

**TERAPI AKUPRESUR *SANYINJIAO POINT* TERHADAP
PENURUNAN INTENSITAS NYERI HAID PADA REMAJA
PUTRI DENGAN METODE *BOOKLET***

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh

OKTIARA DIYAH VIANASARI

C2017098

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2020**

PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tugas Akhir dengan judul :

TERAPI AKUPRESUR *SANYINJIAO POINT* TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI DENGAN METODE *BOOKLET*

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau publikasi dari karya yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulis laporan ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 30 Maret 2021



Oktiara Diah Vianasari

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Oktiara Diah Vianasari

NIM : C2017098

Jenis Karya : Tugas Akhir

Judul :Terapi Akupresur *Sanyinjiao Point* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid pada Remaja Putri Dengan Metode *Booklet*

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalti-Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas Tugas Akhir saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan Tugas Akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Surakarta

Pada tanggal : 30 Maret 2021

Yang Menyatakan



Oktiara Diah Vianasari

PERSETUJUAN PEMBIMBING

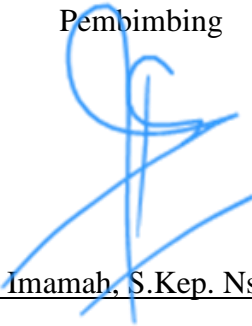
Project Akhir dengan judul:

TERAPI AKUPRESUR *SANYINJIAO POINT* TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI DENGAN METODE *BOOKLET*

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada Ujian Sidang Hasil Secara *Daring* Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 30 Maret 2021

Pembimbing



Ida Nur Imamah, S.Kep. Ns., M.Kep.

NIDN. 0620118704

Mengetahui

Kaprodi Sarjana Keperawatan



Anjar Nurrohmah, S.Kep. Ns., M.Kep.

NIDN. 060212828201

PENGESAHAN PENGUJI

Tugas akhir dengan judul :

TERAPI AKUPRESUR *SANYINJIAO POINT* TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI DENGAN METODE *BOOKLET*

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diujikan pada ujian skripsi pada tanggal 30 Maret 2021 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai tugas akhir pada Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 30 Maret 2021

Mengesahkan,

Penguji

1. Riyani Wulandari, M.Kep

NIDN.0624087901

2. Mulyaningsih, M.Kep

NIDN. 0007047310

3. Ida Nur Imamah, M.Kep

NIDN. 0620118704

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Endah Sri Wahyuni, S.Kep. Ns., M.Kep.

NIDN.0602058501

Kaprodi Ilmu Keperawatan



Anjar Nurrohmah, S.Kep.Ns., M.Kep.

NIDN.0602128201

TERAPI AKUPRESUR *SANYINJIAO POINT* TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI DENGAN METODE *BOOKLET*

Oktiara Diyah Vianasari, Ida Nur Imamah

Oktiaradiyahvs25@gmail.com

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang ; Nyeri merupakan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan, persepsi nyeri seseorang dapat di tentukan oleh pengalaman dan status emosionalnya. Prevalensi dismenore dalam beberapa penelitian menunjukkan frekuensi yang cukup tinggi. Review WHO, rata-rata insidensi terjadinya dismenore pada wanita muda antara 16,8-81%. Indonesia angkanya diperkirakan sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% *dismenore* primer dan 9,36% *dismenore* sekunder perempuan usia produktif yang tersiksa oleh nyeri selama menstruasi. **Tujuan** ; Membantu masyarakat khususnya remaja putri untuk menurunkan nyeri dismenore dengan terapi *Sanyinjiao Point* . **Metode** ; Memanfaatkan aplikasi *CorelDraw* untuk membuat *lay out* desain gambar dengan *booklet*. **Hasil** ; Project akhir ini adalah media *booklet* “Kiat Jitu Akupresur Sanyinjiao Point untuk Menurunkan Nyeri Haid” karena *booklet* berisi informasi yang jelas, mudah dipahami, dan mudah dibawa kemana-mana. **Kesimpulan** ; Media *booklet* bermanfaat bagi remaja yang mengalami nyeri haid dengan media *booklet* dapat mempermudah remaja dalam menerapkan terapi akupresur sanyinjiao point untuk mengurangi nyeri haid, meningkatkan pengetahuan pembaca tentang bagaimana terapi akupresur sanyinjiao point

Kata Kunci : *Sanyinjiao Point, Nyeri Haid, Remaja*

***SANYINJIAO POINT ACUPRESSURE THERAPY TO DECREASE
THE INTENSITY OF MENSTRUAL PAIN IN YOUNG WOMEN USING THE
METHOD BOOKLET***

Oktiara Diah Vianasari, Ida Nur Imamah

Oktiaradiyahvs25@gmail.com

‘Aisyiyah University Surakarta

SUMMARY

Background ;Pain is an unpleasant emotional experience, a person's pain perception can be determined by the experience and emotional status. The prevalence of dysmenorrhea in several studies shows a fairly high frequency. WHO review, the average incidence of dysmenorrhea in young women is between 16.8-81%. In Indonesia, the figure is estimated at 64.25% consisting of 54.89% primary dysmenorrhea and 9.36% secondary dysmenorrhea for women of reproductive age who are tormented by pain during menstruation. **Purpose** ; Helping the community, especially young women, to reduce dysmenorrhea pain with *Sanyinjiao Point* therapy. **Method** ;Make use of the CorelDraw application to create an image design layout with a *booklet*. **Result**;This final project is a media *booklet* "*Sanyinjiao Point* Acupressure Tips to Reduce Menstrual Pain" because the *booklet* contains information that is clear, easy to understand, and easy to carry anywhere. **Conclusion**; *Booklet* media is useful for adolescents who experience menstrual pain, with *booklet* media can make it easier for adolescents to apply *sanyinjiao point* acupressure therapy to reduce menstrual pain, increase the reader's knowledge about how to do *sanyinjaio point* acupressure therapy

Keywords: *Sanyinjiao Point, Menstrual Pain, Adolescents*

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan Alhamdulillah Rabbil ‘Alamin, puji syukur penulis panjatkan kehadirat ALLAH SWT yang telah melimpahkan berkah, rahmat, karunia dan hidayah-Nya. Sholawat serta salam selalu terucap pada junjungan serta suri tauladan kita Rasulullah Muhammad SAW sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul *Self Terapi Akupresur Sanyinjiao Point Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Putri Dengan Metode Booklet*. Laporan ini disusun dan diajukan guna memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan Pendidikan Sarjana Keperawatan di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari sepenuhnya adanya kekurangan yang ada dalam penyusunan laporan ini, sehingga penulis tidak dapat menyelesaikan laporan ini tanpa ada bantuan, dorongan, dan dukungan dari semua pihak. Untuk itu perkenankan penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah membantu dan terselesaikannya laporan ini.

1. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep. Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta dan penguji pertama yang telah memberikan bimbingan dan arahan sehingga penulisan Tugas Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
2. Ibu Endah Sri Wahyuni, S.Kep. Ns., M.,Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Surakarta
3. Ibu Anjar Nurrohmah, S.Kep. Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Ibu Ida Nur Imamah, S.Kep. Ns., M.Kep selaku Pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan dan arahan dengan sabar sehingga penulisan Tugas Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Ibu Mulyaningsih, S.Kep. Ns., M.Kep selaku Penguji utama yang telah memberikan bimbingan dan arahan sehingga penulisan Tugas Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.

6. Dosen Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang dengan sabar memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
7. Kedua orang tua dan keluarga yang tidak pernah berhenti memberikan dukungan dan doa terbaik secara moril maupun materil dalam pembuatan Tugas Akhir ini.
8. Teman-temanku yang mensupport seperti Khoirun Nisak A, Hesti Dina Aulia, Maghfiroh Tifamtitiss, Lidya Fanni, Oktarina Putri Insani, Laras Ambarwati, Novita DK, Linda A, Novita Yuli dan seperjuangan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta angkatan 2017 yang telah berjuang bersama-sama hingga saat ini.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan tugas akhir ini. Semoga Tugas Akhir ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi pembaca pada umumnya serta pihak-pihak yang berkepentingan dengan penyusunan Tugas Akhir ini.