



**EFEKTIFITAS *HAND TAPPING* TERHADAP PEMENUHAN
KEBUTUHAN PSIKOLOGIS (STRES DAN CEMAS) PADA
DISMENORE, WANITA HAMIL, DAN MASA
KLIMAKTERIUM : *LITERATURE REVIEW***

SKRIPSI

DINI AULIA RAMADHANTY

1610711109

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2020**



**EFEKTIFITAS *HAND TAPPING* TERHADAP PEMENUHAN
KEBUTUHAN PSIKOLOGIS (STRES DAN CEMAS) PADA
DISMENORE, WANITA HAMIL, DAN MASA
KLIMAKTERIUM : *LITERATURE REVIEW***

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan**

DINI AULIA RAMADHANTY

1610711109

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2020**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Dini Aulia Ramadhanty

NIM : 1610711109

Tanggal : Kamis, 9 Juli 2020

Bila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 9 Juli 2020

Yang Menyatakan,



(Dini Aulia Ramadhanty)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta,
saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dini Aulia Ramadhanty
NIM : 1610711109
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : “Efektifitas Hand Tapping Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Psikologis (Stres dan Cemas) pada Dismenore, Wanita Hamil, dan Masa Klimakterium : Literatur Review”.

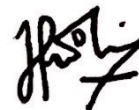
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 9 Juli 2020

Yang menyatakan,



Dini Aulia Ramadhanty

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

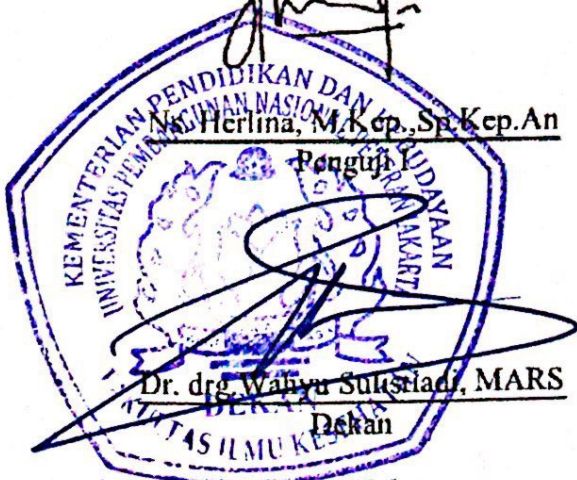
Nama : Dini Aulia Ramadhanty
NIM : 1610711109
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana
Judul Skripsi : Efektifitas *Hand Tapping* Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Psikologis (Stres dan Cemas) pada Dismenore, Wanita Hamil, dan Masa Klimakterium : *Literature Review*

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Ns. Dora Samaria, M.Kep
Ketua Penguji

Ns. Herlina, M.Kep., Sp.Kep.An
Penguji

Desmawati, M.Kep., Sp.Kep.Mat. Ph.D
Penguji II (Pembimbing)



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS
Dekan

Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep., Sp.Kep.J
Ka. Progdil Keperawatan Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 9 Juli 2020

EFEKTIFITAS *HAND TAPPING* TERHADAP PEMENUHAN KEBUTUHAN PSIKOLOGIS (STRES DAN CEMAS) PADA DISMENORE, WANITA HAMIL, DAN MASA KLIMAKTERIUM : *LITERATURE REVIEW*

Dini Aulia Ramadhanty

Abstrak

Stres dan cemas dapat terjadi pada wanita dalam masa hidupnya, termasuk pada saat menstruasi, hamil, dan masa transisi menuju menopause. Permasalahan psikologis ini dapat mempengaruhi kesehatan mental dan fisik wanita. Permasalahan psikologis dapat diatasi dengan terapi non farmakologis salah satunya *Hand Tapping*, teknik tepuknya dapat membuka energi yang terhambat yang dapat membantu menciptakan lingkungan yang positif untuk kesejahteraan dan akan merasa lebih bersemangat sehingga dapat mengatasi permasalahan stres dan cemas. Metode yang digunakan adalah *Literature Review*. Pencarian literatur menggunakan *Google Scholar*, *WorldCat*, *Science Direct*, *PubMed*, dan *Semantic Scholar*. Hasil pencarian didapat sebanyak 298 artikel dan setelah melalui proses seleksi didapat 10 artikel. Kriteria inklusi yang digunakan adalah populasi dismenore, wanita hamil, dan masa klimakterium, intervensi, yaitu *hand tapping*, *outcome*, yaitu penurunan stres dan/atau cemas, artikel dalam rentang tahun 2016 – 2020, desain penelitian *quasi experiment*, dan bahasa yang digunakan adalah bahasa Indonesia dan Inggris. Jumlah artikel yang ditinjau sebanyak 10 artikel. Pada artikel, diterapkan intervensi *Hand Tapping* dan beberapa dikombinasikan dengan membandingkan atau menggabungkan intervensi *Hand Tapping* dengan intervensi lain. Keseluruhan artikel menghasilkan bahwa teknik *Hand Tapping* efektif dalam menurunkan stres dan cemas pada dismenore, wanita hamil dan masa klimakterium. Pada penelitian selanjutnya, peneliti menyarankan untuk melakukan intervensi *Hand Tapping* pada dismenore, wanita hamil, dan masa klimakterium yang mengalami stres dan cemas.

Kata Kunci : Hand Tapping, Stres, Kecemasan, Dismenore, Wanita Hamil, Klimakterium

EFFECTIVENESS OF HAND TAPPING ON FULFILLING PSYCHOLOGICAL NEEDS (STRESS AND ANXIETY) IN DYSMENORRHEA, PREGNANT WOMEN, AND CLIMACTERIUM PERIOD: LITERATURE REVIEW

Dini Aulia Ramadhanty

Abstract

Stress and anxiety can occur in women during their lifetime, including during menstruation, pregnancy, and the transition to menopause. These psychological problems can affect a woman's mental and physical health. Psychological problems can be overcome with non-pharmacological therapy, one of them is Hand Tapping, the pat technique can open up blocked energy which can help create a positive environment for well-being and will feel more energetic so that it can overcome the problem of stress and anxiety. The method used is Literature Review. Literature search uses Google Scholar, WorldCat, Science Direct, PubMed, and Semantic Scholar. The search results obtained as many as 298 articles and after going through the selection process obtained 10 articles. Inclusion criteria used were dysmenorrhea populations, pregnant women, and climacteric periods, interventions, namely hand tapping, outcomes, namely stress reduction and / or anxiety, articles in the range of 2016 - 2020, quasi experiment research designs, and the language used was language Indonesian and English. The number of articles reviewed was 10 articles. In the article, Hand Tapping interventions are applied and some are combined by comparing or combining Hand Tapping interventions with other interventions. The entire article yields that the Hand Tapping technique is effective in reducing stress and anxiety in dysmenorrhea, pregnant women and climacteric periods. In subsequent studies, researchers suggest that Hand Tapping interventions in dysmenorrhea, pregnant women, and climacteric periods experience stress and anxiety.

Keywords : Hand Tapping, Stress, Anxiety, Dysmenorrhea, Pregnant Women, Climacterium

KATA PENGANTAR

Segala Puji dan Syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT. yang senantiasa selalu melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Efektifitas *Hand Tapping* Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Psikologis (Stres dan Cemas) pada Dismenore, Wanita Hamil, dan Masa Klimakterium : *Literature Review*”. Sebagai salah satu syarat untuk meraih gelar Sarjana Keperawatan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Dalam kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Wiwin Winarti, S.Kep,M.Epid,M.N, selaku Kajar Keperawatan, Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep,Sp.Kep.J. selaku Kaprodi S1 Keperawatan, Desmawati M.Kep.Sp.Mat.PhD selaku dosen pembimbing I, Ns. Herlina M.Kep.Sp.Kep.A selaku dosen pembimbing II, Ibu Gusmaini, ayah Widya Hartono, dan adik saya, M. Dannis Aulia yang selalu memberikan dukungan dan doa, rekan – rekan program studi Keperawatan program sarjana serta semua pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungan baik moril maupun materiil sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Peneliti menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan, dikarenakan keterbatasan pengetahuan dan kemampuan dari peneliti oleh karena itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun. Dan kiranya skripsi ini dapat berguna bagi agama, masyarakat, bangsa dan negara, akademisi, serta pihak-pihak lain yang membutuhkan. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih, semoga dapat bermanfaat bagi yang membacanya, khususnya bagi peneliti dalam mengembangkan dan mengamalkan ilmu pengetahuan.

Jakarta, 9 Juli 2020

Penulis,
Dini Aulia Ramadhanty

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINILITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR SKEMA	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah	6
I.3 Tujuan Penelitian.....	6
I.4 Manfaat Penelitian.....	6
BAB II METODE PENELITIAN	8
II.1 Konsep <i>Evidence Based Practice</i> (EBP) – <i>Nursing</i>	8
II.2 Metode <i>Review</i>	9
II.3 Strategi Pencarian Literatur.....	11
II.4 Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	13
II.5 Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas.....	14
BAB III HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN	18
III.1 Hasil Pencarian	18
BAB IV PEMBAHASAN	36
BAB V PENUTUP	42
DAFTAR PUSTAKA	43
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kata Kunci dalam Bahasa Inggris	12
Tabel 2 Kata Kunci dalam Bahasa Indonesia	12
Tabel 3 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	13
Tabel 4 Daftar Artikel Hasil Pencarian	15
Tabel 5 Hasil Pencarian	18
Tabel 6 Karakteristik Umum dalam Penyeleksian Studi	33
Tabel 7 Faktor Stres dan Cemas	33

DAFTAR SKEMA

Skema 1 Hirarki bukti.....	8
Skema 2 Hasil Pencarian dan Seleksi Studi.....	14

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Kartu Monitor
- Lampiran 2 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 3 Hasil Uji Turnitin