

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan
Skripsi, Januari 2021
Nia Helena Utami
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 aconducted *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.