

Lampiran 2 Persetujuan Judul



YAYASAN KESEJAHTERAAN WARGA PERAWATAN PERAWAT
NASIONAL INDONESIA

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO

<http://www.ubs-ppni.ac.id>
fikes@ubs-ppni.ac.id

0321-390203
Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

Lembar Pengajuan Judul Skripsi

Judul proposal Skripsi ini telah disetujui untuk selanjutnya dilakukan penyusunan proposal penelitian,

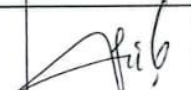
Judul Proposal : **PENGARUH EDUKASI KESEHATAN AKUPRESUR SP6 DAN LI4 TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG AKUPRESUR SP6 DAN LI4 DI SMAN 1 NGORO KABUPATEN MOJOKERTO**

Nama Mahasiswa : Nur Aisyah Faridatul Maula

NIM : 202205007

PRODI : S1 KEBIDANAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Disetujui oleh:

Pembimbing	Nama Pembimbing	Tanggal Disetujui	Tanda Tangan
Pembimbing I	Naning Puji S, SST., Bd., M.Kes NIK. 162 601 069	12/05 2022	
Pembimbing II	Lida Khalimatus S, S.SiT., Bd., M.Kes NIK. 162 601 103	12/05 2022	

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Lampiran 3 Surat Izin Penelitian

	Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI FAKULTAS ILMU KESEHATAN FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL	
	http://www.ubs-ppni.ac.id info@ubs-ppni.ac.id	☎ 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223 📍 Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

Nomor : IV.a/007/SP-Fikes/ 06/ 2026
 Lampiran :
 Perihal : **Permohonan Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian**

Yth. Pimpinan : SMAN 1 NGORO
 di Tempat

Dengan hormat,
 Sehubungan dengan penyelesaian Tugas Akhir/Skripsi mahasiswa Program Studi Ilmu Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO, kami memohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin kepada mahasiswa kami tersebut di bawah ini:

Nama : NUR AISYAH FARIDATUL MAULA
 NIM : 202205007
 Program Studi : ILMU KEBIDANAN
 Jenjang : S-1
 No. Telepon : 085806355761

Untuk melakukan **Studi Pendahuluan dan Pengambilan Data Penelitian** di instansi yang Bapak/Ibu pimpin. Adapun judul penelitian yang akan diangkat adalah:

"PENGARUH EDUKASI KESEHATAN AKUPRESUR SP6 DAN LI4 TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG AKUPRESUR SP6 DAN LI4 DI SMAN 1 NGORO KABUPATEN MOJOKERTO"

Kegiatan ini direncanakan akan berlangsung pada **29 Januari 2026** sampai dengan **30 Juni 2026**. Data yang diperoleh semata-mata hanya akan digunakan untuk kepentingan akademis.
 Demikian surat permohonan ini kami sampaikan. Atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu, kami ucapkan terima kasih.

Mojokerto, 15 Juni 2026
 Dekan,
 Fakultas Ilmu Kesehatan

Dr. Lilik Mardiatul S. Kep. Ns., M. Kes
 NIK. 162.601.015

Tembusan :
 Kepala Sekolah SMAN 1 Ngoro


UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO

Lampiran 4 Balasan Surat Balasan Penelitian



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 1 NGORO
 Jalan Candi Jolotundo, Kutogirang, Ngoro, Mojokerto, Jawa Timur 61385
 Laman :: sman1ngoromojokerto.sch.id Pos-el :: sman1ngoro.mojokerto@gmail.com
 Telepon : (0321) 6819922

SURAT KETERANGAN
 Nomor : 421.3 / 125 / 101.6.27.12 / 2026

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama	: CHOIRUL IHSAN, S.Pd., MM
NIP	: 19720416 200801 1 019
Pangkat / Gol	: Penata Tk. I / III.d
Jabatan	: Kepala Sekolah

Menerangkan bahwa :

Nama	: NUR AISYAH FARIDATUL MAULA
NIM	: 202205007
Program Studi	: S1 Ilmu Kebidanan
Universitas	: Universitas Bina Sehat PPNI

Adalah bahwa nama tersebut diatas diberikan izin untuk melaksanakan studi pendahuluan dan pengambilan data penelitian di SMA Negeri 1 Ngoro Mojokerto dengan judul " **Pengaruh Edukasi Kesehatan Akupresur SP6 dan L14 Terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Akupresur SP6 dan L14 di SMAN 1 Ngoro Kabupaten Mojokerto**".

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Ngoro
 Pada tanggal : 18 Juni 2026
 Kepala SMA Negeri 1 Ngoro



CHOIRUL IHSAN, S.Pd., MM
 Penata Tk. I / III.d
 NIP. 19720416 200801 1 019

Lampiran 5 Surat Layak Etik



E-JOURNAL BINA SEHAT

LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT (LP2M)
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO
 Jl. Raya Jabon KM 06 Mojoanyar Mojokerto



Surat Layak Etik
Research Ethics Approval
No.234/KEP/UBS-PPNI/VII/2026

Peneliti Utama : Nur Aisyah Faridatul Maula

Peneliti Anggota : Naning Puji Suryantini, S.ST., Bd., M.Kes, Lida Khalimatus Sa'diyah, S.SiT., Bd., M.Kes

Instansi asal : UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO

Judul Penelitian : Pengaruh Edukasi Kesehatan Akupresur SP6 dan LI4 terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Akupresur SP6 dan LI4 di SMAN 1 Ngoro Kabupaten Mojokerto

Komite Etik Penelitian (KEP) menyatakan bahwa usulan protokol penelitian ini telah memenuhi kelayakan etik berdasarkan 7 (tujuh) Standar dan Pedoman WHO tahun 2011 serta merujuk pada pemenuhan Pedoman CIOMS 2016 (terlampir).

Kelayakan etik ini berlaku selama satu tahun terhitung sejak tanggal diterbitkannya surat ini. Apabila penelitian belum selesai dalam kurun waktu tersebut, maka permohonan perpanjangan harus diajukan kembali. Setiap perkembangan dan penyelesaian penelitian diwajibkan untuk dilaporkan.

Segala bentuk perubahan beserta alasannya, termasuk potensi implikasi etik (jika ada), kejadian tidak diinginkan serius (KTD/KTDS) yang dialami partisipan beserta langkah penanganannya, serta peristiwa atau perkembangan tak terduga lainnya yang relevan, wajib dilaporkan. Termasuk pula perubahan personel dalam tim peneliti yang tidak dapat dihindari, harus diinformasikan kepada Komite Etik.

Mojokerto, 24 Juli 2026
 Ketua KEP UBS PPNI


 Amar Akbar, S.Kep.Ns.M.Kes Ph.D.

Masa berlaku:
 24 Juli 2026 - 24 Juli 2027

Lampiran 6 Permohonan Menjadi Responden

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Dengan hormat,

Yang bertanda tangan di bawah ini, Mahasiswa Program Studi S1 Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto:

Nama : Nur Aisyah Faridatul Maula

NIM : 202205007

Akan mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh Edukasi Kesehatan Akupresur SP6 dan LI4 terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Akupresur SP6 dan LI4 di SMAN 1 Ngoro Kabupaten Mojokerto”.

Untuk kepentingan diatas maka saya mohon kesediaan saudara untuk menjadi responden dalam penelitian ini.

Selanjutnya saya mohon saudara untuk memberikan jawaban secara jujur. Jawaban yang saudara berikan dijamin kerahasiaannya dan tidak perlu mencantumkan nama pada lembar kuesioner.

Demikian permohonan saya, atas kesediaan dan kerjasamanya, saya sampaikan terimakasih.

Mojokerto, 21 Mei 2026

Hormat saya,

Peneliti

Lampiran 7 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

INFORMED CONCENT

yang bertanda tangan dibawah ini

Kode Responden :

Kelas :

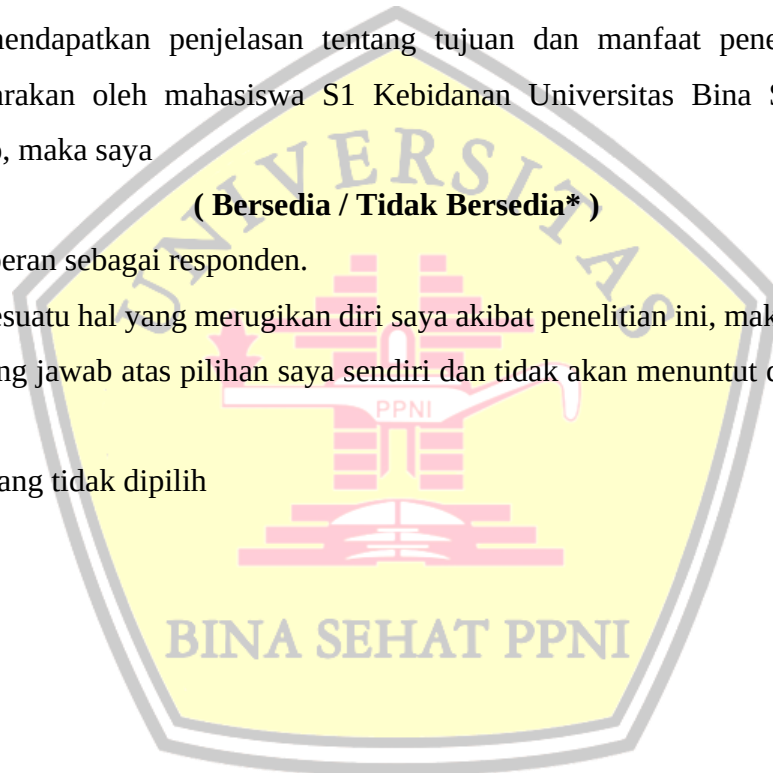
Setelah mendapatkan penjelasan tentang tujuan dan manfaat penelitian yang diselenggarakan oleh mahasiswa S1 Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, maka saya

(Bersedia / Tidak Bersedia*)

Untuk berperan sebagai responden.

Apabila sesuatu hal yang merugikan diri saya akibat penelitian ini, maka saya akan bertanggung jawab atas pilihan saya sendiri dan tidak akan menuntut di kemudian hari.

*) Coret yang tidak dipilih



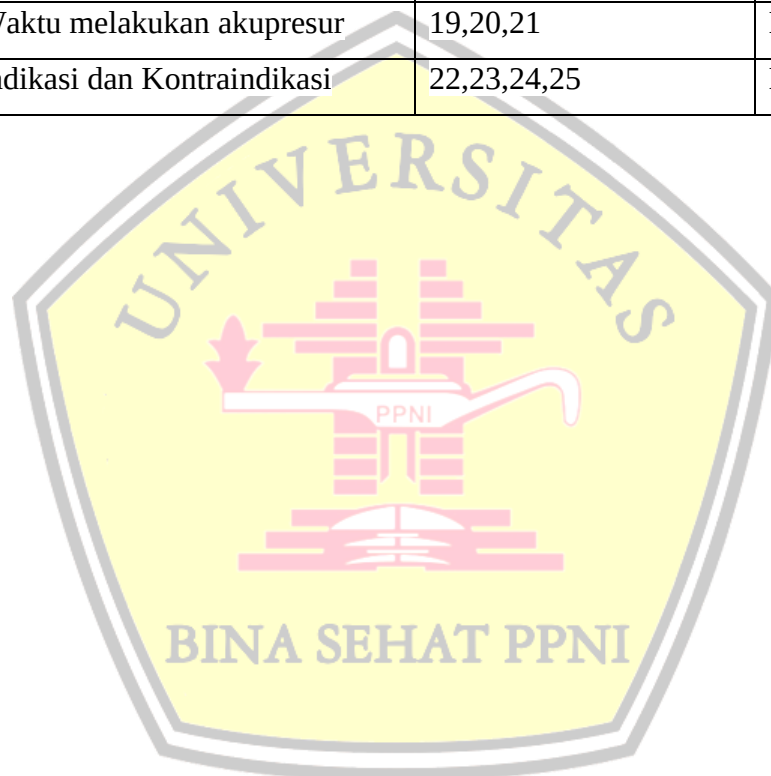
Mojokerto, 21 Mei 2026

Yang Bersangkutan

Lampiran 8 Kisi Kisi Instrumen

Kisi-kisi instrumen pengetahuan remaja putri tentang akupresur SP6 dan LI4

No	Indikator	Nomor Item	Kunci
1.	Pengertian Akupresur	1,2,3	D,A,B
2.	Manfaat	4,5,6,7,8	B,A,B,B,D
3.	Akupresur Titik SP6	9,10,11	C,B,D
4.	Akupresur Titik LI4	12,13,14	C,C,B
5.	Teknik melakukan akupresur	15,16,17,18	B,B,C,D
6.	Waktu melakukan akupresur	19,20,21	B,C,A
7.	Indikasi dan Kontraindikasi	22,23,24,25	D,D,C,D



Lampiran 9 Kuesioner

LEMBAR KUESIONER

"Pengaruh Edukasi Kesehatan Akupresur SP6 dan LI4 terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Akupresur SP6 dan LI4 di SMAN 1 Ngoro Kabupaten Mojokerto"

Kode Responden:

Umur:

Kelas:

Apakah pernah mendapatkan informasi tentang akupresur?

☐

Ya

☐

Tidak

Jika ya, sumber informasi tentang akupresur berasal dari:

☐

Tenaga Kesehatan

☐

Internet/Media massa

☐

Buku/artikel

☐

Teman/keluarga

☐

Lainnya.....

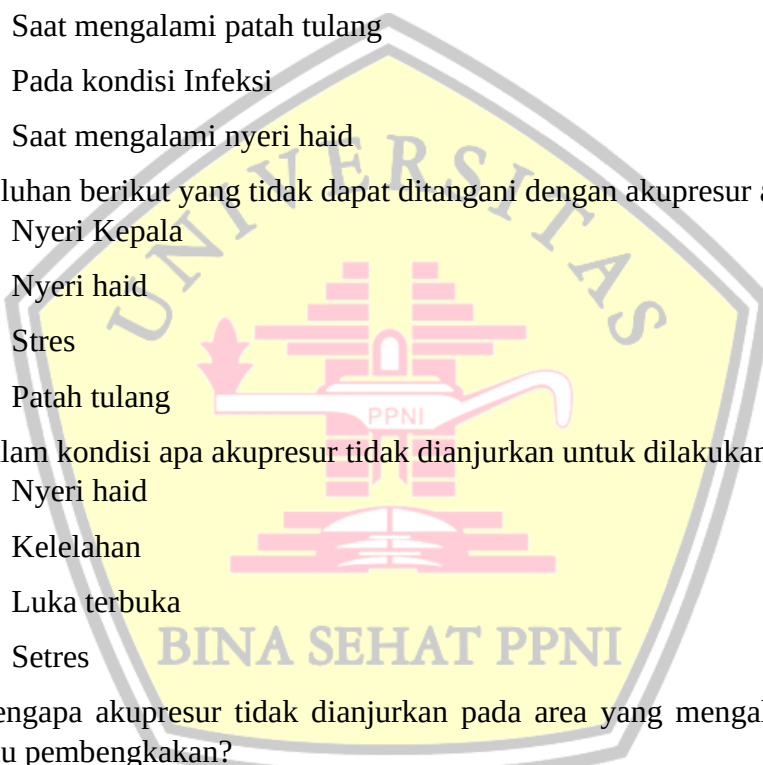
Petunjuk Pengisian:

1. Bacalah setiap pertanyaan dengan cermat
 2. Pilih satu jawaban yang menurut anda paling benar
 3. Beri tanda (X) pada huruf a,b,c,d di lembar soal yang sesuai dengan jawaban yang anda pilih
-
1. Apa yang dimaksud dengan akupresur?
 - a. Pemberian tekanan menggunakan jarum
 - b. Terapi dengan menggunakan kompres
 - c. Pemijatan secara acak pada tubuh
 - d. Teknik pijat tekan pada titik tertentu untuk penyembuhan
 2. Apa tujuan akupresur?
 - a. Merangsang titik tertentu pada tubuh untuk penyembuhan
 - b. Membuat tubuh lelah

- c. Mengobati penyakit dengan operasi
 - d. Menghilangkan rasa lapar
3. Akupresur merupakan terapi
- a. obat keras
 - b. alami tanpa obat
 - c. berbahaya
 - d. bedah
4. Apa tujuan akupresur untuk remaja putri
- a. Menghilangkan menstruasi
 - b. Mengurangi nyeri menstruasi
 - c. Menambah berat badan
 - d. Menghentikan hormon
5. Apa saja manfaat akupresur selain untuk mengurangi nyeri?
- a. Membantu mengatasi stress, kecemasan, gangguan tidur, dan kelelahan
 - b. Menyebabkan stress dan kelelahan
 - c. Tidak memiliki manfaat lain
 - d. Hanya untuk menambah energi
6. Akupresur dapat membantu mengurangi
- a. Lapar
 - b. Nyeri
 - c. Haus
 - d. Lelah
7. Akupresur dapat membantu tubuh menjadi
- a. Tegang
 - b. Rileks
 - c. Kaku
 - d. Lelah
8. Akupresur dapat membantu mengurangi ketegangan pada bagian tubuh tertentu, yaitu

- a. Tulang
 - b. Kuku
 - c. Rambut
 - d. Otot
9. Apa yang dimaksud titik akupresur sanyinjao (SP6)?
- a. Pijatan dibelakang kepala
 - b. Penekanan pada titik diantara jari kaki pertama dan kedua
 - c. Penekanan pada titik 4 jari diatas mata kaki bagian dalam
 - d. Pemijatan dipunggung bawah
10. Bagaimana cara melakukan akupresur pada titik SP6?
- a. Dipukul dengan keras
 - b. itekan menggunakan ibu jari atau telunjuk
 - c. Di kompres
 - d. Digosok dengan cepat
11. Apa tujuan terapi akupresur SP6
- a. Menghambat aliran darah
 - b. Menambah rasa sakit
 - c. Membuat tubuh kaku
 - d. Melancarkan aliran darah
12. Apa yang dimaksud dengan akupresur titik hegu (LI4)
- a. Penekanan titik saraf di punggung bawah
 - b. Pijatan dibawah lutut untuk relaksasi
 - c. Penekanan pada titik di antara ibu jari dan telunjuk
 - d. Pemijatan di perut bagian bawah untuk nyeri haid
13. Apa manfaat dari akupresur titik hegu (LI4)
- a. Membuat tubuh lemah
 - b. Menghentikan aliran darah
 - c. Mengurangi nyeri
 - d. Mengurangi energi tubuh
14. Bagaimana cara melakukan akupresur pada titik LI4
- a. Ditiup secara perlahan

- b. Ditekan menggunakan jari
 - c. Digosok dengan kain
 - d. Diberi air hangat
15. Bagaimana teknik dasar akupresure dilakukan?
- a. Dipukul ringan selama 10 menit
 - b. Memutar, menekan, menepuk, mengetuk
 - c. diputar dengan alat selama 15 menit
 - d. dicubit kuat-kuat tanpa henti
16. Tekanan pada titik akupresur dilakukan dengan cara
- a. cepat
 - b. sedang dan stabil
 - c. tidak teratur
 - d. ringan
17. Penekanan akupresur dapat dilakukan
- a. Sekali saja
 - b. Tidak boleh diulang
 - c. Berulang sesuai kebutuhan
 - d. Dilakukan sewaktu-waktu tanpa ketentuan
18. Bagaimana cara melakukan tekanan pada teknik tekanan dalam akupresur?
- a. Dilakukan secara sembarangan
 - b. Dilakukan tanpa arah yang jelas
 - c. Dilakukan dengan sangat cepat
 - d. Dilakukan secara terkontrol dan terarah
19. Berapa lama penekanan yang dilakukan pada setiap titik akupresur?
- a. 10 detik
 - b. 1-2 menit
 - c. menit
 - d. detik
20. Kapan akupresur paling efektif dilakukan?
- a. Sebelum tidur
 - b. Saat tidak mengalami nyeri

- c. Saat mengalami nyeri
 - d. Setelah makan
21. Apakah yang terjadi jika akupresur dilakukan secara rutin saat nyeri?
- a. Nyeri berkurang secara bertahap
 - b. Nyeri tidak dapat hilang
 - c. Nyeri tetap sama
 - d. Nyeri meningkat
22. Kapan akupresur perlu dilakukan?
- a. Saat ada luka terbuka
 - b. Saat mengalami patah tulang
 - c. Pada kondisi Infeksi
 - d. Saat mengalami nyeri haid
23. Keluhan berikut yang tidak dapat ditangani dengan akupresur adalah?
- a. Nyeri Kepala
 - b. Nyeri haid
 - c. Stres
 - d. Patah tulang
24. Dalam kondisi apa akupresur tidak dianjurkan untuk dilakukan?
- a. Nyeri haid
 - b. Kelelahan
 - c. Luka terbuka
 - d. Setres
25. Mengapa akupresur tidak dianjurkan pada area yang mengalami infeksi atau pembengkakan?
- a. Tidak menimbulkan sensasi
 - b. Sulit dilakukan
 - c. Tidak memberikan manfaat
 - d. Dapat memperburuk kondisi
- 
- The image contains a large, semi-transparent watermark logo in the center. It is a yellow shield-shaped emblem with a grey border. Inside the shield, there is a stylized red and white graphic of a traditional Indonesian building (Gedong) with a curved roof. Above the building, the word 'UNIVERSITAS' is written in a semi-circle. Below the building, the text 'BINA SEHAT PPNI' is written in a bold, sans-serif font. The letters 'PPNI' are also visible in a smaller font above the building's roofline.

Lampiran 10 Satuan Acara Penyuluhan (SAP)

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

**PENGARUH EDUKASI KESEHATAN AKUPRESUR SP6 DAN LI4
TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG
AKUPRESUR SP6 DAN LI4 DI SMAN 1 NGORO KABUPATEN
MOJOKERTO**



NAMA: NUR AISYAH FARIDATUL MAULA

NIM: 202205007

PROGRAM STUDI S1 ILMU KEBIDANAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

MOJEKERTO

2026

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

PENGARUH EDUKASI KESEHATAN AKUPRESUR SP6 DAN LI4 TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG AKUPRESUR SP6 DAN LI4 DI SMAN 1 NGORO KABUPATEN MOJOKERTO

Topik : Edukasi Akupresur SP6 dan LI4

Sasaran : Siswi Kelas XI SMAN 1 Ngoro Kabupaten Mojokerto

Tempat : Aula Sekolah SMAN 1 Ngoro

Tanggal : 20 Mei 2026

Penyuluh : Nur Aisyah Faridatul Maula

1. Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Setelah dilakukan edukasi kesehatan, remaja putri kelas XI diharapkan dapat mengetahui dan memahami tentang akupresur LI4 dan SP6.

b. Tujuan Khusus

Setelah dilakukan edukasi kesehatan, diharapkan remaja putri kelas XI mampu:

- a) Memahami pengertian akupresur
- b) Memahami manfaat akupresur
- c) Memahami pengertian akupresur titik SP6 dan LI4
- d) Memahami teknik melakukan akupresur
- e) Memahami waktu yang tepat melakukan akupresur
- f) Memahami Indikasi dan Kontraindikasi akupresur

2. Materi Penyuluhan

Terlampir

3. Metode

- a. Ceramah
- b. Diskusi/Tanya Jawab

4. Media

a. Power Point

5. Kegiatan Penyuluhan

No	Langkah-langkah	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan sasaran
1.	Pendahuluan	5 menit	a. Memberi salam b. Memperkenalkan diri c. Menjelaskan maksud dan tujuan d. Menjelaskan proses jalannya acara penyuluhan e. Menjelaskan cara pengisian kuesioner dan informed consent	a. Menjawab salam b. Memperhatikan c. Menyampaikan pendapat dan mengajukan pertanyaan
2.	Pre test	25 menit	a. Membagikan informed consent b. Membagikan kuesioner pre test c. Mengawasi pengisian kuesioner	Mengisi informed consent dan mengerjakan kuesioner pre test
3.	Penyajian	30 menit	Memberikan materi penyuluhan kepada remaja putri kelas XI mengenai: a. Pengertian Akupresur b. Manfaat	Memperhatikan dan mendengarkan dengan seksama

			c. Akupresur titik SP6 d. Akupresur titik LI4 e. Teknik Melakukan Akupresur f. Waktu yang tepat melakukan akupresur g. Indikasi dan Kontraindikasi akupresur	
4.	Ice breaking	5 menit	a. Memberikan kegiatan ice breaking dengan cara bermain tepuk jari serta memberikan kuis tanya jawab mengenai materi yg telah disampaikan. b. Memberikan kesempatan pada siswi untuk bertanya	a. Mengikuti dengan baik. b. Menjawab pertanyaan dan bertanya
5.	Post test	25 menit	a. Membagikan kuesioner post test b. Mengawasi pengisian kuesioner	Mengerjakan kuesioner

6.	Penutup	5 menit	a. Mengucapkan terimakasih atas peran serta dari peserta b. Mengucapkan salam penutup c. Sesi foto bersama	a. Mendengarkan b. Menjawab salam
----	---------	---------	--	--



MATERI PENYULUHAN

PENGARUH EDUKASI KESEHATAN AKUPRESUR SP6 DAN LI4 TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG AKUPRESUR SP6 DAN LI4 DI SMAN 1 NGORO KABUPATEN MOJOKERTO

1. Pengertian Akupresur

Akupresur yaitu salah satu metode pengobatan tradisional Tiongkok yang telah dikenal dan digunakan selama beribu-ribu tahun. Terapi ini dilakukan dengan menekan atau pijatan pada titik-titik akupresur tertentu dalam tubuh. Tujuan utama akupresur adalah untuk merangsang kemampuan tubuh alami dalam penyembuhan diri sendiri melalui pemulihan keseimbangan energi yang positif di dalam tubuh. Istilah akupresur berasal dari kata *acus* yang berarti jarum dan *pressure* yang berarti tekanan. Akupresur yaitu salah sebuah teknik terapi yang diterapkan dengan memberi rangsangan pada titik-titik akupunktur melalui teknik penekanan atau stimulasi mekanis tanpa menggunakan jarum (Khotimah 2021).

Metode pengobatan yang diterapkan terapi akupresur dengan menekan atau pijatan di titik-titik akupunktur tertentu tanpa menggunakan jarum, melainkan menggunakan jari tangan sebagai alat utamanya. Terapi ini dilakukan dengan pijatan pada titik-titik meridian pada tubuh untuk membantu proses penyembuhan. (Jatnika and Badrujamaludin 2022).

Akupresur yaitu salah satu metode terapi nonfarmakologis yang menggunakan teknik khusus dengan memberikan tekanan pada titik-titik akupunktur tertentu. Terapi ini bertujuan untuk meningkatkan kelancaran

aliran energi di dalam tubuh. Pijat pada akupresur sering disebut sebagai terapi tanpa jarum, meskipun memiliki prosedur dan teknik yang berbeda, namun tetap berlandaskan pada prinsip yang sama. Pemijatan pada titik-titik tertentu diketahui dapat memicu pelepasan hormon endorfin dalam tubuh, sehingga membantu menurunkan persepsi nyeri. Selain itu, terapi akupresur dapat meningkatkan sirkulasi darah dan mencegah terjadinya penumpukan aliran darah di area rahim, sehingga berkontribusi dalam mengurangi rasa nyeri, khususnya nyeri haid (Khotimah, 2021).

2. Manfaat Akupresur

Titik-titik akupresur terletak pada permukaan kulit dan memiliki sensitivitas bioelektrik tertentu. Pemberian stimulasi pada titik-titik tersebut dapat merangsang pelepasan hormon endorfin berperan sebagai pereda nyeri alami dari tubuh. Dampaknya, persepsi nyeri dapat ditekan, sementara aliran darah dan oksigen ke area yang distimulasi menjadi lebih lancar. Kondisi ini membantu merilekskan otot serta mendukung proses penyembuhan (Soleha et al. 2025).

Pemberian tekanan pada titik akupresur dapat mempengaruhi kenaikan produksi endorfin di dalam tubuh. Endorfin merupakan zat alami yang dihasilkan oleh tubuh dan berfungsi sebagai pereda nyeri. Pelepasan endorfin dikendalikan oleh sistem saraf, salah satunya melalui stimulasi berupa penekanan pada titik-titik akupresur. Tekanan pada titik akupunktur mampu memicu sistem endokrin untuk melepaskan endorfin dalam jumlah tertentu. Apabila endorfin yang dilepaskan sesuai dengan kebutuhan tubuh,

maka nyeri yang timbul selama menstruasi atau dismenore dapat berkurang (Soleha et al. 2025). Akupresur memiliki beberapa manfaat, antara lain:

5) Mengurangi gejala PMS (Premenstrual Syndrome)

Premenstrual syndrome sering dialami oleh perempuan dan dapat menimbulkan keluhan seperti kram perut, nyeri payudara, serta ketidaknyamanan lainnya. Penerapan akupresur dapat membantu meredakan gejala-gejala yang muncul menjelang menstruasi.

6) Mengurangi rasa nyeri

Akupresur berperan dalam menurunkan intensitas nyeri, seperti nyeri punggung, nyeri menstruasi, maupun nyeri setelah tindakan operasi. Manfaat ini terjadi karena akupresur dapat memicu pelepasan hormon endorfin di dalam tubuh. Hormon endorfin sebagai pereda nyeri alami sekaligus memberikan rasa nyaman dan perasaan positif.

7) Meredakan stres dan kecemasan

Dalam kehidupan sehari-hari, gangguan psikologis seperti stres, kecemasan, bahkan depresi dapat dialami oleh siapa saja dan berpengaruh terhadap kualitas hidup. Penerapan akupresur membantu menurunkan tingkat stres dan cemas sehingga tubuh dan pikiran menjadi lebih rileks.

8) Meningkatkan kualitas tidur

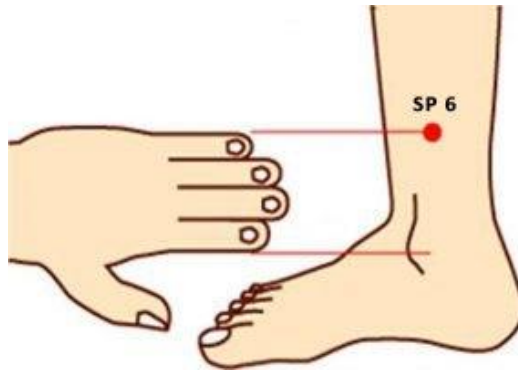
Akupresur membantu memperbaiki kualitas tidur dapat merangsang pelepasan hormon endorfin dalam tubuh. Terapi ini berperan untuk mengurangi ketegangan otot dan nyeri pada sendi, sehingga tubuh lebih nyaman dan tidur menjadi lebih nyenyak.

3. Akupresur Titik Sanyinjiao (Sp6)

Titik akupresur SP6 berperan dalam memperkuat fungsi limpa serta membantu menjaga keseimbangan unsur Yin dan Yang, ginjal, hati, dan darah. Selain itu, stimulasi pada titik ini dapat melancarkan aliran dan sirkulasi darah. Titik Sanyinjiao memiliki karakteristik khusus karena merupakan titik pertemuan tiga meridian Yin pada ekstremitas bawah (Soleha et al. 2025).

Konsep pengobatan tradisional Tiongkok, rahim memiliki keterkaitan dengan organ ginjal dan jantung melalui jalur meridian tertentu, serta menerima suplai darah dari hati. Apabila aliran darah yang menuju hati tidak optimal, maka suplai darah ke rahim juga akan berkurang. Kondisi tersebut dapat memicu terjadinya dismenore. Pemberian terapi akupresur pada titik Sanyinjiao (SP6) diketahui dapat membantu melancarkan suplai dan sirkulasi darah pada ketiga meridian yang berhubungan, sehingga berperan dalam mengurangi keluhan nyeri menstruasi (Rahmawati et al., 2022).

Titik SP6 (Sanyinjiao) merupakan salah satu titik akupresur yang paling sering dimanfaatkan untuk membantu meredakan nyeri haid atau dismenore. Titik ini berada di sisi dalam kaki bagian bawah, tepatnya sekitar empat jari di atas mata kaki bagian dalam, sedikit ke belakang dari tulang kering (tibia). Pemberian stimulasi pada titik SP6 dilakukan dengan menekan menggunakan ibu jari atau jari telunjuk secara perlahan selama beberapa 1-2 menit pada masing-masing kaki.

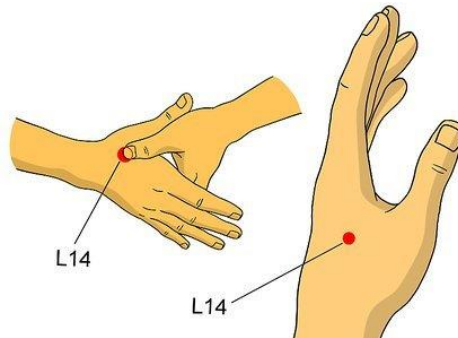


Gambar 2. 5 Titik SP6 (Sumber: *peakmassager.com*)

4. Akupresur Titik Hegu (LI4)

Titik LI4 (Hegu) yaitu salah satu titik akupresur yang banyak dimanfaatkan sebagai terapi nonfarmakologis untuk meredakan nyeri, termasuk nyeri menstruasi atau dismenoreia. Titik ini berada di punggung tangan, tepatnya pada sela antara ibu jari dan jari telunjuk. Pemberian tekanan pada titik LI4 dilakukan menggunakan jari dengan tujuan menstimulasi respons tubuh. Stimulasi tersebut dapat membantu mengurangi rasa nyeri dengan cara melancarkan aliran darah, merangsang pelepasan endorfin sebagai pereda nyeri alami, serta memengaruhi sistem saraf sehingga sensasi nyeri dapat berkurang (Wulandari, et al 2024).

Akupresur pada titik Hegu (LI4) merupakan teknik penekanan yang dilakukan pada area tangan. Titik ini berada di punggung tangan, tepatnya di sela antara ibu jari dan jari telunjuk, yaitu di antara tulang metakarpal pertama dan kedua. Lokasinya kira-kira terletak di bagian tengah tulang metakarpal kedua pada sisi radial. Teknik akupresur ini dilakukan dengan memberikan tekanan menggunakan jari untuk menstimulasi titik tersebut (Soleha et al. 2025).



Gambar 2. 6 Titik Hegu (LI4) (Sumber: newkidscenter.com)

5. Teknik Melakukan Akupresur

Akupresur dilakukan dengan memberikan tekanan pada titik-titik tertentu. Tekanan ini umumnya diberikan menggunakan ibu jari tangan hingga sekitar sepertiga ujung kuku, dengan penghitungan kurang lebih 30 kali tekanan, penekanan dilakukan dengan tekanan yang sedang dan stabil. Penekanan dapat dilakukan berulang sesuai kebutuhan (Soleha et al. 2025). Dalam teknik akupresur terdapat beberapa teknik stimulasi yang digunakan pada titik-titik akupresur atau *acupoints* untuk membantu merangsang respons tubuh (Akmila, 2024):

5) Menekan (Pressure / Pressing)

Teknik menekan dalam akupresur dilakukan dengan memberikan tekanan yang terkontrol dan terarah pada titik akupresur tertentu menggunakan ujung jari dengan tujuan membantu meningkatkan sirkulasi darah dan aliran energi tubuh serta berkontribusi dalam penurunan intensitas nyeri melalui stimulasi yang dilakukan secara konsisten.

6) Memutar (Circular Motion)

Teknik memutar dilakukan dengan menggerakkan jari secara perlahan membentuk pola melingkar pada area titik akupresur, yang

bertujuan membantu merelaksasi otot yang mengalami ketegangan serta mendukung kelancaran aliran energi di dalam tubuh.

7) Mengetuk (Tapping)

Teknik mengetuk dilakukan dengan memberikan ketukan ringan secara berulang pada titik-titik akupresur dengan ritme tertentu, seperti setiap 2-3 detik, menggunakan jari tengah atau kombinasi ibu jari dan telunjuk, sehingga stimulasi yang diberikan bersifat ringan dan tetap efektif dalam merangsang respons tubuh.

8) Menepuk (Percussion / Patting)

Teknik menepuk dilakukan dengan cara menepukkan telapak tangan yang terbuka pada titik atau area tertentu sebanyak beberapa kali, misalnya 5-10 kali, yang bertujuan membantu memperlancar aliran energi tubuh dan memberikan efek relaksasi ringan pada otot di area yang distimulasi.

6. Waktu yang Tepat Diberikan Akupresur

Akupresur merupakan terapi komplementer yang paling efektif apabila diberikan selama periode nyeri menstruasi, khususnya pada hari-hari awal menstruasi, ketika intensitas rasa nyeri atau kram biasanya paling tinggi. Intervensi akupresure sebaiknya dimulai sejak munculnya nyeri pada hari pertama menstruasi dan dapat dilanjutkan setiap hari selama nyeri masih dirasakan, karena penerapan yang konsisten selama periode nyeri dapat menurunkan intensitas nyeri secara bertahap dari hari ke hari (Hidayah et al. 2024).

Teknik akupresur dilakukan dengan menekan titik-titik akupresur tertentu, seperti SP6 (Sanyinjiao) dan LI4 (Hegu) yang telah terbukti memiliki efek analgesik pada nyeri menstruasi. Teknik ini dilakukan melalui penekanan atau pijatan pada setiap titik selama 1-2 menit (Mukaromah & Kurdi 2024). Tekanan ini dipercaya dapat merangsang pelepasan endorfin dan neurotransmitter seperti serotonin, sehingga membantu mengurangi persepsi nyeri, meningkatkan sirkulasi darah, serta mengurangi ketegangan otot di area panggul dan perut bagian bawah (Safety & Suryaningsih, 2024).

7. Indikasi dan Kontraindikasi Akupresur

a) Indikasi Akupresur adalah:

Akupresur adalah terapi komplementer yang dapat dimanfaatkan untuk membantu mengurangi berbagai keluhan kesehatan. Akupresure titik LI4 dan SP6 dapat dilakukan pada kondisi seperti nyeri haid (dismenore), nyeri gigi, nyeri kepala, serta nyeri otot dan sendi. Selain itu, akupresure dapat membantu mengatasi stres, kecemasan, gangguan tidur, dan kelelahan.

b) Kontraindikasi akupresur adalah:

Akupresur tidak dianjurkan pada area yang mengalami luka terbuka, infeksi, bengkak, patah tulang, atau cedera akut. Pada kondisi medis yang serius seperti penyakit jantung berat, kanker, atau keadaan darurat medis, akupresure tidak boleh dijadikan sebagai terapi utama. Oleh karena itu, penting untuk memastikan kondisi kesehatan sebelum melakukan terapi akupresur agar tetap aman dan efektif.

Lampiran 11 Hasil Pemilihan Secara Random Edukasi Kesehatan

No	Nama	Kelas
1	Ananda Rizki	XI 1
2	Donita Eveliana	XI 1
3	Dwi Anum	XI 1
4	Miftakhul	XI 1
5	Salwa S.	XI 1
6	Sheila Lady	XI 1
7	Angela Ayu	XI 2
8	Nabila J.	XI 2
9	Nur Lailatul M.	XI 2
10	Nur Lailatus	XI 2
11	Yus Rina	XI 2
12	Zahwa Martha	XI 2
13	Dwi Setyo	XI 3
14	Evi Putri	XI 3
15	Firda Dwi	XI 3
16	Nayla Aurelia	XI 3
17	Rini Widya	XI 3
18	Salwa Salsabila	XI 3
19	Adelia Shafira	XI 4
20	Amelia Prastika	XI 4
21	Carisa A.	XI 4
22	Jazilah Nadia	XI 4
23	Jihan Vanesa	XI 4
24	Nita Elis P.	XI 4
25	Abelia Rachma	XI 5
26	Alfiyah	XI 5
27	Bunga Dela	XI 5
28	Kaila Adelia	XI 5
29	Nazwa Salsabila	XI 5
30	Siti Rukhilah	XI 5
31	Syafira R.	XI 5
32	Ade Ayu C.	XI 6
33	Aisyah Ramadani	XI 6
34	Fitria Dwi	XI 6
35	Najwa Faradilla	XI 6
36	Nur Laili F.	XI 6
37	Wafiq Lutfiah	XI 6
38	Aisya Aulia	XI 7
39	Arsista N	XI 7
40	Azila Susanti	XI 7
41	Intan Eka	XI 7
42	Raisya Aulia	XI 7

43	Zaskia Ayunda	XI 7
44	Airin	XI 8
45	Melati Dwi	XI 8
46	Nadin Novia	XI 8
47	Nailah Jihan	XI 8
48	Puspita Dwi	XI 8
49	Rahma Naila	XI 8
50	Agni R.	XI 9
51	Aulia Yuwfikri	XI 9
52	Cindy Masnurillah	XI 9
53	Dinda Prasetya	XI 9
54	Nur Nazwa	XI 9
55	Nuril A	XI 9



Lampiran 12 Daftar Hadir Edukasi Kesehatan

DAFTAR HADIR EDUKASI KESEHATAN TENTANG AKUPRESUR TITIK SP6
DAN LI4 PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 1 NGORO KABUPATEN
MOJOKERTO

No	Nama	Kelas	TTD
1	AMARIONA RIZKI P.	XI 1	<i>[Signature]</i>
2	DANITA ERIANA	XI 1	<i>[Signature]</i>
3	SAMPA SALSABILA	XI 1	<i>[Signature]</i>
4	MITA RUSLI ZAMMAN	XI 1	<i>[Signature]</i>
5	SHITA LADY	XI 1	<i>[Signature]</i>
6	DIKI ANAM	XI 1	<i>[Signature]</i>
7	JANWA MARTHA P.M.	XI 2	<i>[Signature]</i>
8	YUS RINA A.	II 2	<i>[Signature]</i>
9	MUR LAELATUS S.	II 2	<i>[Signature]</i>
10	ANGELA AGI D.	XI 2	<i>[Signature]</i>
11	MUR LAELATUS MUFARRIM	XI 2	<i>[Signature]</i>
12	NABILA JAGH	II 2	<i>[Signature]</i>
13	EVI PUTRI	II 3	<i>[Signature]</i>
14	SALWA SALSABILA	XI 3	<i>[Signature]</i>
15	RANI WIDYA P.	XI 3	<i>[Signature]</i>
16	DWI S. A.	XI 3	<i>[Signature]</i>
17	FIRDA DWI V	II 3	<i>[Signature]</i>
18	NATYA A-A	II 3	<i>[Signature]</i>
19	AMEWA P.	II 4	<i>[Signature]</i>
20	CARISA AFFILIA PUTRI	XI 4	<i>[Signature]</i>
21	MITA	XI 4	<i>[Signature]</i>

22	ANIELA SHAPURA INDIRA	II 4	<i>[Signature]</i>
23	MIZHAN RAMHA P.	II 7	<i>[Signature]</i>
24	JIHAN FANESA A.	II 4	<i>[Signature]</i>
25	NARA FANESA PUA	II 5	<i>[Signature]</i>
26	AIFYAH	XI 5	<i>[Signature]</i>
27	NAZWA S.P.	II 5	<i>[Signature]</i>
28	KAM MAWA A.	II 5	<i>[Signature]</i>
29	PUMBA D.M.	II 5	<i>[Signature]</i>
30	SUSAFIRA RAHMADATI	II 5	<i>[Signature]</i>
31	SRI PURNIRAH	XI 5	<i>[Signature]</i>
32	ADE ATU	XI 6	<i>[Signature]</i>
33	ATSYAH RAHMADATI	XI 6	<i>[Signature]</i>
34	MU LAILI FITRI FATHI	II 6	<i>[Signature]</i>
35	NATYWA FARADILLA	II 6	<i>[Signature]</i>
36	WAFIZ LUCIANA N.R.	II 6	<i>[Signature]</i>
37	PITRIA DWI	XI 6	<i>[Signature]</i>
38	AZILA SUSANTI	XI 7	<i>[Signature]</i>
39	ZASKIA A. P.	II 7	<i>[Signature]</i>
40	KASYA ALIA A-ZAHRAH	II 7	<i>[Signature]</i>
41	ANGGA QUA	II 7	<i>[Signature]</i>
42	INTAN EKA	XI 7	<i>[Signature]</i>
43	ANISA B. NADIGH	II 7	<i>[Signature]</i>
44	ALITHI FUR F.S.	II 8	<i>[Signature]</i>
45	NADIN NOVA	XI 8	<i>[Signature]</i>

46	MURDI DWI EKA MURDI	XI 8	<i>[Signature]</i>
47	RAHMA FATHA	II 8	<i>[Signature]</i>
48	PERSYDA DWI	XI 8	<i>[Signature]</i>
49	RIHAN JIHARI SYIFA	XI 8	<i>[Signature]</i>
50	MURIL A.	XI 9	<i>[Signature]</i>
51	MUS NADWA	XI 9	<i>[Signature]</i>
52	AGNI F.	XI 9	<i>[Signature]</i>
53	AULIA YUWFIKRI	XI 9	<i>[Signature]</i>
54	CINDY MASAMINAH	II 9	<i>[Signature]</i>
55	PINDA P.	II 9	<i>[Signature]</i>

PPNI

Lampiran 13 Tabulasi Data Pretest

Responden	Kelas	Umur	Informasi	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	TOTAL	%	KRITERIA	Kode
1	XI1	17	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	16%	KURANG	3
2	XI1	17	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	3	12%	KURANG	3
3	XI1	17	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	11	44%	KURANG	3
4	XI1	17	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	8	32%	KURANG	3
5	XI1	17	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	2	8%	KURANG	3
6	XI1	17	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	6	24%	KURANG	3
7	XI2	17	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	16	64%	CUKUP	2
8	XI2	17	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	17	68%	CUKUP	2
9	XI2	17	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	12	48%	KURANG	3
10	XI2	17	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	15	60%	CUKUP	2
11	XI2	17	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	16	64%	CUKUP	2
12	XI2	17	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	4	16%	KURANG	3
13	XI3	16	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	8	32%	KURANG	3
14	XI3	17	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	17	68%	CUKUP	2
15	XI3	17	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	14	56%	CUKUP	2
16	XI3	17	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	13	52%	KURANG	3
17	XI3	17	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	15	60%	CUKUP	2
18	XI3	17	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	18	72%	CUKUP	2
19	XI4	17	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	9	36%	KURANG	3
20	XI4	17	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	17	68%	CUKUP	2
21	XI4	16	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	14	56%	CUKUP	2
22	XI4	17	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	10	40%	KURANG	3
23	XI4	17	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	17	68%	CUKUP	2
24	XI4	17	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	15	60%	CUKUP	2
25	XI5	18	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	12	48%	KURANG	3
26	XI5	18	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	16	64%	CUKUP	2
27	XI5	18	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	17	68%	CUKUP	2
28	XI5	18	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	16	64%	CUKUP	2

29	XI5	17	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	16	64%	CUKUP	2
30	XI5	17	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	16	64%	CUKUP	2
31	XI5	17	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	17	68%	CUKUP	2
32	XI6	18	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	17	68%	CUKUP	2
33	XI6	16	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	9	36%	KURANG	3
34	XI6	16	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	10	40%	KURANG	3
35	XI6	17	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	6	24%	KURANG	3
36	XI6	17	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	18	72%	CUKUP	2
37	XI6	17	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	8	32%	KURANG	3
38	XI7	18	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	6	24%	KURANG	3
39	XI7	17	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	16	64%	CUKUP	2
40	XI7	17	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	17	68%	CUKUP	2	
41	XI7	17	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	18	72%	CUKUP	2
42	XI7	17	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2	8%	KURANG	3
43	XI7	17	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	15	60%	CUKUP	2
44	XI8	17	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	6	24%	KURANG	3
45	XI8	17	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	17	68%	CUKUP	2	
46	XI8	17	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	5	20%	KURANG	3	
47	XI8	17	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	4	16%	KURANG	3	
48	XI8	17	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	7	28%	KURANG	3	
49	XI8	17	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	12%	KURANG	3	
50	XI9	18	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	16	64%	CUKUP	2
51	XI9	17	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	3	12%	KURANG	3
52	XI9	17	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	7	28%	KURANG	3	
53	XI9	17	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	8%	KURANG	3	
54	XI9	17	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	4	16%	KURANG	3	
55	XI9	17	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	3	12%	KURANG	3	

Kode P1-P25= Pertanyaan 1-25

Informasi:

Kode 0 = Belum mendapatkan informasi

Kode 1 = Baik

Kode 2 = Cukup

Kode 3 = Kurang

Lampiran 14 Tabulasi Data Post Test

Responden	Kelas	Umur	Informasi	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	TOTAL	%	KATEGORI	Kode
1	XI1	17	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	18	72%	CUKUP	2
2	XI1	17	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	18	72%	CUKUP	2
3	XI1	17	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	22	88%	BAIK	1
4	XI1	17	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	19	76%	BAIK	1
5	XI1	17	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	21	84%	BAIK	1
6	XI1	17	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	96%	BAIK	1
7	XI2	17	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	24	96%	BAIK	1
8	XI2	17	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	96%	BAIK	1
9	XI2	17	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	23	92%	BAIK	1
10	XI2	17	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22	88%	BAIK	1
11	XI2	17	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	100%	BAIK	1
12	XI2	17	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	96%	BAIK	1
13	XI3	16	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	100%	BAIK	1
14	XI3	17	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	100%	BAIK	1
15	XI3	17	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	100%	BAIK	1
16	XI3	17	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	100%	BAIK	1
17	XI3	17	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	100%	BAIK	1
18	XI3	17	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	100%	BAIK	1
19	XI4	17	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	23	92%	BAIK	1
20	XI4	17	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21	84%	BAIK	1
21	XI4	16	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	100%	BAIK	1
22	XI4	17	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	21	84%	BAIK	1
23	XI4	17	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	20	80%	BAIK	1
24	XI4	17	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	100%	BAIK	1
25	XI5	18	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	100%	BAIK	1
26	XI5	18	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	100%	BAIK	1
27	XI5	18	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	96%	BAIK	1
28	XI5	18	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25	100%	BAIK	1

Lampiran 15 Hasil Uji SPSS

1) Data Umum

KELAS					
Kelas		Frekuensi	Presentase (%)	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	XI 1	6	10.9%	10.9	10.9
	XI 2	6	10.9%	10.9	21.8
	XI 3	6	10.9%	10.9	32.7
	XI 4	6	10.9%	10.9	43.6
	XI 5	7	12.7%	12.7	56.4
	XI 6	6	10.9%	10.9	67.3
	XI 7	6	10.9%	10.9	78.2
	XI 8	6	10.9%	10.9	89.1
	XI 9	6	10.9%	10.9	100.0
	Total	55	100.0%	100.0	

USIA					
Umur		Frekuensi	Presentase (%)	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	16 TAHUN	4	7.3%	7.3	7.3
	17 TAHUN	44	80.0%	80.0	87.3
	18 TAHUN	7	12.7%	12.7	100.0
	Total	55	100.0%	100.0	

INFORMASI					
		Frekuensi	Presentase (%)	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Belum Pernah mendapatkan informasi	55	100.0	100.0	100.0

2) Data Khusus

PENGETAHUANPRE					
Tingkat Pengetahuan		Frekuensi	Presentase (%)	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	CUKUP	26	47.3	47.3	47.3
	KURANG	29	52.7	52.7	100.0
	Total	55	100.0	100.0	

PENGETAHUANPOST

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	BAIK	50	90.9	90.9
	CUKUP	5	9.1	100.0
	Total	55	100.0	100.0

PENGETAHUANPRE * PENGETAHUANPOST Crosstabulation

			PENGETAHUANPOST		Total
			BAIK	CUKUP	
PENGETAHUANPRE	CUKUP	Count	25	1	26
		% within PENGETAHUANPRE	96.2%	3.8%	100.0%
	KURANG	Count	25	4	29
		% within PENGETAHUANPRE	86.2%	13.8%	100.0%
Total	Count		50	5	55
	% within PENGETAHUANPRE		90.9%	9.1%	100.0%

3) Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest	.353	55	.000	.636	55	.000
Posttest	.532	55	.000	.325	55	.000

a. Lilliefors Significance Correction

4) Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Pretest-Posttest Negative Ranks	54 ^a	27.50	1485.00
Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
Ties	1 ^c		
Total	55		

a. Posttest < Pretest

b. Posttest > Pretest

c. Posttest = Pretest

Test Statistics^a

	Pretest-Posttest
Z	-6.600 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Lampiran 16 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

		Correlations																									
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	Total	
P1	Pearson Correlation	1	.196	.356	.356	-.111	.356	.447	.356	-.111	.259	.630	.259	.356	.630	.356	.802	.356	.802	.259	.802	.356	.557	.356	.356	.356	.742
	Sig. (2-tailed)		.299	.053	.053	.559	.053	.013	.053	.559	.167	.000	.167	.053	.000	.053	.000	.053	.000	.167	.000	.053	.001	.053	.053	.053	.000
	N		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P2	Pearson Correlation	.196	1	-.105	-.105	.523	.288	.351	-.105	.523	.523	.196	.196	-.105	.196	.681	-.105	-.105	.288	.523	-.105	.288	-.073	.288	-.105	-.105	.415
	Sig. (2-tailed)	.299		.581	.581	.003	.122	.057	.581	.003	.003	.299	.299	.581	.299	.000	.581	.581	.122	.003	.581	.122	.702	.122	.581	.581	.022
	N	30		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P3	Pearson Correlation	.356	-.105	1	1.000	.356	.464	.239	1.000	.356	-.089	-.089	.356	1.000	-.089	-.071	.464	.464	-.071	.356	.464	-.071	.695	-.071	.464	-.071	.571
	Sig. (2-tailed)	.053	.581		.000	.053	.010	.203	.000	.053	.640	.640	.053	.000	.640	.708	.010	.010	.708	.053	.010	.708	.000	.708	.010	.708	.001
	N	30	30		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P4	Pearson Correlation	.356	-.105	1.000	1	.356	.464	.239	1.000	.356	-.089	-.089	.356	1.000	-.089	-.071	.464	.464	-.071	.356	.464	-.071	.695	-.071	.464	-.071	.571
	Sig. (2-tailed)	.053	.581	.000		.053	.010	.203	.000	.053	.640	.640	.053	.000	.640	.708	.010	.010	.708	.053	.010	.708	.000	.708	.010	.708	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P5	Pearson Correlation	-.111	.523	.356	.356	1	.356	.447	.356	1.000	.259	-.111	.630	.356	-.111	.356	-.089	-.089	-.089	.259	-.089	.356	-.062	-.089	-.089	-.089	.443
	Sig. (2-tailed)	.559	.003	.053	.053		.053	.013	.053	.000	.167	.559	.000	.053	.559	.053	.640	.640	.640	.167	.640	.053	.745	.640	.640	.640	.014
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P6	Pearson Correlation	.356	.288	.464	.464	.356	1	-.120	.464	.356	-.089	-.089	.356	.464	-.089	-.071	.464	.464	-.071	.356	.464	.464	.695	-.071	.464	-.071	.499
	Sig. (2-tailed)	.053	.122	.010	.010	.053		.529	.010	.053	.640	.640	.053	.010	.640	.708	.010	.010	.708	.053	.010	.010	.000	.708	.010	.708	.005
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P7	Pearson Correlation	.447	.351	.239	.239	.447	-.120	1	.239	.447	.745	.745	.447	.239	.745	.598	.239	.239	.598	.149	.239	.239	-.083	.598	.239	.598	.763
	Sig. (2-tailed)	.013	.057	.203	.203	.013	.529		.203	.013	.000	.000	.013	.203	.000	.000	.203	.203	.000	.432	.203	.203	.663	.000	.203	.000	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P8	Pearson Correlation	.356	-.105	1.000	1.000	.356	.464	.239	1	.356	-.089	-.089	.356	1.000	-.089	-.071	.464	.464	-.071	.356	.464	-.071	.695	-.071	.464	-.071	.571
	Sig. (2-tailed)	.053	.581	.000	.000	.053	.010	.203		.053	.640	.640	.053	.000	.640	.708	.010	.010	.708	.053	.010	.708	.000	.708	.010	.708	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P9	Pearson Correlation	-.111	.523	.356	.356	1.000	.356	.447	.356	1	.259	-.111	.630	.356	-.111	.356	-.089	-.089	-.089	.259	-.089	.356	-.062	-.089	-.089	-.089	.443
	Sig. (2-tailed)	.559	.003	.053	.053	.000	.053	.013	.053		.167	.559	.000	.053	.559	.053	.640	.640	.640	.167	.640	.053	.745	.640	.640	.640	.014
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P10	Pearson Correlation	.259	.523	-.089	-.089	.259	-.089	.745	-.089	.259	1	.630	-.111	-.089	.630	.802	-.089	.356	.356	.259	-.089	-.089	-.062	.802	.356	.356	.532
	Sig. (2-tailed)	.167	.003	.640	.640	.167	.640	.000	.640	.167		.000	.559	.640	.000	.000	.640	.053	.053	.167	.640	.640	.745	.000	.053	.002	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P11	Pearson Correlation	.630	.196	-.089	-.089	-.111	-.089	.745	-.089	-.111	.630	1	.259	-.089	1.000	.356	.356	.356	.802	-.111	.356	.356	-.062	.802	.356	.802	.622
	Sig. (2-tailed)	.000	.299	.640	.640	.559	.640	.000	.640	.559	.000		.167	.640	.000	.053	.053	.053	.000	.559	.053	.053	.745	.000	.053	.000	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P12	Pearson Correlation	.259	.196	.356	.356	.630	.356	.447	.356	.630	-.111	.259	1	.356	.259	-.089	.356	-.089	.356	-.111	.356	.802	-.062	-.089	-.089	.356	.532
	Sig. (2-tailed)	.167	.299	.053	.053	.000	.053	.013	.053	.000	.559	.167		.053	.167	.640	.053	.640	.053	.559	.053	.000	.745	.640	.640	.053	.002
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P13	Pearson Correlation	.356	-.105	1.000	1.000	.356	.464	.239	1.000	.356	-.089	-.089	.356	1	-.089	-.071	.464	.464	-.071	.356	.464	-.071	.695	-.071	.464	-.071	.571
	Sig. (2-tailed)	.053	.581	.000	.000	.053	.010	.203	.000	.053	.640	.640	.053		.640	.708	.010	.010	.708	.053	.010	.708	.000	.708	.010	.708	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P14	Pearson Correlation	.630	.196	-.089	-.089	-.111	-.089	.745	-.089	-.111	.630	1.000	.259	-.089	1	.356	.356	.356	.802	-.111	.356	.356	-.062	.802	.356	.802	.622
	Sig. (2-tailed)	.000	.299	.640	.640	.559	.640	.000	.640	.559	.000		.167	.640		.053	.053	.053	.000	.559	.053	.053	.745	.000	.053	.000	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P15	Pearson Correlation	.356	.681	-.071	-.071	.356	-.071	.598	-.071	.356	.802	.356	-.089	-.071	.356	1	-.071	-.071	.464	.356	-.071	-.071	-.050	.464	-.071	-.071	.427
	Sig. (2-tailed)	.053	.000	.708	.708	.053	.708	.000	.708	.053	.000	.053	.640	.708	.053		.708	.708	.010	.053	.708	.708	.795	.010	.708	.708	.019
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	

P16	Pearson Correlation	.802**	-.105	.464**	.464**	-.089	.464**	.239	.464**	-.089	-.089	.356	.356	.464**	.356	-.071	1	.464**	.464**	.356	1.000**	.464**	.695**	-.071	.464**	.464**	.643**
	Sig. (2-tailed)	.000	.581	.010	.010	.640	.010	.203	.010	.640	.640	.053	.053	.010	.053	.708		.010	.010	.053	.000	.010	.000	.708	.010	.010	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P17	Pearson Correlation	.356	-.105	.464**	.464**	-.089	.464**	.239	.464**	-.089	.356	.356	-.089	.464**	.356	-.071	.464**	1	-.071	.356	.464**	-.071	.695**	.464**	1.000**	.464**	.571**
	Sig. (2-tailed)	.053	.581	.010	.010	.640	.010	.203	.010	.640	.053	.053	.640	.010	.053	.708	.010		.708	.053	.010	.708	.000	.010	.000	.010	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P18	Pearson Correlation	.802**	.288	-.071	-.071	-.089	-.071	.598**	-.071	-.089	.356	.802**	.356	-.071	.802**	.464**	.464**	1	-.089	.464**	.464**	-.050	.464**	-.071	.464**	.535**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.122	.708	.708	.640	.708	.000	.708	.640	.053	.000	.053	.708	.000	.010	.010	.708		.640	.010	.010	.795	.010	.708	.010	.002
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P19	Pearson Correlation	.259	.523**	.356	.356	.259	.356	.149	.356	.259	.259	-.111	-.111	.356	-.111	.356	.356	.356	-.089	1	.356	-.089	.557**	-.089	.356	-.089	.443**
	Sig. (2-tailed)	.167	.003	.053	.053	.167	.053	.432	.053	.167	.167	.559	.559	.053	.559	.053	.053	.053	.640		.053	.640	.001	.640	.053	.640	.014
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P20	Pearson Correlation	.802**	-.105	.464**	.464**	-.089	.464**	.239	.464**	-.089	-.089	.356	.356	.464**	.356	-.071	1.000**	.464**	.464**	.356	1	.464**	.695**	-.071	.464**	.464**	.643**
	Sig. (2-tailed)	.000	.581	.010	.010	.640	.010	.203	.010	.640	.640	.053	.053	.010	.053	.708	.000	.010	.010	.053		.010	.000	.708	.010	.010	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P21	Pearson Correlation	.356	.288	-.071	-.071	.356	.464**	.239	-.071	.356	-.089	.356	.802**	-.071	.356	-.071	.464**	-.071	.464**	-.089	.464**	1	-.050	-.071	-.071	.464**	.427**
	Sig. (2-tailed)	.053	.122	.708	.708	.053	.010	.203	.708	.053	.640	.053	.000	.708	.053	.708	.010	.708	.010	.640	.010		.795	.708	.708	.010	.019
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P22	Pearson Correlation	.557**	-.073	.695**	.695**	-.062	.695**	-.083	.695**	-.062	-.062	-.062	-.062	.695**	-.062	-.050	.695**	.695**	-.050	.557**	.695**	-.050	1	-.050	.695**	-.050	.497**
	Sig. (2-tailed)	.001	.702	.000	.000	.745	.000	.663	.000	.745	.745	.745	.745	.000	.745	.795	.000	.000	.795	.001	.000	.795		.795	.000	.795	.005
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P23	Pearson Correlation	.356	.288	-.071	-.071	-.089	-.071	.598**	-.071	-.089	.802**	.802**	-.089	-.071	.802**	.464**	-.071	.464**	.464**	-.089	-.071	-.071	-.050	1	.464**	.464**	.463**
	Sig. (2-tailed)	.053	.122	.708	.708	.640	.708	.000	.708	.640	.000	.000	.640	.708	.000	.010	.708	.010	.010	.640	.708	.708	.795		.010	.010	.010
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P24	Pearson Correlation	.356	-.105	.464**	.464**	-.089	.464**	.239	.464**	-.089	.356	.356	-.089	.464**	.356	-.071	.464**	1.000**	-.071	.356	.464**	-.071	.695**	.464**	1	.464**	.571**
	Sig. (2-tailed)	.053	.581	.010	.010	.640	.010	.203	.010	.640	.053	.053	.640	.010	.053	.708	.010	.000	.708	.053	.010	.708	.000	.010		.010	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
P25	Pearson Correlation	.356	-.105	-.071	-.071	-.089	-.071	.598**	-.071	-.089	.356	.802**	.356	-.071	.802**	-.071	.464**	.464**	.464**	-.089	.464**	.464**	-.050	.464**	.464**	1	.499**
	Sig. (2-tailed)	.053	.581	.708	.708	.640	.708	.000	.708	.640	.053	.000	.053	.708	.000	.708	.010	.010	.010	.640	.010	.010	.795	.010	.010		.005
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
Total	Pearson Correlation	.742**	.415*	.571**	.571**	.443*	.499**	.763**	.571**	.443*	.532**	.622**	.532**	.571**	.622**	.427*	.643**	.571**	.535**	.443*	.643**	.427*	.497**	.463**	.571**	.499**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.022	.001	.001	.014	.005	.000	.001	.014	.002	.000	.002	.001	.000	.019	.000	.001	.002	.014	.000	.019	.005	.010	.001	.005	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).



Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.900	25



Lampiran 17 Dokumentasi Kegiatan



LAT PPNI

Lampiran 18 Hasil Uji Similaritas

YAYASAN KESEJAHTERAAN WARGA PERAWATAN PERAWAT NASIONAL INDONESIA	
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO	
FAKULTAS ILMU KESEHATAN	
	http://www.ubs-ppni.ac.id fikes@ubs-ppni.ac.id
0321-390203	Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

FORMULIR UJI KEMIRIPAN (SIMILARITAS)

Identitas

Nama : NUR AISYAH FARIDATUL MAULA
NIM : 202205007
Fakultas : ILMU KESEHATAN
Prodi : S1 KEBIDANAN
Email : nuraisyahf.m@gmail.com
Telpon/HP : 085806355761
Pembimbing 1 : Naning Puji Suryantini, S.ST., Bd., M.Kes
Pembimbing 2 : Lida Khalimatus Sa'diyah, S.SiT., Bd., M.Kes

Materi Uji:

Jenis : a. TA b. Skripsi c. Tesis d. Disertasi
e. KIAN f. CoC g. Lain – Lain

Judul : PENGARUH EDUKASI KESEHATAN AKUPRESUR SP6 DAN LI4 TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG AKUPRESUR SP6 DAN LI4 DI SMAN 1 NGORO KABUPATEN MOJOKERTO

Mengetahui
Pembimbing I

Naning Puji Suryantini, S.ST., Bd.,
M.Kes
NIK. 162 601 069

Mojokerto, 7/9/2026
Pemohon
Mahasiswa

(NUR AISYAH FARIDATUL MAULA)

Validasi Similaritas	
Besaran similaritas	19%
Tanggal Pemeriksaan	13 JUL 2026
Diperiksa oleh	ARI BUDHI UTAMA

Diisi oleh petugas perpustakaan

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Lampiran 19 Lembar Bimbingan Pembimbing 1



UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI SI KEBIDANAN

LEMBAR BIMBINGAN PROPOSAL

NAMA : Nur Aisyah Faridatul Maula
NIM : 202205007
PEMBIMBING : Naning Puji S, SST., Bd., M.Kes



JUDUL : Penerapan Edukasi Kesehatan Pijat Akupresur SP6 dan LI4 Terhadap Pengetahuan Remaja Putri dalam Mengatasi Disminore pada Siswi Kelas XI di SMAN 1 Ngoro Kabupaten Mojokerto

NO	TANGGAL	URAIAN	PARAF
1	20/12/25	Mengajukan Fenomena	M.
2	1/2026	Acc Judul Lanjut Bab i	M.
3	20/2026 1	Revisi Rumusan masalah, tujuan, dan manfaat	M.
4	26/2026 1	Acc BAB i Lanjut Bab ii	M.
5	31/2026 3	Revisi kerangka teori dan kerangka konsep	M.
6	20/2026 4	Revisi BAB iii Definisi Operasional dan Sampling	M.
7	27/2026 4	Revisi BAB iii Melengkapi Lampiran	M.
8	4/2026 5	- Prinsip Acc juga proposal	M.



UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI SI KEBIDANAN

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

NAMA : Nur Aisyah Faridatul Maula
NIM : 202205007
PEMBIMBING : Naning Puji S, SST., Bd., M.Kes



JUDUL : Pengaruh Edukasi Kesehatan Akupresur SP6 dan LI4 terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Akupresur SP6 dan LI4 di SMAN 1 Ngoro Kabupaten Mojokerto

NO	TANGGAL	URAIAN	PARAF
1	19 Juni 2024	- Revisi tabulasi ulang bab 4 - Revisi Pembahasan	
2	22 Juni 2024	Revisi Pembahasan data Fokus	
3	29 Juni 2024	Revisi Pembahasan bab 4	
4	1 Juli 2024	Penyisiran Ape uji Ghoz Skripsi	

Lampiran 20 Lembar Bimbingan Pembimbing 2



UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI SI KEBIDANAN

LEMBAR BIMBINGAN PROPOSAL

NAMA : Nur Aisyah Faridatul Maula

NIM : 202205007

PEMBIMBING : Lida Khalimatus S, S.SiT., Bd., M.Kes

JUDUL : Penerapan Edukasi Kesehatan Pijat Akupresur SP6 dan LI4 Terhadap Pengetahuan Remaja Putri dalam Mengatasi Disminore pada Siswi Kelas XI di SMAN 1 Ngoro Kabupaten Mojokerto



NO	TANGGAL	URAIAN	PARAF
1	9/12/2025	Mengajukan fenomena	
2	11/12/2025	Mengajukan Fenomena Acc Judul	
3	19/1/2026	Revisi BAB I Rumusan Masalah, tujuan, dan manfaat	
4	12/2/2026	Acc BAB I Lanjut BAB II	
5	6/3/2026	Revisi Sub bab sesuai variabel Revisi SOP Revisi kerangka teori & konsep	
6	6/4/2026	Revisi SOP Lanjut BAB II	
7	30/4/2026	Revisi Sampling dan instrumen	
8	5/5/2026	Acc sidang proposal	



UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI SI KEBIDANAN

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

NAMA : Nur Aisyah Faridatul Maula
NIM : 202205007
PEMBIMBING : Lida Khalimatus S, S.SiT., Bd., M.Kes



JUDUL : Pengaruh Edukasi Kesehatan Akupresur SP6 dan LI4 terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Akupresur SP6 dan LI4 di SMAN 1 Ngoro Kabupaten Mojokerto

NO	TANGGAL	URAIAN	PARAF
1	19 - Juni 2026	- Revisi bab 3 Uji Wilcoxon - Bab 4 Gambaran lokasi penelitian - Pembahasan	
2	24 Juni 2026	- Revisi Pembahasan pada khusus - Revisi Bab 5 Saran	
3	30 Juni 2026	- Revisi Bab 4 Pembahasan - Melengkapi lampiran	
4	3 Juli 2026	ACC sidang Skripsi	

Lampiran 21 Lembar Revisi Proposal



YAYASAN KESEJAHTERAAN WARGA PERAWATAN PERAWAT NASIONAL INDONESIA

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

<http://www.ubs-ppni.ac.id>

0321-390203

files@ubs-ppni.ac.id

Jln. Rava Jabon KM.06 Mojoanvar Moioikerto

Lembar Revisi Ujian Proposal Skripsi

Proposal Skripsi ini telah diujikan,

Judul Proposal : **PENGARUH EDUKASI KESEHATAN AKUPRESUR SP6 DAN LI4 TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG AKUPRESUR SP6 DAN LI4 DI SMAN 1 NGORO KABUPATEN MOJOKERTO**

Nama Mahasiswa : Nur Aisyah Faridatul Maula

NIM : 202205007

Tanggal Ujian : Selasa, 12 Mei 2026

Dengan Revisi Sebagai Berikut :



No	Nama Penguji	Uraian Bimbingan	Tanda Tangan
1	Penguji I : Tria Wahyuningrum, S.SiT., M.Keb	- Judul Skripsi lebih fokus ke akupresur, dismenorea dihapus, siswi diganti remaja putri - Sistematika penulisan "Dismenorea" - Fokus ke Akupresur SP6 dan LI4 - Introduction di kurangi - Justifikasi ditambah prevalensi Kabupaten - Kerangka Teori diambil sesuai tinjauan pustaka - Kerangka Konsep alur sebagai konsep penelitian - Dibagian definisi operasional indikator dismenorea dihapus - Kuesioner bagian dismenorea dihapus	
2	Penguji II : Naning Puji S, S.ST.,Bd.,M.Kes	- Judul Skripsi lebih fokus ke akupresur, dismenorea dihapus, siswi diganti remaja putri - Sistematika penulisan	



YAYASAN KESEJAHTERAAN WARGA PERAWATAN PERAWAT NASIONAL INDONESIA
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

<http://www.ubs-ppni.ac.id> ☎ 0321-390203

📧 files@ubs-ppni.ac.id

📍 Jln. Rava Jabon KM.06 Mojoanvar Moioekerto

		"Dismenorea" 3. Fokus ke Akupresur SP6 dan LI4 4. Introduction di kurangi 5. Justifikasi ditambah prevalensi Kabupaten 6. Kerangka Teori diambil sesuai tinjauan pustaka 7. Kerangka Konsep alur sebagai konsep penelitian 8. Dibagian definisi operasional indikator dismenorea dihapus 9. Kuesioner bagian dismenorea dihapus	
3	Penguji III : Lida Khalimatus S, SiT.,Bd.,M.Kes	1. Judul Skripsi lebih fokus ke akupresur, dismenorea dihapus, siswi diganti remaja putri 2. Sistematika penulisan "Dismenorea" 3. Fokus ke Akupresur SP6 dan LI4 4. Introduction di kurangi 5. Justifikasi ditambah prevalensi Kabupaten 6. Kerangka Teori diambil sesuai tinjauan pustaka 7. Kerangka Konsep alur sebagai konsep penelitian 8. Dibagian definisi operasional indikator dismenorea dihapus 9. Kuesioner bagian dismenorea dihapus	

Lampiran 22 Lembar Revisi Skripsi



YAYASAN KESEJAHTERAAN WARGA PERAWATAN PERAWAT NASIONAL INDONESIA
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

<http://www.ubs-ppni.ac.id> ☎ 0321-390203
 fikes@ubs-ppni.ac.id 📍 Jln Rawa Jahan KM 06 Mojosuar Mojokerto

Lembar Revisi Ujian Skripsi

Skripsi ini telah diujikan,

Judul Skripsi : **PENGARUH EDUKASI KESEHATAN
 AKUPRESUR SP6 DAN LI4 TERHADAP
 PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG
 AKUPRESUR SP6 DAN LI4 DI SMAN 1 NGORO
 KABUPATEN MOJOKERTO**



Nama Mahasiswa : **NUR AISYAH FARIDATUL MAULA**

NIM : **202205007**

Tanggal Ujian : **21 Juli 2026**

Dengan Revisi Sebagai Berikut :

No	Nama Penguji	Uraian Bimbingan	Tanda Tangan
1	Penguji I : Hj. Tria Wahyuningrum, S.SiT., M.Keb	1. Menambahkan poin ucapan terima kasih kepada responden pada bagian kata pengantar sudah berpartisipasi dalam penelitian. 2. Menghapus sementara bagian motto dan kata persembahan sesuai dengan arahan revisi. 3. Melakukan perbaikan pada daftar tabel dan daftar gambar 4. Memperbaiki kesalahan penulisan (typo) pada BAB 3, pada sub bab 3.5.2 <i>Coding</i> dan 3.5.3 <i>Scoring</i> . 5. Menghapus poin 3 pada bagian keterbatasan penelitian terkait sarana dan prasarana (proyektor) di sekolah.	 27/7



YAYASAN KESEJAHTERAAN WARGA PERAWATAN PERAWAT NASIONAL INDONESIA
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

<http://www.ubs-ppni.ac.id>

0321-390203

fikes@ubs-ppni.ac.id

Jln Rava Jabon KM 06 Mojoanvar Mojokerto

		- Menambahkan uraian pada gambaran lokasi penelitian di BAB 4 mengenai upaya sekolah dalam menangani kesehatan reproduksi, khususnya terkait nyeri dismenorea pada remaja putri. - Menambahkan teori mengenai pembacaan persentase pada BAB 3. - Melakukan perbaikan pada penyajian tabulasi silang dengan membalik susunan. - Mengganti kalimat pada hasil uji Wilcoxon dari "terdapat perbedaan" menjadi "terdapat pengaruh" agar lebih sesuai dengan tujuan penelitian. - Menambahkan pembahasan mengenai faktor-faktor yang memengaruhi responden yang memiliki hasil pretest dan posttest tetap pada kategori cukup.	
2	Penguji II : Naning Puji S, S.ST.,Bd.,M.Kes	- Menambahkan penjelasan mengenai sampel cadangan pada bagian keterbatasan penelitian dalam proses pengambilan sampel. - Menambahkan tanggal pelaksanaan penelitian pada BAB 3 bagian 3.2.2 Sampling - Menambahkan pembahasan terkait perubahan hasil penelitian yang	27/2026



YAYASAN KESEJAHTERAAN WARGA PERAWATAN PERAWAT NASIONAL INDONESIA
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

<http://www.ubs-ppni.ac.id>

☎ 0321-390203

✉ fikes@ubs-ppni.ac.id

📍 Jln. Raya Jabon KM 06 Mojanvar Moinkerto

		terlalu signifikan di BAB 4 pembahasan. 4. Menambahkan saran bagi remaja putri agar lebih inovatif dalam menjaga kesehatan dirinya, salah satunya dengan mencari informasi terkait kesehatan melalui media sosial.	
3	Penguji III : Lida Khalimatus S, SiT.,Bd.,M.Kes	1. Melakukan pengecekan ulang kesesuaian literatur antara teori yang digunakan dalam pembahasan dengan sumber yang tercantum pada daftar Pustaka. 2. Melakukan perbaikan pada bagian saran bagi remaja putri dengan menambahkan anjuran untuk tidak hanya memahami, tetapi juga menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh, khususnya dalam praktik akupresur sebagai upaya nonfarmakologis untuk mengatasi nyeri.	27/16 7