

Universitas Ngudi Waluyo Ungaran
Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan
Skripsi, Agustus 2025
Sebrianti Angelica Toding, Hapsari Windayanti
151211009

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG DISMENORE DAN AKUPRESUR UNTUK MENGURANGI NYERI DISMENORE DI SMP KANAAN KABUPATEN SEMARANG

ABSTRAK

Latar belakang : Dismenore atau nyeri menstruasi menjadi masalah umum yang dialami remaja putri, namun sering kali masih kurang dipahami penanganan alternatifnya. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Kanaan Kabupaten Semarang terhadap 10 siswi kelas VII-IX yang mengalami dismenore menunjukkan adanya keterbatasan pengetahuan mengenai dismenore dan cara penanganannya. Kebanyakan siswi hanya mengandalkan istirahat atau kompres air hangat untuk menghilangkan nyeri dismenore yang mereka alami, dan belum ada yang mengetahui terapi akupresur sebagai salah satu metode alternatif untuk meredakan nyeri dismenore. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang dismenore dan akupresur untuk mengurangi nyeri dismenore di SMP Kanaan Kabupaten Semarang.

Metode : Jenis penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan corss-sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi SMP Kanaan yang berjumlah 30 orang, teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling. Untuk pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan siswi dan dianalisis secara deskriptif.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan dari 30 responden, mayoritas siswi di SMP Kanaan memiliki pengetahuan yang kurang tentang dismenore dan akupresur untuk mengurangi nyeri dismenore, yaitu sebanyak 21 orang (70,0%). Siswi yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 8 orang (26,7%), dan hanya 1 orang (3,3%) yang memiliki pengetahuan baik.

Kesimpulan & Saran : Tingkat pengetahuan remaja putri di SMP Kanaan Kabupaten Semarang mengenai dismenore dan terapi akupresur masih rendah. Dari penelitian ini diharapkan bagi pihak sekolah, terutama guru UKS, untuk memberikan edukasi dan sosialisasi yang lebih intensif tentang dismenore dan cara mengatasi dismenore termasuk terapi akupresur.

Ngudi Waluyo University Ungaran
Midwifery Undergraduate Program, Faculty of Health
Skripsi, August 2025
Sebrianti Angelica Toding, Hapsari Windayanti
151211009

DESCRIPTION OF THE LEVEL OF KNOWLEDGE OF ADOLESCENT GIRLS ABOUT DYSMENORRHEA AND ACUPRESSURE TO REDUCE DYSMENORRHEA PAIN IN SMP KANAAN, SEMARANG REGENCY

ABSTRACT

Background: *Dysmenorrhea, or menstrual pain, is a common problem experienced by adolescent girls and can interfere with daily activities. Conventional methods such as rest or warm compresses are commonly used to relieve dysmenorrhea. However, alternative strategies, such as acupressure, which is considered effective, non-invasive, and easy to perform, are still relatively unknown among adolescents. A preliminary study at Kanaan Junior High School in Semarang Regency showed that most female students were unaware of dysmenorrhea and acupressure as a therapy for relieving menstrual pain.*

Objective: *This study aims to determine the level of knowledge among adolescent girls about acupressure for reducing dysmenorrhea at Kanaan Junior High School in Semarang Regency.*

Methods: *This research employed a descriptive quantitative design with a cross-sectional approach. The population consisted of all female students at Kanaan Junior High School, totaling 30 students, and was sampled using total sampling. Data were collected using a structured questionnaire and analyzed descriptively in the form of frequency and percentage distributions.*

Results: *The study showed that the majority of respondents had a low level of knowledge about acupressure for dysmenorrhea relief, with 21 students (70.0%) classified as having poor knowledge. A total of 8 students (26.7%) had moderate knowledge, and only 1 student (3.3%) demonstrated good knowledge.*

Conclusion & suggestions: *The level of knowledge among adolescent girls at Kanaan Junior High School regarding acupressure therapy to reduce menstrual pain remains low. Therefore, schools, especially health unit (UKS) teachers, are encouraged to provide educational efforts on dysmenorrhea management, including the introduction of alternative therapies such as acupressure.*

Keywords: *Acupressure, Dysmenorrhea, Knowledge, Adolescent Girls*