation of acupressure and an observation format to assess the dysmenorrhea pain scale and then the data were analyzed using the Wilcoxon test.

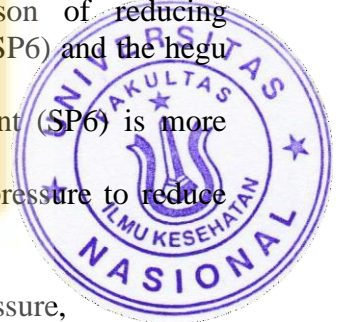
Results: The results showed that acupressure therapy at sanyinjiao point (SP6) (intervention) and acupressure therapy at Hegu point (LI-4) (intervention) were effective in reducing dysmenorrhea. There is a comparison of reducing dysmenorrhea with acupressure therapy at the sanyinjiao point (SP6) and the hegu point (LI-4) at SMAN 1 Cigalontang Tasikmalaya in 2023.

Conclusion: In conclusion, acupressure at the sanyinjiao point (SP6) is more effective than the hegu point (LI-4) in reducing dysmenorrhea.

Suggestion: Therefore, adolescent girls are advised to do acupressure to reduce dysmenorrhea independently at sanyinjiao points (SP6).

Keywords: Sanyinjiao point (SP6) and hegu point (LI-4) acupressure, dysmenorrhea, young women

References: 42 (2010-2021).



DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH SIDANG.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR.....	6
ABSTRAK.....	8
ABSTRACT.....	9
DAFTAR ISI.....	10
DAFTAR TABEL.....	12
DAFTAR GAMBAR.....	13
DAFTAR SINGKATAN.....	14
DAFTAR LAMPIRAN.....	15
BAB I.....	16
1.1 Latar Belakang.....	16
1.2 Rumusan Masalah.....	21
1.3 Tujuan Penelitian.....	21
1.4 Manfaat Penelitian.....	22
BAB II.....	23
2.1 Kajian Teori.....	23
2.2 Kerangka Teori.....	38
2.3 Kerangka Konsep.....	39
2.4 Hipotesis Penelitian.....	39
BAB III.....	40
3.1 Desain Penelitian.....	40
3.2 Populasi dan Sampel.....	41
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	43
3.4 Variabel Penelitian.....	43
3.5 Definisi Operasional.....	44
3.6 Instrumen Penelitian.....	45
3.7 Prosedur Pengumpulan Data.....	45
3.8 Analisis Data.....	49

3.9 Tabulasi	51
3.10 Etika Penelitian	52
BAB IV	54
4.1 Hasil Penelitian	54
4.2 Pembahasan Penelitian.....	57
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	65
BAB V.....	66
5.1 Simpulan	66
5.2 Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA	68



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Definisi Operasional.....	45
4.1 Skala dismenore sebelum dan sesudah diterapkan terapi akupresure titik <i>sanyinjiao</i> (SP6) dan titik <i>hegu</i> (LI-4) pada di SMAN 1 Cigalontang Tasikmalaya.....	54
4.2 Uji Normalitas data Shapirowilk.....	55
4.3 Efektivitas penurunan dismenore dengan terapi akupresure titik <i>sanyinjiao</i> (SP6) (intervensi) di SMAN 1 Cigalontang Tasikmalaya	55
4.4 Efektivitas penurunan dismenore dengan terapi akupresure titik <i>hegu</i> (LI-4) (intervensi) di SMAN 1 Cigalontang Tasikmalaya.....	56
4.5 Perbandingan efektivitas penurunan dismenore dengan terapi akupresure titik <i>sanyinjiao</i> (SP6) (intervensi) dan titik <i>hegu</i> (LI-4) (intervensi)	57



DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
2.1	Titik <i>Sanyinjiao</i>	36
2.2	Titik <i>Hegu</i>	36
2.3	Kerangka Teori	39
2.4	Kerangka Konsep	40
3.1	Rancangan Penelitian	42



DAFTAR SINGKATAN

Kemendes RI : Kementrian Kesehatan Republik Indonesia

NRS : *Numeric Rating Scale*

Puskesmas : Pusat Kesahatan Masyarakat

Riskesdas : Riset Kesahatan Dasar

SMAN : Sekolah Menengah Atas Negeri

TRANS : *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*

UKS : Unit Kesehatan Sekolah

WHO : *World Health Organization*



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Konsultasi / Bimbingan Skripsi
- Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian Dari Fakultas
- Lampiran 3 Surat Balasan dari Instansi
- Lampiran 4 Surat Pengajuan Uji Etik
- Lampiran 5 Surat Balasan Uji Etik dari UNPRI
- Lampiran 6 *Informed Consent*
- Lampiran 7 Lembar Observasi
- Lampiran 8 Lembar Evaluasi Penilaian Dismenore
- Lampiran 9 Standar Operasional Prosedur Terapi Akupresure terhadap
Dismenore pada Remaja Putri
- Lampiran 10 Hasil SPSS
- Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 12 *Master Table*
- Lampiran 13 Uji Similaritas Naskah Skripsi
- Lampiran 14 Biodata Penulis