

Universitas Ngudi Waluyo

Program Studi kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan

Skripsi, April 2025

Uni

157241113

**PERBEDAAN PENURUNAN INTENSITAS NYERI HAID  
(DISMENOIRE) SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN  
PIJAT AKUPRESUR PADA REMAJA DI SMP  
NEGERI 1 TANJUNG  
PALAS TIMUR**

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Menurut data WHO tahun 2021, lebih dari 62% perempuan di seluruh dunia mengalami nyeri menstruasi, dengan prevalensi sekitar 60% di Amerika, 72% di Swedia, dan sekitar 55% di Indonesia. Secara nasional, prevalensi *dismenore* mencapai 64,25%, terdiri atas 54,89% *dismenore* primer dan 9,36% *dismenore* sekunder. Studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 1 Tanjung Palas Timur terhadap 40 siswi kelas VII, VIII, dan IX menunjukkan bahwa sebanyak 82,5% siswi mengalami *dismenore* dan sekitar 30% di antaranya pernah bolos sekolah karena nyeri haid yang dirasakan.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi eksperimen, yang menerapkan rancangan *one group pretest-posttest design*. Uji normalitas data menggunakan *Shapiro-Wilk* dan analisis data menggunakan uji *Wilcoxon*.

**Hasil :** Sebelum diberikan pijat akupresure mengalami nyeri sedang sebanyak 28 orang (93,3%) dan remaja yang mengalami nyeri ringan sebanyak 2 orang (6,7%). Setelah diberikan pijat akupresure mengalami nyeri ringan sebanyak 26 orang (86,7%) dan tidak nyeri sebanyak 4 orang (13,3%). Rata-rata skala nyeri sebelum diberikan terapi akupresur adalah 2.93 dan rata – rata skala nyeri setelah diberikan terapi akupresur adalah sebesar 1.87 dengan selisih mean yaitu 1.06.

**Simpulan :** Berdasarkan hasil analisis menggunakan *Wilcoxon* diperoleh Pvalue = 0,000 ( $p < 0,05$ ), maka dapat diambil kesimpulan terdapat Perbedaan Penurunan Intensitas Nyeri Haid (*Dismenore*) Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pijat Akupresure Pada Remaja Di Smp Negeri 1 Tanjung Palas Timur.

**Kata Kunci :** Pijat Akupresure, Penurunan Nyeri *Dismenore*, Remaja

Ngudi Waluyo, University  
Midwifery Study Program, Faculty Of Health Sciences  
Final Project, April 2025  
Uni  
157241113

***DIFFERENCES IN THE REDUCTION OF MENSTRUAL PAIN  
(DYSMENORRHEA)  
INTENSITY BEFORE AND AFTER ACUPRESSURE MASSAGE IN  
ADOLESCENTS  
AT SMP NEGERI 1 TANJUNG PALAS TIMUR***

***ABSTRACT***

***Background:*** According to WHO data in 2021, more than 62% of women worldwide experience menstrual pain, with a prevalence of approximately 60% in the United States, 72% in Sweden, and around 55% in Indonesia. Nationally, the prevalence of dysmenorrhea reaches 64.25%, consisting of 54.89% primary dysmenorrhea and 9.36% secondary dysmenorrhea. A preliminary study conducted at SMP Negeri 1 Tanjung Palas Timur among 40 female students in grades VII, VIII, and IX found that 82.5% experienced dysmenorrhea, and approximately 30% had been absent from school due to menstrual pain.

***Methods:*** This study employed a quantitative approach with a quasi-experimental design, using a one-group pretest–posttest design. Data normality was tested using the Shapiro–Wilk test, and data analysis was performed using the Wilcoxon test.

***Results :*** Before receiving acupressure massage, 28 adolescents (93.3%) experienced moderate pain and 2 adolescents (6.7%) experienced mild pain. After receiving acupressure massage, 26 adolescents (86.7%) reported mild pain and 4 adolescents (13.3%) reported no pain. The mean pain score before acupressure therapy was 2.93, while the mean pain score after therapy was 1.87, with a mean difference of 1.06.

***Conclusion :*** Based on the results of the analysis using the Wilcoxon test, a *p*-value of 0.000 ( $p < 0.05$ ) was obtained, indicating a significant difference in the reduction of menstrual pain (dysmenorrhea) intensity before and after acupressure massage in adolescents at SMP Negeri 1 Tanjung Palas Timur.

***Keywords :*** Acupressure Massage, Dysmenorrhea Pain Reduction, Adolescents