

## ABSTRAK

Menstruasi adalah pendarahan dari rahim wanita yang disertai dengan luruhnya lapisan rahim atau endometrium. Beberapa wanita usia subur akan mengalami kram pada saat menstruasi keadaan ini disebut dengan dismenorea. Faktanya bahwa ada beberapa terapi alternatif yang dapat digunakan untuk meredakan nyeri pada saat menstruasi yaitu terapi akupresur.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh terapi akupresur pada intensitas nyeri *dismenorea* primer pada mahasiswi semester VII Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam. Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen mix kualitatif dengan pendekatan eksperimen murni menggunakan desain penelitian kuasi eksperimen desain dengan rancangan non equivalent control group dimana terdiri dari dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswi Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam semester VII yang berjumlah 174 mahasiswi. Sampel penelitian ini adalah mahasiswi program studi Tasawuf dan Psikoterapi berjumlah 39 mahasiswi, yang mana mahasiswi yang mengalami nyeri haid berjumlah 14 mahasiswi.

Hasil penelitian ini adalah adanya pengaruh terapi akupresur terhadap intensitas nyeri *dismenorea* primer yaitu dari 7 subjek kelompok eksperimen saat dilakukan pretest mendapatkan hasil: 2 mahasiswi mengalami nyeri berat, 4 mengalami nyeri sedang dan 1 mengalami nyeri ringan. Setelah dilakukan terapi selama sebulan penuh yaitu dari tanggal 27 Januari 2023- 27 Februari 2023 yang mana subjek diberikan terapi sebanyak 2 kali dalam seminggu terdapat penurunan terhadap tingkat nyeri dimana 2 mahasiswi mengalami nyeri sedang, 2 mengalami nyeri ringan dan 2 mahasiswi yang tidak lagi merasakan nyeri *dismenorea*. Sedangkan pada kelompok kontrol tidak ada perubahan pada tingkat nyeri yang dirasakan subjek. Hasil pretest pada kelompok kontrol 2 mahasiswi mengalami nyeri berat dan 5 mengalami nyeri sedang setelah posttest mendapatkan hasil 2 mahasiswi mengalami nyeri berat dan 5 mengalami nyeri berat sehingga kelompok kontrol ini berfungsi sebagai mana mestinya. Dapat kita simpulkan bahwa terdapat perubahan yang signifikan terapi akupresur terhadap intensitas nyeri *dismenorea* primer pada mahasiswi semester VII Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam. Penurunan tingkat nyeri ini menandakan bahwa terapi akupresur dapat menjadi pengobatan alternatif untuk mengatasi nyeri *dismenorea* primer. Diharapkan agar penelitian selanjutnya menggunakan teknik penekanan pada titik-titik akupresur yang lainnya baik sebagai titik tunggal maupun sebagai titik kombinasi dalam menurunkan tingkat nyeri *dismenorea*. Peneliti juga menyarankan agar penelitian selanjutnya menggunakan alternatif pengobatan tradisional lainnya yang dapat menurunkan tingkat nyeri *dismenorea*.

**Kata kunci:** *Dismenorea*, Mahasiswi, Terapi Akupresur.