

KARYA TULIS ILMIAH
PENGARUH TEKNIK AKUPRESUR TITIK HEGU (LI4)
TERHADAP PENURUNAN DISMINORE
TAHUN 2022



Oleh :
PANDE KOMANG RISKA KAYOBI
NIM.P07120019086

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI DIPLOMA III
DENPASAR
2022

KARYA TULIS ILMIAH
PENGARUH TEKNIK AKUPRESUR TITIK HEGU (LI4)
TERHADAP PENURUNAN DISMINORE
TAHUN 2022

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Diploma III
Jurusan Keperawatan

Oleh:
PANDE KOMANG RISKA KAYOBI
NIM. P07120019086

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI DIPLOMA III
DENPASAR
2022

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENGARUH TEKNIK AKUPRESUR TITIK HEGU (LI4)
TERHADAP PENURUNAN DISMINORE
TAHUN 2022**

Oleh :

PANDE KOMANG RISKA KAYOBI

P07120019086

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :

Pembimbing Pendamping :



Dra. I D.A. Ketut Surinati, S.Kep.,Ns.,M.Kes

Ni Nyoman Hartati, S.Kep., Ns., M.Biomed.

NIP.196412311985032010

NIP.196211081982122001

**MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**



Neta Imada Sukarja, S.Kep.,M. Kep

NIP. 196812311992031020

KARYA TULIS ILMIAH DENGAN JUDUL :

**PENGARUH TEKNIK AKUPRESUR TITIK HEGU (LI4)
TERHADAP PENURUNAN DISMINORE
TAHUN 2022**

Oleh :

PANDE KOMANG RISKA KAYOBI




P07120019086

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SELASA

TANGGAL : 17 MEI 2022

TIM PENGUJI

- | | | |
|---|-----------|---|
| 1. Suratiah, S.Kep., Ners., M.Biomed | (Ketua) |  |
| 2. Nengah Runiari, S.Kp., S.Pd., M.Kep., Sp., Mat | (Anggota) |  |
| 3. Dra.I.D.A.Ketut Surinati, S.Kep.,Ns.,M.Kes | (Anggota) |  |

MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M. Ke

NIP. 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Pande Komang Riska Kayobi

NIM : P07120019086

Program Studi : DIII Keperawatan

Jurusan : Keperawatan

Tahun akademik : 2022

Alamat : Br.Sarimertha, Ds. Negari, Banjarangkan,Klungkung

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Tugas akhir dengan judul “Pengaruh Teknik Akupresur Titik Hegu (LI4) Terhadap Penurunan Disminore Tahun 2022” adalah benar **karya saya 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 ,pemyataan ini saya bual untuk dipergunakan scbagaimana mestinya.

Denpasar,5 Mei 2022

Yang membuat pernyataan



Pande Komang Riska Kayobi

P07120019086

*INFLUENCE OF HEGU POINT ACUPRESSURE TECHNIQUE
(LI4) ON DECREASING DYSMENORRHEA
IN 2022*

ABSTRACT

Dysmenorrhea is defined as pain during menstruation accompanied by cramping and centered in the lower abdomen. The longer the muscle contractions in the uterus plus the vasoconstrictive effect will reduce blood flow to the uterine muscles which in turn will cause ischemia in the uterine muscles and eventually cause pain during menstruation. According to WHO (World Health Organization) data, 1,769,425 people (90%) women experience dysmenorrhea, 10-15% of them have severe dysmenorrhea. The purpose of this study was to determine the effect of the hegu point acupressure technique (LI4) on the reduction of dysmenorrhea in 2022 with an analytical type of research and using a quasi-experimental research method. The research design was One group pre test and post test using a total sample of 30 respondents with primary dysmenorrhea. The data collection instrument used a pre test and post test questionnaire sheet. From the results of this study, it can be seen that the average dysmenorrhea before being given the hegu point acupressure technique (LI4) was 5.77 and the average dysmenorrhea after being given the hegu point acupressure technique (LI4) was 1.37. Based on these results there is a decrease in the intensity of dysmenorrhea pain in respondents. Statistical test results obtained p value = 0.000 this means that 5% alpha can be stated that there is a significant difference in the average dysmenorrhea before and after being given the hegu point acupressure technique (LI4) with emphasis on the palm of the hand for 20 minutes between the thumb and forefinger bones at the hegu point (LI4) with a depth of 0.5 to 1 cun. In this study, the hegu point acupressure technique (LI4) had an effect on reducing dysmenorrhea complaints at SMA N 1 Semarang. The effect of pressing acupressure points is that it can increase levels of endorphins which are useful as pain relievers that the body produces in the blood and endogenous opioid peptides in the central nervous system.

Key words : Dysmenorrhea, hegu point acupressure technique (LI4)

PENGARUH TEKNIK AKUPRESUR TITIK HEGU (LI4) TERHADAP
PENURUNAN DISMINORE
TAHUN 2022

ABSTRAK

Disminore didefinisikan sebagai nyeri pada saat menstruasi yang disertai dengan rasa kram dan terpusat di abdomen bawah. Semakin lama kontraksi otot pada rahim ditambah efek vasokonstriksi akan mengurangi aliran darah ke otot rahim selanjutnya akan menyebabkan iskemia pada otot rahim dan akhirnya menyebabkan rasa nyeri saat menstruasi. Menurut data WHO (World Health Organization) didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita mengalami disminore, 10-15% diantaranya mengalami disminore berat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh teknik akupresur titik hegu (LI4) terhadap penurunan disminore tahun 2022 dengan jenis penelitian analitik dan menggunakan metode penelitian quasi eksperiment. Desain penelitian adalah One group pre test and post test dengan menggunakan total sampel sebesar 30 responden yang mengalami disminore primer. Instrumen pengumpulan data menggunakan lembar kuisioner pre test and post test. Pada hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa rata-rata disminore sebelum diberikan teknik akupresur titik hegu (LI4) adalah 5,77 dan rata-rata disminore sesudah diberikan teknik akupresur titik hegu (LI4) adalah 1,37. Berdasarkan hasil tersebut ada penurunan intensitas nyeri disminore pada responden. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value = 0,000 hal ini berarti alpha 5% dapat dinyatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan rata-rata disminore sebelum dan sesudah diberikan teknik akupresur titik hegu (LI4) dengan penekanan pada telapak tangan selama 20 menit diantara tulang jempol dan telunjuk pada titik hegu (LI4) dengan kedalaman 0,5 hingga 1 cun. Dalam penelitian ini, teknik akupresur titik hegu (LI4) berpengaruh dalam mengurangi keluhan disminore di SMA N 1 Semarapura. Efek dari penekanan titik akupresur adalah dapat meningkatkan kadar endorfin yang berguna sebagai pereda nyeri yang diproduksi tubuh dalam darah dan peptida opioid endogen di sistem saraf pusat.

Kata kunci : Disminore, teknik akupresure titik hegu (LI4)

RINGKASAN PENELITIAN

Efektivitas Teknik Akupresur Titik Hegu (LI4)

Terhadap Penurunan Disminore

Tahun 2022

Oleh : Pande Komang Riska Kayobi (P07120019086)

Disminore didefinisikan sebagai nyeri pada saat menstruasi yang disertai dengan rasa kram dan terpusat di abdomen bawah. Disminore merupakan salah satu penanda adanya luka (Inflamasi) pada endometrium manusia yang terjadi selama periode endometrial dan menstruasi. Nyeri haid ditandai dengan sakit pada daerah perut bawah akibat menstruasi.

Menurut data WHO (World Health Organization) didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita mengalami disminore, 10-15% diantaranya mengalami disminore berat. Berdasarkan data di Bali, angka kejadian dismenore diperkirakan 29.505 orang. Di antara 29.505 orang tersebut, ada yang mengalami nyeri dismenore sekunder, ada yang mengalami nyeri dismenore primer dan mulai dari dismenore ringan hingga berat.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh teknik akupresur titik hegu (LI4) terhadap penurunan disminore tahun 2022 dengan jenis penelitian analitik dan menggunakan metode penelitian quasi eksperiment. Desain penelitian adalah One group pre test and post test dengan menggunakan total sampel sebesar 30 responden yang mengalami disminore primer. Instrumen pengumpulan data menggunakan lembar kuisioner pre test and post test.

Pada hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa rata-rata disminore sebelum diberikan teknik akupresur titik hegu (LI4) adalah 5,77 dan rata-rata disminore sesudah diberikan teknik akupresur titik hegu (LI4) adalah 1,37. Berdasarkan hasil tersebut ada penurunan intensitas nyeri disminore pada responden.

Hasil uji statistik didapatkan nilai p value = 0,000 hal ini berarti alpha 5% dapat dinyatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan rata-rata disminore

sebelum dan sesudah diberikan teknik akupresur titik hegu (LI4). Dalam penelitian ini, teknik akupresur titik hegu (LI4) berpengaruh dalam mengurangi keluhan disminore.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur dipanjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, atas karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul “Pengaruh Teknik Akupresur Titik Hegu (LI4) Terhadap Penurunan Disminore Tahun 2022” tepat pada waktunya. Karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha peneliti 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 Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh program pendidikan D III Keperawatan Poltekkes Denpasar
2. I Made Sukarja, S.Kep, Ners, M.Kep. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
3. I Nengah Sumirta, SST., S.Kep., Ns., M.Kes. selaku Ketua Program Studi D III Keperawatan Poltekkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah.
4. Dra.I.D.A Ketut Surinati, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
5. Ni Nyoman Hartati, S.Kep.,Ns.,M.Biomed selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

6. I Putu Sudibawa selaku Kepala Sekolah SMA N 1 Semarang beserta staff yang sudah mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian serta telah membantu peneliti dalam melancarkan penelitian.
7. Ns. I Putu Sebita, S.Kep sebagai enumerator yang telah membantu dalam pengumpulan data penelitian sehingga penelitian ini dapat diselesaikan sesuai dengan tujuan penelitian.
8. Bapak dan Ibu dosen yang telah terlibat dalam pengajaran pengantar riset keperawatan yang telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat, sehingga peneliti dapat menyusun karya tulis ilmiah ini dengan baik.
9. Nyoman Resti selaku orang tua beserta yang telah memberikan dukungan baik dari segi emosional dan finansial sehingga penyusunan karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan sesuai harapan.
10. Pande Gede Restu Mardika dan Pande Ketut Sri Rahayu sebagai saudara peneliti yang telah memberikan dukungan dari segi emosional sehingga penyusunan karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan.
11. I Wayan Agus Setiawan sebagai pendamping hidup peneliti yang telah mendukung penuh dengan memberikan motivasi, finansial,serta mendengarkan keluhan peneliti selama proses penelitian berlangsung sehingga karya tulis ilmiah dapat diselesaikan sesuai harapan.
12. Ni Made Indah Purnama Dewi sebagai sahabat peneliti, kerabat , saudara dan teman-teman relawan PMI Kabupaten Klungkung yang selalu memberikan motivasi, semangat , dan sebagai pendengar saat peneliti ingin mengemukakan isi pikiran dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini sehingga dapat terselesaikan pada waktu yang ditentukan.

13. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan penelitian ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.
14. Menyadari keterbatasan yang dimiliki, peneliti meyakini bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan, sehingga kritik dan saran maupun masukan yang positif sangatlah diharapkan demi perbaikan di masa yang akan datang. Akhir kata, semoga Tuhan Yang Maha Esa selalu melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada kita semua

Denpasar, 6 Mei 2022

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN DEPAN.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	iv
ABSTRACT.....	v
ABSTRAK.....	vi
RINGKASAN PENELITIAN.....	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
DAFTAR SINGATAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian	5
1. Manfaat teoritis	5
2. Manfaat praktis.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Konsep Teori Disminore	7
1. Pengertian Disminore.....	7
2. Klasifikasi Disminore.....	8
3. Patofisiologi Disminore	9
4. Penyebab Disminore	10
5. Gejala Disminore	10
B. Konsep Nyeri	11
1. Definisi Nyeri.....	11

2. Pengkajian Persepsi Nyeri.....	12
3. Alat Ukur Nyeri.....	13
C. Akupresure Titik Hegu (LI4)	15
1. Definisi Akupresure	15
2. Manfaat Akupresur.....	17
3. Fungsi Titik Akupresur	17
4. Komponen Dasar Akupresur.....	18
5. Meridian Akupresur	19
6. Hal - hal Yang Perlu Diperhatikan Dalam Akupresur	20
7. Titik Hegu (LI4).....	21
D. Pengaruh.....	22
BAB III_KERANGKA KONSEP	23
A. Kerangka Konsep	23
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	24
1. Variabel Penelitian	24
2. Definisi Operasional.....	24
BAB IV_METODE PENELITIAN	26
A. Jenis Penelitian.....	26
B. Waktu Dan Tempat Penelitian	27
C. Populasi dan Sampel	27
1. Populasi	27
2. Sampel.....	27
D. Jenis Dan Teknik Pengumpulan Data	29
1. Jenis Data	29
2. Metode Pengumpulan Data	29
3. Instrumen Pengumpulan data.....	31
E. Pengolahan dan Analisis Data.....	32
1. Pengolahan Data.....	32
2. Analisis Data	35
F. Etika Penelitian	36
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	37
A. Hasil Penelitian	37
1. Kondisi lokasi penelitian.....	37

2. Karakteristik Subyek Penelitian.....	38
3. Hasil pengamatan terhadap subyek penelitian berdasarkan variabel penelitian	40
B. Pembahasan.....	44
1. Identifikasi Derajat Disminore Sebelum dilakukan Teknik Akupresur Titik Hegu (LI4).....	44
2. Identifikasi Frekuensi Disminore sesudah diberikan Teknik Akupresur Titik Hegu (LI4).....	45
3. Menganalisis Pengaruh Teknik Akupresur Titik Hegu (LI4) Terhadap Penurunan Disminore	46
C. Kelemahan Penelitian.....	48
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	49
A. Simpulan	49
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN.....	53

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi operasional	25
Tabel 2 Data karakteristik responden berdasarkan usia.....	38
Tabel 3 Data karakteristik berdasarkan usia menarche.....	39
Tabel 4 Data karakteristik responden berdasarkan kelas.....	39
Tabel 5 Derajat disminore sebelum dan sesudah	40
Tabel 6 Derajat disminore sebelum	41
Tabel 7 Derajat disminore sesudah.....	42
Tabel 8 Analisis data.....	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Skala numerik rating scale (Murray & McKinney,2017.....	13
Gambar 2 Skala wong-baker faces pain rating scale (Loretz,2005)	14
Gambar 3 Desain Penelitian One Group Pre Test and Post Test	26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal kegiatan penelitian.....	53
Lampiran 2 Realisasi anggaran biaya penelitian	54
Lampiran 3 Lembar permohonan menjadi responden	55
Lampiran 4 Persetujuan setelah penjelasan sebagai peserta penelitian	66
Lampiran 5 Standar Operasional Prosedur	67
Lampiran 6 Kuisisioner penelitian	68
Lampiran 7 Surat permohonan study pendahuluan	69
Lampiran 8 Bukti validasi bimbingan proposal.....	70
Lampiran 9 Bukti validasi bimbingan KTI.....	71
Lampiran 10 Bukti penyelesaian administrasi.....	72
Lampiran 11 Surat permohonan izin penelitian.....	73
Lampiran 12 Surat izin penelitian.....	74
Lampiran 13 Surat keterangan penelitian	77
Lampiran 14 Tabel rekapitulasi	78
Lampiran 15 Uji komputerisasi	80
Lampiran 16 Dokumentasi kegiatan penelitian	82

DAFTAR SINGATAN

WHO	= World Health Organization
PGF-2 α	= Prostaglandin F2-alfa
LI4	= Large Intestinum 4
BKKBN	= Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana
DS	= Dismenore Sekunder
IASP	= International Association of the Study of Pain
SDKI	= Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia
NRS	= Numerik Rating Scale
KBBI	= Kamus Besar Bahasa Indonesia