

**PENGARUH PEMBERIAN JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN
NYERI DISMENORE PADA REMAJA DI MAN 3 BANDA ACEH
TAHUN 2023**



UBBG

SKRIPSI

Disusun Oleh :

REZA AYUNI

NIM: 1912210202

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATANFAKULTAS SAINS
TEKNOLOGI DAN ILMU KESEHATANUNIVERSITAS
BINA BANGSA GETSEMPENA
2023**

LEMBARAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PEMBERIAN JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN
NYERI DISMENORE PADA REMAJA DI MAN 3 BANDA ACEH
TAHUN 2023**

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan
Tim Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan
Fakultas Sains Teknologi dan Ilmu Kesehatan
Universitas Bina Bangsa Getsempena

Banda Aceh, 24 Juli 2023

Pembimbing I


Ns. Maulida, S.Kep M.Kep
NIDN. 1308018102

Pembimbing II


Mahruri saputra, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN.1309028903

Menyetujui
Ketua Prodi Sarjana Keperawatan


Mahruri Saputra, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN : 1309028903

Mengetahui,
Dekan Fakultas Sains Teknologi dan Ilmu Kesehatan
Universitas Bina Bangsa Getsempena


Uly Muzakir, MT
NIDN: 0127027902

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR SKEMA	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penulisan.....	7
1.4.1 Bagi Tempat Pendidikan	7
1.4.2 Bagi Institut Pendidikan	8
1.4.3 Bagi Responden	8
1.4.4 Bagi Peneliti	8
1.4.5 Bagi Peneliti Selanjutnya	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Remaja	9
2.2 Konsep Mestruasi.....	12
2.3 Konsep Dismenore	16
2.4 Konsep Nyeri	22
2.5 Konsep Jahe Merah.....	26
2.6 Kerangka Teori	29
2.7 Kerangka Konsep	30
2.8 Hipotesis Penelitian.....	30
BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian.....	31
3.2 Lokasi Dan Waktu Penelitian	31
3.2.1 Lokasi Penelitian.....	31
3.2.2 Waktu Penelitian	31
3.3 Populasi Dan Sampel	31
3.3.1 Populasi.....	31

3.3.2 Sampel.....	32
3.4 Variabel Penelitian	34
3.4.1 Variabel Independen	34
3.4.2 Variabel Dependen.....	35
3.5 Definisi Operasional	35
3.6 Instrumen Penelitian	36
3.7 Validitas Dan Reabilitas.....	36
3.7.1 Validitas	36
3.7.2 Reabilitas.....	36
3.8 Prosedur Pengumpulan Data	36
3.8.1 Tahap Persiapan	36
3.8.2 Tahap Pelaksanaan Penelitian	37
3.8.3 Tahap Pengambilan Data Akhir	37
3.8.4 Tahap Penutup.....	37
3.9 Pengolahan Dan Analisa Data.....	37
3.9.1 Editing.....	37
3.9.2 Coding.....	38
3.9.3 Scoring	38
3.9.4 Tabulating	38
3.10 Analisa Data	38
3.11 Etika Penelitian	39
BAB VI HASIL PENELITIAN	
4.1 Gambaran Umum MAN 3 Banda Aceh	41
4.2 Hasil Penelitian	42
4.2.1 Analisa Univariat	42
4.2.2 Skala Nyeri Dismenore Siswi MAN 3 Banda Aceh	44
4.2.3 Analisa Bivariat.....	46
4.3 Pembahasan.....	46
4.3.1 Skala Nyeri Dismenore Sebelum Diberikan Jahe Merah.....	47
4.3.2 Skala Nyeri Dismenore Setelah Diberikan Jahe Merah.....	49
4.3.3 Pengaruh Pemberian Jahe Merah	51
BAB V PENUTUP	
5.1 Kesimpulan	55
5.2 Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja terjadi sangat pesat baik fisik maupun psikologis. Perubahan fisik yang cepat ditandai dengan penambahan berat badan, dan dalamnya suara. Salah satu tanda pubertas untuk seorang wanita adalah terjadinya menstruasi yang biasanya terjadi pada usia 10-17 tahun (Wikipedia, 2014). Pada fase ini remaja sering kali menghadapi berbagai permasalahan khususnya pada remaja putri yaitu mengenai kurangnya informasi kesehatan reproduksi, pergeseran perilaku seksual remaja, serta pelayanan kesehatan yang buruk (Ningsih, dkk 2021).

Dismenore atau nyeri haid merupakan nyeri pada perut selama menstruasi diakibatkan adanya peningkatan uterus (Utari, 2017). Dismenore terbagi 2, dismenore primer dan sekunder. Disebut dismenore primer ditandai tidak ada hubungan dengan patologi pelvis makropsis dan dismenore sekunder disebabkan oleh patologi pelvis makropsis (Suwanto dkk, 2018)

Menstruasi adalah meluruhnya endometrium yang disertai dengan pendarahan dan terjadi setiap bulan. Pada saat menstruasi wanita kadang mengalami dismenoria. Sifat dan tingkat rasa nyeri bervariasi, mulai dari yang ringan hingga yang berat (Hayati dkk, 2020). Hampir seluruh perempuan pasti pernah merasakan nyeri menstruasi dengan tingkatan yang berbeda mulai dari sekedar pegal di punggung dari sisi dalam rasa nyeri yang luar biasa sakitnya. Umumnya nyeri yang biasa terjadi terasa dibawah perut itu terjadi

pada hari pertama dan kedua menstruasi. Rasa nyeri akan berkurang setelah keluar darah yang cukup banyak (Proverawati dkk, 2019)

Data dari *World Health Organization* (WHO) didapatkan sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita mengalami dismenore, 10-15% diantaranya mengalami dismenore berat. Hal ini didukung dengan penelitian yang telah dilakukan di berbagai negara dengan hasil yang mencengangkan, dimana kejadian dismenore primer di setiap negara dilaporkan lebih dari 50% (WHO 2019).

Menurut data dari *Association Of Southeast Asian Nations* (ASEAN) pada tahun 2018 presentase dismenore di negara Singapura sekitar 10-15. Negara Malaysia 35-40% dan Thailand 65%. Di Indonesia angka kejadian nyeri haid tahun 2018 sebanyak 107.673 jiwa (64,24%). Yang terdiri dari 599.67 jiwa (54,89) mengalami dismenore primer dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami dismenore sekunder. Di Jawa Barat tahun 2018, dilaporkan jumlah remaja putri yang reproduktif yaitu berusia 10-24 tahun sebanyak 56.598 jiwa, sedangkan yang mengalami dismenore dan datang ke fasilitas kesehatan sebanyak 11.565 jiwa atau 1.31% (Kementrian Kesehatan RI, 2020)

Prevalensi dismenore di Indonesia diperkirakan 55% perempuan dengan usia reproduktif kesulitan beraktivitas karena mengalami nyeri selama menstruasi. Angka kejadian prevalensi nyeri menstruasi berkisar 42-95% dari kalangan wanita usia produktif. (Kementrian Kesehatan RI, 2019). Prevalensi dismenore di Aceh cukup besar, penderita dismenore mencapai

50-60% angka kejadian primer berkisar 54,89 % sedangkan sisanya 45,11 % adalah dismenore sekunder (Profil Kesehatan Provinsi Aceh, 2018).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (2018) 11,7% remaja putri di indonesia mengalami gangguan siklus menstruasi ,sementara 14,9 % mengalami ganngguan mesntruasi di daerah perkotaan. Beberapa penelitian menunjukkan tinnginya prevalensi remaja putri yang mengalami gangguan siklus menstruasi,diantara penelitian dengan presentase sebesar 93,2% yang dilakukan pada remaja putri berusia 10-19 tahun (Miratorrofi'ah, 2020).

Dismenorea sangat berdampak pada remaja putri,setiap ramaja mempunyai pengalaman nyeri yang berbeda-beda ,dimana hal ini muncul rasa tidak nyaman,letih,sakit yang mengganggu aktivitas sehari-hari (Suparmi dkk, 2016). Seorang siswi mengalami dismenorea aktivitas belajar mereka disekolah terganggu dan tidak jarang hal ini membuat mereka tidak masuk sekolah. Selain itu,kualitas hidup menurun sebagai contoh seorang siswi yang mengalami dismenorea tidak dapat berkonsentrasi belajar dan motivasi belajar akan menurun karena dismenorea yang dirasakan saat proses mengajar (Susanti dkk, 2018).

Efek negatif pada masalah terkait kesehatan dapat dikelola dengan mengikuti langkah-langkah non-farmakologis secara teratur (Unnisa, 2022). Perdarahan menstruasi berat (HMB) dan dismenore adalah gejala menstruasi umum yang secara dramatis dapat menurunkan kualitas hidup dan menghambat aktivitas kehidupan sehari-hari dan produktivitas kerja (Harada dkk, 2022).

Permasalahan dismenore menjadi hal yang paling sering dikeluhkan oleh perempuan. Dismenore umumnya tidak membahayakan tetapi sering mengganggu aktivitas orang yang mengalaminya, remaja putri yang mengalami dismenorea dan sedang mengikuti kegiatan pembelajaran, dapat berdampak pada aktivitas belajarnya yang menjadi terganggu, tidak bersemangat, konsentrasi menjadi menurun, bahkan sulit konsentrasi sehingga materi yang disampaikan saat pembelajaran tidak diterima dengan baik. (Saputra dkk, 2020). Menurut pedoman dari Nur Najmi Laila, bahwa banyak cara untuk meringankan nyeri dismenore. Beberapa cara yang paling sederhana seperti mengompres, relaksasi, istirahat, mengonsumsi obat hingga minum-minuman herbal (Budi Hariono, 2021)

Nyeri haid jika tidak segera diatasi akan mempengaruhi fungsi mental dan fisik individu sehingga mendesak untuk segera mengambil tindakan secara farmakologis atau non farmakologis. Terapi farmakologis seperti pemberian obat-obatan analgesik untuk meredakan nyeri dengan cara memblokir prostaglandin. Terapi non farmakologis yang biasanya digunakan yaitu dengan pengobatan herbal, relaksasi, dan akupunktur. Beberapa tanaman yang dapat digunakan yaitu jahe (ginger), kayu manis, kunyit (Anurogo dkk, 2020)

Jahe merah merupakan salah satu minuman herbal yang dapat mengatasi nyeri saat menstruasi sebagai anti inflamasi dengan cara kerjanya yaitu dapat menghambat kerja enzim di dalam siklus cyclooxygenase sehingga dapat menghambat pelepasan enzim tersebut menuju prostaglandin

yang menyebabkan inflamasi (Pratiwi, 2017). Jahe merah mengandung minyak atsiri dan aleoresin yang lebih tinggi dibandingkan varian jahe lainnya, karena itu jahe merah bisa digunakan untuk pengobatan tradisional dan yang paling banyak diberikan dalam bentuk minuman jahe (Pujiana dkk, 2021).

Menurut penelitian Bingan (2021) yang berjudul efektivitas air rebusan jahe merah terhadap intensitas nyeri haid. Dapat diketahui bahwa dari 73 responden yang mengalami nyeri dismenorea, terdapat 80,8% yang mengalami nyeri ringan, 17,8% yang mengalami nyeri sedang dan hanya 1,4% yang mengalami nyeri berat setelah diberikan intervensi. Hasil uji statistik menunjukkan $Z = -7,047$ yang artinya pemberian minuman ramuan jahe jahe merah 7,047 kali dapat membantu mengurangi intensitas nyeri pada haid. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value sebesar 0,001 ($p < 0,05$) artinya ada pengaruh air rebusan jahe merah terhadap penurunan intensitas nyeri haid.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Sari Ruri Maisetya & Nuril Abasri pada tahun (2019) tentang pengaruh pemberian ramuan jahe merah (*zingiber officinale rosco*) dan gula merah terhadap perubahan nyeri haid siswi kelas VIII SMPN Bengkulu Tengah. Hasil penelitian didapatkan ada pengaruh pemberian jahe merah terhadap perubahan nyeri haid pada siswi VIII SMPN Bengkulu Tengah yang ditunjukkan dengan hasil uji *wilcoxon signed rank-test* dengan menunjukkan nilai $\text{Asymp.sig}(2\text{-tailed}) = 0,000 < 0,05$.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Kusumastuti (2021) menunjukkan hasil uji *wilcoxon test* variabel sebelum dan setelah pemberian jahe merah pada kelompok intervensi dengan nilai $p\text{ value} < 0,05$ yaitu 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak, jadi terdapat pengaruh pemberian jahe merah terhadap perubahan skala nyeri dismenore pada santri di Pondok Pesantren Al Istiqamah Kudus.

Hasil penelitian Nurdhahlia dan Fitriani (2021) yang berjudul “Efektivitas pemberian jus wortel dan jahe merah terkait dengan dismenore primer pada remaja” didapatkan hasil ada perbedaan intensitas dismenore primer sebelum dan sesudah pemberian jus wortel ($p=0,007$) dan juga melalui pemberian jus jahe merah ($p=0,005$). Jus jahe merah mempunyai efektivitas yang lebih baik dalam menurunkan (dismenore primer) dibandingkan jus wortel.

Peneliti melakukan survey awal pada tanggal 28 Februari 2023 di MAN 3 Banda Aceh. Terdapat 362 siswi dan keseluruhan siswa dan siswi terdapat 580 siswa dan siswi. Tetapi peneliti hanya mengambil 12 kelas yang berjumlah 257 siswi dikarenakan siswi kelas 3 sudah libur sekolah. Pada survey awal dari 10 siswi putri yang diwawancarai tentang cara menangani nyeri dismenore 5 di antaranya menahan rasa sakit, 2 diantaranya minum obat analgetik, 1 diantaranya melakukan terapi kompres hangat dan 2 lainnya tidak merasakan nyeri pada saat haid.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai teknik yang digunakan siswi dalam

mengatasi nyeri disminore dengan judul **“Pengaruh Pemberian Jahe Merah Terhadap Penurunan Nyeri Dismenorea Pada Remaja Di Man 3 Banda Aceh”**.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah dan maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pengaruh pemberian jahe merah terhadap penurunan nyeri dismenore terhadap sisiwi MAN 3 Banda Aceh?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian jahe merah terhadap penurunan nyeri dismenore pada siswi di MAN 3 Banda Aceh.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi nyeri dismenore sebelum pemberian jahe merah pada ramaja siswi MAN 3 Banda Aceh
- b. Mengidentifikasi nyeri disminore setelah pemberian jahe merah pada remaja MAN 3 Banda Aceh
- c. Mengidentifikasi efektifitas pengaruh pemberian jahe merah

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada :

1.4.1 Bagi MAN 3 Banda Aceh

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan bagi tenaga kesehatan agar lebih meningkatkan perhatian serta sosialisasi

terhadap program kesehatan remaja khususnya tentang dismenore dan cara mengatasinya.

1.4.2 Bagi Instansi Pendidikan.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam memberikan pendidikan kesehatan remaja khususnya tentang disminore dan penanganan.

1.4.3 Bagi Siswi

Diharapkan dapat memberikan manfaat serta informasi bagi remaja putri tentang pengaruh pemberian jahe merah dalam mengatasi masalah nyeri disminore yang dialami saat datangnya menstruasi. Sehingga dapat melakukan atau mempraktekkannya saat nyeri dismenore datang.

1.4.4 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi masyarakat mengenai nyeri dismenore serta cara penanganannya.

1.4.5 Bagi Peneliti Selanjutnya

Merupakan pengalaman langsung dalam melakukan penelitian dan akan menjadi motivator untuk memperdalam pengetahuan dan keinginan untuk melakukan penelitian berikutnya