



**PENGARUH AKUPRESUR TITIK SANYINJIAO (SP6)
TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMENOREA PRIMER**

SKRIPSI

Oleh

NIA HELENA UTAMI

152191236

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2020/2021**



**PENGARUH AKUPRESUR TITIK SANYINJIAO (SP6)
TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMENOREA PRIMER**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana kebidanan
(S.Keb)

Oleh

NIA HELENA UTAMI

152191236

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2020/2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH AKUPRESUR TITIK SANYINJIAO (SP6) TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMENOREA PRIMER

disusun oleh:

NIA HELENA UTAMI

NIM. 152191236

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah diperkenankan untuk diujikan.

Ungaran, 25 Januari 2021

PEMBIMBING



Rini Susanti, S. SiT.,M.Kes

NIDN. 0621098002

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:

**PENGARUH AKUPRESUR TITIK SANYINJIAO (SP6) TERHADAP
PENURUNAN NYERI DISMENOREA PRIMER**

disusun oleh:

NIA HELENA UTAMI

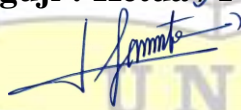
NIM. 152191236

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari :

Tanggal :

Tim Penguji : Ketua / Pembimbing



Rini Susanti, S. SiT.,M.Kes

NIDN. 0621098002

Anggota/Penguji 1



Heni Hirawati Pranoto, S.SiT., M.Kes

NIDN. 0602108101

Ketua Program Studi



Luvi Dian Afriyani, S.SiT.,M.Kes

NIDN. 0627048302

Anggota/Penguji 2



Puji Lestari, S.SiT., M.Kes

NIDN. 0606048902

Dekan Fakultas Kesehatan



Rosalina, S.Kp.,M.Kes

NIDN. 0621127102

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Nia Helena Utami
NIM : 152191236
Program Studi/ Fakultas : S1 Kebidanan/ Fakultas Ilmu Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul **“PENGARUH AKUPRESUR TITIK SANYINJIAO (SP6) TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMENOREA PRIMER”** adalah skripsi asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka
4. Pernyataan ini saya buat sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing,

Ungaran, Februari 2020
Yang membuat pernyataan

Rini Susanti, S. SiT.,M.Kes
NIDN. 0621098002



(Nia Helena Utami)

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nia Helena Utami

NIM : 152191236

Program Studi : S1 Kebidanan Transfer Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada Program Studi Kebidanan (Dosen Pembimbing Skripsi) untuk menyimpan, mengalih media/memformatkan, merawat dan mempublikasikan skripsi saya yang berjudul “Pengaruh Akupresur Titik Sanyinjiao (SP6) Terhadap Penurunan Nyeri Dismenorea Primer” untuk kepentingan akademis.

Ungaran, Februari 2021
Yang membuat pernyataan,



(Nia Helena Utami)

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO:

“Sesungguhnya Allah tidak akan merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri” (QS. Ar Ra’d: 11)

PERSEMBAHAN

Kepada Allah SWT, karena kepadaNyalah kami menyembah dan kepadaNyalah kami memohon pertolongan.

Sekaligus sebagai ungkapan terimakasihku kepada:

Bapah dan Ibuku sebagai inspirasi dalam hidupku, yang selalu mendukung dari segi moril atau material. Saudara-saudaraku yang selalu memberikan semangat dan dukungan serta doa-doanya untukku.

152191236

Pengaruh Akupresur Titik Sanyinjiao (SP6) Terhadap Penurunan Nyeri Dismenorea Primer

(xvii + 78 halaman + 14 gambar + 1 tabel + 19 lampiran)

ABSTRAK

Latar Belakang: Dysmenorrhea adalah suatu kondisi yang terjadi saat menstruasi dimana bisa menyebabkan terganggunya kegiatan serta membutuhkan perawatan apabila gejala yang dirasakan berat, serta ditunjukkan melalui rasa sakit ataupun nyeri pada area panggul serta perut. Banyak pengobatan dismenore yang telah berkembang di masyarakat baik terapi farmakologis maupun terapi nonfarmakologis. Salah satu terapi non-farmakologis adalah akupresur. Akupresur adalah penggunaan teknik sentuhan / kontak untuk menyeimbangkan saluran energi dalam tubuh atau Qi. *Sanyinjiao Point* adalah salah satu titik acupoint atau titik pertemuan limpa, hati dan saluran ginjal yang terletak dilimpa meridian

Tujuan: Mengetahui pengaruh akupresur titik Sanyinjiao (SP6) pada penurunan nyeri dismenorea primer

Metode: Pencarian artikel menggunakan dari *google scholar*, *pubmed*, dan *BMC Public Health* untuk menemukan artikel sesuai kriteria inklusi dan eksklusi kemudian dilakukan *review*.

Hasil: Berdasarkan hasil literature review dari 7 jurnal yang dinyatakan bahwa Ha atau hipotesis alternatifnya diterima. Dengan adanya pengaruh terapi akupresur titik sanyinjiao (SP6) terhadap nyeri dismenore primer yang mengalami penurunan, didapatkan hasil bahwa adanya pengaruh terapi akupresur titik sanyinjiao (SP6) terhadap penurunan nyeri dismenore primer.

Simpulan: Dengan pemberian terapi akupresur sanyinjiao point yang terletak dibagian kaki dalam sekitar tiga jari diatas malleolus internus atau pada pergelangan kaki bagian dalam, tepat diujung tulang kering dengan waktu penekanan biasanya 30 menit akan langsung terasa penurunan nyeri.

Kata Kunci: Akupresur, Sanyinjiao Point, Dismenore Primer.

Ngudi Waluyo University
Study Program of S1 Midwifery, Faculty of Ilmu Kesehatan
Final Project, January 2021
Nia Helena Utami
152191236

The Effect Of Sanyinjiao Point Acupressure (SP6) On The Reduction Of Primary Dysmenorrhea Pain

(xvii + 78 pages + 14 images + 1 table + 9 appendixes)

ABSTRACT

Background : Dysmenorrhea is a condition that occurs during menstruation which can cause disruption of activities and requires treatment if symptoms are severe, and is indicated by pain or tenderness in the pelvic area and abdomen. Many dysmenorrhea treatments have developed in the community, both pharmacological and non-pharmacological. One of the non-pharmacological therapies is acupressure. Bishopresure is the use of touch / contact techniques to balance the energy channels in the body or Qi. Sanyinjiao Point is one of the acupoints or the meeting point of the spleen, liver and kidney channels which is located in the spleen meridian.

Objective: To determine the effect of acupressure from Sanyinjiao point (SP6) on primary dysmenorrhoea pain reduction.

Method: Search for articles using *Google Scholar*, *Pubmed*, and *BMC Public Health* to find articles according to the inclusion and exclusion criteria, then a conducted *review was*.

Result: Based on the results of the literature review from 7 journals it was stated that Ha or the alternative hypothesis was accepted. With the effect of sanyinjiao point acupressure therapy (SP6) on decreased primary dysmenorrhea pain, it was found that there was an effect of sanyinjiao point acupressure therapy (SP6) on reducing primary dysmenorrhea pain.

Conclusion: By giving sanyinjiao point acupressure therapy which is located on the inner leg, about three fingers above the internal malleolus or on the inner ankle, right at the end of the shin with a pressure time of usually 30 minutes will immediately decrease pain.

Keywords: Acupressure, Sanyinjiao Point, Primary Dysmenorrhea.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



IDENTITAS DIRI

Nama : Nia Helena Utami
Tempat/Tanggal Lahir : Karawang, 25 Mei 1998
Agama : Islam
Alamat : Dsn. Krajan Ds. Pasirjaya RT/RW 02/01 Kec.
Cilamaya Kulon Kab. Karawang
Jenis Kelamin : Perempuan
Anak Ke : 1 (satu) dari 1 (satu) bersaudara
Email : niahelenautami1998@gmail.com

PENDIDIKAN

- Tahun 2004-2010 : SD Negeri Pasirjaya II
- Tahun 2010-2013 : SMP Negeri Rawagempol Wetan
- Tahun 2013-2016 : SMK Kesehatan Ar-Raihan Cikampek Jurusan Keperawatan
- Tahun 2016-2019 : Diploma III Kebidanan STIKes Dharma Husada Bandung
- Tahun 2019-2021 : S1 Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah mencurahkan nikmat dan karunianya yang telah diberikan kepada hambanya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul

“pengaruh akupresur titik Sanyinjiao (SP6) terhadap penurunan nyeri dismenorea primer”. Adapun maksud dan tujuan penyusunan skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kebidanan di Universitas Ngudi Waluyo.

Dalam menyusun skripsi ini, penulis mendapatkan pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum. selaku rector Universitas Ngudi Waluyo.
2. Luvy Dian Afriyani, S,SiT, M.Kes sebagai ketua Program Studi Kebidanan.
3. Rini Susanti, S. SiT.,M.Kes sebagai pembimbing yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi.
4. Dosen dan Staf Prodi Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo atas dukungannya
5. Orang tua dan keluarga yang telah memberikan doa restu dan dukungan moril maupun materil selama ini. Terimakasih yang tidak terhingga atas limpahan kasih sayang, dorongan do'a, nasihat, motivasi dan perhatiannya
6. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi S1 Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo yang banyak membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Dengan kerendahan hati penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dikatakan sempurna, maka dari itu kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat penulis harapkan. Akhir hata, semoga Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Ungaran, Januari 2021

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN ORISINILITAS	v
HALAMAN KETERSEDIAAN PUBLIKASI	vi
PERSEMBAHAN DAN MOTTO.....	vii
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT.....	ix

DAFTAR RIWAYAT HIDUP	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Maksud dan Tujuan Studi Kasus	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Tinjauan Teori	6
1. Remaja	6
2. Menstruasi	8
3. Dismenorea	13
4. Akupresur	20
5. Akupresur titik SP6 (Sanyinjiao) terhadap penurunan nyeri dismenorea primer	35
B. Kerangka Teori	37
C. Kerangka Konsep	37
BAB III METODE	38
A. Strategi Pencarian Literatur	38
1. Framework yang digunakan	38

2. Kata kunci.....	38
3. Database atau search engine	38
B. Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	39
1. Hasil pencarian dan seleksi studi	40
2. Daftar artikel hasil pencarian.....	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	58
A. Relevansi Metode	58
B. Relevansi Hasil.....	63
C. Pernyataan hasil.....	66
D. Keterbatasan.....	74
BAB V PENUTUP.....	75
A. Simpulan	75
B. Saran	75
DAFTAR PUSTAKA	76
LAMPIRAN	78

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kriteria inklusi dan eksklusi dengan format PICOS	39
Tabel 3.2 Daftar artikel hasil pencarian	44
Tabel 4.1 Metode yang digunakan pada review artikel	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Meridian Paru (Lu:Lung)	24
Gambar 2.2. Meridian Usus Besar (Li:Large Intestine).....	25
Gambar 2.3. Meridian Lambung (St=stomach).....	25
Gambar 2.4. Meridian Limpa (Sp:Spleen)	26
Gambar 2.5. Meridian Jantung (Ht:Heart)	27
Gambar 2.6. Meridian Usus Kecil (SI: Small Intestine)	28
Gambar 2.7. Meridian Kandung Kemih (Bl: Bladder)	29
Gambar 2.8. Meridian Ginjal (Ki: Kidney)	30
Gambar 2.9. Meridian Pericardium (Pc: Pericardium)	30
Gambar 2.10. Meridian San ciao (TE:Triple Energizer).....	31
Gambar 2.11. Meridian Kandung Empedu (GB: Gallbladder)	32
Gambar 2.12. Meridian Hati (Lr: Liver).....	33
Gambar 2.13 Kerangka Teori	37
Gambar 2.14 Kerangka Konsep.....	37

Gambar 3.1 Diagram Alur Review Jurnal..... 42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Artikel 1

Lampiran 2. Artikel 2

Lampiran 3. Artikel 3

Lampiran 4. Artikel 4

Lampiran 5. Artikel 5

Lampiran 6. Artikel 6

Lampiran 7. Artikel 4

Lampiran 8. Kartu Bimbingan

Lampiran 9. Hasil Cek Plagiasi