



**PENGARUH PEMBERIAN AKUPRESUR DAN
AROMATERAPI LEMON TERHADAP NYERI
DISMENORRHEA PADA REMAJA**

KARYA ILMIAH AKHIR PROFESI BIDAN

Disusun Oleh :
Silfi Febrianti
202407006

**PENDIDIKAN PROFESI BIDAN PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
2025**



**PENGARUH PEMBERIAN AKUPRESUR DAN
AROMATERAPI LEMON TERHADAP NYERI
DISMENORRHEA PADA REMAJA**

KARYA ILMIAH AKHIR PROFESI BIDAN

Disusun Oleh :
Silfi Febrianti
202407006

**PENDIDIKAN PROFESI BIDAN PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
2025**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya ilmiah akhir profesi bidan adalah hasil karya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupu dirujuk telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Silfi Febrianti

NIM : 202407006

Tanda Tangan :



Tanggal

: 10. Oktober 2025



ii Universitas Muhammadiyah Gombong

 Dipindai dengan CamScanner

HALAMAN PERSETUJUAN

**PROPOSAL KARYA ILMIAH AKHIR PROFESI BIDAN
PENGARUH PEMBERIAN AKUPRESUR DAN
AROMATERAPI LEMON TERHADAP NYERI
DISMENORRHEA PADA REMAJA**

Disusun Oleh

Silfi Febrianti

202407006

Telah Memenuhi Persyaratan Dan Disetujui Untuk Mengikuti

Ujian KIA

Oleh:

Pembimbing : Bdn. Umi Lelatul Qomar, M.Keb

Tanggal :

Tanda tangan :

Mengetahui,

Ketua Prodi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi



(Hastin Ika Indriyastuti, S.Si.T.,M.P.H)

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir profesi bidan ini diajukan oleh :

Nama : Silfi Febrianti

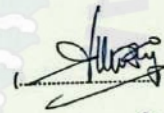
NIM : 202407006

Program Studi : Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi

Judul KIA : Pengaruh Pemberian Pijat Akupresure dan Aroma Terapi Lemon Terhadap Nyeri *Disminore* Pada Remaja Di PMB Bdn. Siti Maemunah, S. Keb

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar profesi bidan pada Program Studi Pendidikan Bidan Program Profesi Universitas Muhammadiyah Gombong

Penguji 1. Bdn. Rosmawati S.SiT., M.Keb



Penguji 2. Bdn. Umi Laelatul Qomar, M.Keb



Mengatahui,

Ketua Program Studi Profesi Bidan Program Profesi



(Hastin Ika Indriyastuti, S.Si.T., M.P.H)

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

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

Nama : Silfi Febrianti

NIM : 202407006

Program Studi : Pendidikan Profesi Bidan

Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir

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

**PENGARUH PEMBERIAN PIJAT AKUPRESURE DAN
AROMA TERAPI LEMON TERHADAP NYERI
DISMENORRHEA PADA REMAJA**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Cipta Royalti Noneksektif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkatan data, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sadar dan tidak ada paksaan dari siapapun.

Dibuat di Gombong,
Pada Tanggal,
Yang menyatakan


Silfi Febrianti

INTISARI

PENGARUH PEMBERIAN AKUPRESUR DAN AROMATERAPI LEMON TERHADAP NYERI DISMENORRHEA PADA REMAJA¹

Silfi Febrianti², Umi Laelatul Qomar, Rosmawati³

Latar Belakang : Masa remaja adalah suatu fase perkembangan yang dinamis dalam kehidupan seseorang. Sebagian wanita mengalami dismenore. Angka kejadian dismenore primer di Indonesia sekitar 54,89%, sedangkan sisanya adalah penderita dengan tipe sekunder. Angka kejadian nyeri dismenore berkisar 45- 49% dikalangan wanita produktif. Derajat nyeri setiap wanita tentunya tidak sama, ada yang masih bisa beraktifitas dan adapula yang tidak bisa beraktifitas sama sekali.

Tujuan : Mengetahui efektivitas pemberian akupresur dan aromaterapi lemon terhadap penurunan dismenorrhea pada remaja

Metode : Penelitian ini menggunakan studi kasus dengan pendekatan individu. Penelitian ini dilakukan terfokus pada suatu kasus untuk diamati dan dianalisis. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner untuk menilai skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi. Penilaian skala nyeri menggunakan VAS.

Hasil : Kombinasi akupresur dan aromaterapi lemon terbukti lebih efektif dibandingkan intervensi tunggal. Rata-rata penurunan nyeri mencapai 2–3 poin dalam skala VAS, dan sebagian besar responden melaporkan nyeri berkurang signifikan bahkan hampir hilang.

Kesimpulan : Penelitian ini memperkuat bukti bahwa terapi komplementer akupresur dan aromaterapi lemon dapat menjadi alternatif manajemen nyeri menstruasi nonfarmakologi yang mudah, aman, dan dapat diterapkan di sekolah maupun komunitas.

Kata Kunci : Dismenorrhea, Akupressure, Aromaterapi

Kepustakaan : 42 literatur (2019-2025 jurnal, artikel, buku)

Jumlah Halaman : XI + 81 halaman + 4 lampiran

¹Judul

²Mahasiswa Pendidikan Bidan Program Studi Ptofesi Bidan Universitas Muhammadiyah Gombong

³Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

ABSTRACT

THE EFFECT OF ACUPRESSURE AND LEMON AROMATHERAPY ON DYSMENORRHEA PAIN IN ADOLESCENTS ¹

Silfi Febrianti², Umi Laelatul Qomar, Rosmawati ³

Background: Adolescence is a dynamic developmental phase in a person's life. Many women experience dysmenorrhea. The prevalence of primary dysmenorrhea in Indonesia is approximately 54.89%, while the rest suffer from the secondary type. The incidence of dysmenorrhea pain ranges from 45–49% among women of reproductive age. The degree of pain varies among women, with some still able to carry out daily activities, while others are unable to do so.

Objective: To determine the effectiveness of acupressure and lemon aromatherapy in reducing dysmenorrhea pain among adolescents.

Methods: This study used a case study design with an individual approach. The research focused on a single case for observation and analysis. Data were collected using a questionnaire to assess pain intensity before and after the intervention. Pain was measured using the Visual Analog Scale (VAS).

Results: The combination of acupressure and lemon aromatherapy proved to be more effective compared to a single intervention. The average pain reduction reached 2–3 points on the VAS scale, and most respondents reported significant pain relief, with some experiencing almost complete disappearance of symptoms.

Conclusion: This study strengthens the evidence that complementary therapies, such as acupressure and lemon aromatherapy, can serve as non-pharmacological alternatives for menstrual pain management that are simple, safe, and applicable in schools and community settings.

Keywords: Dysmenorrhea, Acupressure, Lemon Aromatherapy

Literature : 42 literatures (2019-2025 journals, articles, books)

Number of Pages : XI + 81 pages + 4 attachments

¹ Title

² Student of Professional Midwife Study Program of Universitas Muhammadiyah Gombong

³ Lecturer of Universitas Muhammadiyah Gombong

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur atas kehadiran Allah Subhanallahu wataallah yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir yang berjudul “Pengaruh Pemberian Akupresur Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan *Dismenorrhea* Pada Remaja”. Karya Ilmiah Akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan tugas akhir sebagai mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Profesi Universitas Muhammadiyah Gombong. Penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini tentunya tidak terlepas dari bantuan serta dorongan dari berbagai macam pihak. Untuk itu penulis ingin mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, bimbingan, serta dorongan sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir dengan baik. Untuk itu penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang selalu memberikan kemudahan pada penulis dalam menyelesaikan penulisan Karya Ilmiah Akhir ini
2. Dr. Hj. Herniyatun, M.Kep, Sp. Mat selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong.
3. Hastin Ika Indriyastuti, S.Si.T., MPH selaku Ketua Program Profesi Kebidanan Universitas Muhammadiyah Gombong serta selaku penguji I yang telah memberikan arahan, bimbingan, dukungan, masukan, dan motivasi dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.
4. Bdn, Umi Laelatul Qomar, S.Keb, Pembimbing yang telah banyak memberikan arahan, bimbingan, dukungan, masukan, dan motivasi dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.
5. Bdn, Rosmawati, S.SiT M.Keb, Pembimbing yang telah banyak memberikan arahan, bimbingan, dukungan, masukan, dan motivasi dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.
6. Yang terakhir untuk keluarga, sahabat, serta teman-teman sekalian yang selalu memberikan semangat untuk menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini. Penulis menyadari bahwa banyak sekali kekurangan pada Karya Ilmiah Akhir ini. Oleh sebab itu, penulis sangat mengharapkan masukan dan saran untuk ini. Penulis berharap Karya Ilmiah Akhir ini dapat bermanfaat terhadap ilmu pengetahuan khususnya pada bidang kesehatan.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
INTISARI.....	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
Daftar Isi.....	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN LITERATUR	6
A. Tinjauan Pustaka	6
1. Konsep Dasar Asuhan dan Masalah Kebidanan	6
2. Konsep Dasar Remaja.....	8
3. Menstruasi.....	9
4. Dismenorrhea.....	12
5. Akupresur	15
6. Aroma Terapi Lemon.....	19
B. Kerangka Teori.....	22
C. Kerangka Konsep.....	23
BAB III METODE PENGAMBILAN KASUS.....	25
A. Jenis Desain.....	25
B. Pengambilan Subyek.....	25
C. Lokasi dan Waktu Penelitian	26
D. Definisi Operasional.....	26
E. Instrumen Penelitian.....	26
F. Metode pengambilan Data.....	27
G. Etika Studi Kasus	28
BAB IV PEMBAHASAN DAN GAMBARAN UMUM	31
A. Gambaran Umum	31
B. Ringkasan Asuhan Kebidanan.....	33
C. Hasil Penerapan Tindakan Asuhan Kebidanan.....	38
D. Pembahasan.....	39
BAB V PENUTUP	49
A. Kesimpulan.....	47
B. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja disebut juga sebagai masa pubertas. Periode ini merupakan periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa. Masa remaja terdiri dari masa remaja awal (10-14 tahun), masa remaja pertengahan (14-17 tahun), dan masa remaja akhir (17-19 tahun). Pada masa remaja terjadi kematangan cepat secara fisik, kognitif, sosial dan emosional. Kematangan fisik merupakan salah satu perubahan yang terjadi pada masa remaja. Kematangan organ reproduksi merupakan salah satu dari beberapa kematangan fisik yang terjadi pada masa remaja. Pada wanita, kematangan organ reproduksi ini ditandai dengan adanya menstruasi (Maptukhah & Anita, 2023).

Masa remaja adalah suatu fase perkembangan yang dinamis dalam kehidupan seseorang. Perubahan paling awal muncul yaitu perkembangan secara biologis. Salah satu tanda keremajaan secara biologis yaitu mulainya remaja mengalami menstruasi (Natassia & Mulyaningrum, 2021). Menstruasi atau haid adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium. Perubahan fisiologis yang dijumpai saat menstruasi terjadi pada sistem reproduksi. Perubahan pada sistem reproduksi dapat menyebabkan terjadinya nyeri saat menstruasi (dismenore).

Dismenore yang dialami remaja putri biasanya menimbulkan rasa kram dan terpusat di abdomen bawah (Sari & Usman, 2020). Nyeri adalah suatu pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang bersifat subjektif (Natassia & Mulyaningrum, 2021). Sebagian wanita mengalami dismenore. Angka kejadian dismenore primer di Indonesia sekitar 54,89%, sedangkan sisanya adalah penderita dengan tipe sekunder. Angka kejadian nyeri dismenore berkisar 45- 49%

dikalangan wanita produktif. Derajat nyeri setiap wanita tentunya tidak sama, ada yang masih bisa beraktifitas dan adapula yang tidak bisa beraktifitas sama sekali (Pramasari, 2017).

Prevalensi terjadinya dismenore di dunia cukup besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami dismenore. Di Amerika angka prosentasenya sekitar 60%, di Swedia sekitar 72%, sedangkan di Indonesia sendiri mencapai 55%. Dismenore dengan intensitas yang berat dapat menyebabkan ketidakberdayaan. Nyeri pada perut bagian bawah yang tidak tertahankan dapat mengakibatkan penderitaanya kesulitan untuk berdiri, berjalan, bahkan ada yang guling-guling kesakitan sehingga membuat penderita dipaksa untuk beristirahat dan meninggalkan pekerjaan atau cara hidupnya sehari-hari, untuk beberapa jam atau beberapa hari (Sholihah & Mahmudah, 2023). Penelitian terkait dismenore mempengaruhi aktivitas remaja dilakukan oleh Kurniawati dan Kusumawati di SMK Batik Surakarta tahun 2011 menyatakan bahwa siswi yang memiliki skor dismenore <6 (ringan) mengalami penurunan aktivitas sebesar 79,4%. Siswi yang mempunyai skor dismenore >6 (berat) mengalami penurunan aktivitas sebesar 96,2%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa dismenore berpengaruh terhadap aktivitas remaja (Rompas & Gannika, 2019).

Penatalaksanaan dismenore bervariasi, seperti penatalaksanaan farmakologis maupun non farmakologis. Inhibitor Prostaglandin Sintetase seperti naproksen (Naprosyn), ibuprofen (Motrin), atau asam mefenamat (Ponstel) mengurangi kadar prostaglandin endometrium dan merupakan terapi farmakologi yang efektif untuk menangani dismenore primer. Penatalaksanaan non-farmakologis dismenore meliputi manual terapi seperti pijat, akupunktur, akupresur, relaksasi menggunakan aromaterapi dan terapi air hangat (Hanipah & Nirmalasari, 2021).

Akupresur merupakan salah satu terapi non-farmakologi yang dapat menurunkan skala nyeri (Noviasari & Sari, 2024). Akupresur adalah seni penyembuhan kuno menggunakan jari untuk menekan titik-titik tertentu

pada tubuh secara bertahap yang merangsang kemampuan tubuh untuk penyembuhan diri secara alami. Ketika titik-titik akupresur distimulasi atau diberikan tekanan, tubuh akan berelaksasi, sirkulasi darah menjadi meningkat, kekuatan hidup energi tubuh juga meningkat untuk membantu mempercepat penyembuhan (Sari & Usman, 2020).

Aromaterapi adalah pengobatan yang menggunakan wangi-wangian, istilah ini merujuk pada penggunaan minyak esensial dalam penyembuhan holistic untuk memperbaiki kesehatan dan kenyamanan emosional dan dalam mengembalikan keseimbangan badan (Ermawati & Noviyani, 2024). Efek aromaterapi positif karena aroma yang segar dan harum merangsang sensori dan akhirnya mempengaruhi organ lainnya sehingga dapat menimbulkan efek yang kuat terhadap emosi. Limesone adalah komponen utama dalam senyawa kimia jeruk yang dapat menghambat sistem kerja prostaglandin sehingga dapat mengurangi nyeri. Menurut Suwanti, dkk (2018) aromaterapi lemon berpengaruh untuk menurunkan tingkat nyeri dismenore, dimana rata-rata tingkat nyeri sebelum diberikan aromaterapi lemon sebesar 4,95 dan rata-rata tingkat nyeri setelah diberikan aromaterapi lemon turun menjadi 2,65.

Pada penelitian ini peneliti ingin melihat efektivitas pemberian akupresur dan aromaterapi lemon terhadap penurunan *dismenorrhea* pada remaja. Studi pendahuluan yang dilaksanakan terhadap sepuluh santriwati, tujuh dari sepuluh remaja sering mengalami dismenore hingga mengganggu aktivitas belajar. Hasil wawancara, mereka mengatakan ketika dismenore lebih memilih untuk dibiarkan tidak mencari pengobatan untuk menanganinya dan belum mengetahui tentang akupresur sebagai salah satu penanganan dismenore. Akupresur dan relaksasi menggunakan aromaterapi lemon merupakan salah satu terapi yang dapat dilakukan oleh remaja secara mandiri, maka peneliti tertarik untuk melakukan studi tentang efektivitas pemberian akupresur dan aromaterapi lemon terhadap penurunan *dismenorrhea* pada remaja.

B. Perumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini yaitu “Apakah pemberian akupresure dan aromaterapi lemon dapat menurunkan *dismenorhea* pada remaja?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian akupresur dan aromaterapi lemon terhadap penurunan *dismenorhea* pada remaja

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui skala *dismenorhhea* remaja sebelum diberikan intervensi akupresur dan aromaterapi lemon
- b. Untuk mengetahui skala *dismenorhhea* remaja sesudah diberikan intervensi akupresur dan aromaterapi lemon

D. Manfaat Penelitian

Penelitian tentang efektivitas pemberian akupresur dan aromaterapi lemon terhadap penurunan *dismenorhhea* pada remaja bermanfaat untuk :

1. Pelayanan Kebidanan

Penelitian ini menjadi referensi dan pengembangan intervensi dalam meningkatkan pelayanan kebidanan terutama terhadap penatalaksanaan *dismenore* dan untuk meningkatkan upaya promosi kesehatan dalam meberikan pendidikan mengenai *dismenore* dan penanganannya pada remaja.

2. Institusi Pendidikan

Untuk perkembangan ilmu kebidanan dengan mengoptimalkan peran perawat dalam memberikan asuhan kebidanan langsung dalam mengatasi *dismenore*.

3. Bagi Peneliti

Penelitian dapat menambah pengetahuan dalam konteks keilmuan dan metodologi penelitian serta memberikan pengalaman yang berharga bagi peneliti untuk melaksanakan penelitian.

4. Bagi Responden

Penelitian ini juga bermanfaat sebagai pedoman untuk responden di dalam penatalaksanaan nyeri dismenore secara efektif dan mudah untuk dilaksanakan.



DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, M. D., & Hakim, R. I. (2020). Aroma Terapi Lavender Untuk Penurunan Nyeri Dismenorea Pada Remaja Putri : Scoping Literature Review, 311–320.
- Alifah, S., & Sugiantini, T. E. (2024). Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Mual Muntah Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja Pmb Hadijah Kabupaten Tangerang Provinsi Banten, 9(1), 185–191.
- Amukti, D. P., Tiva, D., & Sidik, W. (2024). Pemberian Edukasi Pada Usia Remaja Terhadap Penyakit Hipertensi, 5(225), 251–258. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v5i2.21600>
- Anggraeni, D. . & S. (2013). *Metodelogi Penelitian Kualitatif Dan Kuantitatif Dalam Bidang Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Aritonang, J. (2024). Edukasi Pemberian Aromaterapi Lemon (Citrus Limon) Terhadap Dismenore Pada Remaja Putri Di Puskesmas Gebang, 5(1), 290–297.
- Astari, L. V. (2019). Efektifitas Aromaterapi Lemon (Cytrus) Terhadap Penurunan Tingkat Dismenore Pada Remaja Putri Kelas Ix Di Smp Negeri 1 Bawen Kabupaten Semarang.
- Astiza, V., Indrayani, T., & Widowati, R. (2021). Pengaruh Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di Wilayah Rw . 03 Kelurahan Margahayu Utara Kecamatan Babakan Ciparay Kota Bandung, 4(1), 94–103. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v4i1.109>
- Astuti, W. P. (2021). Penerapan Aromaterapi Lemon Pada Klien Dengan Nyeri Disminorae Pada Remaja Putri.
- Aulia, N., & Hartati, D. (2023). Pengaruh Aromaterapi Lemon (Citrus) Terhadap Nyeri Haid Pada Remaja Di Smp Negeri 008 Kecamatan Batu Engau Kabupaten Paser Tahun 2023.
- Damayanti. (2019). Efektifitas Pemberian Akupresur Dan Aromaterapi Pada Nyeri Dismenorrhea Remaja, (2013), 14–19.
- Dwi, V. (2024). The Effectiveness Of Acupressure And Warm Therapy On Reducing Dysmenorrhea In Adolescent Students Of Smp Muhammadiyah 6 Krian Sidoarjo [Efektifitas Akupresur Dan Terapi Hangat Terhadap Penurunan Dismenore Pada Remaja Siswi Smp Muhammadiyah 6 Krian Sidaa, 1–9.
- Ermawati, C., & Noviyani, E. P. (2024). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lemon Dan Pemberian Seduhan Jahe Merah Hangat Pada Hiperemesis Gravidarum Ibu Hamil Trimester I Di Pmb Cahyani Tahun 2023, 4, 2860–2869.

- Febriyanti, V., Putri, V. S., & Yanti, R. D. (2021). Pengaruh Aromaterapi Lemon (Citrus) Terhadap Skala Nyeri Dismenorea Pada Mahasiswi Program Studi Ilmu Keperawatan Stikes Baiturrahim Jambi, 10(1). <https://doi.org/10.36565/Jab.V10i1.277>
- Hanipah, N., & Nirmalasari, N. (2021). Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Vulva Hygiene Dalam Menangani Keputihan (Fluor Albus) Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2). <https://doi.org/10.36053/Mesencephalon.V6i2.242>
- Harianja, W. Y., & Yastirin, P. A. (2021). The Effect Of Giving Lemon Aroma Therapy On Menstrual Pain For Class Xa Students At Man 02 Kudus, 19–25.
- Hasanah, O., & Julianti. (2020). Efektifitas Akupresur Terhadap Dismenore Pada Remaja Putri.
- Herawati, Y. (2023). Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Intensitas Dismenore Pada Remaja Pondok Pesantren Cipari Kec. Pangatikan Kab. Garut Tahun 2023, 12(2), 163–176.
- Isnaeni. (2019). Pengaruh Akupresur Dan Aromaterapi Pada Nyeri Dismenorrhea Remaja, 20–34.
- Isnaini, Y. S. (2022). Pengaruh Akupresure Kombinasi Inhalasi Aromaterapi Lemon Terhadap Pengurangan Frekuensi Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester 1, 4, 1888–1900.
- Jhodi, X. P. (2021). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Dan Terapi Murottal Surah Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2021.
- Karnila, N., & Susilowati, T. (2024). Penerapan Kompres Dingin Terhadap Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Post Partum Di Rs Pku Muhammadiyah Karanganyar. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(4), 24–34.
- Lubis, N. P. (2021). Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Dismenorea Pada Remaja Di Mts.S Hajjah Amalia Sari Kota Padangsidempuan Tahun 2021.
- Maptukhah, A., & Anita, N. (2023). Efektivitas Edukasi Melalui Media Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Risiko Pernikahan Dini, 1, 637–642. <https://doi.org/10.33087/Jiubj.V23i1.3283>
- Moniz, M. R., & Audina, R. (2022). Akupresure Untuk Mengurangi Nyeri Disminorhea Pada Remaja Perempuan Usia Sekolah, 415–425.
- Mukarromah, B. (2023). Penyuluhan Tentang Dismenorea Dan Cara Menangani Dengan Terapi Akupresurpada Remaja Di Madrasah Hidayatun Najah Desa Samiran, 4(5), 11135–11138.
- Mutawadingah, L., & Kurniawan, W. E. (2019). Implementasi Keperawatan Foot Massage Pada Lansia Hipertensi Dengan Masalah Utama Nyeri Akut, 2, 159–

- Nasution, N. (2023). Pengaruh Aromaterapi Lemon Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri, 6(1), 274–280.
- Natalia, W., & Komalaningsih, S. (2020). Perbandingan Efektivitas Terapi Akupresur Sanyinjiao Point Dengan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk Menurunkan Nyeri Menstruasi Pada Putri Remaja Di Pesantren Asshiddiqiyah 3 Karawang Breathing Relaxation Techniques In Reducing Menstrual Pain In Adolesce, 5(71), 123–128.
- Natassia, K., & Mulyaningrum, F. M. (2021). The Effect Of Lavender Aromatherapy On Dysmenorrhea In Adolescents, 26–33.
- Ningrum, N. P., & Hidayatunnikmah, N. (2023). Efektifitas Terapi Akupresur Sanyinjiao Dan Pemberian Terapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 2 Kecamatan Lakudo Kabupaten Butontengah, 3058–3070.
- Nisa, N. H. (2022). Penerapan Aromaterapi Lemon Untuk Menurunkan Nyeri Menstruasi Pada Keluarga Dengan Remaja Yang Mengalami Dismenorrhea Di Desa Giwangretno Kecamatan Sruweng.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Noviasari, I., & Sari, R. P. (2024). Asuhan Keperawatan Keluarga Ibu E Pada Tahap Perkembangan Usia Pertengahan Dengan Intervensi Terapi Foot Massage Dan Pijat Akupresure Untuk Menurunkan Nyeri Hipertensi, 6(3), 4–7. <https://doi.org/10.5455/Mnj.V1i2.644xa>
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Oktaviani, E. (2022). Penerapan Metode Swaddling Untuk Meminimalkan Nyeri Pada Neonatus Dengan Asfiksia Selama Pemasangan Infus, 2(2), 46–51.
- Permatasari, A. I. (2020). Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dampak Pernikahan Dini Terhadap Kehamilan Di Man 1 Belitung Tahun 2020.
- Pramasari, N. M. D. (2017). Hubungan Depo Medroksi Progesterone Acetat (Dmpa) Dengan Ketidakteraturan Siklus Haid Pada Pengguna Akseptor Kb Suntik 3 Bulan Di Bpm Nurhasanah Kota Bandar Lampung. *Jurnal Kebidanan*, 3(4), 178–183.
- Purba, E. R. V., & Romauli, S. (2024). Pengaruh Kombinasi Aromaterapi Lemon Dan Akupresur Terhadap Penurunan Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I, 9(2), 105–112.
- Purnamayanti, D., & Yanti, D. (2024). Kombinasi Combo Acupressure Dan Inhalasi Aromaterapi Lavender Menurunkan Intensitas Dismenore Primer

Pada Primary Dysmenorrhea Is A Gynecological Problem , Namely Menstrual Pain Without Any Abnormalities In The Genital Organs . Many Adolescent Girls Exper, 16, 1–14. <https://doi.org/10.47539/Gk.V16i1.435>

- Putri, L. H., & Syafitri, R. (2024). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore, 01(02), 53–60.
- Rahmadani, R. A., Wulansari, M., Ardiningtyas, L., Ati, E. P., & Atikah, S. (2023). Pengetahuan Remaja Mengenai Intervensi Non Farmakologis Untuk Mengatasi Flour Albus Di Sma Negeri 2 Kota Bitung. *Jurnal Ners*, 7(1), 434–437. <https://doi.org/10.31004/Jn.V7i1.13443>
- Rahmatika, A., Purnama, W. In., & Andini, I. F. (2023). Pemberian Aromaterapi Lavender Mengurangi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I, 11(2), 207–214.
- Rahmawati, A. (2024). Pemberian Aromaterapi Lemon Dan Lavender Terhadap Nyeri Dismenore Pada Remaja : Literature Review, 7(3), 540–549.
- Rahmawati, D. T. (2022). Pengaruh Akupresur Terhadap Penurunan Nyeri Dysmenorrhea, 115–119.
- Reni, H. S. (2019). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon (Citrus) Secara Inhalasi Dengan Skala Nyeri Haid Pada Remaja Di Man 1 Padang Panjang Tahun 2019.
- Retno, S. N. (2022). Pengaruh Tindakan Akupresur Terhadap Mual Muntah Di Titik Pericardium 6 Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Penawar Jaya Kec. Banjar Margo Kab. Tulang Bawang, (1), 1–8.
- Riniasih, W. (2023). Efektifitas Aromaterapi Lemon Dengan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Dismenore Pada Remaja Putri Di Sma N 1 Jepon, 8(1), 62–69.
- Rompas, S., & Gannika, L. (2019). Pengaruh Aromaterapi Lemon (Citrus) Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi Pada Mahasiswi Program Studi Ilmu Keperawatan, 7.
- Safety, H., & Suryaningsih, E. K. (2024). The Influence Of Acupressure Therapy With Complementary Techniques On Li-4 Point In Alleviating Dysmenorrhea In Adolescent Girls At Smpn 3 Godean, Yogyakarta Pengaruh Terapi Akupresur Dengan Teknik Komplementer Pada Titik Li-4 Terhadap Dismenorea Pada Remaja Putri Di Smpn 3 Godean Yogyakarta, 127–136.
- Sari, A. P., & Usman, A. (2020). Efektifitas Terapi Akupresur Terhadap Dismenore Pada Remaja, 4, 196–202.
- Sholihah, A. Nur, & Mahmudah, N. (2023). Studi Analisis Perdarahan Di Luar Siklus Menstruasi Pada Wanita Usia Subur. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 106–111. <https://doi.org/10.46815/Jk.V12i1.123>

- Sjahriani, T., & Faridah, V. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia, 5(2), 106–115.
- Sofiyanti, I., & Khamidah. (2023). Akupresure Untuk Mengatasi Dismenore Pada Remaja Putri, 5(1), 155–165.
- Sukendra, I Komang, & Surya, I Kadek. (2020). *Instrumen Penelitian*. (T. Fuktorius, Ed.), *Crafty Oligarchs, Savvy Voters*. Pontianak, Denpasar. <https://doi.org/10.1017/9781108694247.012>
- Susanti, N. Y. (2023). Terapi Akupreseur Menggunakan Aromaterapi Essensial Oil Terhadap Intensitas Nyeri Haid, 1859–1867.
- Tusyukriyah, F., & Aisah, S. (2022). Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi, 945–953.
- Ulya, F. H., Sari, N., & Arista, T. (2023). Pengaruh Kombinasi Aromaterapi Lemon Dan Akupresure Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I, 11(1), 271–275. <https://doi.org/10.37824/Jkqh.V11i1.2023.506>
- Umamity, S. (2024). Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Kesiapan Menghadapi Menopause Di Desa Waihatu Kecamatan Kairatu Kabupaten Seram Bagian Barat Itu Sendiri , Terutama Ketika Mengalami Gejala-Gejala Menopause Yang Sering Membuat, 2(1), 1–8.
- Wardani, R. A. (2020). Karakteristik Wanita Dengan Perdarahan Uterus Abnormal Di Poli Kandungan Rumah Sakit Angkatan Laut Dr Ramelan Surabaya Tahun 2019. *Hang Tuah Medical Journal*, 15(1), 65–74. <https://doi.org/10.30649/Htmj.V15i1.11>
- Wijayanti, & Wulandari, R. (2024). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon (Citrus) Terhadap Penurunan Skala Dismenore Pada Remaja Putri Di Asrama Putri Man 1 Surakarta, 13, 53–60.
- Zulfirman Roni, P., Di, I., & Medan, M. A. N. (2022). Implementasi Metode Outdoor Learning Dalam Peningkatan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Agama Islam Di Man 1 Medan. *Jurnal Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran: Jppp*, 3(2), 147–153. <https://doi.org/10.30596/Jppp.V3i2.11758>
- Zulia, A., & Setyowati, H. (2017). Akupresur Efektif Mengatasi Dismenorea.

PERSETUJUAN RESPONDEN
Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Setelah membaca dan memahami penjelasan pada lembar permohonan menjadi responden, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Alamat :

Jenis kelamin :

Dengan ini menyatakan bersedia sebagai responden dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh Pemberian Akupresur Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan *Dismenorrhoea* Pada Remaja ” dan diteliti oleh Mahasiswa Kebidanan Program Profesi Universitas Muhammadiyah Gombong.

Nama : Silfi Febrianti

NIM 2024006

Saya memahami penelitian ini tidak berakibat negatif dan merugikan bagi saya, oleh karena itu saya bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Apabila saya merasa tidak nyaman, maka saya berhak mundur dari penelitian ini dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Kebumen,.....2025

Responden

(.....)

INFORMED CONSENT

Judul Penelitian :
Pengaruh Pemberian Akupresur Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan <i>Dismenorrhea</i> Pada Remaja

Saya (Nama Lengkap) :
1. Secara suka rela menyetujui bahwa saya terlibat dalam penelitian diatas. 2. Saya yakin bahwa saya memahami tentang tujuan, proses, dan efek yang mungkin terjadi pada saya jika terlibat dalam penelitian ini. 3. Saya telah memiliki kesempatan untuk bertanya dan saya puas dengan jawaban yang saya terima 4. Saya memahami bahwa partisipasi saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan saya dapat keluar sewaktu-waktu dari penelitian 5. Saya memahami bahwa saya akan menerima salinan dari lembaran pernyataan informasi dan persetujuan

Nama dan Tanda tangan responden		Tanggal No. HP	
Nama dan Tanda tangan saksi		Tanggal	
Nama dan Tanda tangan wali (jika diperlukan)		Tanggal	

Saya telah menjelaskan penelitian kepada partisipan yang bertandatangan diatas, dan saya yakin bahwa responden tersebut paham tentang tujuan, proses, dan efek yang mungkin terjadi jika dia ikut terlibat dalam penelitian ini.

Nama dan Tanda tangan peneliti	Silfi Febrianti	Tanggal No HP	Kebumen, 2025 No Hp :
--------------------------------	-----------------	------------------	--------------------------------

KUISIONER PENELITIAN

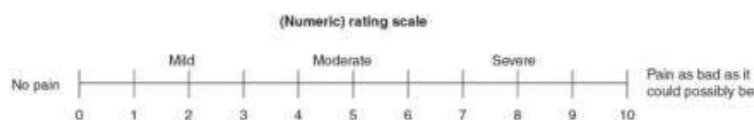
1. Identitas

Nama :

Umur :

2. Karakteristik Menstruasi

- a. Apakah anda pernah mengalami nyeri menstruasi?
- b. Berilah tanda (X) pada lingkaran-lingkaran di bawah ini jika sesuai dengan apa yang anda rasakan:
 - Nyeri sering timbul segera setelah menstruasi
 - Nyeri berupa kram dan tegang pada perut bagian bawah
 - Terkadang disertai mual,diare, kelelahan, pegal pada paha, nyeri pinggang dan nyeri kepala
 - Pegal pada mulut vagina
 - Nyeri timbul sejak sebelum menstruasi dan meningkat pada hari pertama atau kedua menstruasi.
- c. Apa yang anda lakukan untuk penanganan nyeri menstruasi selama ini?
- d. Tandai salah satu titik pada grafik di bawah ini pada angka yang menggambarkan tingkat nyeri yang anda rasakan saat ini:



STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)
PIJAT AKUPRESUR PADA DISMENORRHEA

Pengertian	Akupresur adalah terapi dengan menggunakan jari dan merupakan salah satu bentuk terapi fisik yang merangsang titik-titik tekanan tertentu dan titik pada tubuh untuk menurunkan nyeri
Tujuan	Mengurangi sensi nyeri melalui peningkatan endorphin yang membuat tubuh rileks
Manfaat	a. Membantu mengurangi intensitas nyeri pada wanita haid yang mengalami nyeri dismenore b. Memberikan kenyamanan pada wanita haid yang mengalami nyeri dismenore c. Meningkatkan kadar endorfin yang berguna sebagai pereda nyeri yang diproduksi dalam tubuh
Indikasi	a. Memberikan rasa nyaman / rileks b. Mengurangi nyeri dismenore
Kontraindikasi	Pijat akupresur tidak boleh dilakukan pada bagian tubuh yang luka, bengkak, tulang retak atau patah dan kulit yang terbakar

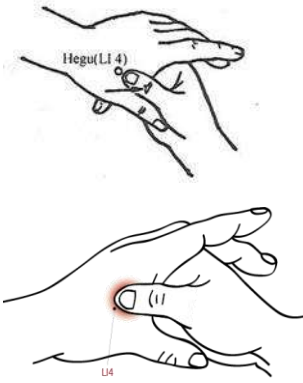
Peralatan	a. Baby oil b. Tissue
Prosedur	• Tahap Prainteraksi a. Mencuci tangan / menggunakan handsanitizer b. Menyiapkan alat • Tahap Orientasi a. Memberikan salam kepada responden b. Menjelaskan tujuan dan prosedur kepada responden c. Memberikan kesempatan kepada responden untuk bertanya • Tahap Kerja a. Mencuci tangan atau menggunakan handsanitizer b. Memberikan penjelasan kepada responden tentang tindakan yang akan dilakukan c. Memastikan responden dalam posisi yang nyaman d. Memastikan bahwa tidak ada kontraindikasi e. Tentukan lokasi titik f. Setelah titik ditentukan, oleskan baby oil secukupnya pada titik tersebut • Pemijatan dilakukan di lokasi yang letaknya 4 jari diatas mata kaki dalam

Titik SP 6 (Spleen) atau dalam bahasa China disebut dengan titik San Yin-Chiao yang terletak 3 cun atau 4 jari diatas mata kaki sebelah dalam di sebelah sisi tulang kering. Titik ini merupakan titik pada meridian limpa. Sifat dari titik ini adalah untuk mengaktifkan limpa, memperlancar sumbatan, dan juga memperlancar hormon wanita.



- Pemijatan dilakukan di lokasi pungung tangan pada tonjolan tertinggi ketika jari telunjuk dan ibu jari dirapatkan.

Titik ini disebut juga titik Hegu/ Heku dalam bahasa China atau disebut sengan titik LI 4 (Large Intestinum 4) yang merupakan titik akupoin yen (titik sentral) dari meridian usus besar. Titik ini terletak di antara tulang jempol tangan dan pangkal tulang telunjuk (tulang metacarpal pertama dan kedua).

	 • Pemijatan dilakukan di lokasi 4 jari di bawah tempurung lutut di tepi luar tulang kering • Titik Sacral Points (B27-B34) Titik sacral points (B27-B34), yaitu titik yang terletak pada daerah sakral atau di sekitar tulang sacrum. Pijatan pada titik ini membantu mengurangi rasa sakit pada saat dismenore.
--	--

Sumber : (Sholihah & Mahmudah, 2023), (Hanipah & Nirmalasari, 2021).

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR PEMBERIAN AROMATERAPI LEMON	
Pengertian	Aromaterapi adalah terapi yang menggunakan minyak essensial lemon dengan cara dihirup
Tujuan	1. Mengurangi rasa stress 2. Merileksasikan tubuh 3. Memberikan rasa nyaman pada tubuh. 4. Meningkatkan kualitas tidur yang
Kebijakan	Untuk ibu yang mengalami gangguan tidur dan cemas/stres
Langkah langkah	A. Pra Interaksi 1. Cek catatan medis klien 2. Identifikasi faktor atau kondisi yang dapat menyebabkan kontraindikasi 3. Siapkan alat dan bahan B. Tahap Orientasi 1. Beri salam terapeutik dan panggil nama klien serta memperkenalkan diri 2. Menanyakan keluhan klien 3. Jelaskan tujuan, prosedur dan waktu tindakan 4. Beri kesempatan klien untuk bertanya 5. Mengatur posisi klien C. Tahap Kerja 1. Jaga privasi klien 2. Lakukan cuci tangan 3. Teteskan 10 kali aromaterapi lemon essensial oil pada tissue 4. Anjurkan klien untuk menghirup aromaterapi lemon essensial oil selama 10 menit

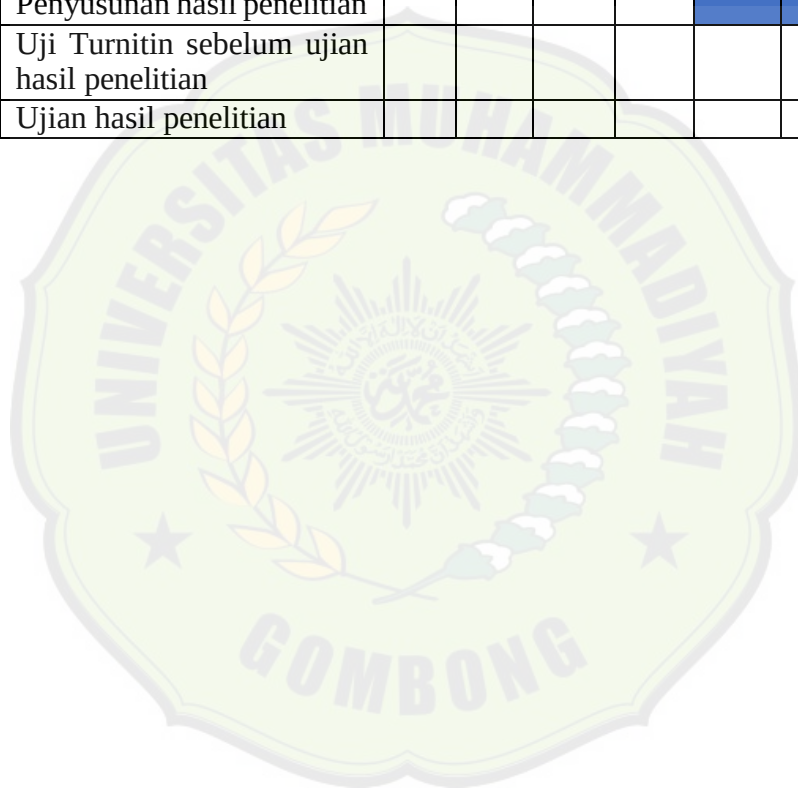
	5. Setelah terapi selesai rapikan alat dan atur posisi nyaman untuk klien 6. Cuci tangan
--	--



Lembar penetapan publikasi

Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penyusunan Proposal dan Hasil KTI

No	Kegiatan	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Juni	Juli	Agst
1	Penentuan Tema								
2	Penyusunan Proposal								
3	Uji turnitin sebelum ujian proposal								
4	Ujian Proposal								
5	Pengambilan data hasil penelitian								
6	Penyusunan hasil penelitian								
7	Uji Turnitin sebelum ujian hasil penelitian								
8	Ujian hasil penelitian								



PERSETUJUAN RESPONDEN
Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Setelah membaca dan memahami penjelasan pada lembar permohonan menjadi responden, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Faiz Fauziah
Umur : 16 tahun
Alamat : welon welan rt 1 / rw 3
Jenis kelamin : Perempuan

Dengan ini menyatakan bersedia sebagai responden dalam penelitian yang berjudul "Pengaruh Pemberian Akupresur Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan *Dysmenorrhea* Pada Remaja " dan diteliti oleh Mahasiswa Kebidanan Program Profesi Universitas Muhammadiyah Gombong.

Nama : Silfi Febrianti
NIM : 202409606

Saya memahami penelitian ini tidak berakibat negatif dan merugikan bagi saya, oleh karena itu saya bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Apabila saya merasa tidak nyaman, maka saya berhak mundur dari penelitian ini dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Kebumen 16 Agustus 2025

Responden

Faiz Fauziah
(.....)

PERSETUJUAN RESPONDEN
Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Setelah membaca dan memahami penjelasan pada lembar permohonan menjadi responden, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : dinda wulan

Umur : 15 thn

Alamat : desa weton wetan rt 02/rw03

Jenis kelamin : perempuan

Dengan ini menyatakan bersedia sebagai responden dalam penelitian yang berjudul "Pengaruh Pemberian Akupresur Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan *Dismenorrhea* Pada Remaja " dan diteliti oleh Mahasiswa Kebidanan Program Profesi Universitas Muhammadiyah Gombong.

Nama : Silfi Febrianti

NIM : 202407006

Saya memahami penelitian ini tidak berakibat negatif dan merugikan bagi saya, oleh karena itu saya bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Apabila saya merasa tidak nyaman, maka saya berhak mundur dari penelitian ini dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Kebumen, 20 Agustus 2025

Responden


(..... dinda wulan)

PERSETUJUAN RESPONDEN
Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Setelah membaca dan memahami penjelasan pada lembar permohonan menjadi responden, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : wiji astuti
Umur : 16
Alamat : kelon kelon RT 02 RW 03
Jenis kelamin : Perempuan

Dengan ini menyatakan bersedia sebagai responden dalam penelitian yang berjudul "Pengaruh Pemberian Akupresur Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan *Dismenorrhea* Pada Remaja " dan diteliti oleh Mahasiswa Kebidanan Program Profesi Universitas Muhammadiyah Gombong.

Nama : Silfi Febrianti
NIM : 202409606

Saya memahami penelitian ini tidak berakibat negatif dan merugikan bagi saya, oleh karena itu saya bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Apabila saya merasa tidak nyaman, maka saya berhak mundur dari penelitian ini dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Kebumen, 21 Agustus 2025

Responden

(.....wiji astuti.....)

PERSETUJUAN RESPONDEN
Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Setelah membaca dan memahami penjelasan pada lembar permohonan menjadi responden, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

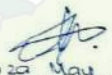
Nama : Finza May Linda
Umur : 16 thn
Alamat : Wetan wetan RT 01 / RW 03
Jenis kelamin : Perempuan

Dengan ini menyatakan bersedia sebagai responden dalam penelitian yang berjudul "Pengaruh Pemberian Akupresur Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan *Dismenorrhea* Pada Remaja " dan diteliti oleh Mahasiswa Kebidanan Program Profesi Universitas Muhammadiyah Gombong.

Nama : Silfi Febrianti
NIM : 202409006

Saya memahami penelitian ini tidak berakibat negatif dan merugikan bagi saya, oleh karena itu saya bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Apabila saya merasa tidak nyaman, maka saya berhak mundur dari penelitian ini dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Kebumen, 15 Agustus 2025
Responden


(Finza May Linda)

PERSETUJUAN RESPONDEN
Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Setelah membaca dan memahami penjelasan pada lembar permohonan menjadi responden, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Yuli Iestari

Umur : 15 tahun

Alamat : Weton Weton RT 01/03-

Jenis kelamin : Perempuan

Dengan ini menyatakan bersedia sebagai responden dalam penelitian yang berjudul "Pengaruh Pemberian Akupresur Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan *Dismenorrhea* Pada Remaja " dan diteliti oleh Mahasiswa Kebidanan Program Profesi Universitas Muhammadiyah Gombong.

Nama : Silfi Febrianti

NIM : 202407606

Saya memahami penelitian ini tidak berakibat negatif dan merugikan bagi saya, oleh karena itu saya bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Apabila saya merasa tidak nyaman, maka saya berhak mundur dari penelitian ini dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Kebumen, 21 Agustus 2025

Responden



(.....Yuli Iestari.....)



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 : 1712.5/IL3.AU/PN/IX/2025
Hal : Permohonan Ijin
Lampiran : -

Gombong, 09 September 2025

Kepada :
Yth. Bdn. Siti Macmunah, S.Keb

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 Pendidikan Profesi Bidan Universitas Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediaannya untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami:

Nama : Silfi Febrianti
NIM : 202407006
Judul Penelitian : Pengaruh Pemberian Akupresur dan Aromaterapi Lemon terhadap Nyeri Dismenorrhea pada Remaja
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



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
PERPUSTAKAAN

Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp./Fax. (0287) 472433 GOMBONG, 54412
Website : <https://library.unimugo.ac.id/>
E-mail : lib.unimugo@gmail.com

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 :
Pengaruh Pemberian Akupresur Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Nyeri Dismonorhea
Pada Remaja

Nama : Silfi Febrianti
NIM : 202407006
Program Studi : Pendidikan Profesi Bidan
Hasil Cek : 29%

Gombong, 11 September

Pustakawan


(... Desy Setijawati ...)

Mengetahui,

Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT


(Sawiji, M.Sc)



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

Nama Mahasiswa : Silfi Febrianti
Prodi : Pendidikan Profesi Bidan
NIM : 202407006
Nama Pembimbing : Bdn. Laelatul Qomar, M.Keb.

Tanggal Bimbingan	Topik/ Materi Bimbingan	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
10 Mei 2025	Konsep Bab 1		1
16 Mei 2025	Konsep Bab 1 & 2		1
20 Mei 2025	Revisi bab 1 & 2		1
27 Mei 2025	Revisi bab 1 & 2 & 3		1
15 Juni 2025	Revisi bab 3		1
23 Juni 2025	Tugas akhir 1 & 2		1

Mengetahui,
Ketua Prodi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi

Hasni Ika Indriyastuti, S.Si.T.,M.P.H



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

Nama Mahasiswa : Silfi Febrianti
Prodi : Pendidikan Profesi Bidan
NIM : 202407006
Nama Pembimbing : Bdn. Rosmawati, S.SiT., M.Keb.

Tanggal Bimbingan	Topik/ Materi Bimbingan	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1 Juli 2024	Revisi bab 1 & 2		
15 Juli 2024	Pemeriksaan		
7 Oktober 2024	revisi		
9 Oktober 2024	Acc		

Mengetahui,

Ketua Prodi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi

Hasni Ika Indriyastuti, S.SiT., MPH



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

Nama Mahasiswa : Silfi Febrianti
Prodi : Pendidikan Profesi Bidan
NIM : 202407006
Nama Pembimbing : Bdn. Laelatul Qomar, M.Keb.

Tanggal Bimbingan	Topik/ Materi Bimbingan	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1 Juli 2025	Kepribadian bidan		1
5 Juli 2025	Revisi dan layout proposal		1
28 Juli 2025	Kontrol layout bab 4 & 5		1
28 Agustus 2025	Revisi bab 4 & 5		1
10 September 2025	Revisi bab 4 & 5		2

Mengetahui,

Ketua Prodi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi



Hastuti K. Indriyastuti, S.Si.T., M.P.H





