

SKRIPSI

PENGARUH AKUPRESUR PADA TITIK SP 8, SP 10 TERHADAP INTENSITAS NYERI REMAJA YANG MENGALAMI DISMENORE

Penelitian Dilakukan di Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Denpasar



Oleh:

NI LUH PUTU LINDA GAYATRI
NIM. P07120218011

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN 2022**

SKRIPSI

PENGARUH AKUPRESUR PADA TITIK SP 8, SP 10 TERHADAP INTENSITAS NYERI REMAJA YANG MENGALAMI DISMENORE

Penelitian Dilakukan di Jurusan Keperawatan
Potekkes Kemenkes Denpasar

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menyelesaikan
Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan Keperawatan**

Oleh :

NI LUH PUTU LINDA GAYATRI
NIM. P07120218011

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN 2022**

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

**PENGARUH AKUPRESUR TITIK SP 8, SP 10 TERHADAP
INTENSITAS NYERI REMAJA YANG MENGALAMI
DISMENORE**

Penelitian Dilakukan di Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Denpasar

Oleh :

NI LUH PUTU LINDA GAYATRI
NIM.P07120218011

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



Dr.Drs. I DM Ruspawan, S.Kp.,M.Biomed
NIP. 196005151982121001

Pembimbing Pendamping:



Ni Nyoman Hartati, S.Kep.,Ners.,M.Biomed
NIP. 196211081982122001

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



Ners. I Made Sukarja, S.Kep.,M.Kep
NIP. 196812311992031020

**LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI**

**PENGARUH AKUPRESUR PADA TITIK SP 8, SP 10
TERHADAP INTENSITAS NYERI REMAJA YANG
MENGALAMI DISMENORE**

Penelitian Dilakukan di Jurusan Keperawatan
Potekkes Kemenkes Denpasar

Oleh :

NI LUH PUTU LINDA GAYATRI
NIM.P07120218011

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

**PADA HARI : SENIN
TANGGAL : 30 MEI 2022**

TIM PENGUJI :

- 1 Suratih, S.Kep.,Ners.,M.Biomed (Ketua)
NIP. 197112281994022001
- 2 Dra. I.D.A Ketut Surinati, S.Kep.,Ns.,M.Kes (Anggota 1)
NIP. 196412311985032010
- 3 Dr.Drs. I DM Ruspawan, S.Kp.,M.Biomed (Anggota 2)
NIP. 196005151982121001

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR

Ners. I Made Sukarja, S.Kep.,M.Kep
NIP. 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Luh Putu Linda Gayatri
NIM : P07120218011
Program studi : S.Tr. Keperawatan
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2022
Alamat : Br. Dinas Baturiti Tengah, Desa Baturiti

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Pengaruh Akupresur Pada Titik SP 8, SP 10 Terhadap Intensitas Nyeri Remaja Yang Mengalami Disminore adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa tugas akhir ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 30 Mei 2022

Yang membuat pernyataan



Ni Luh Putu Linda Gayatri
NIM. P07120218011

**THE EFFECT OF ACUPRESSURE AT SP 8, SP 10 ON
PAIN INTENSITY OF ADOLESCENTS
WITH DYMENORORE IN 2022**

ABSTRACT

Dysmenorrhea is a gynecological complaint due to an imbalance of the hormone progesterone in the blood, causing pain. One of the factors that cause dysmenorrhea is stress which can interfere with the work of the endocrine system, so that it can cause irregular menstruation and cause pain during menstruation. This study aims to determine the effect of acupressure at points SP 8, SP 10 on the pain intensity of adolescents who experience dysmenorrhea at the Department of Nursing, Poltekkes, Ministry of Health, Denpasar in 2022. This type of research was pre-experimental with a pre-post-test design in one group (one group pre-test). -post test design) using purposive sampling technique. The total population in the study was 43 people. The number of samples is 39 people. Data was collected using the NRS measurement sheet. The results showed that there was a decrease in pain intensity of respondents who experienced pain intensity on a scale of 2 as many as 14 respondents (35.9%), 12 respondents (30.8%) experienced pain intensity on a scale of 1, 3 respondents (23.1%) experienced pain intensity on a scale of 3, 3 respondents (7.7%) experienced pain intensity on a scale of 4, 1 respondent (2.6%) experienced pain intensity on a scale of 5 and no respondent experienced pain intensity on a scale of 6,7,8 ,9 and 10. The results of this study have been tested using the Wilcoxon test, the p-value = 0.000 < (0.05), this means that Ha is accepted so that there is an influence of SP 8, SP 10 point acupressure on the pain intensity of adolescents who suffer from depression. experiencing dysmenorrhea in 2022. Therefore acupressure at points SP 8, SP 10 can reduce the intensity of dysmenorrhea pain.

Keywords: Acupressure, Dysmenorrhea, SP 8, SP 10

**PENGARUH AKUPRESUR PADA TITIK SP 8, SP 10 TERHADAP
INTENSITAS NYERI REMAJA YANG MENGALAMI
DISMENORE TAHUN 2022**

ABSTRAK

Dismenore adalah keluhan ginekologis akibat ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan timbulnya rasa nyeri. Salah satu faktor yang menyebabkan dismenore adalah stres yang dapat mengganggu kerja sistem endokrin, sehingga dapat menyebabkan menstruasi tidak teratur dan menimbulkan rasa nyeri saat menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh akupresur pada titik SP 8, SP 10 terhadap intensitas nyeri remaja yang mengalami dismenore di Jurusan Keperawatan Poltekkes kemenkes Denpasar tahun 2022. Jenis penelitian ini adalah pre-eksperimental dengan rancangan pra-pasca tes dalam satu kelompok (one group pre-post test design) dengan menggunakan teknik sampel purposive sampling. Jumlah populasi dalam penelitian adalah 43 orang. Jumlah sampel sebanyak 39 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar pengukuran NRS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan intensitas nyeri responden yang mengalami intensitas nyeri pada skala 2 sebanyak 14 responden (35,9%), 12 responden (30,8%) mengalami intensitas nyeri pada skala 1, 3 responden (23,1%) mengalami intensitas nyeri pada skala 3, 3 responden (7,7%) mengalami intensitas nyeri pada skala 4, 1 responden (2,6%) mengalami intensitas nyeri pada skala 5 serta tidak ada responden yang mengalami intensitas nyeri pada skala 6,7,8,9 dan 10. Hasil penelitian ini telah di uji dengan menggunakan uji wilcoxon didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,000 < \alpha (0,05)$, hal ini berarti H_a diterima sehingga ada pengaruh akupresur titik SP 8, SP 10 terhadap intensitas nyeri remaja yang mengalami dismenore tahun 2022. Karenanya akupresur pada titik SP 8, SP 10 dapat menurunkan intensitas nyeri dismenore.

Kata Kunci : Akupresur, Dismenore, SP 8, SP 10

RINGKASAN PENELITIAN
PENGARUH AKUPRESUR TITIK SP 8, SP 10 TERHADAP
INTENSITAS NYERI REMAJA YANG MENGALAMI
DISMENORE TAHUN 2022

Oleh : Ni Luh Putu Linda Gayatri

Dismenore adalah keluhan ginekologis akibat ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan timbulnya rasa nyeri (Ismaningsih, 2019). Dismenore primer sering terjadi pada remaja dengan keluhan nyeri pada perut bagian bawah yang terjadi sebelum atau selama menstruasi (Shaputri, 2021). Salah satu faktor yang menyebabkan dismenore adalah stres yang dapat mengganggu kerja sistem endokrin, sehingga dapat menyebabkan menstruasi tidak teratur dan menimbulkan rasa nyeri saat menstruasi. Tanda gejala dari dismenore yaitu nyeri pada daerah pinggang, mual dan muntah, sakit kepala, letih, pusing, pingsan, diare serta kelabilan emosi selama menstruasi (Yunitasari, 2017).

Secara umum penanganan dismenore (dismenore) dapat diberikan dengan farmakologi dan nonfarmakologi. Penanganan farmakologi pada dismenore dapat menggunakan obat analgetika dan obat anti inflamasi *non-steroid* (NSAID) (Misliani, 2019). Penanganan nonfarmakologi yang dapat dilakukan untuk mengatasi dismenore seperti kompres hangat, istirahat, olahraga, minum air putih, melakukan yoga, teknik relaksasi dan melakukan akupresur. Tujuan dari pengobatan dismenore dengan teknik akupresur adalah untuk menyeimbangkan hormon yang berlebihan (Febrianti, 2018).

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh akupresur pada titik SP 8, SP 10 terhadap intensitas nyeri remaja yang mengalami dismenore di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar tahun 2022. Jenis penelitian ini adalah pre-eksperimental dengan rancangan pra-pasca tes dalam satu kelompok (one group pre-post test design) dengan menggunakan teknik sampel purposive sampling. Jumlah populasi dalam penelitian adalah 188 orang. Jumlah sampel sebanyak 39 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar pengukuran NRS.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan intensitas nyeri responden yang mengalami intensitas nyeri pada skala 2 sebanyak 14 responden (35,9%), 12 responden (30,8%) mengalami intensitas nyeri pada skala 1, 3 responden (23,1%) mengalami intensitas nyeri pada skala 3, 3 responden (7,7%) mengalami intensitas nyeri pada skala 4, 1 responden (2,6%) mengalami intensitas nyeri pada skala 5 serta tidak ada responden yang mengalami intensitas nyeri pada skala 6,7,8,9 dan 10. Hasil penelitian ini telah di uji dengan menggunakan uji wilcoxon didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,000 < \alpha (0,05)$, hal ini berarti H_a diterima sehingga ada pengaruh akupunktur titik SP 8, SP 10 terhadap intensitas nyeri remaja yang mengalami dismenore tahun 2022.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat yang dilimpahkan-Nya sehingga pada akhirnya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Akupresur Pada Titik SP 8, SP 10 Terhadap Intensitas Nyeri Remaja Yang Mengalami Dismenore di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar Tahun 2022” tepat pada waktunya dan sesuai dengan harapan.

Skripsi ini dapat terselesaikan bukanlah semata-mata atas usaha sendiri melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

- 1 Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP., MPH. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menempuh pendidikan sarjana terapan di Politeknik Kesehatan Denpasar Jurusan Keperawatan.
- 2 Ners. I Made Sukarja. S.Kep., M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemeskes Denpasar yang telah memberikan masukan, pengetahuan, bimbingan dan memberikan izin untuk melakukan penelitian ini.
- 3 Ni Luh Kompyang Sulisnadewi, M.Kep., Ns., Sp.Kep.An selaku Ketua Program Studi D-IV Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan selama pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknk Kesehatan Kemenkes Denpasar.
- 4 Dr.Drs. I DM Ruspawan, S.Kp.,M.Biomed selaku pembimbing utama yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan, dan masukan dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.

- 5 Ni Nyoman Hartati, S.Kep.,Ns.,M.Biomed selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan, dan masukan dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
- 6 Seluruh dosen jurusan keperawatan yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama peneliti mengikuti pendidikan.
- 7 Keluarga, sahabat, teman-teman saya yang selalu memberikan dukungan dan doa dalam menyelesaikan skripsi ini.
- 8 Semua pihak yang telah membantu hingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya, yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Kritik dan saran yang membangun sangat peneliti harapkan untuk kesempurnaan skripsi ini dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca maupun peneliti selanjutnya.

Denpasar, 30 Mei 2022

Peneliti

DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	iv
ABSTRACT	v
ABSTRAK.....	vi
RINGKASAN PENELITIAN	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
1. Tujuan umum	6
2. Tujuan khusus.....	6
D. Manfaat Penulisan.....	6
1. Manfaat teoritis.....	6
2. Manfaat praktis	7
BAB II	8

TIJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Remaja.....	8
1. Definisi remaja	8
2. Tahap Remaja	9
B. Konsep Dismenore.....	9
1. Pengertian Dismenore	9
2. Klasifikasi Dismenore	10
3. Fisiologi Nyeri pada Dismenore Primer	11
4. Derajat Nyeri Dismenore	12
C. Konsep Intensitas Nyeri	13
1. Pengertian Intensitas Nyeri	13
D. Konsep Akupresur	15
1. Pengertian Akupresur.....	15
2. Teori Dasar Akupresur	16
3. Tujuan Akupresur	19
4. Teknik Pemijatan	19
5. Mekanisme Kerja.....	20
6. Cara Menentukan Titik Akupresur	20
7. Teknik Pemijatan Dalam Akupresur.....	21
8. Pengaruh Akupresur Titik SP 8 dan SP 10 Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore.....	23
BAB III	26
KERANGKA KONSEP.....	26
A. Kerangka Konsep	26

B. Variabel Dan Definisi Operasional Variabel.....	27
1. Variabel penelitian.....	27
2. Definisi operaional.....	27
C. Hipotesis.....	28
BAB IV	30
METODE PENELITIAN	30
A. Jenis Penelitian.....	30
B. Alur Penelitian.....	31
C. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	31
D. Populasi Dan Sampel.....	32
1. Populasi	32
2. Sampel.....	33
3. Teknik pengambilan sampel.....	34
E. Jenis Dan Teknik Pengumpulan Data	34
1. Jenis data yang dikumpulkan.....	34
2. Cara pengumpulan data.....	34
3. Instrumen pengumpulan data	37
F. Pengolahan Dan Analisis Data.....	37
1. Pengolahan data	37
2. Analisis data	39
G. Etika Penelitian.....	40
1. <i>Autonomy</i> / menghormati harkat dan martabat manusia	40
2. <i>Confidentiality</i> / kerahasiaan	40
3. <i>Justice</i> / keadilan.....	41

4. <i>Beneficience</i> dan <i>non maleficience</i>	41
5. <i>Informed Consent</i>	41
BAB V.....	42
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	42
A. Hasil.....	42
1. Gambaran lokasi penelitian	42
2. Karakteristik subyek penelitian	42
3. Hasil pengamatan terhadap subyek penelitian berdasarkan variabel penelitian.....	43
4. Hasil analisis data	45
B. Pembahasan	46
1. Intensitas nyeri remaja yang mengalami dismenore sebelum diberikan akupresur	47
2. Intensitas nyeri remaja yang mengalami dismenore setelah diberikan akupresur	49
3. Pengaruh akupresur pada titik SP 8, SP 10 terhadap intensitas nyeri remaja yang mengalami dismenore.....	51
C. Kelemahan Penelitian	52
BAB VI.....	54
KESIMPULAN DAN SARAN.....	54
A. Kesimpulan	54
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA.....	56
LAMPIRAN	60

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional.....	28
Tabel 2 Rancangan Penelitian <i>Pre Eksperimental (One Group Pretest-Posttest Design)</i>	30
Tabel 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Usia Mahasiswi Jurusan Keperawatan di Poltekkes Kemenkes Denpasar.....	43
Tabel 4 Distribusi Frekuensi Mahasiswi Jurusan Keperawatan Berdasarkan Intensitas Nyeri Sebelum Diberikan Intervensi di Poltekkes Kemenkes Denpasar.....	44
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Mahasiswi Jurusan Keperawatan Berdasarkan Intensitas Nyeri Setelah Diberikan Intervensi di Poltekkes Kemenkes Denpasar.....	45
Tabel 6 Analisis Bivariat Pengaruh Akupresur Pada Titik SP 8, SP 10 Terhadap Intensitas Nyeri Remaja Yang Mengalami Dismenore.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Skala <i>Visual Analgo Scale</i> (VAS)	14
Gambar 2 Skala <i>Verbal Rating Scale</i> (VRS).....	14
Gambar 3 Skala <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS).....	15
Gambar 4 Finger cuni	21
Gambar 5 Kerangka Konsep Pengaruh Akupresur Pada Titik SP 8, SP 10 Terhadap Intensitas Nyeri Remaja Yang Mengalami Dismenore	26
Gambar 6 Bagan Alur Kerangka Kerja Pengaruh Akupresur Pada Titik SP 8 dan SP 10 Terhadap Intensitas Nyeri Remaja yang Mengalami Dismenore	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian.....	60
Lampiran 2 Anggaran Biaya Penelitian	61
Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden	62
Lampiran 4 Lembar PSP (<i>Informed Consent</i>)	63
Lampiran 5 Format Pengumpulan Data	67
Lampiran 6 SOP Akupresur Untuk Dismenore.....	69
Lampiran 7 Master Tabel Penelitian.....	71
Lampiran 8 Hasil Analisa Data	72
Lampiran 9 Surat Rekomendasi Penelitian	75
Lampiran 10 SIP dan Ijazah Fasilitator.....	80
Lampiran 11 Dokumnetasi	82