

**PENGARUH PEMBERIAN TERAPI AKUPRESURE TITIK HEGU (Li4)
TERHADAP SKALA NYERI *DISMENORE* PRIMER PADA SISWI
DI SMA NEGERI 1 KASIHAN**

Anggi Putriyani¹ Fatimah Dewi Anggraeni² Eniyati³

INTISARI

Latar Belakang: *Dismenore* primer merupakan keluhan nyeri haid yang sering dialami remaja dan berdampak pada aktivitas sehari-hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa akupresur titik Hegu (LI4) efektif menurunkan intensitas nyeri haid dengan uji *Wilcoxon* diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Dengan demikian, akupresur LI4 dapat dijadikan alternatif non-farmakologi dalam mengatasi nyeri menstruasi pada remaja..

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi akupresure titik hegu (Li4) terhadap skala nyeri *dismenore* primer pada siswi di SMA Negeri 1 Kasihan.

Metode: Jenis penelitian *pra-eksperimental* dengan rancangan *one group pretest–posttest design*. Jumlah populasi 40 siswi dengan jumlah sampel sebanyak 31 siswi kelas XI yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Skala nyeri diukur menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Data dianalisis menggunakan uji non parametrik yaitu uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata (mean) skala nyeri sebelum diberikan akupresur adalah 6,61 (kategori nyeri sedang–berat), sedangkan sesudah akupresur menurun menjadi 0,35 (kategori tidak nyeri–nyeri ringan). Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh signifikan pemberian akupresur titik Hegu (LI4) terhadap penurunan nyeri *dismenore* primer.

Kesimpulan: Terdapat pengaruh yang signifikan pemberian akupresur titik Hegu (LI4) terhadap penurunan skala nyeri *dismenore* primer pada siswi SMA Negeri 1 Kasihan Kelas XI.

Kata Kunci: *Dismenore* primer, akupresure titik hegu (Li4), remaja putri

THE EFFECT OF HEGU PONT (LI4) ACUPRESSURE THERAPY ON THE PAIN SCALE OF PRIMARY DYSMENORE IN FEMALE IN STUDENTS AT SMA NEGERI 1 KASIHAN

Anggi Putriyani¹ Fatimah Dewi Anggraeni² Eniyati³

Abstrac

Background: Primary *dysmenorrhea* is a common complaint of menstrual pain experienced by adolescents and impacting daily activities. The results showed that acupressure at the Hegu point (LI4) was effective in reducing menstrual pain intensity, with a Wilcoxon test showing a p-value of 0.000 ($p < 0.05$). Therefore, LI4 acupressure can be used as a non-pharmacological alternative to manage menstrual pain in adolescents.

Objective: To determine the effect of acupressure therapy on the Hegu point (LI4) on the pain scale of primary dysmenorrhea in female students at Kasihan 1 State Senior High School.

Method: This study used a pre-experimental study with a one-group pretest–posttest design. The population was 40 female students, with a sample size of 31 eleventh-grade students selected using a purposive sampling technique. Pain was measured using the Numeric Rating Scale (NRS). Data were analyzed using a non-parametric test, the Wilcoxon Signed Rank Test.

Results: The results showed that the average pain scale before acupressure was 6.61 (moderate–severe pain category), while after acupressure the pain scale decreased to 0.35 (no pain–mild pain category). The statistical test results showed a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a significant effect of acupressure on the Hegu point (LI4) on reducing primary dysmenorrhea pain.

Conclusion: There was a significant effect of acupressure on the Hegu point (LI4) on reducing primary dysmenorrhea pain in eleventh-grade female students at Kasihan 1 State Senior High School.

Keywords: *Primary dysmenorrhea, acupressure Hegu point (LI4), adolescent girls*