

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan
Skripsi, Januari 2023
Avisha Ladyana Fitri
NIM. 152211105

PENGARUH PEMBERIAN TERAPI AKUPRESURE TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA WANITA PRE-MENOPAUSE USIA 51-60 TAHUN DI DESA LEMAH DUWUR KABUPATEN TEGAL

ABSTRAK

Latar belakang : Wanita pre-menopause dengan gangguan penyakit fisik maupun mental perlu mendapatkan perawatan dan pengobatan yang baik. Pengobatan komplementer yang ditawarkan yaitu dengan akupresure, salah satu bentuk metode pengobatan non farmakologis yang aman karena tanpa invasi dan efek samping yang minimal. Akupresure salah satu terapi komplementer dengan pemijatan dan stimulasi terhadap titik-titik khusus pada tubuh, termasuk tindakan yang sederhana dan efektif. Tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah terapi akupresure dapat membantu menurunkan kecemasan pada wanita pre-menopause di Desa Lemah Duwur Kabupaten Tegal.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain *pre-eksperimental* dengan menggunakan instrument kuesioner pre-test dan post-test kecemasan HaRS-A. Subjek dalam asuhan ini adalah pre-wanita menopause usia 51-60 tahun dengan inklusi menopause sebelum 1 tahun di Desa Lemah Duwur Kabupaten Tegal. Jumlah partisipan yang digunakan sebanyak 30 wanita menopause dengan kecemasan.

Hasil : Hasil penelitian uji paired sample T-test pre-test dan post-test menunjukkan nilai signifikan $0,000 < 0,05$. Oleh karena itu hasil menunjukkan bahwa ada pengaruh antara pemberian terapi akupresure terhadap penurunan kecemasan pada wanita menopause di Desa Lemah Duwur sebelum dan setelah diberikan intervensi.

Simpulan : Berdasarkan dari penelitian ini yaitu dapat diketahui bahwa terapi akupresure dapat digunakan sebagai metode pengobatan komplementer pada wanita pre-menopause. Selain itu akupresure juga dapat membantu permasalahan psikologis seperti kecemasan pada wanita pre-menopause. Diharapkan klien dapat menerapkan penyuluhan akupresure yang diberikan secara mandiri sehingga dapat mencegah terjadinya kecemasan.

Kata Kunci : Terapi Akupresure, Kecemasan, Menopause

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan
Skripsi, Januari 2023
Avisha Ladyana Fitri
NIM. 152211105

**THE EFFECT OF ACUPRESSURE THERAPY ON ANXIETY LEVELS IN
PRE-MENOPAUSE WOMEN AGED 51-60 YEARS IN THE VILLAGE OF
LEMAH DUWUR, TEGAL DISTRICT**

ABSTRACT

Background : Pre-menopausal women with physical and mental disorders need to get good care and treatment. The complementary treatment offered is acupressure, a form of non-pharmacological treatment method that is safe because it is non-invasive and has minimal side effects. Acupressure is a complementary therapy with massage and stimulation of specific points on the body, including simple and effective actions. The purpose of this study was to find out whether acupressure therapy can help reduce anxiety in pre-menopausal women in Lemah Duwur Village, Tegal Regency.

Method : This research method uses a pre-experimental design using a questionnaire instrument pre-test and post-test HaRS-A anxiety. Subjects in this care were pre-menopausal women aged 51-60 years with menopause inclusion before 1 year in Lemah Duwur Village, Tegal District. The number of participants used was 30 menopausal women with anxiety. The results of the paired sample T-test pre-test and post-test showed a significant value of $0.000 < 0.05$.

Result : Therefore the results show that there is an influence between giving acupressure therapy to reducing anxiety in menopausal women in Lemah Duwur Village before and after being given the intervention.

Conclusion : The conclusion of this study is that it can be seen that acupressure therapy can be used as a method of complementary medicine in pre-menopausal women. In addition, acupressure can also help psychological problems such as anxiety in pre-menopausal women. It is expected that clients can apply acupressure counseling given independently so as to prevent anxiety.

Keyword : Acupressure Therapy, Anxiety, Pre-menopausal