



**EFEKTIVITAS AKUPRESURE TERHADAP  
PENURUNAN NYERI DISMENOREA PRIMER  
PADA SISWI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA  
STRADA GUNUNG SAHARI  
JAKARTA 2018**

Oleh : Sri Sumiyati

NIM : 2016-12-060

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN Sint Carolus**

**PROGRAM S1 KEPERAWATAN**

**JAKARTA**

**2018**



**EFEKTIVITAS AKUPRESURE TERHADAP  
PENURUNAN NYERI DISMENOREA PRIMER  
PADA SISWI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA  
STRADA GUNUNG SAHARI  
JAKARTA 2018**

Penelitian ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
SARJANA KEPERAWATAN

Oleh : Sri Sumiyati

NIM : 2016-12-060

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN Sint Carolus**

**PROGRAM S1 KEPERAWATAN**

**JAKARTA**

**2018**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SINT CAROLUS  
PROGRAM S-1 KEPERAWATAN**

Laporan Penelitian

Februari, 2018

Sri Sumiyati

**Efektivitas Akupresure Terhadap Penurunan Nyeri Dismenorea Primer Pada  
Siswi Sekolah Menengah Pertama Strada Gunung Sahari Jakarta, 2018**

56 halaman + 5 tabel + 3 gambar + 12 lampiran

**ABSTRAK**

Dismenorea atau nyeri haid merupakan gejala yang paling sering dikeluhkan oleh wanita usia produktif (Manuaba, 2012). Secara nasional rata-rata usia menarche 13-14 tahun terjadi pada 37,5% anak Indonesia (Rikesda, 2010). Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui efektivitas akupresure terhadap penurunan nyeri dismenorea primer pada siswi SMP Strada Gunung Sahari Jakarta. Jenis penelitian *Quasi Eksperimen* dengan pendekatan *pretest, posttest with control group design*. Jumlah sampel 64 responden. Hasil uji *Sample Paired T-Test*, terdapat perbedaan rata-rata penurunan skala nyeri dismenorea primer pre dan post pemberian akupresure1:  $(0,82) \pm (0,68)$ , akupresure2:  $(1,56) \pm (0,53)$ , akupresure3:  $(2,39) \pm (0,70)$ , terdapat pengaruh signifikan pemberian akupresure terhadap penurunan nyeri dismenorea primer  $p = \text{value}: 0,000$  ( $P\text{value} < 0,05$ ). Disimpulkan bahwa pemberian akupresure berdampak pada penurunan skala nyeri dismenorea primer. Dengan demikian akupresue strategi nonfarmakologis yang efektif, aman dan terjangkau oleh semua lapisan masyarakat untuk pengobatan nyeri pada dismenore primer. Akupresure bisa dijadikan sebagai modalitas pengobatan untuk remaja putri yang menderita dismenore primer yang tidak ingin atau tidak dapat menggunakan obat farmakologis konvensional.

Kata Kunci : Dismenorea Primer, Akupresure, Penurunan Skala Nyeri

Daftar Pustaka : 19 buku, 17 artikel jurnal (1986-2017)

**SAINT CAROLUS INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE**  
**BACHELOR OF NURSING PROGRAM**

*Research Report*

*February, 2018*

Sri Sumiyati

***Effectiveness of Acupressure Against Pain Reduction of Primary Dysmenorrhea  
In Junior High School Students of Strada Gunung Sahari Jakarta, 2018***

*56 pages + 5 tables + 3 images + 12 attachments*

**ABSTRACT**

*Dysmenorrhea or menstrual pain, is the most common symptom of women of childbearing age (Manuaba, 2012). Nationally, the average age of 13-14 years of menarche occurs in 37.5% of Indonesian children (Rikesda, 2010). The purpose of this study to determine the effectiveness of acupressure to decrease primary dysmenorrhoea pain in junior high school students of Strada Gunung Sahari Jakarta. Research type Quasi Experiment with pretest approach, posttest with control group design. The sample size is 64 respondents. Result of Sample Paired T-Test test, there is difference of mean decrease of pain scale of primary dysmenorrhea pre and post giving of acupressure1:  $(0,82) \pm (0,68)$ , acupressure2:  $(1,56) \pm (0,53)$ , Acupressure 3:  $(2.39) \pm (0.70)$ , there is a significant effect of acupressure on decreased primary dysmenorrhoea pain  $p = \text{value}: 0,000$  ( $P\text{value} < 0.05$ ). It was concluded that giving acupressure had an impact on decreasing the scale of primary dysmenorrhea pain. Thus, non-pharmacological strategy acupressure is effective, safe and affordable by all walks of life for the treatment of pain in primary dysmenorrhea. Acupressure can be used as a treatment modality for young women suffering from primary dysmenorrhea who do not want or can not use conventional pharmacological drugs.*

***Keywords: Primary Dysmenorrhea, Acupressure, Pain Scale Reduction***

***Bibliography: 19 books, 17 journal articles (1986-2017)***

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sri Sumiyati

NIM : 201612060

Program Studi : S1 Keperawatan

Menyatakan bahwa penelitian ini adalah benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan duplikasi dari hasil karya orang lain.

Apabila pada masa yang akan datang diketahui bahwa pernyataan ini tidak benar adanya, saya bersedia menerima sanksi yang akan diberikan dengan segala konsekuensinya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, Februari 2018



## PERNYATAAN PERSETUJUAN

### EFEKTIVITAS AKUPRESURE TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMENOREA PRIMER PADA SISWI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA STRADA GUNUNG SAHARI JAKARTA 2018

Laporan Penelitian

Telah disetujui dan diuji dihadapan tim penguji Laporan Penelitian  
Program S1 Keperawatan STIK Sint. Carolus

Jakarta, Februari 2018

Pembimbing Metodologi



(Dr. Ir. Wilhelmus Hary Susilo, MM)

Pembimbing Materi



(Sr. Christophora Susilowati CB.,MS)

Mengetahui :

Koordinator M.K. Riset Keperawatan



(E. Sri Indiyah Supriyanti, SKp.,MKes)

**LEMBAR PENGESAHAN**

**PANITIA SIDANG UJIAN PENELITIAN  
KEPERAWATAN PROGRAM S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN Sint Carolus**

Jakarta, Februari 2018

**Ketua**



(Risma Yuniarlina Rajawane Sihombing, SKp, MS)

**Anggota**



(Sr. Christophora Susilowati CB.,MS)

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI**  
**SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Sivitas akademik STIK Sint Carolus, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sri Sumiyati

NIM : 2016-12-060

Program Studi : Sarjana Keperawatan

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIK Sint Carolus Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*non-exclusive Royalty free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : “Efektifitas Akupresure Terhadap Penurunan Nyeri Dismenorea Primer Pada Siswi Sekolah Menengah Pertama Strada Gunung Sahari Jakarta 2018” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-ekklusif ini STIK Sint Carolus berhak menyimpan, mengalihmediakan/memformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data(database), merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis utama/pertama dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Tanggal : 26 Maret 2018

Yang Menyatakan



(Sri Sumiyati)



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, berkat rahmat dan anugerah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan hasil penelitian yang berjudul **“Efektivitas Akupresure Terhadap Penurunan Nyeri Dismenorea Primer Pada Siswi Sekolah Menengah Pertama STRADA Gunung Sahari Jakarta 2018”**.

Banyak pihak yang selama ini telah memberikan dukungan, motivasi, dan bantuan sehingga laporan penelitian ini dapat terselesaikan sesuai dengan waktu yang ditentukan.

Pada kesempatan ini perkenankanlah penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan hormat pada semua pihak yang telah banyak memberikan bantuan :

1. Emiliana Tarigan.,MKes. Selaku Ketua STIK Sint Carolus.
2. Ns. Elisabeth Isti Daryati, S.Kep., MSN selaku Ketua Program S1 Keperawatan STIK Sint Carolus Jakarta
3. Martinus Rehan,S.Fil. Selaku Kepala Sekolah beserta para staff pengajar Sekolah Menengah Pertama STRADA Gunung Sahari Jakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menggunakan lahan penelitian.
4. E. Sri Indiyah Supriyanti, SKp.,MKes. Selaku Koordinator Metodologi Riset Keperawatan.
5. Risma Yuniarlina Rajawane Sihombing, SKp, MS. Selaku Penguji Riset Keperawatan
6. Sr. Christophora Susilowati CB., MS. Selaku Pembimbing Materi Riset Keperawatan.

7. Dr. Ir. Wilhelmus Hary Susilo, MM. Selaku Pembimbing Metodologi Riset Keperawatan.
8. Segenap jajaran dan pengurus Beasiswa Buddha Tzu Chi Indonesia yang telah membantu dalam segala hal yang berhubungan dengan kegiatan mahasiswa Beasiswa.
9. Suami dan anak-anak tercinta yang selalu memberikan dukungan, doa dan memberikan waktunya untuk setia mendampingi selama awal perizinan sampai akhir penelitian.
10. Teman – teman alumni D3 Keperawatan STIK Sint. Carolus angkatan 2013 yang selalu memberikan dukungan, doa dan masukan selama penyusunan laporan hasil penelitian.
11. Teman- teman seperjuangan angkatan 2016 S1 Keperawatan B STIK Sint. Carolus yang telah memberikan dukungan dan masukan selama penyusunan laporan hasil penelitian.

Jakarta, Februari 2018

Penulis

## DAFTAR ISI

HalamanJudul Dalam.....	
Abstrak.....	
Halaman Persetujuan.....	
Halaman Pengesahan.....	
KataPengantar .....	
Daftar Isi .....	

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang.....	
B. Rumusan Masalah.....	
C. Tujuan Penelitian.....	
D. Manfaat Penelitian.....	
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	

### **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

<b>A. Dismenorea.....</b>	
1. Pengertian.....	
2. Klasifikasi.....	
3. Mekanisme nyeri dismenorea .....	
4. Penyebab dan pathogenesis dismenorea.....	
5. Pengukuran nyeri.....	
6. Penatalaksanaan.....	
<b>B. Akupresure.....</b>	
1. Pengertian.....	
2. Sejarah Akupresure.....	
3. Manfaat Akupresure .....	
4. Mekanisme kerja akupresure.....	
5. Teori Dasar Akupresure.....	
6. Teori Dasar Praktek Akupresure.....	
7. Cara Mengukur Jarak Antara Titik Akupresure.....	

- C. Remaja Putri.....**
  - 1. Pengertian.....
  - 2. Klasifikasi.....
  - 3. Tumbuh Kembang Remaja Putri.....
- D. Penelitian Terkait.....**

**BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFENISI OPERASIONAL**

- A. Kerangka Konsep.....
- B. Hipotesis .....
- C. Defenisi Operasional.....

**BAB IV METODE PENELITIAN.....**

- A. Desain Penelitian .....
- B. Tempat dan Waktu Penelitian.....
- C. Populasi dan Sampel .....
- D. Etika Penelitian.....
- E. Alat Pengumpul Data.....
- F. Prosedur Pengumpul Data .....
- G. Pengolahan dan Analisis Data.....
- H. Jadwal Kegiatan Penelitian .....

**BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN**

- A. Pengantar Hasil Penelitian.....
- B. Gambaran Lokasi Penelitian.....
- C. Karakteristik Sampel Dan Data Demografi.....
- D. Interpretasi Hasil Penelitian.....
- E. Keterbatasan Penelitian.....

**BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN**

- A. Kesimpulan.....
- B. Saran.....

**Daftar Pustaka**

**Lampiran**

## DAFTAR TABEL

- Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Dismenorea Primer Sesudah Pemberian Akupresure Kelompok Intervensi Pada Siswi Sekolah Menengah Pertama Strada Gunung Sahari Jakarta 2018
- Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Dismenorea Primer Sesudah Pemberian Akupresure Kelompok Kontrol Pada Siswi Sekolah Menengah Pertama Strada Gunung Sahari Jakarta 2018
- Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Skala Nyeri Dismenorea Primer Sebelum Dan Sesudah Pemberian Akupresure Kelompok Intervensi Pada Siswi Sekolah Menengah Pertama Strada Gunung Sahari Jakarta 2018
- Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Skala Nyeri Dismenorea Primer Sebelum Dan Sesudah Pada Kelompok Kontrol Pada Siswi Sekolah Menengah Pertama Strada Gunung Sahari Jakarta 2018
- Tabel 5.5 Uji Normalitas Data Awal, Setelah *Rank Cases Normal Score* dan *LG10* Skala Nyeri Dismenorea Primer
- Tabel 5.6 Uji Beda (*Paired Sample T-Test*) Data Awal dan Setelah di *Rank Cases Normal Score* pada Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Akupresure
- Tabel 5.7 *Paired Sample T-Test* Data Skala Nyeri Dismenorea Primer Sebelum Dan Sesudah Diberikan Akupresure Pada Siswi Sekolah Menengah Pertama Strada Gunung Sahari Jakarta 2018

## DAFTAR SKEMA

Skema 3.1 Kerangka Konsep

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 2 : Surat Pernyataan Persetujuan Responden
- Lampiran 3 : Lembar Observasi
- Lampiran 4 : Hasil Distribusi Frekuensi Kelompok Intervensi
- Lampiran 5 : Hasil Distribusi Frekuensi Kelompok Kontrol
- Lampiran 6 : Hasil Uji Data Awal Paired t-Test Pre-Post
- Lampiran 7 : Hasil Uji Data Paired t-Test Pre-Post Rank Cases Normal Score
- Lampiran 8 : Hasil Uji Data Paired t-Test Pre-Post dengan LG10
- Lampiran 9 : Hasil Histogram Data Awal Paired t-Test Pre-Post
- Lampiran 10 : Hasil Histogram Data Paired t-Test Pre-Post Rank Cases Normal Score
- Lampiran 11 : Hasil Histogram Data Paired t-Test Pre-Post dengan LG10
- Lampiran 12 : Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 13 : Lembar Konsultasi
- Lampiran 14 : Fotokopi Sertifikat Akupresure