

SKRIPSI

**PENGARUH *AKUPRESUREE TITIK LI4 (Hegu)* TERHADAP
INTENSITAS DYSMENORRHEA PADA REMAJA PUTRI
DI PERKEBUNAN KELAPA SAWIT
PT. SUMBER JAYA INDAH
KOTA TENGAH**

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan



SELVY ERLINDA SARI
NIM : 2239014

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
2026**

SKRIPSI

**PENGARUH *AKUPRESUREE TITIK LI4 (Hegu)* TERHADAP
INTENSITAS DYSMENORRHEA PADA REMAJA PUTRI
DI PERKEBUNAN KELAPA SAWIT
PT. SUMBER JAYA INDAH
KOTA TENGAH**

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan



SELVY ERLINDA SARI
NIM : 2239014

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi

Nama : Selvy Erlinda Sari

Judul : "Pengaruh Akupresure Titik Li4 (Hegu) Terhadap Intensitas Dysmenorrhea Pada Remaja Putri Di Perkebunan Kelapa Sawit Pt Sumber Jaya Indah Kota Tengah"

NIM : 2239014

Karya Tulis Ilmiah ini telah diperiksa, disetujui, dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diseminarkan dihadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Program Studi S1 Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian.

Pasir Pengaraian, 2026

**Menyetujui
Pembimbing**



Sri Wulandari, S.Keb., M.PH
NIDN. 1004028501

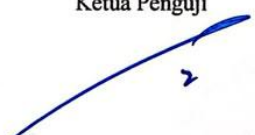
HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH AKUPRESUREE TITIK LI4 (*Hegu*) TERHADAP
INTENSITAS DYSMENORRHEA PADA REMAJA PUTRI
DI PERKEBUNAN KELAPA SAWIT
PT. SUMBER JAYA INDAH
KOTA TENGAH**

**Skripsi
Disusun oleh :
Selvy Erlinda Sari
NIM : 2239014**

Dijujikan Dalam Sidang Skripsi pada Tanggal

Mengetahui
Ketua Penguji


Sri Wulandari, S.Keb, MPH
NIDN. 1004028501

Penguji I


Bdn. Ermiza, SST., M.Biomed
NIDN.1022047801

Penguji II


Bdn. Eka Yuli Handayani, SST., M.Kes
NIDN.1024098801

Disahkan Oleh :
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan


Ns. Romy Wahyuni, S.Kep., M.Kes
NIDN. 1017068404

Disetujui Oleh :
Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan


Bdn. Andria, SST., M. Biomed
NIDN. 1008058607

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Selvy Erlinda Sari

NIM : 2239014

Program Studi : Sarjana Kebidanan

Judul Skripsi : Pengaruh *Akupresuree* Titik *LI4 (Hegu)* Terhadap *Intensitas Dysmenorrhea* Pada Remaja Putri Di Perkebunan Kelapa Sawit Kota Tengah Tahun 2026

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan alih tulis atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan sendiri.

Pasir Pengaraian, Mei 2026

Yang Membuat Pernyataan



Selvy Erlinda Sari

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama Lengkap : Selvy Erlinda Sari
Nim : 2239014
Tempat/Tanggal Lahir : Ps Langkat, 06 Februari 2003
Agama : Islam
Suku/Kebangsaan : Jawa, Indonesia
Anak Ke : 1 dari 1 bersaudara
Alamat Rumah : Pt. Sumber Jaya Indah Kota tengah
No. Handphone : 082386418647
Email : selvyerlinda062@gmail.com
Riwayat Sekolah : 1. SDN 024 Tapung Hulu Tahun 2010-2016
2. SMP Swasta Cipta Karya Basilam Tahun 2016-2019
3. SMKN 1 Kepenuhan Tahun 2019-2022

Data Orangtua :
Nama Ayah : Yusfitriadi
Tempat/Tanggal Lahir : Bukit Raya, 25-12-1979
Pekerjaan : Karyawan Swasta

Nama Ibu : Nurma Yunita
Tempat/Tanggal Lahir : Ps Langkat, 08-09-1982
Pekerjaan : IRT

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT atas segala nikmat dan rahmat-Nya, telah memberikan kesehatan dan kekuatan lahir dan bathin kepada Penulis sehingga Penulis dapat menyelesaikan penulisan Penelitian ini dengan judul “Pengaruh *Akupresuree* Titik *LI4 (Hegu)* Terhadap *Intensitas Dysmenorrhea* Pada Remaja Putri Di Perkebunan Kelapa Sawit Kota Tengah Tahun 2026” dengan baik, Penulisan Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Sarjana Strata Satu Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.

Selama proses penyusunan skripsi penelitian ini, peneliti mendapat banyak bimbingan dan bantuan sejak awal sampai terselesainya penelitian ini, untuk itu peneliti menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat kepada:

1. Dr. Hardianto, MPd. selaku Rektor Universitas Pasir Pengaraian yang memberikan kesempatan kepada Penulis untuk menimba ilmu di Universitas Pasir Penngaraian.
2. Lufita Nur Alifa, SP., M.si selaku Wakil Rektor I Universitas Pasir Pengaraian.
3. Hidayat, S.E. M.M., CPHCM selaku Wakil Rektor II Universitas Pasir Pengaraian.
4. Ns. Romy Wahyuny,S.Kep.,M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.

5. Bdn. Andria,SST.,M.Biomed selaku Ka. Prodi Sarjana Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian.
6. Sri Wulandari, S.Keb, MPH selaku Pembimbing yang telah meluangkan pikiran dan perhatiannya untuk membimbing, memberikan pengarahan serta petunjuk kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Bdn. Ermiza,.SST.,M.Biomed selaku penguji I telah meluangkan waktu untuk memberikan pengarahan dalam menyelesaikan Skripsi ini
8. Bdn. Eka Yuli Handayani,SST., M.Kes selaku penguji II telah meluangkan waktu untuk memberikan pengarahan dalam menyelesaikan Skripsi ini
9. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian yang telah memberikan ilmu kepada penulis selama menempuh perkuliahan
10. Cinta pertama dan panutanku, Ayahanda Yusfitriadi dan pintu surgaku Ibunda Nurma Yunita. Terimakasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih sayang yang di berikan. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan bangku perkuliahan, namun mereka mampu senantiasa memberikan perhatian dan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai meraih gelar sarjana. Semoga ayah dan mamak sehat, panjang umur dan sehat selalu aamiin.
11. Terakhir terimakasih untuk diri saya sendiri, apresiasi sebesar-besarnya karena telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terimakasih karena terus berusaha dan tidak menyerah, serta senantiasa menikmati setiap prosesnya. Terimakasih sudah bertahan.

Skripsi ini masih ada kekurangan baik dari segi materi maupun teknik penulisan, maka untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi penelitian ini. Semoga skripsi ini dapat memberi manfaat kepada penulis dan kepada setiap pembaca, Amin.

Pasir Pengaraian, Mei 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Tinjauan Teori.....	7
1. Remaja.....	7
2. Menstruasi.....	11
3. <i>Dysmenorrhea</i>	13
4. <i>Akupresuree Titik LI4 (Hegu)</i>	24
B. Kerangka Teori.....	28
C. Kerangka Konsep.....	29
D. Hipotesis.....	30

BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	31
1. Jenis Penelitian.....	31
2. Rancangan Penelitian.....	31
B. Populasi dan Sampel.....	32
1. Populasi Penelitian.....	32
2. Sampel Penelitian.....	32
3. Teknik Sampel Penelitian.....	33
C. Ruang Lingkup Penelitian.....	33
1. Lokasi Penelitian.....	33
2. Waktu Penelitian.....	33
D. Variabel Penelitian.....	34
1. Variabel Independent.....	34
2. Variabel Dependen.....	34
E. Definisi Operasional.....	35
F. Jenis Data.....	35
1. Data Primer.....	35
2. Data Sekunder.....	36
G. Teknik Pengumpulan Data.....	36
H. Instrumen Penelitian.....	36
I. Pengolahan Data.....	37
1. Editing Data.....	37
2. Entry Data.....	37
3. Coding Data.....	38
J. Analisis Data.....	38
1. Analisis Data Univariat.....	38
2. Analisis data Bivariat.....	38
K. Etika Penelitian.....	39
1. Informed consent (persetujuan).....	39
2. Anonymity (tanpa nama).....	39
3. Confidentiality (kerahasiaan).....	39

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Hasil Penelitian.....	40
B. Pembahasan.....	42
BAB V PENUTUP.....	46
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	6
Tabel 3.1 Defenisi Operasional.....	35
Tabel 4.1 Distribusi Rata-Rata Intensitas <i>Dysmenorrhea</i> Sebelum Akupresur.....	40
Tabel 4.2 Distribusi Rata-Rata Intensitas <i>Dysmenorrhea</i> Setelah Akupresur.....	41
Tabel 4.3 Pengaruh <i>Akupresuree</i> Titik <i>LI4 (Hegu)</i> Terhadap <i>Intensitas Dysmenorrhea</i> Pada Remaja Putri.....	41

DAFTAR SKEMA

Skema 2. 1 Kerangka Teori.....	28
Skema 2. 2 Kerangka Konsep.....	29
Skema 3. 1 Rancangan Penelitian	31

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Skala intensitas Nyeri Numeric rating scale (NRS)	18
Gambar 2.2 titik <i>akupresuree LI4 (Hegu)</i>	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Melakukan Penelitian	51
Lampiran 2. Surat Balasan Penelitian	52
Lampiran 3. Lembar Permohonan Menjadi Responden	53
Lampiran 4. SOP <i>Akupresure Titik LI4 (Hegu)</i>	54
Lampiran 5. Lembar Cheklist	56
Lampiran 6. Lembar Observasi	57
Lampiran 7. Master Tabel	58
Lampiran 8. Absensi Penelitian	59
Lampiran 9. Output Hasil olah Data melalui SPSS	60
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian	62
Lampiran 10. Lembar Konsultasi	64

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
SKRIPSI, MARET 2025
SELVY ERLINDA SARI
2239014

Pengaruh Akupresuree Titik LI4 (Hegu) Terhadap Intensitas Dysmenorrhea Pada Remaja Putri Di Perkebunan Kelapa Sawit Kota Tengah Tahun 2026

64 Halaman, 5 Tabel, 3Skema, 2 Gambar, 11 Lampiran

ABSTRAK

Dysmenorrhea adalah suatu gejala yang dapat terjadi pada wanita dan mengalami nyeri pada saat datang bulan. Penanganan *dysmenorrhea* dapat dilakukan dengan akupresuree. Akupresuree adalah salah satu terapi komplementer tradisional yang berasal dari Tiongkok yang dapat untuk meredakan nyeri dismenorea dengan menggunakan jari tangan dengan cara penekanan pada titik meridian tertentu (titik akupunktur). Titik LI4 (Hegu) merupakan salah satu titik akupresuree pada jalur meridian Large Intestine yang paling sering digunakan dalam penanganan nyeri. Tujuan dilakukan penelitian adalah Mengetahui dan menganalisis Pengaruh Akupresuree Titik LI4 (Hegu) Terhadap intensitas Dysmenorrhea Pada Remaja Putri di Perkebunan Kelapa Sawit Pt. Sumber Jaya Indah Kota Tengah Tahun 2026. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan Desain Penelitian *Pra Eksperimen* dengan rancangan *One Group Pretest-Posttest*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 35 orang dan sampel berjumlah 15 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Analisis data menggunakan uji *T Dependent*. Hasil analisis didapatkan bahwa terjadi penurunan tingkat *dysmenorrhea* sebanyak 15 responden. Rata-rata skala nyeri responden sebelum dilakukan adalah 6.47 dan setelah dilakukan akupresuree Titik LI4 (Hegu) adalah 1.13 dengan rata rata sebelum dan setelah dilakukan akupresuree titik LI4 (Hegu) adalah 5.333 dengan hasil uji *T Dependent* diperoleh $p\text{ value} = 0.000 < 0.05$, hal ini berarti $p\text{ value} < 0.05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh akupresuree titik LI4 (Hegu) terhadap intensitas *Dysmenorrhea* pada remaja putri di Perkebunan Kelapa Sawit Kota Tengah. Diharapkan remaja putri dapat meningkatkan pengetahuan mengenai *dysmenorrhea* serta memahami cara penanganannya secara mandiri, khususnya dengan metode nonfarmakologis seperti akupresuree titik LI4 (Hegu).

Kata Kunci : Remaja, *Dysmenorrhea*, akupresuree titik LI4 (Hegu)
Referensi : 2014-2025

MIDWIFERY BACHELOR STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
UNIVERSITY OF PASIR PENGARAIAN
THESIS, MAY 2026
SELVY ERLINDA SARI
2239014

The Effect of Acupressure Point LI4 (Hegu) on the Intensity of Dysmenorrhea in Adolescent Girls in the Oil Palm Plantation of Kota Tengah in 2026

64 Pages, 5 Tables, 2 Scheme, 2 Figure, 11 Appendices

ABSTRACT

Dysmenorrhea is a symptom that can occur in women and experience pain during menstruation. Dysmenorrhea can be treated with acupressure. Acupressure is a traditional complementary therapy originating from China that can relieve dysmenorrhea pain by using the fingers by pressing on certain meridian points (acupuncture points). The LI4 (Hegu) point is one of the acupressure points on the Large Intestine meridian line that is most often used in pain management. The purpose of this study was to determine and analyze the effect of LI4 (Hegu) point acupressure on the intensity of dysmenorrhea in adolescent girls at the Pt. Sumber Jaya Indah Central City Oil Palm Plantation in 2026. This type of research is a quantitative study with a Pre-Experimental Research Design with a One Group Pretest-Posttest design. The population in this study amounted to 35 people and a sample of 15 people. Sampling used the Purposive Sampling technique. Data analysis used the Dependent T test. The results of the analysis showed that there was a decrease in the level of dysmenorrhea by 15 respondents. The average pain scale for respondents before and after acupressure at the LI4 (Hegu) point was 6.47, and after acupressure at the LI4 (Hegu) point was 1.13. The average before and after akupresuree titik LI4 (Hegu) was 5.333. The results of the Dependent T-test obtained a p-value of 0.000 <0.05, meaning a p-value <0.05. Therefore, it can be concluded that acupressure at the LI4 (Hegu) point has an effect on the intensity of dysmenorrhea in adolescent girls at the Kota Tengah Oil Palm Plantation. It is hoped that young women can increase their knowledge about dysmenorrhea and understand how to treat it independently, especially with non-pharmacological methods such as acupressure at point LI4 (Hegu).

Keywords: *Adolescents, Dysmenorrhea, LI4 (Hegu) point acupressure*

Reference : *2014-2025*