

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA
LAPORAN TUGAS AKHIR, APRIL 2021**

**NISA NURUL FAJRIN
E1815401005**

**EFEKTIFITAS AKUPRESUR TERHADAP PENGURANGAN RASA
NYERI DISMENORE PADA REMAJA PUTRI**

ABSTRAK

Dismenorea atau nyeri haid adalah keluhan ginekologis yang paling umum diantara wanita khususnya pada remaja tepatnya di area perut bagian bawah. Di Indonesia remaja putri yang mengalami nyeri haid saat menstruasi sebesar 76%, remaja putri yang tidak mengalami nyeri haid saat menstruasi sebesar 58% (SDKI, 2017). Tujuan penulisan adalah untuk mengetahui efektifitas akupresur terhadap pengurangan rasa nyeri pada remaja yang mengalami dismenore. Metode yang digunakan adalah studi literatur dengan melakukan pencarian artikel penelitian secara elektronik dengan menggunakan beberapa *database*, yaitu: Garuda Ristekbin dan Google Cendikia (*Google Scholar*) sehingga didapatkan 5 artikel. Dari kelima artikel didapatkan hasil bahwa intervensi berupa pemberian pijat akupresur efektif menurunkan intensitas nyeri dismenore pada remaja yang mengalaminya. Dapat disimpulkan bahwa akupresur efektif untuk mengurangi rasa nyeri dismenore pada remaja. Diharapkan akupresur ini dapat diimplementasikan oleh remaja dalam kehidupan sehari-hari atau dijadikan asuhan oleh bidan kepada pasien dismenore untuk membatu mengurangi nyeri haid tersebut.

Kata kunci: akupresur, dismenore, remaja
Kepustakaan: 2016 – 2020 (10)

**DIPLOMA III MIDWIFERY PROGRAM STUDY
FACULTY OF HEALTH
MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA UNIVERSITY
SCIENTIFIC PAPER, APRIL 2021**

**NISA NURUL FAJRIN
E1815401005**

**THE EFFECTIVENESS OF ACUPRESSURE IN REDUCING
DYSMENORRHEA PAIN IN ADOLESCENT GIRLS**

ABSTRACT

Dysmenorrhea or painful menstruation is the most common gynecological complaint among her special woman in adolescents to be precise in the lower abdominal area. In Indonesia 76% of girl experienced menstrual pain during menstruation, young women 58% of those who do not experience menstrual pain during menstruation (2017 IDHS). This study was to determine the effectiveness of acupressure on reduction pain in adolescents experiencing dysmenorrhea. This research method with searches for journal articles are carried out electronically using multiple uses database, namely Garuda Ristekbin and Google Cendikia (Google Scholar) got 5 articles for review. From the five articles, it was found that the intervention in the form of acupressure massage was effective in reducing dysmenorrhea pain in adolescents who experienced it. In conclusion, acupressure is effective to reduce the pain of dysmenorrhea in adolescents. Hopefully this acupressure can implemented by adolescent in everyday life or used as care by midwives to patiens with dysmenorrhea to help reduce menstrual pain.

*Keyword: Acupressure, Dysmenorrhea, Adolescents
Literature: 2016 – 2020 (10 resources)*