

SKRIPSI

**PENGARUH *ACUPRESSURE THERAPY* DI TITIK SP6, ST36, DAN LI4
TERHADAP INTENSITAS NYERI MENSTRUASI (*DISMENORE*)
PADA REMAJA PUTRI SMA NEGERI 2 BANGUNTAPAN**



**SALSHA NABILLA ANANDAYU
P71202324071**

**PRODI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA TERAPAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

SKRIPSI

**PENGARUH *ACUPRESSURE THERAPY* DI TITIK SP6, ST36, DAN LI4
TERHADAP INTENSITAS NYERI MENSTRUASI (*DISMENORE*)
PADA REMAJA PUTRI SMA NEGERI 2 BANGUNTAPAN**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan Keperawatan



**SALSHA NABILLA ANANDAYU
P71202324071**

**PRODI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA TERAPAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

PENGARUH *ACUPRESSURE THERAPY* DI TITIK SP6, ST36, DAN LI4
TERHADAP INTENSITAS NYERI MENSTRUASI (*DISMENORE*)
PADA REMAJA PUTRI SMA NEGERI 2 BANGUNTAPAN

Disusun oleh:

SALSHA NABILLA ANANDAYU
P71202324071

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

12 Juni 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Dr. Yustiana Olfah, APP., M.Kes.
NIP 196710171990032001

Pembimbing Pendamping,

Titik Endangwati, SKM., MPH.
NIP 197607031998032003

Yogyakarta, 25 JUNI 2025

Ketua Jurusan Keperawatan



Bóndan Palestin, SKM., M.Kep., Sp. Kom.
NIP 197207161994031005

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH *ACUPRESSURE THERAPY* DI TITIK SP6, ST36, DAN L14
TERHADAP INTENSITAS NYERI MENSTRUASI (*DISMENORE*)
PADA REMAJA PUTRI SMA NEGERI 2 BANGUNTAPAN

Disusun oleh:
SALSHA NABILLA ANANDAYU
P71202324071

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan penguji
Pada tanggal : 21 Mei 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Yusniarita, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIP. 197102081993022001

(.....)

Anggota,
Dr. Yustiana Olfah, APP., M.Kes.
NIP. 196710171990032001

(.....)

Anggota,
Titik Endarwati, SKM., MPH.
NIP. 197607031998032003

(.....)

Yogyakarta, 25 JUNI 2025

Ketua Jurusan Keperawatan

Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

HALAMAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Salsha Nabilla Anandayu

NIM : P71202324071

Tanda Tangan :



Tanggal : 23 Mei 2025

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Salsha Nabilla Anandayu
NIM : P71202324071
Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan : Keperawatan

demikian demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Non eksklusif** (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas Skripsi saya yang berjudul *Pengaruh Acupressure Therapy di Titik SP6, ST36, dan L14 Terhadap Intensitas Nyeri Menstruasi (Dismenore)* Pada Remaja Putri SMA Negeri 2 Banguntapan.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebernarnya.

Dibuat di : Yogyakarta
Pada tanggal : 16 Juni 2025

Yang menyatakan



(Salsha Nabilla Anandayu)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Keperawatan pada Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Penulis menyadari adanya beberapa tantangan dalam penyusunan skripsi ini. Namun, skripsi dapat terselesaikan berkat bantuan dan kerja sama dari berbagai pihak. Penulis pada kesempatan ini juga menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Jaka Tumuruna, S.Pd., M.Pd selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 2 Banguntapan.
3. Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp. Kom selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
4. Ns. Maryana, S.SiT., S.Psi., S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan.
5. Dr. Yustiana Olfah, APP., M.Kes selaku pembimbing utama yang selalu memberikan bimbingan, inspirasi, dan dukungan selama proses penyusunan skripsi.
6. Titik Endarwati, SKM., MPH selaku pembimbing pendamping yang senantiasa memberikan bimbingan, inspirasi, dan dukungan selama proses penyusunan skripsi.
7. Ns. Yusniarita, S.Kep., M.Kes selaku ketua dewan penguji atas kesediaan dalam menguji, memeriksa, dan memberikan bimbingan demi kesempurnaan skripsi ini.
8. Teristimewa kepada kedua orang tua penulis yaitu Bapak Sugino, S.Pd dan Ibu Widowati Arif Nurbani, S.Pd. Terimakasih atas segala doa, kasih

sayang, dukungan moral, serta semangat yang tiada henti selalu mengiringi setiap langkah saya.

Dengan segala kerendahan hati, penulis menyadari penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, mengingat keterbatasan ilmu pengetahuan penulis, pengalaman, dan waktu, sehingga saran dan kritik yang membangun dari semua pihak sangat diharapkan demi penyempurnaan penulisan skripsi. Akhir kata, penulis berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu.

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN ORISINALITAS.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUUBLIKASI SKRIPSI	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
<i>ABSTRACT</i>	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Ruang Lingkup	10
E. Manfaat Penulisan.....	10
F. Keaslian Penulisan	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	17
A. Telaah Pustaka	17
1. Remaja.....	17
2. Menstruasi	23
3. Nyeri Menstruasi (<i>Dismenore</i>).....	26
4. <i>Gate Control Theory</i>	36
5. Nyeri.....	37
6. <i>Acupressure Therapy</i>	44
B. Kerangka Teori	51
C. Kerangka Konsep.....	53
D. Hipotesis.....	54
BAB III METODE PENELITIAN	55
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	55
B. Rancangan Percobaan	55
C. Populasi dan Sampel	56
D. Waktu dan Tempat Penelitian	60
E. Variabel Penelitian.....	60
F. Definisi Operasional	62
G. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	65
H. Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian	66
I. Uji Validitas dan Reliabilitas	67
J. Prosedur Penelitian	68

K. Manajemen Data	72
L. Etika Penelitian	76
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	80
A. Gambaran Lokasi Penelitian	80
B. Hasil	81
C. Pembahasan.....	88
D. Keterbatasan Penelitian.....	98
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	99
A. Kesimpulan	100
B. Saran.....	101
DAFTAR PUSTAKA	101
LAMPIRAN	107

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Siklus Menstruasi.....	25
Gambar 2. <i>Gate Control Theory</i>	37
Gambar 3. <i>Numeric Rating Scale</i>	41
Gambar 4. <i>Verbal Rating Scale</i>	42
Gambar 5. <i>Visual Analog Scale</i>	43
Gambar 6. <i>Wong Baker Faces Pain Rating Scale</i>	43
Gambar 7. Titik SP6	50
Gambar 8. Titik ST36	50
Gambar 9. Titik L14	51
Gambar 10. Kerangka Teori	52
Gambar 11. Kerangka Konsep.....	53

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	12
Tabel 2. Rancangan Percobaan.....	55
Tabel 3. Jumlah Populasi Penelitian	57
Tabel 4. Definisi Operasional.....	62
Tabel 5. Distribusi Karakteristik.....	82
Tabel 6. Distribusi Intensitas <i>Dismenore</i>	83
Tabel 7. Uji Normalitas.....	84
Tabel 8. Uji Wilcoxon.....	85
Tabel 9. Uji Mann-Whitney.....	87

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Permohonan Responden	107
Lampiran 2. Lembar Penjelasan Sebelum Penelitian	108
Lampiran 3. Lembar <i>Informed Consent</i>	110
Lampiran 4. Surat Izin Studi Pendahuluan	111
Lampiran 5. SOP <i>Acupressure Therapy</i>	112
Lampiran 6. SOP Relaksasi Napas Dalam	114
Lampiran 7. Lembar Observasi <i>Acupressure Therapy</i>	115
Lampiran 8. Lembar Observasi Relaksasi Napas Dalam	117
Lampiran 9. Lembar Karakteristik Responden.....	118
Lampiran 10. Lembar Instrumen Intensitas <i>Dismenore</i>	119
Lampiran 11. Jadwal Menstruasi Responden	120
Lampiran 12. Hasil Analisis Data.....	121
Lampiran 13. Jadwal Penelitian.....	123
Lampiran 14. Rencana Anggaran Penelitian	124
Lampiran 15. Lembar Konsultasi	125