

**EFEKTIFITAS COMBO ACCUPRESURE DAN AROMATERAPHY
LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI DISMENOREA
PADA REMAJA PUTRI DI SMP MUHAMMADIYAH
GOMBONG**

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Mencapai Derajat Sarjana Kebidanan



Diajukan Oleh:

KUMALA SARI DEWI

NIM : 2021060006

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN 2024**

**EFEKTIFITAS COMBO ACCUPRESURE DAN AROMATERAPHY
LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI DISMENORI ^
PADA REMAJA PUTRI DI SMP MUHAMMADIYAH
GOMBONG**

HALAMAN JUDUL

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Mencapai Derajat Sarjana Kebidanan



Diajukan Oleh:

KUMALA SARI DEWI

NIM : 2021060006

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN 2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

EFEKTIFITAS *COMBO ACCUPRESURE* DAN *AROMATERAPHY LAVENDER* UNTUK MENGURANGI NYERI DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMP MUHAMMADIYAH GOMBONG

Telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diujikan
Pada Tanggal 02 Mei 2025

Pembimbing,



(Wulan Rahmadhani, S.STI, M.M.R., Dr. PH)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana



(Dyah Puji Astuti, S.SiT., M.P.H)

HALAMAN PENGESAHAN

EFEKTIFITAS *COMBO ACCUPRESURE* DAN *AROMATERAPHY LAVENDER* UNTUK MENGURANGI NYERI DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMP MUHAMMADIYAH GOMBONG

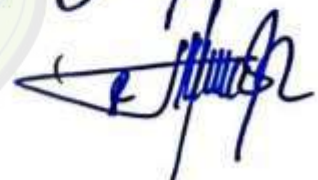
Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

Kumala Sari Dewi

2021060006

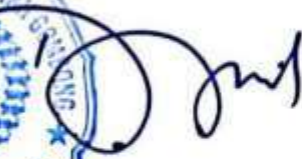
Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal

Susunan Dewan Penguji :

1. Bdn. Juni Sofiana., M.Keb (Ketua) ()
2. Bdn. Umi Laelatul Qomar., S.ST., M.P.H (Anggota) ()
3. Wulan Rahmadhani, S.ST., M.M.R., Dr. PH (Anggota) ()

Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana


(Dyah Puji Astuti., S.SiT., M.P.H)

LEMBARAN PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa dalam Skripsi yang saya ajukan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis digunakan sebagai rujukan dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka, dan sudah dinyatakan lolos uji plagiarisme.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian dari skripsi tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Gombong, 31 Juni 2025

Penulis



(Kumala Sari Dewi)

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Muhammadiyah Gombong, Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Kumala Sari Dewi
NIM : 2021060006
Program Studi : SI Kebidanan
Jenis Karya : Skripsi

Dengan pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas skripsi saya yang berjudul:

**“EFEKTIFITAS COMBO ACCUPRESURE DAN
AROMATHERAPHY LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI
DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMP
MUHAMMADIYAH GOMBONG”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Gombong

Pada tanggal:

Yang Menyatakan


FOAMX289996406
(Kumala Sari Dewi)

Program Studi Kebidanan Program Sarjana
Fakultas Ilmu kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gombong
Skrispi, Juni 2025

Kumala Sari Dewi ¹⁾ Wulan Rahmadhani ²⁾
Kumalasahri16@gmail.com

ABSTRAK

EFEKTIFITAS *COMBO ACCUPRESURE* DAN *AROMATERAPHY LAVENDER* UNTUK MENGURANGI NYERI DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMP MUHAMMADIYAH GOMBONG

Latar Belakang: Masa remaja merupakan masa transisi saat seseorang mengalami perubahan pada fisik, emosi, dan psikologisnya. Masa remaja yang juga dikenal sebagai pubertas adalah masa ketika sistem reproduksi manusia menjadi matang (Puspita, 2019). Permasalahan yang sering terjadi pada remaja selama menstruasi adalah dismenorea (Sukmiati Eti, Karubuy Milka Anggreni, 2024).

Tujuan: Mengetahui efektifitas *combo accupresure* dan *aromateraphy lavender* untuk mengurangi nyeri dismenorea pada remaja putri di SMP Muhammadiyah Gombong.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain quasi eksperimen one group pre and post test design. Ciri khas penelitian eksperimen adalah adanya intervensi atau perlakuan yang diberikan pada satu kelompok atau lebih guna melihat akibat setelahnya. Rancangan pendekatan quasi eksperimen yang digunakan adalah one group pretest–posttest design.

Hasil: Hasil penelitian menggunakan uji *wilcoxon* didapatkan nilai Z sebesar - 7.402^b dan nilai *p value* 0,000 (<0,05). Hal ini menegaskan bahwa kombinasi terapi acupresure dan aromaterapi lavender efektif dalam mengurangi nyeri haid pada remaja putri.

Kesimpulan: Intervensi efektifitas *combo accupresure* dan *aromateraphy lavender* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan intensitas nyeri dismenorea pada remaja putri di SMP Muhammadiyah Gombong.

Rekomendasi untuk Peneliti Selanjutnya: Diharapkan penelitian ini dapat menjadi landasan data untuk penelitian selanjutnya dalam menentukan intervensi yang tepat untuk menurunkan intensitas nyeri dismenorea pada remaja putri.

Kata Kunci;

Aromateraphy lavender; combo accupresure; dismenorea

¹Mahasiswa, Universitas Muhammadiyah Gombong

²Dosen, Universitas Muhammadiyah Gombong

Undergraduate of Midwifery Study Program
Faculty of Health Sciences
Universitas Muhammadiyah Gombong
Thesis, June 2025

Kumala Sari Dewi¹⁾ Wulan Rahmadhani ²⁾
Kumalasahri16@gmail.com

ABSTRACT

EFFECTIVENESS OF COMBO ACUPRESSURE AND LAVENDER AROMATHERAPY TO REDUCE DYSMENORRHEA PAIN IN ADOLESCENT FEMALES AT MUHAMMADIYAH GOMBONG JUNIOR HIGH SCHOOL

Background: Adolescence is a transitional period when a person experiences changes in their physical, emotional, and psychological state. Adolescence, also known as puberty, is the time when the human reproductive system matures (Puspita, 2019). A common problem in adolescents during menstruation is dysmenorrhea (Sukmiati Eti, Karubuy Milka Anggreni, 2024).

Objective: To determine the effectiveness of acupressure and lavender aromatherapy combo to reduce dysmenorrhea pain in female adolescents at Muhammadiyah Gombong Junior High School.

Methods: This research was a quantitative study using a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest format. A key characteristic of experimental research was the provision of an intervention to one or more groups in order to observe the resulting outcomes. The quasi-experimental design applied in this study followed a one-group pretest-posttest approach.

Results: The results of the study using the Wilcoxon test obtained a Z value of -7.402b and a p value of 0.000 (<0.05). This confirms that the combination of acupressure and lavender aromatherapy therapy is effective in reducing menstrual pain in adolescent girls.

Conclusion: The effectiveness of the acupressure and lavender aromatherapy combo intervention has a significant effect on reducing the intensity of dysmenorrhea pain in female adolescents at Muhammadiyah Gombong Junior High School.

Recommendations for Future Researchers: It is hoped that this research can be a data basis for further research in determining appropriate interventions to reduce the intensity of dysmenorrhea pain in adolescent girls.

Keywords;

Aromateraphy lavender; combo accupresure; Dismenorea;

¹. Student, Universitas Muhammadiyah Gombong

². Lecturer, Universitas Muhammadiyah Gombong

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul **“Efektifitas Combo Accupresure dan Aromateraphy Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Dismenorea Pada Remaja Putri Di SMP Muhammadiyah Gombang”**

Shalawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad Shollallahu 'alaihi wasallam, syafaatnya kita tunggu di Yaumul Kiyamah.

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti menemukan banyak kendala dan kesulitan, namun berkat bimbingan, dukungan, dorongan dan semangat dari berbagai pihak peneliti mampu untuk menyelesaikannya. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa, yang selalu memberikan kemudahan penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini.
2. Dr. Hj. Herniyatun, M.Kep., Sp.Kep.Mat selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombang.
3. Dyah Puji Astuti., S.SiT., M.P.H. selaku Ketua Program Studi Kebidanan Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombang.
4. Wulan Rahmadhani, S.ST., M.M.R., Dr.PH selaku pembimbing yang telah berkenan memberikan bimbingan dan pengarahan pada penulis selama menyusun skripsi ini.
5. Bdn. Juni Sofiana., M.Keb selaku Ketua penguji yang telah yang berkenan memberikan bimbingan dan pengarahan pada penulis selama menyusun skripsi ini.
6. Bdn. Umi Laelatul Qomar., S.ST., M.P.H selaku penguji II yang telah berkenan memberikan bimbingan dan pengarahan pada penulis selama menyusun skripsi ini.
7. Cinta pertama saya yaitu Ayahanda Supriyanto tercinta. Terimakasih atas setiap tetes keringat yang telah tercurahkan dalam setiap langkah ketika menjalankan tanggung jawab sebagai seorang kepala keluarga untuk mencari nafkah, yang tiada hentinya memberikan motivasi, perhatian, kasih sayang, serta dukungan dari segi finansial sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi hingga akhir untuk

mendapatkan gelar Sarjana Kebidanan. Terimakasih ayah, gadis kecilmu sudah tumbuh besar dan siap melanjutkan mimpi yang lebih tinggi lagi.

8. Pintu surgaku dan sosok yang penulis jadikan panutan yaitu Ibunda Triyanti tercinta, perempuan yang sudah membesarkan dan mendidik anak-anaknya hingga mendapatkan gelar Sarjana Kebidanan serta selalu menjadi penyemangat bagi penulis. Terimakasih untuk doa ibu yang sangat luar biasa, kasih sayang, nasihat, motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsinya, semoga mama sehat selalu dan panjang umur. Karena mama harus ada disetiap perjalanan hidup penulis. Terimakasih banyak.
9. Untuk teman seperjuangan Safira Putri Amalia, A.Md.Keb, Erina Dwi Restiana, Awit Aulia, Putri Adelia, dan Nabila Nur Aini. Terimakasih atas segala kebaikan dan waktu yang selalu kita habiskan bersama selama masa perkuliahan.
10. My best friend Anisya Leliya Kusumawati, A.Md.RMK, dan Yuliana Puspita Dewi. Terimakasih kalian sudah menjadi sahabat terbaik penulis, selalu ada disetiap penulis butuhkan, selalu memberikan kasih sayang, motivasi, dan selalu mendengarkan keluh kesah penulis.
11. Kepada seseorang yang tidak kalah penting kehadirannya, Iman Sahrul Mubarak. Terimakasih telah menjadi bagian dalam proses perjalanan penulis menyusun skripsi. Berkontribusi baik tenaga, waktu, menemani, mendukung, serta menghibur penulis dalam kesedihan, mendengarkan keluh kesah dan meyakinkan penulis untuk pantang menyerah hingga penyusunan skripsi ini terselesaikan.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penulisan Laporan Skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi kesempurnaan penulisan Laporan Skripsi ini.

Gombong, 02 Mei 2025

Penulis



Kumala Sari Dewi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan.....	4
D. Manfaat.....	4
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Tinjauan Teori.....	8
B. Kerangka Teori.....	20
C. Hipotesis.....	21
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
A. Desain Penelitian.....	22
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	24
C. Variabel Penelitian.....	24

D. Devinisi Operasional	24
E. Instrumen Penelitian.....	25
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	25
G. Etika Penelitian.....	26
H. Teknik Pengumpulan Data	27
I. Teknik Analisa Data	29
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	30
A. Hasil Penelitian.....	30
B. Pembahasan	33
C. Keterbatasan Penelitian	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	42
A. Kesimpulan.....	42
B. Saran.....	42
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 3. 1 Rancangan Penelitian.....	22
Tabel 3. 2 Definisi Operasional	25



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Titik L1 4 (He Gu)	16
Gambar 2. 2 Tititk PC 6 (Nei Guan)	16
Gambar 2. 3 Titik LR 3 (Tai Chong)	16
Gambar 2. 6 Titik SP 6 (Limpa).....	17
Gambar 2. 7 Kerangka Teori.....	20
Gambar 2. 8 Kerangka Konsep	21



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Balasan Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 5 Surat Lolos Etik
- Lampiran 6 Instrumen Penelitian
- Lampiran 7 Skala Pengukuran NRS
- Lampiran 8 Lembar Observasi
- Lampiran 9 SOP Akupresure
- Lampiran 10 SOP Aromaterahy Lavender
- Lampiran 11 Lembar Bimbingan
- Lampiran 12 Hasil Turnitin
- Lampiran 13 Hasil Analisa Data
- Lampiran 14 Dokumentasi



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi saat seseorang mengalami perubahan pada fisik, emosi, dan psikologisnya. Masa remaja yang juga dikenal sebagai pubertas adalah masa ketika sistem reproduksi manusia menjadi matang (Puspita, 2019). Pubertas merupakan salah satu tanda dari masa remaja. Pada anak perempuan, menarche atau menstruasi pertama menandakan pubertas (Kristiningrum et al., 2021). Permasalahan yang sering terjadi pada remaja selama menstruasi adalah dismenorea (Eti dkk, 2024). Kondisi fisik yang dikenal sebagai dismenore memengaruhi wanita yang sedang menstruasi dan bermanifestasi sebagai ketidaknyamanan atau kram pada perut bagian bawah (Kristiningrum et al., 2021).

Hasil penelitian (McKenna et al, 2021), rentang usia 12-15 tahun (Remaja awal) sering mengalami dismenorea karena dismenorea primer dimulai rata-rata 6 sampai 12 bulan setelah menarche dan cenderung berulang dengan setiap siklus menstruasi. Pada tahun 2020, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa 90 persen wanita mengalami ketidaknyamanan saat menstruasi, dengan 10–16% di antaranya melaporkan nyeri hebat. Dismenore jika tidak diatasi maka akan menyebabkan terganggunya aktivitas dan akan mempengaruhi fungsi mental serta fisik seperti lemah, gelisah, depresi kram hebat dan bendungan haid di rongga panggul. Penanganan dismenore secara farmakologi jika digunakan dalam jangka waktu yang lama akan menimbulkan efek samping salah satunya kerusakan ginjal, dan pengeroposan tulang (Via, 2018).

Empat titik akupresur dan aromaterapi lavender adalah dua metode untuk mengatasi ketidaknyamanan dismenore. Menggunakan jari atau benda tumpul, akupresur adalah teknik terapi tradisional yang memberikan tekanan pada area tertentu (Wulandari et al., 2024). Lokasi terapi akupresur titik L14, yang melibatkan pemberian tekanan, adalah di antara tulang metakarpal pertama dan

kedua dari tulang radial metakarpal kedua, atau di punggung tangan, kira-kira di tengah tulang metakarpal kedua, di antara ibu jari dan jari telunjuk. Penelitian ElGendy telah menunjukkan kemanjuran akupresur dalam mengurangi keparahan ketidaknyamanan saat menstruasi (Revianti & Yanto, 2021).

Titik PC6 terletak di tiga jari di atas bagian dalam pergelangan tangan, dengan menggunakan ibu jari untuk memberikan tekanan dengan gerakan memutar searah jarum jam yang lembut, berputar 30 hingga 50 kali. Akupresur titik LR3 terletak di area lembut kaki di antara jari telunjuk dan jempol kaki. Dan titik SP6 terletak di empat jari di atas pergelangan kaki. Titik SP6 ini membantu untuk mengurangi ketidaknyamanan yang terkait dengan dismenore dengan memperkuat limpa dan memulihkan keseimbangan Yin di hati dan ginjal, yang meningkatkan sirkulasi darah (Sari & Usman, 2021).

Menurut penelitian dari (Kristina et al., 2021). Nilai rata-rata intensitas nyeri pada kelompok terapi relaksasi otot progresif sebelum diberi intervensi sebesar 4.89 poin dan sesudah diberi intervensi sebesar 3.42 poin, dimana mengalami penurunan sebesar 1.47 poin. Sedangkan pada kelompok terapi akupresur rata-rata intensitas nyeri sebelum diberi intervensi sebesar 5.16 poin dan sesudah diberi intervensi sebesar 3.11 poin yang mengalami penurunan sebesar 2.05 poin. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penurunan intensitas nyeri dismenore pada kelompok terapi akupresur lebih tinggi dari pada kelompok terapi relaksasi otot progresif.

Menurut penelitian dari (Helmia & Lusi, 2022). yang didapatkan dapat disimpulkan bahwa aromaterapi lemon dan aromaterapi lavender sama-sama efektif dalam menurunkan tingkat nyeri dismenore pada remaja putri, yang menyatakan bahwa terjadi penurunan skor intensitas nyeri dismenore setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender dengan nilai $P\text{-value} < 0.001$. dan juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan pemberian aromaterapi lemon oleh (Octaviani dkk, 2019) dengan hasil didapatkan nilai $P\text{-value} 0,002 < (0.05)$ artinya pemberian aromaterapi lavender efektif untuk menurunkan skor nyeri

pada remaja di Semarang dan dapat digunakan sebagai alternatif terapi nyeri dismenore.

Menurut penelitian dari (Mokoginta et al, 2020). Tujuan aromaterapi, salah satu bentuk pengobatan alternatif, adalah untuk mengendalikan suasana hati, kesehatan, dan fungsi kognitif melalui penggunaan senyawa tanaman volatil yang dikenal sebagai minyak esensial. Komponen tanaman tambahan, termasuk kayu, daun, bunga, dan bagian lainnya, dapat digunakan untuk membuat aromaterapi. Masing-masing memiliki aplikasi dan tujuan tersendiri. Aromaterapi hadir dalam berbagai bentuk, termasuk lavender, tea tree, jeruk, lemon, cendana, dan rosemary.

Menurut penelitian dari (Nuraeni & Nurholipah, 2021), lavender adalah bunga berwarna ungu kebiruan yang memiliki aroma lembut dan khas yang membuat seseorang merasa rileks dan nyaman saat menghirupnya. Aromatherapy lavender adalah teknik untuk mengobati penyakit atau meningkatkan kesehatan secara keseluruhan. Manfaat aromaterapi lavender meliputi kemudahan penggunaan, kesederhanaan, penyimpanan, dan penggunaan ulang jika terjadi ketidaknyamanan saat menstruasi. Linalool dan linalyl asetat merupakan bahan utama dalam aromaterapi lavender. Ketidaknyamanan saat menstruasi dapat dikurangi dengan linalool, obat penenang dan relaksan, dan linalyl asetat, yang merilekskan dan mengendurkan otot dan saraf yang kaku.

Hasil penelitian (Afifah et al., 2023). Metode *accupresure* kombinasi titik (L14, PC6, LR3, dan SP6) terbukti efektif untuk mengatasi nyeri dismenorea yang dialami remaja putri yang sedang mengalami dismenorea. Berdasarkan peneliti (Nuraeni & Nurholipah, 2021). Intensitas nyeri dismenorea yang dialami oleh mahasiswa tahun kedua STIKes YPIB Majalengka tergolong sedang, yakni kurang dari setengah (40,0%) dari tingkat keparahannya setelah diberi aromaterapi lavender. Setelah diberi aromaterapi lavender, sebanyak 21 mahasiswa melaporkan tidak ada peningkatan nyeri, 14 melaporkan penurunan nyeri, dan 6 melaporkan tidak ada perubahan nyeri. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa aromaterapi lavender memiliki dampak terhadap ketidaknyamanan yang terkait dengan dismenorea.

SMP Muhammadiyah Gombong berlokasi di Kec. Gombong Kab Kebumen. Berdasarkan studi pendahuluan didapatkan data jumlah siswi SMP Muhammadiyah Gombong terdapat sebanyak 248 orang dan 101 (40,7%) di antaranya mengalami nyeri dismenorea. Berdasarkan latar belakang tersebut penulis berminat untuk melakukan eksperimen dalam penelitian dengan judul “Efektifitas *combo accupresure* dan *aromateraphy lavender* untuk mengurangi nyeri dismenorea pada remaja putri di SMP Muhammadiyah Gombong”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah : “Apakah *combo accupresure* dan *aromateraphy lavender* dapat mengurangi nyeri dismenorea?” didasarkan pada konteks masalah yang disebutkan di atas

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektifitas *combo accupresure* dan *aromateraphy lavender* untuk mengurangi nyeri dismenorea pada remaja putri di SMP Muhammadiyah Gombong

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui nyeri dismenorea pada remaja putri sebelum pemberian *combo accupresure* dan *aromateraphy lavender* pada remaja putri di SMP Muhammadiyah Gombong
- b. Mengetahui nyeri dismenorea pada remaja putri sesudah pemberian *combo accupresure* dan *aromateraphy lavender* pada remaja putri di SMP Muhammadiyah Gombong

D. Manfaat

1. Bagi Lahan

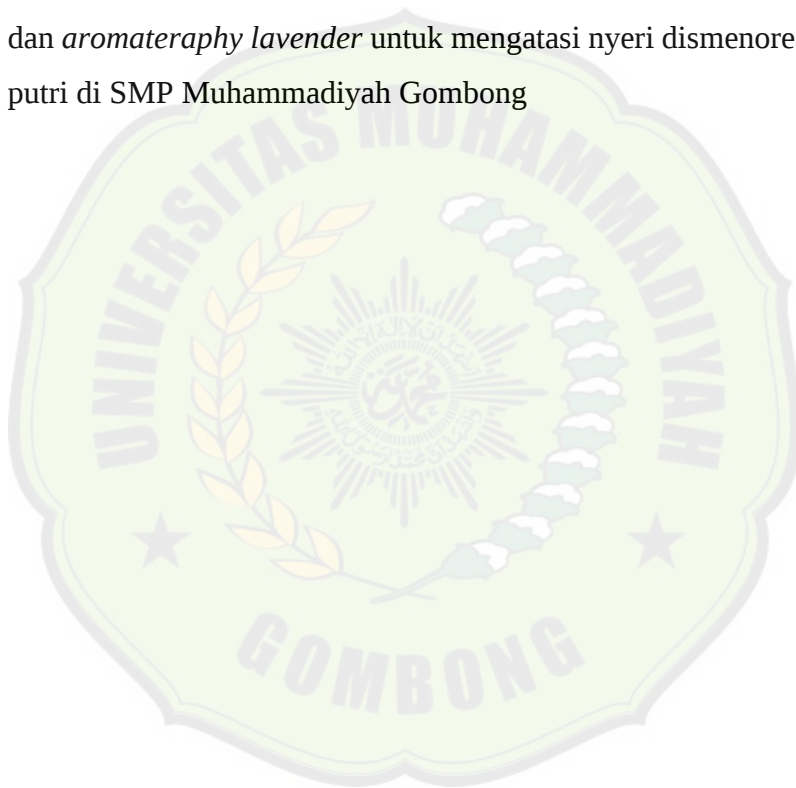
Diharapkan temuan penelitian ini akan membantu remaja putri mempelajari lebih lanjut tentang efektifitas *combo accupresure* dan *aromateraphy lavender* sebagai pengobatan tambahan untuk mengurangi nyeri dismenorea pada remaja putri di SMP Muhammadiyah Gombong

2. Bagi Institusi

Untuk melengkapi sumber pembelajaran perpustakaan dengan topik *combo accupresure* dan *aromateraphy lavender* sebagai pengobatan tambahan bagi remaja putri yang mengalami nyeri dismenorea, artikel ini ditulis untuk mahasiswa di Program Studi Kebidanan Universitas Muhammadiyah Gombong

3. Bagi Penulis

Mampu mengetahui hubungan terapi komplementer *combo accupresure* dan *aromateraphy lavender* untuk mengatasi nyeri dismenorea pada remaja putri di SMP Muhammadiyah Gombong



E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

Nama Penelitian dan Tahun Penelitian	Jenis Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan Dengan Penelitian Ini
Intan Kumalasari, Bambang Soewito, Maliha Amin, Maksuk, Viona Olivandari, 2022	The intervention of Lavender Aroma Therapy to Reduce the Pain Intensity of Dysmenorrhea In Adolescent	Penelitian ini menggunakan desain kualitatif dengan pendekatan studi kasus untuk mendeskripsikan informasi secara mendalam dan mengeksplorasi permasalahan klien dismenore dalam memenuhi kebutuhan kenyamanannya dengan menggunakan aromaterapi lavender. Variabel independen adalah aromaterapi lavender. Variabel dependen adalah tingkat nyeri.	Hasil: Pemberian aromaterapi lavender selama tiga hari berturut-turut dalam waktu ± 30 menit sebanyak 2 x 1 hari pada pagi dan sore hari terbukti dapat menurunkan intensitas nyeri dismenore pada Ny. B dari skala 6 menjadi 1, sedangkan Ny. Ra mengalami penurunan intensitas nyeri dari skala 7 menjadi 2. Perbedaan hasil akhir penurunan intensitas nyeri lebih disebabkan oleh perbedaan intensitas nyeri awal pada kedua pasien. Metode nonfarmakologi dengan aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan intensitas nyeri dismenore.	Persamaan : Menggunakan aromateraphy lavender untuk mengurangi nyeri menstruasi Perbedaan : Hal yang membedakan dari penelitian ini jenis penelitian
Yulia Herawati, Dina Martha Fitri, Khulasoh Nurul Yakin, 2023	Pengaruh terapi akupresure terhadap intensitas dismenore pada remaja pondok pesantren Cipari Kec. Pangatikan Kab.Garut Tahun 2023	Desain pada penelitian ini menggunakan quasi eksperimental dengan rancangan one group pre-test and post-test design. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara purposive sampling dengan jumlah sampel 50 responden. Metode menggunakan pengumpulan data primer, analisis data menggunakan uji-Wilcoxon.	Hasil penelitian didapatkan bahwa sebelum pemberian terapi akupresur 36 responden (72%) mengalami nyeri ringan (1-3) dan sesudah pemberian akupresur 36 responden (72%) mengalami tidak nyeri (0). Rata-rata nyeri pada saat pretest adalah 2,34 dan posttest menjadi 1,34. sehingga metode ini dapat diterapkan secara luas untuk menurunkan kasus dismenore	Persamaan : Pemberian akupresure selama 2 hari dan desain penelitian Perbedaan : Jumlah responden dan tempat penelitian

Aslı Karakuş Selçuk, Emre Yanikkerem, 2021	Effect of Acupressure on Primary Dysmenorrhea: Review of Experimental Studies	This review examined experimental studies	This review included 28 published studies that were assessed using the Jadad score for quality. The studies were categorized as studies of acupressure at the LR3 point (n = 4), at the SP6 point (n = 9), at auricular points (n = 5), at multiple points (n = 8), and with devices (n = 2). Moreover, studies of self-acupressure (n = 9) were identified. The studies demonstrated that acupressure could reduce menstrual symptoms, the severity and duration of menstrual pain, distress, and anxiety. Furthermore, it helped improve the quality of life and well-being of patients and provide psychological support and self-care.	Persamaan : Menggunakan titik akupresure LR3 dan SP6 untuk mengurangi nyeri dismenorea Perbedaannya : Yang membedakan penelitian ini adalah jenis penelitian
Martina Danta Sastriani1, Oswati Hasanah, Sri Wahyuni, 2022	EFEKTIFITAS TERAPI AKUPRESUR TERHADAP NYERI (DISMENORE) REMAJA DI FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS RIAU	Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu quasy eksperimen dengan bentuk pre-test dan post-test desain non-equivalent. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 32 responden, dengan pemilihan sampel menggunakan metode purposive sampling	Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan peneliti terhadap 32 responden didapatkan bahwa mayoritas karakteristik responden berusia 20 tahun, dan bersuku melayu. Sedangkan berdasarkan hasil pengukuran skala nyeri, terapi akupresur dapat menurunkan intensitas nyeri sebesar 2,12 point dan kualitas nyeri sebesar 5,25 point. Hasil penelitian ini bisa digunakan remaja sebagai alternative penanganan non farmakologi untuk mengatasi dismenorea.	Persamaan : Hal yang sama dari penelitian ini adalah titik akupresure L14 dan LR3 Perbedaan : Tempat penelitian

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, I., Hardiyanti, P., & Sari, K. (2023). Prosiding Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan Kombinasi Akupresur Titik LI4, PC6 (Neiguan), LR3 (Taichong) dan SP6 (San yin jiao) untuk Mengatasi Nyeri Disminorhea pada Remaja di Desa Kesesi. *Universitas Ngudi Waluyo*, 2(2), 2023.
- Anjani, D., Wahyuningsih, T., Winarni, L. M., & Subandi, S. (2023). PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 278 JAKARTA. *Nusantara Hasana Journal*, 2(5), Article 5.
- Boonstra, A. M., Stewart, R. E., Albère, A. J., René, R. F., Swaan, J. L., Schreurs, K. M. G., & Schiphorst Preuper, H. R. (2016). Cut-offpoints for mild, moderate, and severe pain on the numeric rating scale for pain in patients with chronic musculoskeletal pain: Variability and influence of sex and catastrophizing. *Frontiers in Psychology*, 7(SEP), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01466>
- Chen, H.-M., Wang, H.-H., Chiu, M.-H., & Hu, H.-M. (2021). Effects of acupressure on menstrual distress and low back pain in dysmenorrheic young adult women: An experimental study. *Pain Management Nursing: Official Journal of the American Society of Pain Management Nurses*, 16(3), 188–197. <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2014.06.002>
- Hapsari, A. (2023). Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia. In *Katalog Dalam Terbitan*. http://eprints.undip.ac.id/38840/1/KESEHATAN_MENTAL.pdf
- Hayati, S., Agustin, S., & Maidartati. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Dismenore Pada Remaja Di SMA Pemuda Banjaran Bandung. *Jurnal BSI*, 8(1), 132–142. <http://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/262>
- Helmia, M., & Lusi, A. (2022). *JMK : JURNAL MEDIA KESEHATAN LAVENDER TERHADAP NYERI HAID (DISMENORE) Jurusan Kebidanan : Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jl . Indragiri Nomor 03 Padang Harapan Kota Bengkulu , Kode Pos 38225 Masa Remaja adalah masa transisi yang ditandai oleh*

adanya peruba. 64–75.

- Herawati, Y., Martha Fitri, D., Nurul Yakin, K., Studi Profesi Bidan, P., & Studi Sarjana Terapan Kebidanan STIKes Mitra RIA Husada Jakarta, P. (2023). Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Intensitas Dismenore Pada Remaja Pondok Pesantren Cipari Kec. Pangatikan Kab. Garut Tahun 2023. *Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Kebidanan (JKK)* , 12(2), 163–175. <https://e-journal.mrh.ac.id/index.php/Jkk>
- Horman, N., Manoppo, J., & Meo, L. N. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Kabupaten Kepulauan Sangihe. *Jurnal Keperawatan*, 9(1), 38. <https://doi.org/10.35790/jkp.v9i1.36767>
- Indrayani, T. (2023). Pengaruh Senam pada Remaja Putri untuk Mengatasi Primary Dysmenorrhea. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(3), Article 3. <https://doi.org/10.32583/pskm.v13i3.1237>
- Jamal, F., Andika, T. D., & Adhiany, E. (2022). Penilaian dan Modalitas Tatalaksana Nyeri. *Ked. N. Med* , 5(3), 66–73.
- Ju, H., Jones, M., & Mishra, G. (2020). The prevalence and risk factors of dysmenorrhea. *Epidemiologic Reviews*, 36, 104–113. <https://doi.org/10.1093/epirev/mxt009>
- Kong, X., Fang, H., Li, X., Zhang, Y., & Guo, Y. (2022). Effects of auricular acupressure on dysmenorrhea: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Frontiers in Endocrinology*, 13, 1016222. <https://doi.org/10.3389/fendo.2022.1016222>
- Kristina, C., Hasanah, O., & Zuhra, R. M. (2021). Perbandingan Teknik Relaksasi Otot Progresif dan Akupresur Terhadap Dismenore Pada Mahasiswi FKP Universitas Riau. *Health Care : Jurnal Kesehatan*, 10(1), 104–114. <https://doi.org/10.36763/healthcare.v10i1.96>
- Kristiningrum, W., Windayanti, H., Yulianti, L., Putri Dianti, M., & Dhea, M. A. (2021). Akupresure Untuk Mengurangi Nyeri Haid Pada Remaja Putri. *Diseminasi Fakultas Kesehatan*, 1(1), 30–35. <http://jurnal.unw.ac.id/index.php/DiseminasiFKes/article/view/1061>

- Kumalasari, I., Soewito, B., Amin, M., Maksuk, & Ovaliandari, V. (2022). The intervention of Lavender Aroma Therapy to Reduce the Pain Intensity of Dysmenorrhea In Adolescent. *Journal of Applied Nursing and Health*, 4(2), 172–183. <https://doi.org/10.55018/janh.v4i2.61>
- Kusumaningsih, M. R., Sakinah, H., & Rahmawati, A. (2024). Pemberian Aromaterapi Lemon dan Lavender terhadap Nyeri Dismenore pada Remaja: Literature Review: Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI), 7(3), Article 3. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i3.4660>
- Lowdermilk, D. L., & Perry, S. E. (2018). Maternity and Women's Health Care. <https://shop.elsevier.com/books/maternity-and-womens-health-care/lowdermilk/978-0-323-07429-2>
- Manafe, K. N., Adu, A. A., & Ndun, H. J. N. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Dismenore dan Penanganan Non Farmakologi di SMAN 3 Kupang. *Media Kesehatan Masyarakat*, 3(3), 258–265. <https://doi.org/10.35508/mkm.v3i3.3813>
- Masruroh, Cahyaningrum, Widayati, & Hapsari, W. (2022). 14. *IJCE bmEdukasi Kesehatan Teknik Akupresur untuk Mengurangi Nyeri Haid pada Remaja.pdf*.
- Mau, R. A., Kurniawan, H., & Dewajanti, A. M. (2020). Hubungan Siklus dan Lama Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Ukrida dengan Nyeri Menstruasi. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 26(3), 139–145. <https://doi.org/10.36452/jkdoktmeditek.v26i3.1946>
- Nuraeni, R., & Nurholipah, A. (2021). Aromaterapi Lavender terhadap Intensitas Nyeri Haid (Dysmenorrhea) pada Mahasiswi Tingkat II. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 178–185. <https://doi.org/10.31539/jks.v5i1.2834>
- Purwaningtias, R. M., Puspitasari, D., & Ernawati, E. (2021). the Relationship Between Menstrual Cycle Characteristics With Dysmenorrhea and Adolescents Social Life. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 4(3), 280–294. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v4i3.2020.280-294>
- Rahmadhani, W. (2021). Pembentukan posyandu remaja di Desa Bejiruyung, Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen. *Jurnal Inovasi Abdimas Kebidanan (Jiak)*, 1(2), 51–54. <https://doi.org/10.32536/jiak.v1i2.169>

- Rahmadhani, W., & Asti, A. D. (2020). Peningkatan Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Pendampingan Kelompok Terapeutik Di Desa Indrosari, Kecamatan Bulus Pesantren, Kebumen. *Jurnal EMPATI (Edukasi Masyarakat, Pengabdian dan Bakti)*, 1(1), 51. <https://doi.org/10.26753/empati.v1i1.425>
- Revianti, I. D., & Yanto, A. (2021). Teknik Akupresur Titik Hegu (LI4) Menurunkan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja. *Holistic Nursing Care Approach*, 1(1), 39. <https://doi.org/10.26714/hnca.v1i1.8265>
- Sari, A. P., & Usman, A. (2021). Efektifitas Terapi Akupresur Terhadap Dismenore pada Remaja. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 17(2), 196. <https://doi.org/10.24853/jkk.17.2.196-202>
- Sariyani, M. D., Ariyanti, K. S., Winangsih, R., & Pelayun, C. I. M. (2020). Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19 di Kabupaten Tabanan Tahun 2020. *Indonesian Journal of Community Empowerment (Ijce)*, 2(2), 90–97. <https://doi.org/10.35473/ijce.v2i2.754>
- Sastriani, M. D., Oswati, H., & Sri, W. (2022). Efektifitas Terapi Akupresur Terhadap Nyeri (Dismenore) Remaja Di Fakultas Keperawatan Universitas Riau. *Health Care : Jurnal Kesehatan*, 11(2), 2022.
- Selçuk, A. K., & Yanikkerem, E. (2021). Effect of acupressure on primary dysmenorrhea: Review of experimental studies. *JAMS Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, 14(2), 33–49. <https://doi.org/10.51507/j.jams.2021.14.2.33>
- Shahnazi, M., Nikjoo, R., Yavarikia, P., & Mohammad-Alizadeh-Charandabi, S. (2021). Inhaled lavender effect on anxiety and pain caused from intrauterine device insertion. *Journal of Caring Sciences*, 1(4), 255–261. <https://doi.org/10.5681/jcs.2012.035>
- Sukmiati Eti, Karubuy Milka Anggreni, H. (2024). Kata Kunci: Nyeri Dismenorhoe, Remaja Putri, Senam Dismenorhoe dan Aroma Terapi Lavender. *Jurnal Penelitian Inovatif (JUPIN)*, 4(3), 1165–1172.
- Sulistiyorini, C. (2023). Gambaran Penatalaksanaan Dismenore Pada Remaja Putri Di Smp Syiachona Cholil Dan Smp Darul Ulum Wadda ' Wah. 01(04), 997–1007.

- Suriani, N., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 24–36. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55>
- Tusyukriyah, F., & Aisah, S. (2022). Intervensi Aromaterapi Lemon Untuk Mengatasi Dismenore. *Ners Muda*, 3(3). <https://doi.org/10.26714/nm.v3i3.10545>
- Wulanda, C. A. L. R. H. (2020). Efektifitas Senam Dismenore Pada Pagi Dan Sore Hari Terhadap Penanganan Nyeri Haid Pada Remaja Putri Saat Haid Di Smpn 2 Bangkinang Kota Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 1(1), 1–11.
- Wulandari, L., Safitri, R., & Purwati, A. (2024). Pengaruh teknik akupresure titik hegu (Li 4) terhadap intensitas nyeri haid (dismenorre primer) pada remaja putri usia 13-15 tahun di MTs Al-Khalifah Kepanjen. *Journal of Public Health Innovation*, 4(02), 484–490. <https://doi.org/10.34305/jphi.v4i02.1098>

LAMPIRAN



Lampiran 1. Jadwal Penelitian

JADWAL PELAKSANAAN KEGIATAN PENYUSUNAN PROPOSAL DAN
HASIL PENELITIAN

No	Kegiatan	Sep	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei
1.	Penentuan Tema									
2.	Penyusunan Proposal									
3.	Ujian Proposal									
4.	Uji Etik									
5.	Pengambilan Data Hasil Penelitian									
6.	Penyusunan Hasil Penelitian									
7.	Ujian Hasil Penelitian									

Lampiran 2. Surat Ijin Studi Pendahuluan



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong, Kebumen Telp. (0287)472433
Email: lppm@unimugo.ac.id Web: <http://unimugo.ac.id/>

No : 1000.5/IL.3.AU/PN/XII/2024
Hal : Permohonan Ijin
Lampiran : -

Gombong, 10 Desember 2024

Kepada :
Yth. Kepala Sekolah SMP Muhammadiyah Gombong

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring do'a semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat perlindungan dari Allah SWT. Aamiin

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Kebidanan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediaannya untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami:

Nama : Kumala Sari Dewi
NIM : 2021060006
Judul Penelitian : Efektivitas Combo Accupresure dan Aromateraphy Lavender untuk Mengurangi Nyeri Dismenorea pada Remaja Putri di SMP Muhammadiyah Gombong
Keperluan : Ijin Studi Pendahuluan

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

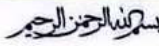
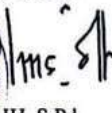
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Kepala LPPM
Universitas Muhammadiyah Gombong



Amika Dwi Asti, M.Kep

Lampiran 3. Balasan Surat Ijin Studi Pendahuluan

	MAJELIS PENDIDIKAN DASAR MENENGAH DAN NON FORMAL PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KEBUMEN SMP MUHAMMADIYAH 1 GOMBONG TERAKREDITASI A (UNGGUL) SK. BADAN AKREDITASI NASIONAL SEKOLAH/MADRASAH : 1857/BAN-SM/SK/2022	
		
Nomor	: 217/IV.4.AU/D/XII/2024	16 Jumadil Akhir 1446 H
Lamp	: -	17 Desember 2024 M
Perihal	: Pemberitahuan	
 Kepada Yth. Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong Di. Gombong Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh. Berdasarkan Surat Saudara Nomor : 1000.5/II.3.AU/PN/XII/2024, perihal : Permohonan Izin Penelitian Studi Pendahuluan. Sehubungan dengan hal tersebut, maka pada prinsipnya kami tidak keberatan untuk menerima Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong tersebut untuk melaksanakan Penelitian Studi Pendahuluan di SMP Muhammadiyah 1 Gombong atas nama : Nama : Kumala Sari Dewi NIM : 2021060006 Program Studi : Kebidanan Program Sarjana Judul Penelitian : <i>Efektivitas Combo Accupresure dan Aromateraphy Lavender untuk Mengurangi Nyeri Dismenorea pada Remaja Putri di SMP Muhammadiyah 1 Gombong.</i> Demikian surat ini kami buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya. Nasrun minallahi wa fathun qariib Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.		
  Kepala Sekolah  MUSLIH, S.Pd. NBM. 865127		
Alamat : Jl. Anggrek Nomor 28 ☎/Fax (0287) 471391 Gombong-Kebumen Jawa Tengah ✉ 54411 E-mail : smpmugo@yahoo.co.id, smpmusago@gmail.com; Website : www.smpmusago.sch.id		

Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
Sekretariat : Jl. Yos Sudarso no. 461 Gombong, Kebumen Telp. (0287)472433
Email: lppm@unimugo.ac.id Web: <http://unimugo.ac.id/>

No : 1187.5/IL3.AU/PN/II/2025
Hal : Permohonan Ijin
Lampiran : -

Gombong, 15 Februari 2025

Kepada :
Yth. Kepala Sekolah SMP Muhammadiyah Gombong

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring do'a semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat lindungan dari Allah SWT. Aamiin

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Kebidanan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediaannya untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami:

Nama : Kumala Sari Dewi
NIM : 2021060006
Judul Penelitian : Efektifitas Combo Accupresure dan Aromateraphy Lavender untuk Mengurangi Nyeri Dismenorea pada Remaja Putri di SMP Muhammadiyah Gombong
Keperluan : Ijin Penelitian

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Kepala LPPM
Universitas Muhammadiyah Gombong



Amika Dwi Asti, M.Kep

Lampiran 5. Surat Lolos Etik



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

eCertificate

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL
EXEMPTION

No. Protokol : 21113000376

"ETHICAL EXEMPTION"

Nomor : 053.6/II.3.AU/F/KEPK/II/2025



Peneliti
Researcher

: Kumala Sari Dewi
Wulan Rahmadhani, S.ST., M.M.R., Dr. PH

Nama Institusi
Name of The Institution

: KEPK Universitas Muhammadiyah Gombong

"EFEKTIFITAS COMBO ACCUPRESURE DAN
AROMATERAPHY LAVENDER UNTUK MENGURANGI
NYERI DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMP
MUHAMMADIYAH GOMBONG"

"THE EFFECTIVENESS OF COMBO ACCUPRESURE
AND AROMATERAPHY LAVENDER TO REDUCE
DYSMENORRHEA PAIN IN ADOLESCENT GIRLS AT
SMP MUHAMMADIYAH GOMBONG"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 14 Februari 2025 sampai dengan tanggal 14 Februari 2026

This declaration of ethics applies during the period February 14, 2025 until February 14, 2026

February 14, 2025
Professor and Chairperson,

Ning Iswati, M.Kep

Lampiran 4. Instrumen Penelitian

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : *Alana*

Usia : *15*

Alamat: *Gg. Sindoro 1 Gombong, Kebumen*

Menyatakan bahwa saya bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Kumala Sari Dewi dengan judul penelitian **“Efektifitas Combo Accupresure dan Aromateraphy Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Dismenorea Pada Remaja Putri di SMP Muhammadiyah Gombong”**

Setelah saya mendapatkan penjelasan dari peneliti, saya sudah memahami prosedur dari penelitian ini. Saya juga percaya bahwa penelitian yang dilakukan terhadap saya tidak akan menimbulkan dampak negative, maka dari itu saya tidak akan menuntut jika terjadi sesuatu di kemudian hari.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sadar dan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Gombong,

Peneliti

(Kumala Sari Dewi)

Responden

Lampiran 5. Skala Pengukuran NRS

SKALA PENGUKURAN INTENSITAS NYERI
(NUMERICAL RATING SCALE)

Inisial : Alana
Umur : 15
Kelas : 9B
Tanggal : 6 Februari 2025

Petunjuk : Tandai skala nyeri berikut ini dengan tanda lingkaran yang menurut saudara dapat mewakili tingkat/intensitas nyeri haid yang dirasakan saat ini !

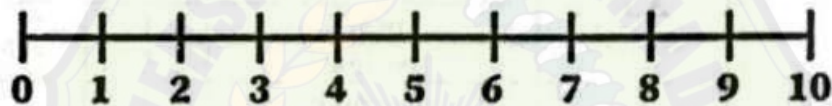


Skala	Karakteristik Nyeri
0	Tidak terasa nyeri
1	Nyeri seperti digigit nyamuk
2	Nyeri seperti tekanan lembut pada kulit
3	Nyeri seperti disuntik tetapi masih dapat ditahan
4	Nyeri seperti sakit gigi atau sengatan lebah
5	Nyeri seperti terkilir tetapi dapat ditangani
6	Nyeri seperti terkilir tetapi mulai mengganggu aktivitas
7	Nyeri seperti tidak bisa mengikuti perintah
8	Nyeri seperti tidak berkomunikasi dengan baik
9	Nyeri sudah tidak bisa ditahan
10	Nyeri hingga tidak sadarkan diri

SKALA PENGUKURAN INTENSITAS NYERI
(NUMERICAL RATING SCALE)

Inisial : *Alana*
Umur : *15 tahun*
Kelas : *9B*
Tanggal : *9 Maret 2025*

Petunjuk : Tandai skala nyeri berikut ini dengan tanda lingkaran yang menurut saudara dapat mewakili tingkat/intensitas nyeri haid yang dirasakan saat ini !



Skala	Karakteristik Nyeri
0	Tidak terasa nyeri
1	Nyeri seperti digigit nyamuk
2	Nyeri seperti tekanan lembut pada kulit
3	Nyeri seperti disuntik tetapi masih dapat ditahan
4	Nyeri seperti sakit gigi atau sengatan lebah
5	Nyeri seperti terkilir tetapi dapat ditangani
(6)	Nyeri seperti terkilir tetapi mulai mengganggu aktivitas
7	Nyeri seperti tidak bisa mengikuti perintah
8	Nyeri seperti tidak berkomunikasi dengan baik
9	Nyeri sudah tidak bisa ditahan
10	Nyeri hingga tidak sadarkan diri

Lampiran 8. Lembar Observasi

LEMBAR OBSERVASI

NO	Hari Ke-/Tanggal			Nama	Skala Nyeri	
					Sebelum	Sesudah
1.	Februari	1	4 februari	Nn. T	8	
		2	5 februari			
	Maret	1	8 maret			3
		2	9 maret			
2.	Februari	1	4 februari	Nn. A	6	
		2	5 februari			
	Maret	1	8 maret			3
		2	9 maret			
3.	Februari	1	7 februari	Nn. K	6	
		2	8 februari			
	Maret	1	8 maret			4
		2	9 maret			
4.	Februari	1	6 februari	Nn. A	8	
		2	7 februari			
	Maret	1	8 maret			6
		2	9 maret			
5.	Februari	1	1 februari	Nn. G	7	
		2	2 februari			
	Maret	1	8 maret			3
		2	9 maret			
6.	Februari	1	4 februari	Nn. S	6	
		2	5 februari			
	Maret	1	8 maret			2
		2	9 maret			
7.	Februari	1	7 februari	Nn. H	6	
		2	8 februari			
	Maret	1	8 maret			3
		2	9 maret			
8.	Februari	1	3 februari	Nn. F	6	
		2	4 februari			
	Maret	1	10 maret			3
		2	11 maret			
9.	Februari	1	7 februari	Nn. G	7	
		2	8 februari			
	Maret	1	10 maret			3
		2	11 maret			

NO	Hari Ke-/Tanggal			Nama	Skala Nyeri	
					Sebelum	Sesudah
10.	Februari	1	2 ebruari	Nn. N	7	
		2	3 februari			
	Maret	1	10 maret			4
		2	11 maret			
11.	Februari	1	8 februari	Nn. C	7	
		2	9 februari			
	Maret	1	10 maret			3
		2	11 maret			
12.	Februari	1	20 februari	Nn. S	6	
		2	21 februari			
	Maret	1	13 maret			3
		2	14 maret			
13.	Februari	1	4 februari	Nn. E	6	
		2	5 februari			
	Maret	1	13 maret			3
		2	14 maret			
14.	Februari	1	9 februari	Nn. H	7	
		2	10 februari			
	Maret	1	13 maret			4
		2	14 maret			
15.	Februari	1	12 februari	Nn. A	8	
		2	13 februari			
	Maret	1	13 maret			6
		2	14 maret			
16.	Februari	1	2 februari	Nn. K	8	
		2	3 februari			
	Maret	1	13 maret			4
		2	14 maret			
17.	Februari	1	5 februari	Nn. K	7	
		2	6 februari			
	Maret	1	13 maret			3
		2	14 maret			
18.	Februari	1	12 februari	Nn. F	7	
		2	13 februari			
	Maret	1	13 maret			3
		2	14 maret			
19.	Februari	1	10 februari	Nn. D	6	
		2	11 februari			
	Maret	1	13 maret			4
		2	14 maret			

NO	Hari Ke-/Tanggal			Nama	Skala Nyeri	
					Sebelum	Sesudah
20.	Februari	1	7 februari	Nn. R	7	3
		2	8 februari			
	Maret	1	14 maret			
		2	15 maret			
21.	Februari	1	13 februari	Nn. I	6	3
		2	14 februari			
	Maret	1	14 maret			
		2	15 maret			
22.	Februari	1	10 februari	Nn. L	8	4
		2	11 februari			
	Maret	1	14 maret			
		2	15 maret			
23.	Februari	1	23 februari	Nn. H	8	3
		2	24 februari			
	Maret	1	14 maret			
		2	15 maret			
24.	Februari	1	11 februari	Nn. S	7	3
		2	12 februari			
	Maret	1	16 maret			
		2	17 maret			
25.	Februari	1	8 februari	Nn. B	7	3
		2	9 februari			
	Maret	1	16 maret			
		2	17 maret			
26.	Februari	1	20 februari	Nn. A	8	6
		2	21 februari			
	Maret	1	16 maret			
		2	17 maret			
27.	Februari	1	24 februari	Nn. A	6	3
		2	25 februari			
	Maret	1	18 maret			
		2	19 maret			
28.	Februari	1	4 februari	Nn. H	6	4
		2	5 februari			
	Maret	1	18 maret			
		2	19 maret			
29.	Februari	1	10 februari	Nn. S	6	4
		2	11 februari			
	Maret	1	18 maret			
		2	19 maret			

NO	Hari Ke-/Tanggal			Nama	Skala Nyeri	
					Sebelum	Sesudah
30.	Februari	1	12 februari	Nn. W	6	
		2	13 februari			
	Maret	1	18 maret			3
		2	19 maret			
31.	Februari	1	17 februari	Nn. E	6	
		2	18 februari			
	Maret	1	18 maret			2
		2	19 maret			
32.	Februari	1	9 februari	Nn. N	7	
		2	10 februari			
	Maret	1	20 maret			3
		2	21 maret			
33.	Februari	1	25 februari	Nn. E	7	
		2	26 februari			
	Maret	1	20 maret			3
		2	21 maret			
34.	Februari	1	5 februari	Nn. N	7	
		2	6 februari			
	Maret	1	20 maret			2
		2	21 maret			
35.	Februari	1	12 februari	Nn. S	6	
		2	13 februari			
	Maret	1	20 maret			3
		2	21 maret			
36.	Februari	1	16 februari	Nn. A	6	
		2	17 februari			
	Maret	1	21 maret			3
		2	22 maret			
37.	Februari	1	22 februari	Nn. T	6	
		2	23 februari			
	Maret	1	21 maret			2
		2	22 maret			
38.	Februari	1	19 februari	Nn. M	7	
		2	20 februari			
	Maret	1	21 maret			4
		2	22 maret			
39.	Februari	1	13 februari	Nn. S	7	
		2	14 februari			
	Maret	1	21 maret			4
		2	22 maret			

NO	Hari Ke-/Tanggal			Nama	Skala Nyeri	
					Sebelum	Sesudah
40.	Februari	1	19 februari	Nn. F	6	
		2	20 februari			
	Maret	1	21 maret			2
		2	22 maret			
41.	Februari	1	13 februari	Nn. N	6	
		2	14 februari			
	Maret	1	21 maret			2
		2	22 maret			
42.	Februari	1	16 februari	Nn. Y	7	
		2	17 februari			
	Maret	1	24 maret			3
		2	25 maret			
43.	Februari	1	20 februari	Nn. Y	7	
		2	21 februari			
	Maret	1	24 maret			3
		2	25 maret			
44.	Februari	1	23 februari	Nn. I	7	
		2	24 februari			
	Maret	1	24 maret			4
		2	25 maret			
45.	Februari	1	26 februari	Nn. S	6	
		2	27 februari			
	Maret	1	24 maret			2
		2	25 maret			
46.	Februari	1	10 februari	Nn. A	8	
		2	11 februari			
	Maret	1	24 maret			6
		2	25 maret			
47.	Februari	1	15 februari	Nn. C	7	
		2	16 februari			
	Maret	1	24 maret			3
		2	25 maret			
48.	Februari	1	13 februari	Nn. P	6	
		2	14 februari			
	Maret	1	24 maret			4
		2	25 maret			
49.	Februari	1	22 februari	Nn. A	8	
		2	23 februari			
	Maret	1	24 maret			3
		2	25 maret			

NO	Hari Ke-/Tanggal			Nama	Skala Nyeri	
					Sebelum	Sesudah
50.	Februari	1	20 februari	Nn. E	7	
		2	21 februari			
	Maret	1	25 maret			3
		2	26 maret			
51.	Februari	1	17 februari	Nn. J	6	
		2	18 februari			
	Maret	1	25 maret			2
		2	26 maret			
52.	Februari	1	23 februari	Nn. C	7	
		2	24 februari			
	Maret	1	27 maret			4
		2	28 maret			
53.	Februari	1	25 februari	Nn. S	8	
		2	26 februari			
	Maret	1	27 maret			2
		2	28 maret			
54.	Februari	1	9 februari	Nn. D	8	
		2	10 februari			
	Maret	1	27 maret			3
		2	28 maret			
55.	Februari	1	26 februari	Nn. A	6	
		2	27 februari			
	Maret	1	27 maret			4
		2	28 maret			
56.	Februari	1	7 februari	Nn. R	6	
		2	8 februari			
	Maret	1	27 maret			3
		2	28 maret			
57.	Februari	1	26 februari	Nn. M	7	
		2	27 februari			
	Maret	1	29 maret			2
		2	30 maret			
58.	Februari	1	25 februari	Nn. M	7	
		2	26 februari			
	Maret	1	29 maret			3
		2	30 maret			
59.	Februari	1	10 februari	Nn. V	7	
		2	11 februari			
	Maret	1	29 maret			4
		2	30 maret			

NO	Hari Ke-/Tanggal			Nama	Skala Nyeri	
					Sebelum	Sesudah
60.	Februari	1	24 februari	Nn. A	7	
		2	25 februari			
	Maret	1	29 maret			4
		2	30 maret			
61.	Maret	1	28 februari	Nn. F	6	
		2	1 maret			
	April	1	7 april			3
		2	8 april			
62.	Maret	1	1 maret	Nn. H	6	
		2	2 maret			
	April	1	7 april			3
		2	8 april			
63.	Maret	1	4 maret	Nn. A	7	
		2	5 maret			
	April	1	7 april			3
		2	8 april			
64.	Maret	1	28 februari	Nn. I	7	
		2	1 maret			
	April	1	7 april			2
		2	8 april			
65.	Maret	1	4 maret	Nn. W	8	
		2	5 maret			
	April	1	9 april			6
		2	10 april			
66.	Maret	1	7 maret	Nn. T	8	
		2	8 maret			
	April	1	9 april			6
		2	10 april			
67.	Maret	1	1 maret	Nn. E	7	
		2	2 maret			
	April	1	12 april			6
		2	13 april			
68.	Maret	1	4 maret	Nn. A	6	
		2	5 maret			
	April	1	12 april			4
		2	13 april			
69.	Maret	1	8 maret	Nn. T	6	
		2	9 maret			
	April	1	12 april			4
		2	13 april			

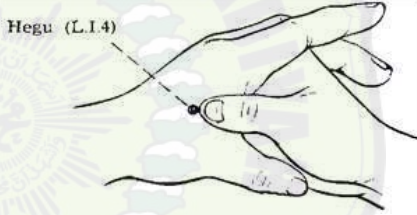
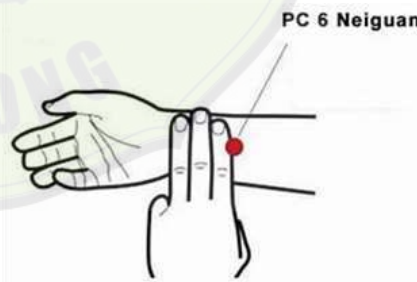
NO	Hari Ke-/Tanggal			Nama	Skala Nyeri	
					Sebelum	Sesudah
70.	Maret	1	7 maret	Nn. A	6	
		2	8 maret			
	April	1	16 april			2
		2	17 april			
71.	Maret	1	11 maret	Nn. S	6	
		2	12 maret			
	April	1	16 april			3
		2	17 april			



Lampiran 9. SOP Akupresure

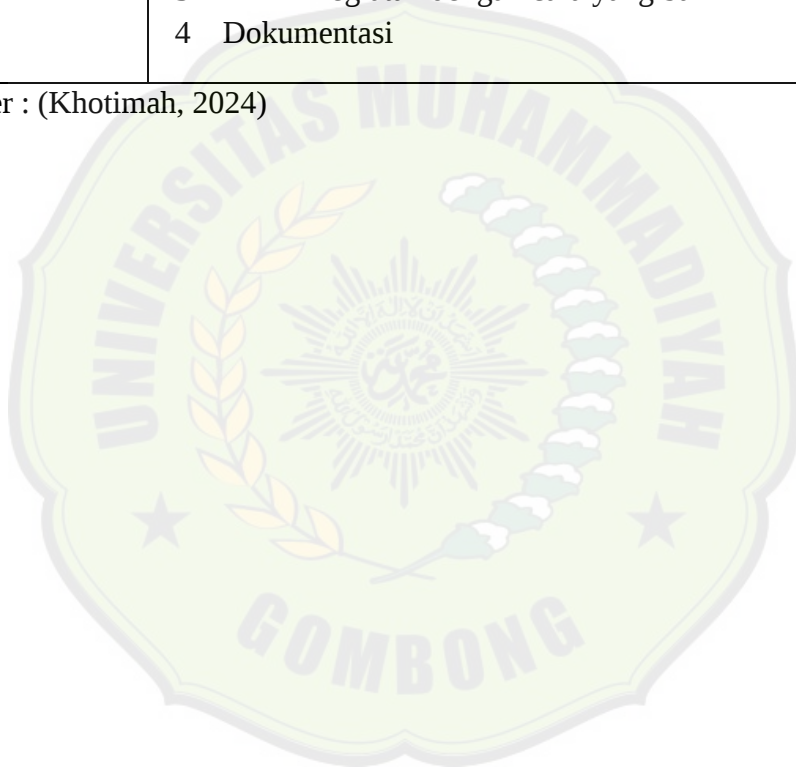
SOP AKUPRESURE

	AKUPRESURE UNTUK MENGURANGI INTENSITAS NYERI HAID (DIAMENOREA)		UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
	SOP	No. Dokumen :	
		No Revisi :	
		Tanggal Terbit :	
		Halaman :	
Pengertian	Akupresure merupakan salah satu bentuk terapi sentuhan (touch therapy) yang didasarkan pada prinsip ilmu akupunktur dan pengobatan cin, dimana beberapa titik yang terdapat pada permukaan tubuh dirangsang dengan penekanan jari (Asmirajati, 2019).		
Tujuan	Sebagai acuan pentalaksanaan dalam mengatasi gangguan nyeri haid pada wanita yang dilakukan dengan cara Akupresure pada titik-titik yang telah di tentukan.		
Kebijakan	1. Undang-undang No. 36 tahun 2009 tentang kesehatan 2. Kepmenkes/1109/Menkes/Pr/VII/2007 tentang pelayanan kesehatan tradisional 3. Kepmenkes/1186/Menkes/Per/VI/1996 tentang pelayanan akupunktur di sarana pelayanan kesehatan 4. Permenkes No. 299 tahun 2013 tentang kelompok kerja nasional kesehatan, alternatif dan komplementer		
Indikasi	Klien dengan dismenorea		
Kontraindikasi	Akupresure tidak boleh dilakukan pada bagian tubuh yang luka, bengkak,tulang retak atau patah dan kulit yang terbakar (Kemenkes RI, 2021)		
Persiapan	1. Menyambut pasien, memberi salam dan memperkenalkan diri 2. Menjelaskan maksud dan tujuan 3. Menjelaskan prosedur yang akan dilakukan 4. Menanyakan kesiapan pasien 5. Atur posisi pasien 6. Menjaga privacy pasien		

	7. Mengawali dengan tazmiah dan mengakhiri dengan tahmid
Persiapan Alat	1. Krim,Minyak,Lotion untuk pemijatan 2. Air bersih dan sabun tangan/Hand Sanitizer 3. Handuk kering/tisu 4. Mtras/Tiker
Cara Kerja	1. Menyambut klien dengan salam,senyum,sapa 2. Petugas menyiapkan alat dan bahan akan akan dilakukan 3. Petugas mencuci tangan dengan sabun antiseptic secara benar 4. Petugas menjelaskan kepada pasien posisi yang akan di akupresure 5. Petugas mengoleskan krim,minyak,lotion pada daerah lokasi akupresure 6. Melakukan pemijatan awal dengan pijat ringan pada daerah sekitar keluhan 7. Petugas mulai memijat pada titik akupresure yang di urut yaitu LI4 yang ditunjukkan pada gambar selama 3-5 menit atau 30-50 tekanan dengan bergantian tangan kiri dan kanan. Lakukan hal yang sama pada titik yang lain.  8. Lakukan pijatan pada titik PC6 yang ditunjukkan pada gambar  9. Lakukan pemijatan LR3 yang ditunjukkan pada gambar 

	10. Lakukan pemijatan pada titik SP6 yang ditunjukkan pada gambar 
Hasil	1 Evaluasi hasil kegiatan dan respon klien setelah tindakan 2 Lakukan kontrak untuk terapi selanjutnya 3 Akhiri kegiatan dengan cara yang baik 4 Dokumentasi

Sumber : (Khotimah, 2024)



Lampiran 10. SOP Aromaterahy Lavender

SOP AROMATERAPHY LAVENDER

	AROMATERAPHY		UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
	SOP	No. Dokumen :	
		No Revisi :	
		Tanggal Terbit :	
		Halaman :	
Pengertian	Aromaterapi atau minyak esensial yang diekstrak dari tumbuhan serta bunga, dalam bentuk aromaterapi yang menyenangkan, yang bisa meningkatkan kesehatan.		
Tujuan	Untuk meningkatkan kesehatan, relaksasi dan mengurangi rasa nyeri		
Kebijakan	Semua orang		
Petugas	Bidan		
Persiapan	1. Menyambut pasien, memberi salam dan memperkenalkan diri 2. Menjelaskan maksud dan tujuan 3. Menjelaskan prosedur yang akan dilakukan 4. Menanyakan kesiapan pasien 5. Atur posisi pasien 6. Menjaga privacy pasien 7. Mengawali dengan tazmiah dan mengakhiri dengan tahmid		
Persiapan Alat	1. Aromaterapi (Jenis Lavender) 2. Diffuser 3. Air 4. Kabel USB 5. Power Bank		
Cara Kerja	1. Siapkan wadah atau aromaterapi atau diffuser 2. Tempatkan difusser ditengah ruangan agar aromaterapi menyebar ke seluruh ruangan		



3. Putar dan buka penutup diffuser



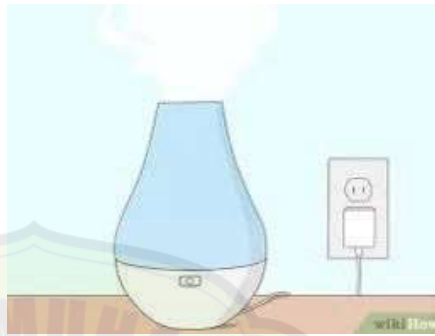
4. Isi diffuser dengan air sesuai batas garis yang tertera pada diffuser



5. Tambahkan 5-6 tetes minyak aromaterapi pada diffuser yang sudah terisi air 100 ml, dan jika masih belum kuat baunya bisa ditambahkan beberapa tetes lagi.



6. Pasang kembali tutup diffuser, kemudian nyalakan bisa menggunakan listrik atau dengan menggunakan kabel USB dan power bank



7. Posisikan pasien senyaman mungkin dengan posisi duduk/tidiran

Hal-hal yang perlu diperhatikan :

Aromaterapi dapat digunakan selama 24 jam, dan jika air sudah mulai habis bisa ulangi langkah-langkah tersebut.

Sumber : (Putri, 2024)

Lampiran 11. Lembar Bimbingan



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PRODI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA

Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong 54412

Nama mahasiswa : Kumala Sari Dewi

NIM : 2021060006

Pembimbing : Wulan Rahmadhani, S.ST., M.M.R., Dr.PH

Tanggal Bimbingan	Topik/Materi Bimbingan	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
30 Oktober 2024	Konsul Judul (ACC)		
31 Oktober 2024	Jurnal (Revisi)		
06 November 2024	Jurnal ACC Lanjut BAB I		
13 November 2024	BAB I (ACC) Lanjut BAB II		
02 Desember 2024	Revisi BAB I & II		
18 Desember 2024	Revisi BAB I & II Lanjut BAB III		

Mengetahui,

Ketua Prodi Kebidanan Program Sarjana

(Dyah Puji Astuti, S.SiT., M.P.H.)



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PRODI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA

Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong 54412

Nama mahasiswa : Kumala Sari Dewi

NIM : 2021060006

Pembimbing : Wulan Rahmadhani, S.ST., M.M.R., Dr.PH

Tanggal Bimbingan	Topik/Materi Bimbingan	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
23 Desember 2024	BAB I (ACC) Revisi BAB II & III		
10 Januari 2025	BAB I & II (ACC) Revisi BAB III		
13 Januari 2025	ACC		
24 Januari 2025	Revisi Post Seminar Proposal (ACC)		
22 April 2025	Revisi BAB IV		
25 April 2025	Revisi BAB IV & V		

Mengetahui,

Ketua Prodi Kebidanan Program Sarjana



(Dyah Puji Astuti, S.St., M.P.H)



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PRODI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA

Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong 54412

Nama mahasiswa : Kumala Sari Dewi

NIM : 2021060006

Pembimbing : Wulan Rahmadhani, S.ST., M.M.R., Dr.PH

Tanggal Bimbingan	Topik/Materi Bimbingan	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
28 April 2025	BAB IV (ACC) Revisi BAB V		
29 April 2025	Revisi BAB V		
30 April 2025	ACC		
19 Juni 2025	Revisi Post Seminar Hasil (Revisi)		
24 Juni 2025	Revisi Post Seminar Hasil (Revisi)		
25 Juni 2025	Revisi Post Seminar Hasil (ACC)		

Mengetahui,

Ketua Prodi Kebidanan Program Sarjana



(Dyah Puji Astuti, S.St., M.P.H.)



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PRODI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA

Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong 54412

Nama mahasiswa : Kumala Sari Dewi

NIM : 2021060006

Penguji 1 : Bdn. Juni Sofiana., M.Keb

Tanggal Bimbingan	Topik/Materi Bimbingan	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
22 Januari 2025	Revisi Post Seminar Proposal (Revisi)		
23 Januari 2025	Revisi Post Seminar Proposal (ACC)		
27 Mei 2025	Revisi Post Seminar Hasil (Revisi)		
01 Juni 2025	Revisi Post Seminar Hasil (ACC)		

Mengetahui,

Ketua Prodi Kebidanan Program Sarjana

Dyah Puji Astuti, S.SiT., M.P.H)



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PRODI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong 54412

Nama mahasiswa : Kumala Sari Dewi

NIM : 2021060006

Penguji 2 : Bdn. Umi Laelatul Qomar., S.ST., M.P.H

Tanggal Bimbingan	Topik/Materi Bimbingan	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
23 Januari 2025	Revisi Post Seminar Proposal (Revisi)		
24 Januari 2025	Revisi Post Seminar Proposal (Revisi)		
24 Januari 2025	Revisi Post Seminar Proposal (ACC)		
04 Juni 2025	Revisi Post Seminar Hasil (Revisi)		
13 Juni 2025	Revisi Post Seminar Hasil (Revisi)		
16 Juni 2025	Revisi Post Seminar Hasil (ACC)		

Mengetahui,

Ketua Prodi Kebidanan Program Sarjana



(Dyah Puji Astuti., S.St., M.P.H)

Lampiran 12. Hasil Turnitin



SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc
NIK : 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:

Judul : EFEKTIFITAS COMBO ACCUPRESURE DAN AROMATERAPHY
LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI DISMENOREA PADA
REMAJA PUTRI DI SMP MUHAMMADIYAH GOMBONG

Nama : Kumala Sari Dewi
NIM : 2021060006
Program Studi : S1 Kebidanan
Hasil Cek : 13%

Gombong, 02/05/2025

Pustakawan

(Aulia Fahmahanik, S.Pd)

Mengetahui,
Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

(Sawiji, M.Sc)

Lampiran 13. Hasil Analisa Data

A. Analisa Univariate

Statistics				
		Kategori Usia	Skala Nyeri Sebelum Intervensi	Skala Nyeri Sesudah Intervensi
N	Valid	71	71	71
	Missing	0	0	0
Mean		1.75	2.18	1.10
Median		2.00	2.00	1.00
Mode		2	2	1
Minimum		1	2	1
Maximum		2	3	2

Kategori Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Usia 10-13 tahun Remaja awal	18	25.4	25.4	25.4
	Usia 14-16 tahun Remaja madya	53	74.6	74.6	100.0
	Total	71	100.0	100.0	

Skala Nyeri Sebelum Intervensi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Nyeri sedang	58	81.7	81.7	81.7
	Nyeri Berat	13	18.3	18.3	100.0
	Total	71	100.0	100.0	

Skala Nyeri Sesudah Intervensi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Nyeri Ringan	64	90.1	90.1	90.1
	Nyeri Sedang	7	9.9	9.9	100.0
	Total	71	100.0	100.0	

B. Uji Normallitas

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Skala Nyeri Sebelum Intervensi	71	100.0%	0	0.0%	71	100.0%
Skala Nyeri Sesudah Intervensi	71	100.0%	0	0.0%	71	100.0%

Descriptives

			Statistic	Std. Error
Skala Nyeri Sebelum Intervensi	Mean		6.76	.089
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	6.58	
		Upper Bound	6.94	
	5% Trimmed Mean		6.73	
	Median		7.00	
	Variance		.556	
	Std. Deviation		.746	
	Minimum		6	
	Maximum		8	
	Range		2	
	Interquartile Range		1	
	Skewness		.423	.285
	Kurtosis		-1.079	.563
Skala Nyeri Sesudah Intervensi	Mean		3.38	.129
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	3.12	
		Upper Bound	3.64	
	5% Trimmed Mean		3.31	
	Median		3.00	
	Variance		1.182	
	Std. Deviation		1.087	
	Minimum		2	
	Maximum		6	
	Range		4	
	Interquartile Range		1	
	Skewness		1.106	.285
	Kurtosis		1.063	.563

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Skala Nyeri Sebelum Intervensi	.269	71	.000	.786	71	.000
Skala Nyeri Sesudah Intervensi	.285	71	.000	.809	71	.000

a. Lilliefors Significance Correction

C. Analisa Bivariate

Statistics

	Skala Nyeri Sebelum Intervensi	Skala Nyeri Sesudah Intervensi
N Valid	71	71
Missing	0	0
Mean	6.76	3.38
Median	7.00	3.00
Mode	6	3
Minimum	6	2
Maximum	8	6

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Skala Nyeri Sesudah Intervensi - Skala Nyeri Sebelum Intervensi	71 ^a	36.00	2556.00
Negative Ranks	0 ^b	.00	.00
Positive Ranks	0 ^c		
Ties	71		
Total			

a. Skala Nyeri Sesudah Intervensi < Skala Nyeri Sebelum Intervensi

b. Skala Nyeri Sesudah Intervensi > Skala Nyeri Sebelum Intervensi

c. Skala Nyeri Sesudah Intervensi = Skala Nyeri Sebelum Intervensi

Test Statistics^a

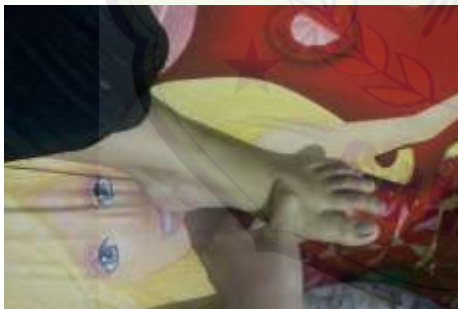
	Skala Nyeri Sesudah Intervensi - Skala Nyeri Sebelum Intervensi
Z	-7.402 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Lampiran 14. Dokumentasi

Hari Pertama



Hari Kedua

