

PENGARUH AKUPRESUR DENGAN MUROTTAL AR-RAHMAN
TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMENOIRE
PADA SISWI SMP NEGERI 2 GIRIWOYO

Haniifah Nur Hasanah¹, Winarni²
haniifahnurhasanah39@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latarbelakang: Dismenore yang ditandai dengan nyeri disekitar perut, pinggang, dan punggung belakang ini muncul akibat peningkatan hormon prostaglandin saat menstruasi. Jika tidak segera ditangani, rasa nyeri tersebut akan menimbulkan gangguan pada aktivitas sehari-hari dan kinerja akademis remaja putri. Penanganan dapat dilakukan dengan menggunakan akupresur dan murottal Al-Qur'an, yang mana aman dan efektif dalam meredakan nyeri, relaksasi serta mendapatkan rahmat Allah SWT. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh terapi akupresur dengan murottal Ar-Rahman terhadap penurunan nyeri dismenore pada siswi SMP Negeri 2 Giriwoyo. **Metode:** Penelitian menggunakan desain quasi eksperimental dengan pendekatan pretest-posttest non-equivalent control group design. Sampel penelitian ini sebanyak 36 responden dipilih melalui teknik purposive sampling. Analisa data menggunakan uji Mann-Whitney. **Hasil:** Skala nyeri dismenore pada kelompok perlakuan mengalami penurunan signifikan dibandingkan kelompok kontrol dengan $P\text{-value}=0,016 < \alpha 0,05$ dan terapi akupresur dengan murottal Ar-Rahman berpengaruh dalam menurunkan nyeri dismenore pada siswi SMP Negeri 2 Giriwoyo. **Kesimpulan:** Penelitian ini menyimpulkan bahwa terapi akupresur dengan murottal Ar-Rahman dapat menjadi alternatif yang efektif dalam mengatasi nyeri dismenore pada remaja putri.

Kata Kunci : *Dismenore, Akupresur, Remaja putri*