

**PENGARUH SELF TAPPING TERHADAP PENURUNAN LEVEL NYERI
DYSMENORHEA PRIMER PADA MAHASISWI PROGRAM STUDI ILMU
KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS GADJAH MADA**

Hikmahtika Wulaning Akbar¹⁾, Wiwin Lismidiati²⁾, Wenny Artanty Nisman²⁾

INTISARI

Latar Belakang : *Dysmenorrhea* primer adalah nyeri pada perut bagian bawah yang dirasakan pada saat menstruasi tanpa adanya kelainan pada panggul. Banyaknya gejala yang muncul saat *dysmenorrhea* dapat berpengaruh pada aktivitas kerja dan aktivitas sehari – hari. Ada beberapa manajemen nyeri untuk mengatasi *dysmenorrhea* primer, salah satunya adalah dengan *self tapping*. **Tujuan :** Untuk mengetahui pengaruh terapi *self tapping* terhadap level nyeri *dysmenorrhea* primer pada mahasiswa PSIK FK UGM.

Metode : Penelitian ini adalah jenis penelitian *non equivalent pre-test-post-test with control group*.. Pada kelompok intervensi diberikan perlakuan *self tapping* , sedangkan pada kelompok kontrol diberikan perlakuan nafas dalam. Pengukuran level nyeri *dysmenorrhea* primer dilakukan menggunakan instrumen *Numerical Rating Scale* (NRS) dengan skala 1-10. Jumlah responden sebanyak 60 orang. Untuk mengetahui perbandingan level nyeri sebelum dan sesudah terapi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol, dilakukan uji statistik *Wilcoxon*. Sedangkan untuk membandingkan perbedaan level nyeri antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dilakukan uji statistik *Mann Whitney*.

Hasil : Terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan nilai $p=0,007$.

Kesimpulan : Terdapat pengaruh terapi *self tapping* terhadap terhadap level nyeri *dysmenorrhea* primer pada mahasiswa PSIK FK UGM.

Kata kunci: level nyeri, *dysmenorrhea* primer, *self tapping*

1. Program Studi Ilmu Keperawatan , Fakultas Kedokteran, UGM

2. Bagian Maternitas Program Studi Ilmu Keperawatan , Fakultas Kedokteran, UGM

ABSTRACT

Background: Primary Dysmenorrhea is a pain in the lower abdomen felt during the menstruation without any abnormalities in the pelvis. Many symptoms that appear on dysmenorrhea may impact the daily works and activities. There is some pain management to cope with primary dysmenorrhea, one of which is with self tapping.

Aim: To determine the therapeutic effect of self tapping to the pain level of primary dysmenorrhea on students of PSIK, Medical Faculty, UGM.

Method: This research is a *non equivalent pre-test-post-test with control group*. The intervention group was given self tapping treatment, while the control group was given treatment in a breath. Primary dysmenorrhea pain level was measured using Numerical Rating Scale (NRS) instrument with a scale of 1-10. There are 60 respondents. To find out the comparison of the level of pain before and after treatment in the intervention group and the control group, the researcher performed Wilcoxon statistical tests. As for comparing the difference in pain levels between the intervention group and the control group, the researcher performed Mann Whitney statistical test.

Result: There was a significant difference in the intervention group and the control group, with p value=0.007.

Conclusion: There is an effect of self tapping therapy for primary dysmenorrhea pain level on students of PSIK, Medical Faculty, UGM.

Keywords: pain level, primary dysmenorrhea, self tapping