



**STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

**PENGARUH AKUPRESUR TERHADAP DISMINORE PADA  
MAHASISWA TINGKAT IV PRODI SARJANA KEPERAWATAN  
STIKES BETHESDA YAKKUM TAHUN 2019**

**KADEK LOVINA TIRTA WATI**

**1502027**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM  
YOGYAKARTA TAHUN 2019**

**PENGARUH AKUPRESUR TERHADAP DISMINORE PADA  
MAHASISWA TINGKAT IV PRODI SARJANA KEPERAWATAN  
STIKES BETHESDA YAKKUM TAHUN 2019**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
sarjana keperawatan**

**KADEK LOVINA TIRTA WATI**

**1502027**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM  
YOGYAKARTA TAHUN 2019**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “pegaruh akupresur terhadap disminore pada mahasiswa Tingkat IV prodi sarjana keperawatan STIKES bethesda yakkum tahun 2019” yang saya kerjakan sebagai persyaratan menjadi sarjana keperawatan di STIKES bethesda yakkum yogyakarta, bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi kesarjanaan di lingkungan institusi maupun di perguruan tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika kemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil tiruan dari skripsi lain, maka saya bersedia dikenai sanksi yaitu pencabutan gelar kesarjanaan saya.

Yogyakarta, 8 Agustus 2019



Kadek Lovina Tirta W

(1502027)

**SKRIPSI**

**PENGARUH AKUPRESUR TERHADAP DISMINORE PADA  
MAHASISWA TINGKAT IV PRODI SARJANA KEPERAWATAN  
STIKES BETHESDA YAKKUM TAHUN 2019**

**Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan disetujui untuk  
dilaksanakan Sidang Skripsi**

**Yogyakarta, 8 Agustus 2019**

**Pembimbing:**

**Niken W.N Palupi, S.Kp., M.Kes**

  
(.....)



Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Sidang

Pada 8 Agustus 2019

Ketua Penguji:

Priyani Haryanti, S.Kep., Ns., M.Kep

Penguji I:

Indrayanti, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Kom

Penguji II:

Niken W.N Palupi, S.Kp., M.Kes

Mengesahkan,

Ketua STIKES Bethesda Yakkum

Yogyakarta  
  
Vivi Retno Intening, S.Kep., Ns., MAN  
NIK: 060045



Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana

Keperawatan

Ethic Palupi, S.Kep., Ns.,MNS  
NIK: 090057

*“MOTTO”*

“DALAM SEGALA KEGIATAN BERGANTUNGLAH HANYA PADAKU DAN SELALU BERTINDAK DIBAWAH PERLINDUNGANKU DALAM PRAKTEK BHAKTI TERSEBUT SADARLAH SEPENUHNYA AKAN DIRI KU”

(BHAGAWAT GITA 18.57)

MASA DEPAN TERGANTUNG DARI APA YANG KAMU KERJAN HARI INI

(MAHATMA GANDHI)

“ORANG-ORANG YANG SUKSES TELAH BELAJAR MEMBUAT DIRI MEREKA MELAKUKAN HAL YANG HARUS DIKERJAKAN KETIKA HAL ITU MEMANG HARUS DIKERJAKAN, ENTAH MENYUKAI ATAU TIDAK”.

(KIM HANBIN)

GOD’S PLAN IS ALWAYS THE BEST SOMETIMES THE PROCESS IS PAIN PAINFUL AND HARD BUT DON’T FORGET THAT WHEN GOD IS SILENT HE’S DOING SOMETHING FOR YOU

(UNKNOWN)

## PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua saya, bapak Wayan Suarne dan ibu Wayan Suti.  
Terimakasih untuk segala doa, cinta, kasih sayang
2. Kim Hanbin yang selalu menjadi motivasi dan semangat untuk mengerjakan skripsi
3. Teman dekat saya Romenson Wolla, dan Sahabat saya Made Ari, Kadek Tangkas, Jenika, Clarita, Nali, Christy, Grace, Nita, Vika, Novi, bupen, Jesica, Kak Siska yang sudah memberikan support dan semangat untuk mengerjakan skripsi ini
4. Dosen pembimbing saya ibu Niken WN Palupi, S.Kp, M.Kes yang tidak pernah lelah membimbing dan memberikan masukan demi kelancaran skripsi ini
5. Semua teman-teman angkatan 2015 yang namanya tidak dituliskan satu-satu

## ABSTRAK

**KADEK LOVINA TIRTA WATI**, “Pengaruh akupresur terhadap disminore pada mahasiswa Tingkat IV Prodi sarjana keperawatan STIKES Bethesda Yakkum tahun 2019”.

**Latar Belakang:** Terdapat 31 mahasiswa Tingkat IV Prodi sarjana keperawatan STIKES Bethesda Yakkum yang mengalami disminore, dalam penanganannya mahasiswa belum pernah menggunakan akupresur untuk menangani disminore.

**Tujuan:** Mengetahui pengaruh akupresur terhadap disminore pada mahasiswa Tingkat IV Prodi sarjana keperawatan STIKES Bethesda Yakkum tahun 2019.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan metode *Quasi-Eksperimental* dengan rancangan *pre test and post test without control*. Populasi 31 mahasiswa dengan sampel 31 mahasiswa dengan teknik pengambilan sampel *total populasi*. Analisis data menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*.

**Hasil:** Pada penelitian ini  $p\text{ value} < \alpha$ , yakni  $0,000 < 0,05$  berarti  $H_0$  ditolak.

**Kesimpulan:** Ada pengaruh akupresur terhadap disminore pada mahasiswa Tingkat IV prodi sarjana keperawatan STIKES Bethesda Yakkum tahun 2019

**Saran:** Untuk mahasiswa STIKES Bethesda Yakkum menggunakan terapi akupresur sebagai alternatif dalam menangani disminore.

**Kata Kunci:** Disminore-Akupresur  
XVII + 86 halaman + 9 Tabel+ 3 skema + 5 gambar +17 lampiran

**Kepustakaan:** 38, 2009-2017



## ABSTRACT

**KADEK LOVINA TIRTA WATI**, “The Effect of Acupressure on Dysmenorrhea in the fourth year female students of Bachelor of Science in Nursing Study Program of STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta in 2019”.

**Background:** There are 31 the fourth year female students of Bachelor of Science in Nursing Study Program of STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta in 2019 who are experiencing dysmenorrhea. Students have never used acupressure therapy to deal with the pain of dysmenorrhea.

**Objective:** To determine the effect of acupressure on dysmenorrhea pain in the fourth year female students of Bachelor of Science in Nursing Study Program of STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta in 2019.

**Methods:** This study used a Quasi-Experimental method with pre test and post test without control design. Population of 31 female students with a sample of 31 taken using total population technique. Data analysis used Wilcoxon Signed Rank Test.

**Results :** In this study the p value  $< \alpha$ , that is  $0,000 < 0,05$  it means  $H_0$  is rejected.

**Conclusion:** There is an effect of acupressure on disminore against dysmenorrhea in the fourth year female students of Bachelor of Science in Nursing Study Program of STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta in 2019.

**Suggestion:** STIKES Bethesda Yakkum students are suggested to use acupressure therapy as an alternative in dealing with dysmenorrhea pain.

**Keywords:** Dysmenorrhea-Acupressure  
XVII + 86 pages + 9 tables + 3 schemas + 5 pictures+ 17 appendices

**Bibliography:** 38, 2009-2017

## PRAKATA

Puji syukur peneliti panjatkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas penyertaan dan kasih karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh akupresur terhadap disminore pada mahasiswa Tingkat IV Prodi Sarjana keperawatan STIKES Bethesda Yakkum tahun 2019”.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta. Pada kesempatan ini perkenankan peneliti menyampaikan terimakasih kepada Ibu Niken WN Palupi, S.Kp., M.Kes., selaku Pembimbing/Penguji II yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga untuk membantu dan membimbing dalam proses pembuatan skripsi serta memberikan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi. Selama proses penyusunan skripsi ini, peneliti juga telah dibantu dan didukung oleh berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Vivi Retno Intening, S.Kep., Ns., MAN., selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Bapak Sri Bayu Sela Adji, S. Psi, MPD., selaku Direktur *Community Development* Bethesda.
3. Ibu Eko Rusmiyati, S. Psi., selaku koordinator bidang akupresur *Community Development* Bethesda
4. Ibu Ch. Yeni Kustanti, Ns., M.Nur., M.Pall.C., selaku Koordinator Riset Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.

5. Ibu Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS., selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
5. Ibu Priyani Haryanti, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Penguji.
6. Ibu Indrayanti, S.Kep., Ns., M.kep., Sp.Kep.Kom., selaku Penguji I.
7. Ibu Halima, Ibu Sumarni dan Ibu Yuliani, selaku terapis yang sudah membantu dalam proses pelaksanaan akupresur
8. Seluruh staf perpustakaan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah membantu dalam penyediaan buku-buku dalam penyusunan skripsi ini.
7. Bapak Wayan Suarne dan Ibu Wayan Suti, serta seluruh keluarga yang selalu memberikan dukungan moril maupun materil dalam menempuh studi.
8. Teman-teman mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan angkatan 2015 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Selama proses penyusunan skripsi ini peneliti menyadari masih banyak kekurangan, maka dari itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi meningkatkan kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak yang membacanya. Tuhan memberkati.

Yogyakarta 8 Agustus 2019

Kadek Lovina Tirta Wati

## DAFTAR ISI

	Hal
HALAMAN SAMPUL DEPAN	
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
PRAKATA .....	ix
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR SKEMA.....	xv
DAFTAR GAMBAR .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvii
BAB I: PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	7
E. Keaslian Penelitian .....	8

BAB II: KAJIAN TEORI .....	14
A. Landasan Teori .....	14
1. Menstruasi .....	14
a. Pengertian Menstruasi .....	14
b. Siklus Menstruasi .....	14
c. Faktor-faktor yang mempengaruhi Menstruasi .....	18
d. Kelainan Pada Siklus Menstruasi .....	19
2. Disminore .....	20
a. Pengertian Disminore .....	20
b. Klasifikasi Disminore .....	21
c. Patofisiologi Disminore .....	21
d. Faktor-faktor Penyebab Disminore .....	22
e. Tanda dan Gejala Disminore .....	23
f. Faktor Resiko Disminore .....	24
g. Penatalaksanaan Disminore .....	24
h. Alat Untuk Mengukur Nyeri Disminore .....	42
B. Kerangka Teori .....	48
C. Kerangka Konsep .....	49
D. Hipotesis Penelitian .....	50
E. Variabel Penelitian .....	50
1. Definisi Konseptual .....	50
2. Definisi Operasional .....	51
BAB III: METODE PENELITIAN .....	53

A. Desain Penelitian.....	53
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	53
C. Populasi dan Sampel .....	54
D. Alat Ukur Penelitian.....	55
E. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	55
F. Etika Penelitian .....	56
G. Prosedur Pengumpulan Data .....	57
H. Analisa Data .....	60
BAB IV: HASIL DAN PEMBAHASAN .....	65
A. Hasil Penelitian .....	65
B. Pembahasan.....	73
C. Keterbatasan Penelitian.....	80
BAB V: KESIMPULAN DAN SARAN.....	81
A. Kesimpulan.....	81
B. Saran.....	82
DAFTAR PUSTAKA .....	83
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian .....	8
Tabel 2 Tabel Skala Nyeri .....	46
Tabel 3 Tabel Operasional .....	52
Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia.....	66
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Menarche.....	66
Tabel 6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Siklus Menstruasi....	67
Tabel 7 Nyeri Sebelum di Lakukan Akupresur .....	68
Tabel 8 Nyeri Sesudah di Lakukan Akupresur .....	69
Tabel 9 Uji <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> Beda Nyeri Sebelum dan Sesudah Dilakukan Akupresur .....	72

## DAFTAR SKEMA

	Hal
Skema 1 Kerangka Teori .....	48
Skema 2 Kerangka Konsep .....	49
Skema 3 Desain Penelitian.....	53

STIKES BETHESDA YAKKUM



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Siklus Menstruasi dan Ovulasi .....	16
Gambar 2 Skala <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS) .....	44
Gambar 3 Skala <i>Verbal Rating Scale</i> (VRS) .....	44
Gambar 4 Skala <i>Visual Rating Scale</i> (VAS).....	41
Gambar 5 Skala Wajah.....	46

STIKES BETHESDA YAKKUM

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Ijin Studi Awal STIKES Bethesda Yakkum

Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian

Lampiran 3 Kelaikan Etik

Lampiran 4 Surat Pemohonan Kesediaan Menjadi Responden

Lampiran 5 Surat Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 6 Surat Persetujuan Menjadi Asisten Penelitian

Lampiran 7 Pengantar Kuesioner Penelitian

Lampiran 8 Lembar Kuesioner Penelitian

Lampiran 9 Tabel Daftar Sikus Menstruasi

Lampiran 10 Tabel umum

Lampiran 11 SOP

Lampiran 12 Tabel Hasil Uji Statistik Univariat

Lampiran 13 Hasil Uji Statistik Bivariat

Lampiran 14 Daftar Tanggal Intervensi Responden

Lampiran 15 Sertifikat GCP

Lampiran 16 Sertifikat Terapis

Lampiran 17 Lembar Konsultasi Skripsi