

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Karakteristik Studi

Hasil penelitian dari 10 jurnal yang dikumpulkan, didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 4. 1 Hasil Literature Review

No	Judul Penelitian	Metode (DSVIA)	Hasil
1.	<i>Effect of using Femi-band acupressure on primary dysmenorrhea</i> (Mohamed et al, 2015)	D : Randomized controlled trial S : Sampel penelitian berjumlah 75 siswi V : Variable dalam penelitian ini adalah <i>akupresur femi-band</i> dan <i>dismenore primer</i> I : Instrumen dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan kuesioner visual analog scale (VAS) A : Uji Kruskal-Wallis	Pada kelompok intervensi, tingkat keparahan nyeri menurun dari 8,27 menjadi 2,92 setelah intervensi, tingkat keparahan nyeri menurun setelah menggunakan Femi-band (segera, 30 menit, satu jam, dan 2 jam) pada bulan ke-1, ke-2, dan ke-3 di kelompok intervensi. Ketika tingkat keparahan nyeri dianalisis pada setiap periode waktu, perbedaan signifikan diamati (segera, 30 menit, 1 jam, dan 2 jam) setelah penerapan pita pada bulan ke-1, ke-2 dan ke-3

2.	<i>Effects of Auricular Acupressure Therapy on Primary Dysmenorrhea for Female High School Students in South Korea</i> (Cha and Sohyune, 2016)	<p>D : Randomized controlled trial</p> <p>S : Sampel penelitian berjumlah 91 siswi SMA</p> <p>V : Variable dalam penelitian ini adalah <i>akupresur</i> auricular dan dismenore primer</p> <p>I : Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner menstrual distress questionnaire (MDQ) dan visual analog scale (VAS)</p> <p>A : Uji Kruskal-Wallis</p>	Ada perbedaan yang signifikan pada nyeri perut (T=24.594, hal <.001), sakit punggung (T=22.661,hal <.001), dan dismenore primer (T=32.187,hal <.001) antara kedua kelompok. Terapi <i>akupresur</i> auricular menurunkan nyeri perut, nyeri punggung, dan dismenore primer pada siswi SMA di Korea Selatan
3.	<i>Comparison of the effects of acupressure and self-care behaviors training on the intensity of primary dysmenorrhea based on McGill pain questionnaire among Shiraz University students</i> (Behbahani et al, 2016)	<p>D : Randomized clinical trial</p> <p>S : Sampel penelitian berjumlah 120 wanita usia 18-25 remaja</p> <p>V : Variable dalam penelitian ini adalah <i>akupresur</i>, self-care behaviors training dan dismenore primer</p> <p>I : Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner nyeri McGill</p> <p>A : Uji Kruskal-Wallis</p>	Perbedaan yang signifikan ditemukan pada rata-rata intensitas nyeri sebelum dan sesudah intervensi pada kedua kelompok penelitian. Skor rata-rata intensitas nyeri adalah $10,65 \pm 5,71$ pada kelompok pelatihan dan $14,40 \pm 6,87$ pada kelompok <i>akupresur</i> setelah intervensi. Hasil uji Kruskal-Wallis menunjukkan bahwa intervensi pelatihan lebih efektif dibandingkan terapi <i>akupresur</i>
4.	<i>Acupressure therapy as a pain reliever for dysmenorrhea</i> (Anggrain et al, 2019)	<p>D : Quasi eksperimen</p> <p>S : Sampel penelitian berjumlah 52 responden siswa SMA</p> <p>V : Variable dalam penelitian ini adalah <i>akupresur</i> dan dismenore</p>	Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berusia >14 tahun, sebagian besar responden mengalami menarche pada usia >12 tahun, sebagian besar responden mengalami masa menstruasi >4 hari dan sebagian besar responden mengatasi nyeri

		<p>I : Instrumen dalam penelitian ini menggunakan observasi</p> <p>A : Uji Wilcoxon</p>	<p>dismenore tanpa melakukan apapun. Berdasarkan analisis, P nilainya 0,000. Terdapat perbedaan sebelum dan sesudah pemberian terapi <i>akupresur</i> untuk mengatasi nyeri pada dismenore</p>
5.	<p><i>Akupresur</i> efektif mengatasi dismenorea (Zulia dkk, 2017)</p>	<p>D : Quasi eksperiment</p> <p>S : Sampel penelitian berjumlah 44 mahasiswi</p> <p>V : Variable dalam penelitian ini adalah <i>akupresur</i> dan dismenore</p> <p>I : Instrumen dalam penelitian ini menggunakan numeric rating scale</p> <p>A : Uji Mann Whitney</p>	<p>Terdapat perbedaan antara aromaterapi lavender dan terapi <i>akupresur</i> dalam mengatasi dismenore dengan perbedaan penurunan intensitas nyeri terapi <i>akupresur</i> 1,95 lebih besar daripada aromaterapi lavender 1,46 dengan nilai $p= 0,002$</p>
6.	<p><i>Comparison of the Effects of Acupressure and Electroacupuncture in Primary Dysmenorrhea</i> (Qorbanalipour et al, 2018)</p>	<p>D : Randomized controlled trial</p> <p>S : Sampel penelitian berjumlah 64 siswi</p> <p>V : Variable dalam penelitian ini adalah <i>akupresur</i>, elektroakupunktur dan dismenore primer</p> <p>I : Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner visual analogue scale (VAS) dan menstrual distress questionnaire (MMDQ)</p> <p>A : Uji Man-Whitney Nonparamet</p>	<p>Karakteristik dasar kedua kelompok dibandingkan dengan mempertimbangkan variabel usia, indeks massa tubuh (BMI), siklus menstruasi, keteraturan menstruasi, aktivitas fisik, tingkat sosial ekonomi keluarga, pengalaman stres, dan tingkat pendidikan peserta menggunakan metode independen. Ttes. Hasilnya menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara 2 kelompok sebelum intervensi ($P>0,005$)</p>

7.	Efektifitas Terapi <i>Akupresur</i> Terhadap Dismenore pada Remaja (Sari dan Usman, 2020)	<p>D : Quasi eksperiment</p> <p>S : Sampel penelitian berjumlah 42 siswi SMA</p> <p>V : Variable dalam penelitian ini adalah <i>akupresur</i> dan dismenore</p> <p>I : Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner VAS (Visual Analog Scale)</p> <p>A : Uji Wilcoxon</p>	<p>Hasil penelitian terdapat penurunan kualitas nyeri dismenore yaitu sebelum terapi yaitu 2,67 dan SD 0,687, Sedangkan setelah terapi <i>akupresur</i> selama 3 hari berturut-turut hasil rata-rata intensitas nyeri dismenore adalah 1,19 dan SD 0,552. Hasil uji wilcoxon diperoleh penurunan rata-rata intensitas nyeri dismenore hari I yaitu 0,22, hari ke 2 yaitu 0,43 dan hari ke 3 yaitu 0,83 dengan nilai P value = 0,00 yang artinya terapi <i>akupresur</i> pada titik LI 4 (Hegu) dan ST 36 bilateral efektif menurunkan dismenore pada remaja</p>
8.	Pengaruh terapi <i>akupresur</i> terhadap intensitas nyeri dismenore (Jatnika dkk, 2021)	<p>D : Quasi eksperiment</p> <p>S : Sampel penelitian berjumlah 36 mahasiswi</p> <p>V : Variable dalam penelitian ini adalah <i>akupresur</i> dan dismenore</p> <p>I : Instrumen dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan kuesioner visual analog scale (VAS)</p> <p>A : Uji Wilcoxon</p>	<p>Penurunan rerata skala nyeri dismenorea dari skala nyeri sebelum terapi sebesar 5.72 menjadi skala nyeri sebesar 2.67 pada kelompok intervensi dan pada kelompok kontrol dari skala nyeri 4.50 menjadi skala nyeri 3.94. Terdapat perbedaan yang signifikan rerata skala nyeri dismenorea pada kelompok intervensi p value 0.001 (< 0.05), kelompok kontrol p value 0.084 (> 0.05). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi <i>akupresur</i> yang diberikan pada titik meridian SP6 terbukti efektif menurunkan intensitas nyeri dismenorea</p>
9.	Efektivitas <i>Akupresur</i> dan Minuman Jahe terhadap Pengurangan Intensitas Nyeri	<p>D : Quasi eksperiment</p> <p>S : Sampel penelitian berjumlah 30 remaja putri</p> <p>V : Variable dalam penelitian ini adalah</p>	<p>Hasil uji normalitas Shapiro-wilk terdapat data Sig (p<0,05). Uji Wilcoxon terdapat nilai p value 0,002 (p<0,05) yang artinya ada efektivitas <i>Akupresure</i> terhadap</p>

	Haid/Dismenore Pada Remaja Putri (Sari dan Listriani, 2021)	<i>akupresur</i> , minuman jahe dan dismenore I : Instrumen dalam penelitian ini menggunakan numeric rating scale A : Uji Wilcoxon	pegurangan intensitas nyeri haid/dismenore, terdapat nilai p value 0,001 ($p < 0,05$) artinya ada efektivitas minuman jahe terhadap pegurangan intensitas nyeri haid/dismenore, terdapat nilai p-value 0,034 ($p < 0,05$) artinya ada perbedaan efektivitas <i>Akupresure</i> dan minuman jahe terhadap pegurangan intensitas nyeri haid/dismenore
10.	Pengaruh <i>akupresur</i> terhadap dismenore pada remaja (Rifiana dkk, 2023)	D : Quasi eksperiment S : Sampel penelitian berjumlah 30 siswi V : Variable dalam penelitian ini adalah <i>akupresur</i> dan dismenore I : Instrumen dalam penelitian ini menggunakan Numerik Rating Scale (NRS) A : Paired T-test	Sebelum dilakukan <i>akupresur</i> pada remaja putri diperoleh nilai rata-rata 5,17, setelah dilakukan pijat <i>akupresur</i> di SMPN Tungkal Ilir Kabupaten Banyuasin diperoleh nilai rata-rata 2,13. Terdapat pengaruh pijat <i>akupresur</i> terhadap Dismenore pada remaja putri di SMPN III Tungkal Ilir Kabupaten Banyuasin Tahun 2022 dengan p value 0,000

2. Karakteristik umum penelitian

Tabel 4. 2 Karakteristik Tahun Publikasi

No	Tahun Publikasi	F	%
1.	2015	1	10
2.	2016	2	20
3.	2017	1	10
4.	2018	1	10
5.	2019	1	10
6.	2020	1	10
7.	2021	2	20
8.	2023	1	10
Jumlah		10	100

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa sebagian kecil tahun publikasi pada tahun 2016 dan 2021 sebanyak 2 jurnal (20%) dan sebagian kecil

tahun publikasi pada tahun 2015, 2017, 2018, 2019, 2020 dan 2023 sebanyak 1 jurnal (10%).

Tabel 4. 3 Karakteristik Desain Penelitian

No	Desain Penelitian	F	%
1.	<i>Randomized Contol Trial (RCT)</i>	4	40
2.	<i>Quasi Experiment</i>	6	60
Jumlah		10	100

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa lebih dari setengah desain penelitian menggunakan *Quasi Experiment* yaitu sebanyak 6 jurnal (60%) dan hampir sebagian besar menggunakan *Randomized Contorl Trial* (RCT) desain sebanyak 4 jurnal (40%).

Tabel 4. 4 Karakteristik Analisi Data

No	Analisa Data	F	%
1.	<i>Paired Test</i>	1	10
2.	<i>Uji Wilcoxon</i>	4	40
3.	<i>Uji Kruskal-Wallis</i>	3	30
4.	<i>Uji Mann Whitney</i>	2	20
Jumlah		8	100

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa hampir setengah analisa data menggunakan *Uji Wilcoxon* sebanyak 4 jurnal (40%), sebagian kecil menggunakan *Uji Kruskal-Wllis* sebanyak 3 jurnal (30%), sebagian kecil menggunakan *Uji Mann Whitney* sebanyak 2 jurnal (20%) dan sebagian kecil menggunakan *Paired Test* sebanyak 1 jurnal (10%).

B. Pembahasan

Studi literature review yang ditelaah oleh peneliti dengan 10 jurnal, memiliki persamaan dalam setiap jurnal yaitu meneliti tentang mengenai pengaruh *akupresur* terhadap penurunan nyeri dismenore. Pada setiap jurnal memiliki persamaan pada setiap tujuan, jenis penelitian, desain Penelitian, sampel, variabel, instumen dan teknik analisa data. Pada 10 jurnal yang ditelaah oleh peneliti terdapat 6 jurnal dengan *quasi eksperimen* dan 4 jurnal dengan desain *rabdomized control trial* (RCT). Dari 10 jurnal yang sudah ditelaah semuanya menunjukkan adanya pengaruh *akupresur* terhadap penurunan nyeri dismenore.

Pada penelitian Mohamed (2015) dengan titik *akupresur* Femi-band dilakukan pada kedua kaki tiga kali sehari selama tiga hari pertama menstruasi dengan aplikasi ke setiap kaki selama 1 menit. Kelompok intervensi mengalami penurunan keparahan dismenore yang signifikan setelah menggunakan *akupresur* Femi-band.

Pada penelitian Cha dan Sohyune (2016) terapi *akupresur* aurikuler termasuk jarum *akupresur* aurikuler pada pita kertas kulit yang diaplikasikan pada telinga selama 3 hari selama periode dismenore primer ekstrem. Nama titik akupuntur tersebut adalah Jagung, Sinmun, Gyogam, dan Naebunbi. Terapi *akupresur* auricular menurunkan nyeri perut, nyeri punggung, dan dismenore primer pada siswi SMA di Korea Selatan.

Pada penelitian Behbahani et al (2016) dengan membandingkan pelatihan *akupresur* dan perilaku perawatan diri di dapatkan perbedaan yang signifikan ditemukan pada rata-rata intensitas nyeri sebelum dan sesudah intervensi pada kedua kelompok penelitian. Skor rata-rata intensitas nyeri adalah $10,65 \pm 5,71$ pada kelompok pelatihan dan $14,40 \pm 6,87$ pada kelompok *akupresur* setelah intervensi. Hasil uji Kruskal-Wallis menunjukkan bahwa intervensi pelatihan lebih efektif dibandingkan terapi *akupresur*.

Pada penelitian Zulia dkk (2017) dengan membandingkan aromaterapi lavender dan terapi *akupresur* dalam mengatasi dismenore terdapat perbedaan yang signifikan. Terapi *akupresur* dengan pemijatan atau penekanan pada titik LI 4 dan ST 36 akan meningkatkan kadar endorfin sehingga lebih cepat menurunkan rasa nyeri, sedangkan aroma yang dihirup melalui proses pernapasan baru merangsang kinerja otak dan dipengaruhi oleh dalamnya pernapasan. Terapi *akupresur* lebih efektif dalam mengatasi dismenorea daripada aromaterapi lavender.

Pada penelitian Qorbanalipour et al (2018) dengan membandingkan *akupresur* dan elektroakupunktur dalam mengatasi dismenore. Elektroakupunktur dan *akupresur* dilakukan dengan memberikan rangsangan listrik (ES) pada jarum atau tekanan pada titik SP6 dan SP4 selama 10 menit pada setiap sisinya. MMDQ ($P=0,000$) dan VAS ($P=0,000$) menunjukkan penurunan yang signifikan pada kedua kelompok namun tingkat penurunan lebih tinggi pada kelompok elektroakupunktur.

Pada penelitian (2019) memberikan intervensi *akupresur* pada titik LI4, ST36, SP6, pada pasien dengan keluhan dismenore. Jaringan saraf akan memberikan rangsangan pada sistem endorfin untuk melepaskan endorfin sesuai kebutuhan tubuh dan diharapkan dapat mengurangi nyeri saat menstruasi.

Pada penelitian Sari dan Usman (2020) setelah dilakukan intervensi terapi *akupresur* dilakukan pada titik penekanan LI 4 (hegu) dan ST 36 bilateral sebanyak 30 kali selama 3 hari berturut-turut pada saat menstruasi terdapat penurunan kualitas nyeri dismenore.

Pada penelitian yang dilakukan Sari dan Listriani (2021) dengan menggabungkan *akupresur* dan minuman diberikan pada pagi dan sore hari selama menstruasi dari hari pertama sampai hari kedua. Di dapatkan hasil ada efektivitas pemberian *akupresure*, minuman jahe, dan ada perbedaan pemberian *akupresure* dan minuman jahe terhadap intensitas nyeri haid/Dismenore pada Remaja Putri.

Pada penelitian Jatnika dkk (2022) kelompok intervensi dilakukan intervensi terapi *akupresur* pada titik SP 6, sedangkan pada kelompok kontrol tidak dilakukan hanya diberikan edukasi tentang terapi *akupresur* dan setelah itu pemeriksaan skala nyeri (post test). Terapi *akupresur* yang dilakukan pada titik SP 6 selama 20 menit untuk 2 bulan berturut-turut terbukti efektif dapat menurunkan nyeri dismenorea pada mahasiswi Kesehatan, UNJANI. Terapi

akupresur merupakan terapi yang terbukti efektif jika dilakukan secara rutin dan jangka panjang.

Pada penelitian Rifiana dkk (2023) dengan intervensi yang dilakukan adalah pijat *akupresur* pada bagian titik hegu (LI4) dilakukan selama 7 hari terdapat perbedaan yang signifikan intensitas nyeri setelah dan sebelum intervensi dilakukan. Terdapat pengaruh *akupresur* terhadap Dismenore pada remaja putri dengan p value 0,000.

Terapi *akupresur* dengan cara memijat titik akupunktur dengan menggunakan jari dapat merangsang pengeluaran endorfin yang dapat membuat relaksasi otot dan pengurangan nyeri (Movahedi et al, 2017).

Pemijatan yang dilakukan adalah searah jarum jam sebanyak 30 putaran selama 3-5 menit. Dalam pemijatan, sebaiknya jangan terlalu keras dan membuat pasien kesakitan. Pemijatan yang benar harus dapat menciptakan sensasi rasa (nyaman, pegal, panas, gatal, perih, kesemutan, dan lain sebagainya). Apabila sensasi rasa dapat tercapai maka di samping sirkulasi chi (energi) dan xue (darah) lancar, juga dapat merangsang keluarnya hormon endomorfine hormon sejenis morfin yang dihasilkan dari dalam tubuh untuk memberikan rasa tenang (Ridwan, 2015).

Setelah melalui beberapa tahap *literature review* peneliti berasumsi bahwa terapi *akupresur* berpengaruh pada penurunan nyeri dismenore. Terapi *akupresur* efektif dilakukan dengan rata-rata durasi pemijatan 2-10 menit

selama 3 hari. Setelah pemijatan dilakukan secara langsung meningkatkan endorfin sehingga akan mempercepat penyembuhan nyeri.