



LAPORAN BIMBINGAN TA/SKRIPSI

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Jl. Diponegoro No 186 Gedanganak - Ungaran Timur, Kab. Semarang - Jawa Tengah

Email: ngudiwaluyo@unw.ac.id, Telp: Telp. (024) 6925408 & Fax. (024) -6925408

-
- Nomor Induk Mahasiswa : 151211009
- Nama Mahasiswa : **SEBRIANTI ANGELICA TODING**
- Ketua Program Studi : **Luvi Dian Afriyani, S.Si.T. , M.Kes.**
- Dosen Pembimbing (1) : **Hapsari Windayanti, S.Si.T.**
- Dosen Pembimbing (2) : **Hapsari Windayanti, S.Si.T.**
- Judul Ta/Skripsi : **gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang terapi akupresur untuk mengurangi nyeri dismenorea pada remaja putri di SMP kanaan kabupaten semarang**
- Abstrak : Pengertian remaja menurut WHO adalah populasi dengan periode usia 10-19 tahun. Masa remaja atau yang sering disebut dengan masa adolesens merupakan masa transisi dari kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial (WHO, 2018). Kementerian Kesehatan membagi periode remaja menjadi tiga bagian, yaitu masa remaja awal (10-13 tahun), masa remaja menengah (14-16 tahun), dan masa remaja akhir (17-19 tahun). Dismenore adalah nyeri perut yang disebabkan oleh keram rahim yang terjadi saat menstruasi. Nyeri tersebut disebabkan oleh mulainya menstruasi dan berlangsung beberapa jam hingga beberapa hari hingga mencapai puncak nyeri. Nyeri dismenore umumnya terjadi 1-3 tahun setelah menarche yaitu pada masa remaja atau pada usia 15-18 tahun. Banyak orang yang mengeluhkan kondisi ini, namun tidak banyak yang tahu cara mengobatinya (Khotimah H., 2022). Dismenore yang pada umumnya dirasakan oleh remaja menunjukkan gejala seperti nyeri pada perut bagian bawah, kekakuan pada bagian pinggang dan punggung, kelemahan, kadang disertai dengan mual, pusing, bahkan ada yang merasakan ingin pingsan (Dino Gagah Dahlan Gunawan, 2021). Sebanyak 90% perempuan Indonesia pernah mengalami dismenore. Prevalensi angka kejadian dismenore di Indonesia menurut Jurnal Occupational Environmental cukup tinggi yaitu 54,98% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. (Sari, 2021). Angka kejadian dismenore menurut world health organization (WHO) adalah 1.769.425 orang (90%) perempuan. Di Indonesia, terdapat 107.673 orang (64,25%) perempuan, terdiri dari 59.671 (54,89%) dismenore primer dan 9.496 orang (9,36%) dismenore sekunder (Zshasa et al., 2016). Hasil survei demografi dan kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2016, prevalensi dismenore cukup tinggi yaitu 54,98% dismenore sekunder (Baiti, 2021). Menurut Riskesdes tahun 2018 Indonesia prevalensi dismenore mencapai 64,25% yang terdiri dari dismenore primer 54,89% dan 9,36% dismenore sekunder (Riskesdes, 2018). Prevalensi dismenore di Indonesia menurut Glasier menyatakan dismenore di Indonesia terjadi pada 60-70% wanita di Indonesia. Suatu penelitian di Jakarta menemukan bahwa 83,5% siswi mengalami dismenore (Musliani A, 2019). Di Jawa Tengah angka kejadian dismenore pada remaja putri yaitu 56% (Dewi Lestari, 2024).
- Akupresur merupakan teknik pengobatan tradisional yang mudah dilakukan dan tidak menimbulkan efek samping yang berbahaya serta sudah banyak dikenal oleh masyarakat. Manfaat akupresur untuk kesehatan sangat banyak salah satunya adalah untuk menurunkan nyeri dismenorea. Menurut beberapa

hasil penelitian menunjukkan bahwa akupresur sangat efektif menurunkan nyeri dismenorea (Husaidah, 2021).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yusuf Adi Saputra pada 2020 tentang pengaruh Pendidikan kesehatan terhadap upaya remaja menurunkan nyeri saat menstruasi. Dalam penelitiannya dinyatakan bahwa Berdasarkan hasil perhitungann menggunakan Uji Wilcoxon test maka didapatkan nilai T sebesar -4.697 dengan (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0,000 dimana jika dibandingkan dengan nilai α (0,05) maka akan didapatkan $0,000 < 0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa H1 diterima pendidikan kesehatan tentang dismenore berpengaruh terhadap upaya remaja untuk menurunkan nyeri saat menstruasi (dismenore primer). Hal tersebut karena adanya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap upaya yang dilakukan remaja saat dismenore (Yusuf Adi Saputra, 2021). Dismenore dapat ditangani dengan dua pendekatan, yaitu farmakologi dan non-farmakologi. Pendekatan farmakologi yang umum digunakan adalah dengan mengonsumsi obat anti-inflamasi non-steroid (NSAID) yang berfungsi menghambat produksi prostaglandin, sehingga mengurangi kontraksi uterus selama menstruasi. Sementara itu, pendekatan non-farmakologi dapat dilakukan dengan terapi kompres hangat pada perut, konsumsi jamu, atau aromaterapi. Selain itu, akupresur, sebagai terapi tradisional Cina, juga dapat menjadi alternatif untuk mengurangi nyeri dismenore.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 30 April 2025 terhadap 10 siswi di SMP kanaan, ditemukan bahwa 9 dari 10 siswi mengalami nyeri dismenore saat menstruasi, sedangkan 1 siswi tidak mengalaminya. Dari 9 siswi yang mengalami nyeri dismemore, mereka menyatakan bahwa nyeri tersebut mengganggu aktivitas pembelajaran karna merasa kurang sehat. Untuk mengurangi nyeri, sebagian siswi menggunakan kompres hangat atau beristirahat, namun tidak ada yang mengetahui tentang terapi akupresur sebagai pengobatan alternatif. Dari uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Terapi Akupresure Untuk Mengurangi Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di SMP Kanaan Kabupaten Semarang".

Tanggal Pengajuan : 08/05/2025 11:27:47

Tanggal Acc Judul : 08/05/2025 22:10:28

Tanggal Selesai Proposal : 30/07/2025 15:22:56

Tanggal Selesai TA/Skripsi : -

No	Hari/Tgl	Keterangan	Dosen/Mhs
BIMBINGAN PROPOSAL			
1	Jumat,09/05/2025 12:28:31	mohon ijin mengumpulkan bab I bu	SEBRIANTI ANGELICA TODING
2	Senin,12/05/2025 09:25:56	mohon maaf bu saya ijin mengupload link yang baru	SEBRIANTI ANGELICA TODING

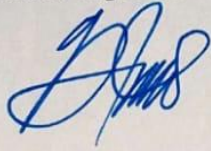
3	Senin,12/05/2025 16:41:41	dilatar belakang belum muncul urgensi dr tema penelitian ini, antar paragraf belum sistematis, tidak perlu ada definisi2, distudi pendahuluan tambahkan sesuai masukan, tujuan khusus belum sesuai	Hapsari Windayanti, S.Si.T.
4	Rabu,14/05/2025 17:49:03	mohon maaf ibu, saya ijin mengumpulkan revisian tadi ibu. Terimakasih	SEBRIANTI ANGELICA TODING
5	Jumat,16/05/2025 08:19:42	sistematika latar belakang, tambahkan penelitian terkait ttg pengetahuan ttg akuprsure, pentingnya pengetahuan ttg akuprsure untuk remaja. tujuan khusus sudah oke. latar belakang diperbaiki, sekalian bimbingan selanjutnya sertakan bab 2	Hapsari Windayanti, S.Si.T.
6	Jumat,16/05/2025 11:07:11	selamat siang ibu, saya ijin mengumpulkan bab 1 dan bab 2 terimakasih bu	SEBRIANTI ANGELICA TODING
7	Jumat,16/05/2025 16:44:58	perbaiki kerangka teori dan konsep (dlm bentuk tabel)	Hapsari Windayanti, S.Si.T.
8	Rabu,21/05/2025 15:21:14	perbaiki : kategori pengetahuan, tambahkan faktor yg memengaruhi pengetahuan ttg akuprsure (ditambahkan hasil penelitian terkait), cara pengukuran pengetahuan, kerangka teori, kerangka konsep.	Hapsari Windayanti, S.Si.T.
9	Rabu,28/05/2025 11:38:04	selamat siang ibu, ijin mengumpulkan bab I & bab II terimakasih bu	SEBRIANTI ANGELICA TODING
10	Rabu,28/05/2025 12:05:05	susun kembali kerangka teori dan kerangka konsep	Hapsari Windayanti, S.Si.T.
11	Kamis,29/05/2025 12:57:20	selamat siang ibu, ijin mengumpulkan revisian kemarin bu, terimakasih	SEBRIANTI ANGELICA TODING

12	Kamis,29/05/2025 21:40:28	lanjut bab 3	Hapsari Windayanti, S.Si.T.
13	Senin,02/06/2025 10:38:34	selamat pagi ibu, mohon maaf mengganggu waktunya. ibu saya ijin mengumpulkan bab I, II dan III bu. terimakasih	SEBRIANTI ANGELICA TODING
14	Jumat,06/06/2025 15:45:08	silakan diperbaiki bab 3 nya sesuai masukan, cek kembali apa sajakah yg ahrus ada di bab 3. besok lagi disettingnya : editor bukan pengkomentar	Hapsari Windayanti, S.Si.T.
15	Senin,09/06/2025 12:32:48	selamat siang ibu, maaf mengganggu waktunya. saya ijin mengumpulkan revisian bab 3 nggih bu. terimakasih	SEBRIANTI ANGELICA TODING
16	Kamis,12/06/2025 10:50:09	bab 3 diperbaiki sesuai masukan	Hapsari Windayanti, S.Si.T.
17	Kamis,19/06/2025 08:58:20	selamat pagi ibu, ijin mengumpulkan revisian yang kemarin ibu. terimakasih	SEBRIANTI ANGELICA TODING
18	Sabtu,21/06/2025 20:59:07	bab 3 perbaiki sesuai masukan, komentar masukan jangan dihapus untuk bimbingan selanjutnya.	Hapsari Windayanti, S.Si.T.
19	Sabtu,21/06/2025 20:59:29	kuesionernya disertakan bimbingan berikutnya.	Hapsari Windayanti, S.Si.T.
20	Selasa,24/06/2025 13:08:54	selamat siang ibu, ijin mengumpulkan revisian bab 3 nggih bu. terimakasih ibu.	SEBRIANTI ANGELICA TODING
21	Kamis,26/06/2025 14:55:32	Ajukan EC	Hapsari Windayanti, S.Si.T.
22	Rabu,09/07/2025 14:37:55	ijin mengumpulkan revisian uji validitas kuesioner yang kemarin ibu ibu. terimakasih	SEBRIANTI ANGELICA TODING

23	Kamis,10/07/2025 11:21:50	dinarasikan saja hasil uji validitas dan reliabilitas, dijelaskan dr brp pernyataan yg valid dan reliabel jd dr brp pernyataan mjd brp pernyataan.	Hapsari Windayanti, S.Si.T.
24	Kamis,17/07/2025 15:34:57	selamat sore ibu, saya ijin mengumpulkan revisian kemarin bu. terimakasih.	SEBRIANTI ANGELICA TODING
25	Kamis,17/07/2025 21:30:48	kesimpulan dari uji valid dan reliabel apa, dr brp pertnayaan brp yg valid dan realiablel. kalau ada yg tdk valid dan reliabel bgmn?	Hapsari Windayanti, S.Si.T.
26	Rabu,30/07/2025 12:28:25	selamat siang ibu, saya ijin mengumpulkan surat ethical clearence saya. terimakasih bu	SEBRIANTI ANGELICA TODING
27	Rabu,30/07/2025 15:22:47	silakan lanjut ambil data penelitian	Hapsari Windayanti, S.Si.T.
BIMBINGAN TA/SKRIPSI			
28	Jumat,01/08/2025 23:33:36	selamat malam ibu mohon maaf mengganggu waktunya, saya ijin mengumpulkan revisian bab IV bu. terimakasih ibu	SEBRIANTI ANGELICA TODING
29	Sabtu,02/08/2025 06:40:38	bab 3 diperbaiki dl bab 4 diperbaiki nnt bimbingan g meet.	Hapsari Windayanti, S.Si.T.
30	Rabu,06/08/2025 14:45:01	selamat sore ibu, saya ijin mengumpulkan revisian kemarin bu. terimakasih	SEBRIANTI ANGELICA TODING
31	Kamis,07/08/2025 11:23:11	silakan diperbaiki	Hapsari Windayanti, S.Si.T.

32	Rabu,06/08/2025 14:54:32	selamat sore ibu , saya ijin mengumpulkan revisian abstrak bu. terimakasih	SEBRIANTI ANGELICA TODING
33	Kamis,07/08/2025 11:23:23	silakan mendaftar ujian	Hapsari Windayanti, S.Si.T.
34	Rabu,13/08/2025 08:23:28	selamat pagi ibu, mohon maaf mengganggu waktunya. ibu saya ijin mengumpulkan revisiang sidang skripsi saya bu. terimakasih	SEBRIANTI ANGELICA TODING
35	Rabu,13/08/2025 13:08:18	lembar pengesahan bs dikumpulkan	Hapsari Windayanti, S.Si.T.
36	Kamis,14/08/2025 07:53:11	selamat pagi ibu, mohon maaf mengganggu waktunya. ibu saya ijin mengumpulkan artikel bu. terimakasih	SEBRIANTI ANGELICA TODING
37	Kamis,14/08/2025 08:48:17	lembar pengesahn dikumpulkan	Hapsari Windayanti, S.Si.T.

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Luvi Dian Afriyani, S.Si.T. , M.Kes.
(NIDN: 0627048302)

Semarang , 06 Agustus 2025



SEBRIANTI ANGELICA TODING
(NIM: 151211009)

Dosen Pembimbing (1)



Hapsari Windayanti, S.Si.T.
(NIDN: 0628018401)

Dosen Pembimbing (2)



Hapsari Windayanti, S.Si.T.
(NIDN: 0628018401)