

## LEMBAR OBSERVASI PELAKSANAAN TERAPI AKUPRESUR

Tanggal: ..... Hari ke: ....

Kode responden : ...

Waktu	Langkah-langkah	Ya	Tidak
<b>Fase Persiapan</b>			
<b>5 menit</b>	Persiapan alat : kursi dan bantal		
	Persiapan lingkungan : lingkungan yang tenang dan kondusif		
	Persiapan klien : <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jelaskan tujuan, manfaat, prosedur, dan pengisian lembar persetujuan pada klien</li> <li>2. Posisikan tubuh klien secara nyaman yaitu duduk dengan di sanggah oleh bantal.</li> <li>3. Lepaskan aksesoris yang digunakan seperti jam tangan dan kalung</li> <li>4. Longgarkan ikatan dasi, ikat pinggang atau hal lain yang sifatnya mengikat ketat</li> </ol>		
<b>Fase Pelaksanaan</b>			
<b>15 menit</b>	<b>Relaksasi</b> Dilakukan dengan cara memijat bagian tubuh atau titik yang akan di lakukan penekanan nantinya, hal ini diperlukan agar otot yang nanti akan di lakukan terapi akupresur tidak tegang.		
	Menentukan titik-titik akupresur yang akan ditekan		
	<b>Penekanan/pemijatan</b> Dilakukan pada titik-titik akupresur sebanyak 20 sampai 30 kali tekanan		

	<p>ii. Titik Sanyinjiao (sp6) Titik ini sekitar tiga cun atau sekitar empat jari diatas malleolus internus, tepat diujung tulang kering</p>			
	<p>iii. Titik Sie Hai (Samudra Lautan Darah, Sp 10) Letaknya disebelah atas lutut, 2 cun kearah atas dan 2 cun kearah dalam paha. Manfaat titik sie hai merupakan titik meridian limpa yang melewati jari telunjuk kaki, amata kaki, betis bagian dalam, lutut bagian dalam, paha bagian dalam, perut dan dada samping.</p>			
	<p>iv. Titik Taichong/Daichong (LR3/LV3) Keistimewaan titik ini merupakan titik utama dari meridian hati dan merupakan jalur utama dari aktivitas Chi. Efek penekanan pada titik ini dapat meredakan spasme, ketegangan dan kekakuan</p>			

## LAMPIRAN

### LEMBAR OBSERVASI SKALA NYERI DESMINORE NUMERIC RATING SCALE (NRS)

---

#### Data Responden

1. No Responden :
2. Nama Responden :
3. Usia :
4. Pendidikan :
5. Pekerjaan :

<b>Teknik Nyeri</b>	<b>Sebelum</b>	<b>Sesudah</b>
0-1 tidak nyeri		
2 : nyeri ringan		
3-4 : nyeri sedang		
5-6 : nyeri sedang		
7-8 : nyeri berat		
9-10 : nyeri sangat berat		

## **PENJELASAN TENTANG PENELITIAN**

### ***(INFORMED CONSENT)***

Dengan hormat, Responden yang saya Hormati, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ayu Meidita Christiani  
NIM : 20192062300800P

akan melakukan kegiatan penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Akupresur 3 Titik Tubuh Terhadap Nyeri Haid Pada Remaja Putri Wilayah Kerjasmp N 1 Abung Selatan Tahun 2021”. Dengan tujuan untuk mengetahui tingkat penurunan nyeri *desminore* pada siswi SMPN 1 Abung Selatan Tahun 2021.

Penelitian ini tidak akan menimbulkan akibat yang merugikan bagi siapapun. Kerahasiaan informasi akan dijaga dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Tidak ada paksaan dalam keikutsertaan menjadi responden penelitian. Untuk itu saya mohon kesediaan untuk menjadi responden penelitian ini, jika anda bersedia menjadi responden saya mohon untuk menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*) dan menjawab pertanyaan-pertanyaan pada lembar kuesioner yang telah disediakan. Atas perhatian dan partisipasinya saya ucapkan terimakasih.

Peneliti,

Ayu Meidita Christiani

## **KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bersedia untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian :

Nama :

Usia :

Alamat :

Bahwa saya diminta untuk berperan serta dalam penelitian ini sebagai responden.

Sebelumnya saya telah diberi penjelasan tentang tujuan penelitian ini dan saya telah mengerti bahwa peneliti akan merahasiakan identitas, data ataupun hal yang membuat ketidaknyamanan bagi saya, peneliti akan berhenti dan saya berhak untuk mengundurkan diri.

Demikian persetujuan ini saya buat secara sadar dan sukarela, tanpa unsur paksaan dari siapapun, saya nyatakan Bersedia/Tidak Bersedia untuk menjadi Responden dalam penelitian ini

Abung Selatan, 2021

Peneliti

Responden

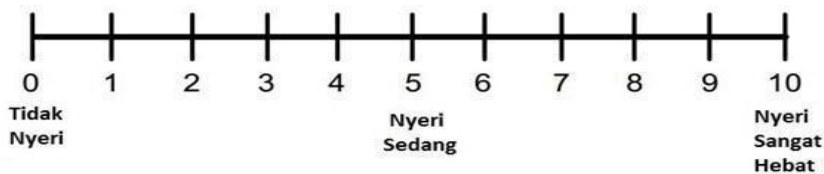
(Ayu Meidita Christiani)

(.....)

## LEMBAR KARAKTERISTIK RESPONDEN

1. Nama Responden :
2. Umur :
3. Usia Menarche :
4. Lama Menstruasi :
5. Kelas :
6. Skala Nyeri NRS :
- 7.

### *Numeric Rating Scale*



Keterangan Skala Nyeri :

### **Nyeri Ringan :**

- 1 : Nyeri Sangat Ringan
- 2 : Nyeri Tidak Nyaman
- 3 : Nyeri Dapat Ditoleransi

### **Nyeri Sedang :**

- 4 : Nyeri Menyusahkan
- 5 : Nyeri Sangat Menyusahkan
- 6 : Nyeri Hebat

### **Nyeri Berat :**

- 7 : Nyeri Sangat Berat
- 8 : Nyeri Sangat Menyiksa
- 9 : Nyeri Tak Tertahankan
- 10 : Nyeri Tak Dapat Di Ungkapkan

## KUESIONER

### Data Responden

1. No Responden :
2. Nama Responden :
3. Usia :
4. Pendidikan :
5. Pekerjaan :

<b>NO</b>	<b>PERTANYAAN</b>	<b>T</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>TST</b>
1.	Apakah anda mengalami nyeri haid setelah atau sebelum terjadi haid?				
2.	Bagaimana nyeri yg dirasakan?				
3.	Apakah anda sering mengkonsumsi obat jika anda mengalami nyeri haid?				
4.	Apakah anda tau cara lain untuk mengatasi nyeri haid selain mengkonsumsi obat?				
5.	Apakah anda mnegalami nyeri haid secara teratur?				
6.	Apakah anda tau ciri2 nyeri haid?				

## Tests of Normality

				Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
				Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Sebelum	diberi	3	titik	.301	30	.000	.804	30	.000
akupresure									
Setelah diberi intervensi				.337	30	.000	.638	30	.000

a. Lilliefors Significance Correction

## Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	13	4	13.3	13.3	13.3
	14	8	26.7	26.7	40.0
	15	18	60.0	60.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

## usia menarch

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11	3	10.0	10.0	10.0
	12	10	33.3	33.3	43.3
	13	7	23.3	23.3	66.7
	15	10	33.3	33.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

## lamanya nyeri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1 hari	7	23.3	23.3	23.3
	1-2 hari	13	43.3	43.3	66.7
	2-3 hari	10	33.3	33.3	100.0



### pretest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	nyeri ringan	7	23.3	23.3	23.3
	nyeri sedang	23	76.7	76.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

### postets

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	nyeri ringan	25	83.3	83.3	83.3
	nyeri sedang	5	16.7	16.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretest	30	1.00	6.00	4.0333	1.32570
postets	30	1.000	6.000	2.03333	1.351457
Valid N (listwise)	30				

## Paired Samples Test

		Paired Differences		Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation		Mean	Lower			
Pair 1	pretest - postets	2.000000	1.965215	.358797	1.266177	2.733823	5.574	29	.000

## Data Responden

No.	Resp	Umur	Menarche	Lama Menstrua	Skor	
					Pretest	Postest
1	An. T	13	11	1-2 hari	4	1
2	An. A	14	13	1 hari	6	1
3	An. R	15	14	2-3 hari	5	1
4	An. H	15	12	2-3 hari	4	2
5	An. A	14	13	2-3 hari	5	1
6	An. I	13	12	1 hari	3	4
7	An. S	13	13	2-3 hari	4	4
8	An. A	15	12	1-2 hari	4	1
9	An. K	15	11	1 hari	5	1
10	An. P	14	12	1 hari	5	1
11	An.A	14	12	1-2 hari	4	2
12	AN.L	15	13	1-2 hari	1	2
13	An.U	14	13	2-3 hari	4	4
14	AnK	13	12	1 hari	2	2
15	An.Y	15	14	1-2 hari	4	2

16	An.i	14	12	2-3 hari	4	3
17	An.O	15	14	1 hari	4	5
18	AnA	14	14	1-2 hari	2	1
19	An.L	14	14	2-3 hari	5	1
20	An.P	15	12	1-2 hari	2	1
21	AnT	15	13	1 hari	5	2
22	An.A	15	14	1-2 hari	5	2
23	An.B	15	13	1-2 hari	2	2
24	An.Y	15	11	2-3 hari	5	1
25	Ani	15	14	2-3 hari	2	1
26	AnA	15	14	1-2 hari	6	1
27	An.L	15	14	2-3 hari	4	1
28	AnR	15	12	1-2 hari	5	2
29	An.D	15	12	1-2 hari	4	6
30	An.U	15	12	1-2 hari	6	3