



**SKRIPSI**

**PENGARUH AKUPRESUR PADA TITIK QIHAI (CV6) DAN TITIK  
SANYIJIAO (SP6) TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID  
(DYSMENORHOEA) DI ASRAMA PUTRI II AL-KHODIJAH DARUL  
ULUM**

**PENELITIAN *QUASY EKSPERIMENT***



**Oleh:**

**Royvatus Sholehah**

**NIM: 7318031**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS PESANTREN TINGGI DARUL 'ULUM  
JOMBANG  
2022**



**SKRIPSI**

**PENGARUH AKUPRESUR PADA TITIK QIHAI (CV6) DAN TITIK  
SANYIJIAO (SP6) TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID  
(*DYSMENORHOEA*) DI ASRAMA PUTRI II AL-KHODIJAH DARUL  
ULUM**

***PENELITIAN QUASY EKSPERIMENT***

Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S. Kep)  
Pada Program Studi Ilmu Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu Jombang



Oleh :

**Royyatus Sholehah**  
NIM: 7318031

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS PESANTREN TINGGI DARUL ‘ULUM  
JOMBANG  
2022**



## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : Royyatus Sholehah  
Judul : Pengaruh Akupresur Pada Titik Qihai (CV6) Dan Titik  
Sanyijiao (SP6) Terhadap Intensitas Nyeri Haid  
(*Dysmenorrhoea*) Di Asrama Putri II Al-Khodijah Darul Ulum

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji skripsi

Disetujui Oleh :

Pembimbing I

Mukhoirotin, S.Kep., Ns., M.Kep

Pembimbing II

Diah Ayu Fatmawati, S.Kep., Ns., M.Kep



## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Ujian Sidang Skripsi pada  
Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Pesantren Tinggi Darul 'Ulum Jombang

Pada tanggal:

Mengesahkan;

Tim Penguji

Ketua : Muhammad Rajin, S.Kep., Ns., M.Kes

Anggota 1 : Dr. H. Achmad Zakaria, S.KM., M.Kes

Anggota 2 : Mukhoirotn, S.Kep., Ns., M.Kep

Mengetahui

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan

Khotimah, S.Kep., Ns., M.Kes  
NIPY:11 010901 063



## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Royyatus Sholehah  
NIM : 7318031  
Tempat & Tanggal Lahir : Sampang, 15 September 1999  
Institusi : S1 Ilmu Keperawatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul **“PENGARUH AKUPRESUR PADA TITIK QIHAI (CV6) DAN TITIK SANYIJIAO (SP6) TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID (DYSMENORHOEA) DI ASRAMA PUTRI II AL-KHODIJAH DARUL ULUM”** adalah bukan skripsi milik orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya. Dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademik.

Jombang, April 2022

Yang Menyatakan

**Royyatus Sholehah**



## MOTTO

“Barang siapa yang menempuh jalan untuk **mencari ilmu**, maka allah akan  
mudahkan baginya jalan menuju surga”



## LEMBAR PERSEMBAHAN

Dengan segala ketulusan dan kerendahan hati, saya persembahkan karya tulis yang sederhana ini kepada yang terkasih:

1. Yang utama dari segalanya, sembah sujud serta syukur kepada Allah SWT yang telah memberikanku kekuatan. Atas karunia serta kemudahan yang engkau berikan akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan, sholawat serta salam selalu terlimpahkan keharibaan Rasulullah Muhammad SAW.
2. Untuk kedua orang tua ku, Ibu dan Bapak Tercinta. Sebagai tanda bakti, hormat dan rasa terima kasih yang tiada terhingga kupersembahkan karya kecil ini kepada ibu Tosimah dan Bapak Sumli yang telah memberikan kasih sayang, segala dukungan dan cinta kasih yang tidak mungkin dapat kubalas hanya dengan selembar kertas yang tertulis di kata persembahan. Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat mama dan bapak bahagia, karena saya sadar selama ini belum bisa berbuat yang lebih. Untuk mama dan bapak yang selalu memberikan motivasi dan selalu mendo'akan, menasehati saya menjadi lebih baik.
3. Bapak ibu dosen Fakultas Ilmu Kesehatan yang tidak bisa saya sebut satu persatu. Terimakasih atas ilmu dan motivasi yang telah di berikan, semoga barokah dan bermanfaat.
4. Partner tugas akhir saya mata dadar (alna apriliana) dan mamang (hofid dero) dan Tretan Slawase yang selalu memberikan semangat kepada saya.
5. Teman-teman, saudara, keluarga yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah memberi semangat, menasehati dan memberi motivasi.



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat, nikmat dan ridlo-Nya, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul: “pengaruh akupresur pada titik Qihai (CV6) dan titik sanyijiao (SP6) terhadap intensitas nyeri haid (*dysmenorhea*)”. Sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan Strata S1 Keperawatan.

Mengingat dalam membuat skripsi ini tidak dapat lepas dari berbagai pihak yang membantu dalam memberi dorongan baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. DR. H. Ahmad Zahro, MA. Selaku Rektor Universitas Pesantren Tinggi Darul ‘Ulum Jombang.
2. Pujiani, S.Kep., Ns., M. Kes. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pesantren Tinggi Darul ‘Ulum Jombang.
3. Khotimah, S.Kep., Ns., M.Kes. Selaku Kaprodi Sarjana Keperawatan Universitas Pesantren Tinggi Darul ‘Ulum Jombang.
4. Mukhoirotin, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Pembimbing I dan Diah Ayu Fatmawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam pembuatan skripsi ini
5. KH. A. Tamim Romly. SH. MSI dan Ibu Nyai Hj. Mufliah, S.Pd. Yang telah memberikan tempat dan bimbingan selama berada di Pondok Pesantren Dalam Ulum





6. Kedua Orang tuaku dan seluruh keluargaku yang telah memberikan motivasi dan membantu baik material maupun spiritual.
7. Semua temanku angkatan 2018 Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan UNIPDU yang selalu membantu dalam rangka penyusunan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.
8. Semua pihak yang telah mendukung atas memfasilitasi penyusunan skripsi ini.
9. Kepada semua responden yang sudah bersedia meluangkan waktu dan tenaganya untuk membantu berjalannya proposal ini.

Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih kurang dari sempurna. Oleh karenanya penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan skripsi ini. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca umumnya.

Jombang, juli 2022

Penulis

Royyatus Sholehah



## **Pengaruh Akupresur Pada Titik Qihai (CV6) Dan Titik Sanyijiao (SP6) Terhadap Intensitas Nyeri Haid (*Dysmenorhea*).**

**Royyatus Sholehah**

**Mahasiswa Program Studi Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu**

**Email: [royyatussholehah280220@gmail.com](mailto:royyatussholehah280220@gmail.com)**

### ***Abstract***

*Dysmenorhea* merupakan nyeri haid yang dapat disertai mual, muntah, diare, berkeringat dingin dan pusing. Namun belakangan diketahui bahwa nyeri haid tidak hanya dirasakan dibagian perut bawah saja. Beberapa remaja terkadang merasakan dibagian punggung bagian bawah, pinggang, panggul, otot paha hingga jika masalah ini dibiarkan dan tidak diatasi maka akan mengganggu aktivitas sehari-hari. Intervensi nonfarmakologi yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri haid adalah pemberian akupresur pada titik qihai (CV6) dan titik sanyijiao (SP6). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian akupresur pada titik qihai (CV6) dan titik sanyijiao (SP6) terhadap penurunan intensitas nyeri haid (*dysmenorhea*).

Desain penelitian yang digunakan adalah *Quasy Experiment* dengan pendekatan *Two Group Pretest-Postets Design*, pengambilan sampel menggunakan teknik *Simple Random Sampling*. Jumlah populasi yang mengalami nyeri haid adalah 67 responden. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 52 responden, masing-masing responden berjumlah 26 responden pada kedua kelompok. Pemberian akupresur pada titik qihai (CV6) dan titik sanyijiao (SP6) diberikan pada hari pertama *dysmenorhea* selama 20 menit. Intensitas nyeri haid di ukur dengan *Numeric Rating Scale (NRS)*. Analisis uji yang menggunakan *Uji Wilcoxon* dan *Mann Whitney* dengan *P value* <0,05.

Hasil penelitian menunjukkan intensitas nyeri *dysmenorhea* sebelum diberikan intervensi pada kedua kelompok adalah sebanding. Pada kelompok akupresur titik qihai (CV6) intensitas nyeri *dysmenorhea* menurun secara signifikan dari median 6 menjadi 3, sedangkan pada kelompok akupresur pada titik sanyijiao (SP6) intensitas nyeri haid menurun dari 5 menjadi 3. Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara pemberian akupresur pada titik qihai (CV6) dan titik sanyijiao (SP6) terhadap *dysmenorhea*.

Intervensi akupresur pada titik qihai (CV6) dan titik sanyijiao (SP6) secara signifikan dapat menurunkan intensitas nyeri *dysmenorhea* dan dapat digunakan sebagai alternatif dalam mengurangi nyeri *dysmenorhea*.

**Kata Kunci :** Nyeri *dysmenorhea*, akupresur, titik qihai (CV6), titik sanyijiao (SP6)



## **The Effect of Acupressure on the Qihai Point (CV6) and the Sanyijiao Point (SP6) on the Intensity of Menstrual Pain (Dysmenorrhea).**

**Royyatus Sholehah**

**Undergraduate Student of the Faculty of Health Sciences, Unipdu**

Email: [royyatussholehah280220@gmail.com](mailto:royyatussholehah280220@gmail.com)

### ***Abstract***

Dysmenorrhea is menstrual pain that can be accompanied by nausea, vomiting, diarrhea, cold sweats and dizziness. But later it was discovered that menstrual pain is not only felt in the lower abdomen. Some teenagers sometimes feel in the lower back, waist, pelvis, thigh muscles so that if this problem is left untreated it will interfere with daily activities. Non-pharmacological interventions that can be used to treat menstrual pain are the administration of acupressure at the qihai point (CV6) and the sanyijiao point (SP6). The purpose of this study was to determine the effect of giving acupressure at the qihai point (CV6) and the sanyijiao point (SP6) on decreasing the intensity of menstrual pain (dysmenorrhea).

The research design used is Quasy Experiment with Two Group Pretest-Postets Design approach, sampling using Simple Random Sampling technique. The number of population experiencing menstrual pain is 67 respondents. The sample in this study was 52 respondents, each respondent numbered 26 respondents in both groups. Acupressure on the qihai point (CV6) and the sanyijiao point (SP6) was given on the first day of dysmenorrhea for 20 minutes. The intensity of menstrual pain was measured by the Numeric Rating Scale (NRS). Test analysis using Wilcoxon and Mann Whitney test with P value <0.05.

The results showed that the intensity of dysmenorrheal pain before the intervention was given in the two groups was comparable. In the acupressure group at the qihai point (CV6) the intensity of dysmenorrheal pain decreased significantly from a median of 6 to 3, while in the acupressure group at the sanyijiao point (SP6) the intensity of menstrual pain decreased from 5 to 3. There was a significant difference in the effect of acupressure on the qihai point. (CV6) and Sanyijiao point (SP6) for dysmenorrhea.

Acupressure intervention at the qihai point (CV6) and the sanyijiao point (SP6) can significantly reduce the intensity of dysmenorrheal pain and can be used as an alternative in reducing dysmenorrhea pain.

Keywords: Dysmenorrhea pain, acupressure, qihai point (CV6), sanyijiao point (SP6)



## DAFTAR ISI

SAMPIL DALAM.....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
MOTTO.....	vi
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
<b>BAB 1 PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktik.....	5
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
2.1 Konsep Nyeri.....	6
2.1.1 Pengertian Nyeri.....	6
2.1.2 Klasifikasi Nyeri.....	7
2.1.3 Fisiologi Nyeri.....	8
2.1.4 Teori Transmisi.....	9
2.1.5 Skala Pengukuran Nyeri.....	9
2.1.6 Pengkajian Nyeri PQRST.....	10
2.1.7 Faktor- faktor Yang Mempengaruhi Nyeri.....	12



2.2	Konsep Dysmenorhoea .....	14
2.2.1	Pengertian Dysmenorhea.....	14
2.2.2	Klasifikasi Dysmenorhea .....	15
2.2.3	Etiologi Dysminorhea.....	17
2.2.4	Patofisiologi Dysmenorhoea.....	18
2.2.5	Derajat Dysmenohrea .....	18
2.2.6	Cara Mengatasi Dysmenorhea.....	19
2.2.7	Gejala Klinis Dysmenorhea .....	21
2.2.8	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Dysmenorhea.....	21
2.3	Konsep Akupresur.....	23
2.3.1	Pengertian Akupresur .....	23
2.3.2	Tujuan Akupresur.....	23
2.3.3	Teori Dasar Akupresur .....	23
2.3.4	Komponen Dasar Akupresur.....	24
2.3.5	Teknik Pengobatan Akupresur .....	26
2.3.6	Akupresur Untuk Menurunkan Nyeri Dysmenorhea.....	28
2.3.7	Pengaruh Akupresur Terhadap Nyeri Dysmenorehea .....	31
2.3.8	Langkah Langkah Pijat Akupresur.....	33
2.3.9	Kerangka Teori .....	35
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN .....</b>		<b>36</b>
3.1	Kerangka Konseptual .....	36
3.2	Hipotesis .....	37
<b>BAB 4 METODELOGI PENELITIAN .....</b>		<b>38</b>
4.1	Desain Penelitian .....	38
4.2	Kerangka Kerja .....	39
4.3	Populasi dan Sampel .....	41
4.3.1	Populasi.....	41
4.3.2	Sampel .....	41
4.3.3	Sampling.....	44



4.4	Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional .....	44
4.4.1	Identifikasi Variabel.....	44
4.4.2	Definisi Operasional .....	45
4.5	Instrumen Penelitian.....	46
4.6	Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian .....	47
4.6.1	Lokasi Penelitian .....	47
4.6.2	Waktu Penelitian .....	47
4.7	Prosedur Pengambilan Data dan Pengumpulan Data.....	47
4.7.1	Prosedur Pengambilan .....	47
4.7.2	Pengumpulan Data .....	47
4.8	Analisa Data .....	49
4.8.1	Analisa Univariat.....	49
4.8.2	Analisa Bivariat .....	50
4.9	Etika Penelitian .....	51
	DAFTAR PUSTAKA .....	74
	LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	79



## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Desain Penelitian Pengaruh Akupresur Titik Qihan (CV6) dan Titik Spleen (SP6) Terhadap Intensitas Nyeri Haid ( <i>Dysminohrea</i> ) .....	39
Tabel 4.2 Definisi Operasional Pengaruh Akupresur Titik Qihan (CV6) dan Sanyijiao (SP6) .....	45



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Numeric Rating Scala.....	11
Gambar 2.2 Meridian Conception Vessel (CV6) .....	29
Gambar 2.3 Meridian Limpa (SP6: Spleen).....	30
Gambar 2.4 Kerangka Teori Pengaruh Akupresur Titik CV6 (Qihan) dan Tiik Sanyijiao (SP6) Terhadap Intensitas Nyeri Haid ( <i>Dysminorhea</i> ) .....	35
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Pengruh Akupresur Pada Titik CV6 (Qihan) dan Titik Sanyijiao (SP6) Terhadap Intensitas Nyeri Haid ( <i>Dysminohrea</i> ) Di Asrama Putri 2 Al-Khodijah .....	3639
Gambar 4.1 Kerangka Kerja Pengaruh Terapi Akupresur Pada Titik Qihan (CV6) dan Sanyijiao (SP6) Terhadap Intensitas Nyeri Haid ( <i>Dysmenorhea</i> ) .....	40



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Surat Ijin Studi Pendahuluan .....	58
Lampiran 2 : Jadwal Kegiatan.....	59
Lampiran 3 : Surat Permohonan Menjadi Responden .....	60
Lampiran 4 : Surat Persetujuan Menjadi Responden .....	61
Lampiran 5 : Permintaan Menjadi Responden.....	62
Lampiran 6 : Pernyataan Menjadi Responden .....	63
Lampiran 7 : Satuan Oprasional Pelaksanaan (Sop) Intervesni Pemberian Akupresur Pada Titik Qihai (CV6) Terhadap Intesitas Nyeri Haid (Dysmenorhea) .....	64
Lampiran 8 : Satuan Oprasional Pelaksanaan (Sop) Intervesni Pemberian Akupresur Pada Titik Sanyijiao (Sp6) Terhadap Intesitas Nyeri Haid (Dysmenorhea) .....	66
Lampiran 9 : Lembar Observasi Pengukurang Nyeri .....	68
Lampiran 10 : Lembar Konsultasi Proposal Pembimbing 1 .....	70
Lampiran 11 : Lembar Konsultasi Proposal Pembimbing 2 .....	72

