

SKRIPSI

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN AIR JAHE DAN AIR KELAPA
TERHADAP TINGKAT NYERI *DISMENOREA* PADA
MAHASISWI UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA**

Disusun Guna Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Dalam Program Studi Keperawatan
Universitas Sahid Surakarta



DISUSUN OLEH:

Ayu Junior Puspita Ningrum

Nim : 2019121002

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS SAINS, TEKNOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA**

2023

SURAT PERNYATAAN

ORISINILITAS KARYA ILMIAH

Saya mahasiswa Program Studi: Keperawatan, Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta, yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ayu Junior Puspita Ningrum

Nim : 2019121002

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tugas Akhir/Skripsi dengan judul **"Efektivitas Pemberian Air Jahe Dan Air Kelapa Terhadap Tingkat Nyeri Dismenorea Pada Mahasiswi Universitas Sahid Surakarta"** adalah benar-bener karya saya susun sendiri. Apabila kemudian terbukti bahwa saya ternyata melakukan tindakan menyalin/atau meniru tulisan/ karya orang lain seolah-olah hal pemikiran saya sendiri, saya bersedia menerima saksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas termasuk pencabutan gelar yang telah saya peroleh/

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila dikemudian hari terbukti melakukan kebohongan maka saya sanggup menanggung segala konsekuensinya.

Surakarta, Juni 2023

ang Menyatakan



F2120AKX354803285

Ayu Junior Puspita Ningrum

Nim: 2019121002

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai Civitas Akademik Universitas Sahid Surakarta, Saya Yang Bertanda Tangan Dibawah ini :

Nama : Ayu Junior Puspita Ningrum

Nim : 2019121002

Program Studi : Keperawatan

Fakultas : Sains, Teknologi Dan Kesehatan

Jenis Karya : Skripsi

Demi Pengembangan Ilmu Pengetahuan. Menyetujui Untuk Memberikan Kepada Universitas Sahid Surakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-Exclusive Royalty Free Right) Atas Skripsi Saya Yang Berjudul.

"Efektivitas Pemberian Air Jahe Dan Air Kelapa Terhadap Tingkat Nyeri *Dismenorea* Pada Mahasiswa Universitas Sahid Surakarta". Beserta Instrumen/Desain/Perangkat (Jika Ada). Berhak Menyimpan, Mengalihkan Nama Saya Sebagai Penulis (*Autor*) Dan Pembimbing Sebagai (*Co Autor*) Atau Pencipta Dan Juga Sebagai Pemilik Hak Cipta.

Demikian Pernyataan Ini Saya Buat Dengan Sesungguhnya Secara Sabar Tanpa Paksaan Dari Pihak Manapun.

Surakarta, Juni 2023

Yang Menyatakan



Ayu Junior Puspita Ningrum

Nim: 2019121002

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN AIR JAHE DAN AIR KELAPA
TERHADAP TINGKAT NYERI *DISMENOREA* PADA
MAHASISWI UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA**

Disusun Oleh :

**Ayu Junior Puspita Ningrum
2019121002**

Telah disetujui untuk dipertahankan pada ujian sidang skripsi
Pada 06 April 2023

Pembimbing I

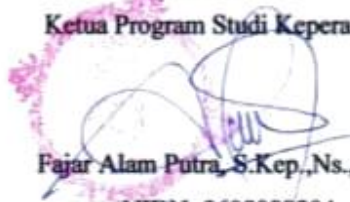

Indriyati, S.Kep.,Ns.,M.Psi
NIDN : 0624108702

Pembimbing II


Vitri Dyah Herawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN : 0613118603

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan


Fajar Alam Putra, S.Kep.,Ns.,MKM
NIDN: 0608088804

LEMBAR PENGESAHAN

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN AIR JAHE DAN AIR KELAPA
TERHADAP TINGKAT NYERI *DISMENOREA* PADA
MAHASISWI UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA**

Disusun Oleh :

Ayu Junior Puspita Ningrum

2019121002

Tugas Akhir Ini Telah Diterima Dan Disahkan Oleh Dewan Penguji Tugas Akhir

Program Studi Keperawatan Fakultas Sains, Teknologi Dan Kesehatan

Universitas Sahid Surakarta

Pada 06 April 2023

Dewan Penguji :

1. Indriyati,S.Kep.,Ns.,M.Psi (.....)
NIDN : 0624108702
2. Vitri DyahHerawati,S.Kep.,Ns.,M.Kep (.....)
NIDN : 0613118603
3. Fajar AlamPutra,S.Kep.,Ns.,MKM (.....)
NIDN: 0608088804

Mengetahui,

Ketua

Program Studi Keperawatan

Fajar Alam Putra,S.Kep.,Ns.,MKM
NIDN:0608088804

Dekan

Fakultas Sains, Teknologi Dan Kesehatan

Firdhaus Hari Saputro Al Haris, S.T.,Eng
NIDN: 0614068201

MOTTO

“Only you can change your life. Nobody else can do it for you”

Orang lain ga akan bisa paham *struggle* dan masa sulitnya kita, yang mereka ingin tahu hanya bagian *success stories*. Berjuanglah untuk diri sendiri walaupun ga ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini.



PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirrobil'amin

Sembah sujud serta syukur kepada Allah SWT, dengan rahmat Allah yang maha pengasih lagi maha penyayang, atas karunia serta kemudahan yang engkau berikan akhirnya skripsi karya sederhana ini dapat terselesaikan. Sholawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada junjunganku Nabi Rasullullah Muhammad SAW dan para sahabat nabi yag mulia. Semoga karya ini dapat menjadi ilmu yang bermanfaat bagi teman-teman yang membaca dan menjadi kebanggan bagi keluarga besarku tercinta.

Dengan rasa syukur Alhamdulillah yang mendalam, kupersembahkan skripsi ini untuk :

1. Allah SWT yang selalu memberikan kelancaraan setiap langkahku.
2. Teristimewa kepada Bapak Sukadi dan Ibu Sugiyanti selaku orang tua yang selalu mendukung dalam hal apapun.
3. Ayah dan bunda yang selalu memberikan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Keluarga besarku yang selalu memberikan semangat serta dia dan dukungan selama proses menyelesaikan skripsi ini.
5. Teman- teman seperjuangan kelas reguler 2019, terimakasih telah menjadi teman yang baik, teman yang selalu memberikan arti tentang rasanya perjuangan terimakasih atas dukungan dan bantuannya selama ini.

PRAKATA

Alhamdulillah, segala puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang selalu melimpahkan rahmat, taufiq, serta hidayah-nya, sehingga pada kesempatan ini penulisan skripsi yang berjudul “ Efektivitas Pemberian Air Jahe Dan Air Kelapa Terhadap Tingkat Nyeri *Dismenorea* Pada Mahasiswi Universitas Sahid Surakarta” dapat terselesaikan dengan baik. Selama penelitian dan penulisan skripsi ini banyak sekali hambatan yang penulis alami, namun berkat bantuan, dorongan serta bimbingan dari berbagai pihak, akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Maka pada kesempatan kali ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu. Pihak- pihak tersebut antara lain :

1. Ibu Sri Huning Anwarningsih, S.T., M.Kom., selaku Rektor Universitas Sahid Surakarta.
2. Ibu Destina Paningrum, S.E., M.M., selaku wakil bidang umum dan keuangan Universitas Sahid Surakarta.
3. Ibu Dr. Erwin Kartinawati, S.Sos., M.I.Kom., selaku wakil rektor bidang kemahasiswaan, alumini, dan Kerjasama Universitas Sahid Surakarta.
4. Bapak Firdhaus Hari Saputro Al Haris, S.T., M.Eng., dekan fakultas sains, teknologi dan kesehatan Universitas Sahid Surakarta yang telah berkontribusi dalam memberikan izin untuk melakukan penelitian.
5. Bapak Fajar Alam Putra, S.Kep.,Ns.,MKM., selaku ketua program studi keperawatan Universitas Sahid Surakarta dan selaku penguji.

6. Ibu Indriyati, S.Kep.,Ns.,M.Psi., selaku pembimbing I yang dalam kesibukannya memberikan semangat, kritik dan saran dengan sabar demi kesempurnaan skripsi ini.
7. Ibu Vitri Dyah Herawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep., selaku pembimbing II yang dalam kesibukannya memberikan semangat, kritik dan saran dengan sabar demi kesempurnaan skripsi ini.
8. Bapak dan Ibu dosen program studi keperawatan yang senantiasa memberi dukungan dan motivasi kepada penulis.
9. Teman – teman seperjuangan kelas reguler 2019, terimakasih telah menjadi teman yang baik, teman yang selalu memberi arti tentang rasanya perjuangan terimakasih atas dukungan dan bantuannya selama ini.
10. Kepada seluruh responden dan semua pihak yang telah membantu, memberikan partisipasinya dan memberikan dorongan kepada penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Dengan segala keterbatasan, penulis menyadari bahwa banyak kekurangan dalam skripsi ini. Maka, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Demikian yang dapat penulis sampaikan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak pihak.

Surakarta, 25 Febuari 2023

Ayu Junior Puspita Ningrum



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena dengan rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Proposal Skripsi yang berjudul : **“EFEKTIVITAS PEMBERIAN AIR JAHE DAN AIR KELAPA TERHADAP TINGKAT NYERI *DISMENOREA* PADA MAHASISWI UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA”** ini dengan sebaik-baiknya. Penulis mengucapkan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya, baik itu berupa fisik maupun akal pikiran, sehingga penulis mampu untuk menyelesaikan pembuatan Proposal Skripsi sebagai memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Penulis tentu menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak terdapat kekurangan didalamnya. Untuk itu, penulis mengharapkan kritik serta saran dari pembaca untuk Proposal skripsi ini, supaya Proposal skripsi ini nantinya dapat menjadi Proposal Skripsi yang lebih baik lagi. Demikian dan apabila terdapat banyak kesalahan pada Proposal Skripsi Ini penulis memohon maaf sebesar-besarnya.

Demikian, semoga Proposal Skripsi ini dapat bermanfaat.

Terima kasih.

Surakarta,..... 2023

Penulis

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN ORINILITAS KARYA ILMIAH.....	i
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
PRAKATA.....	vii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
INTISARI.....	xvii
ABSTRAK.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Konsep <i>Dismenorea</i>	9
B. Konsep Nyeri.....	19
C. Konsep Jahe.....	27
D. Konsep Air Kelapa.....	31
E. Kerangka Teori.....	35

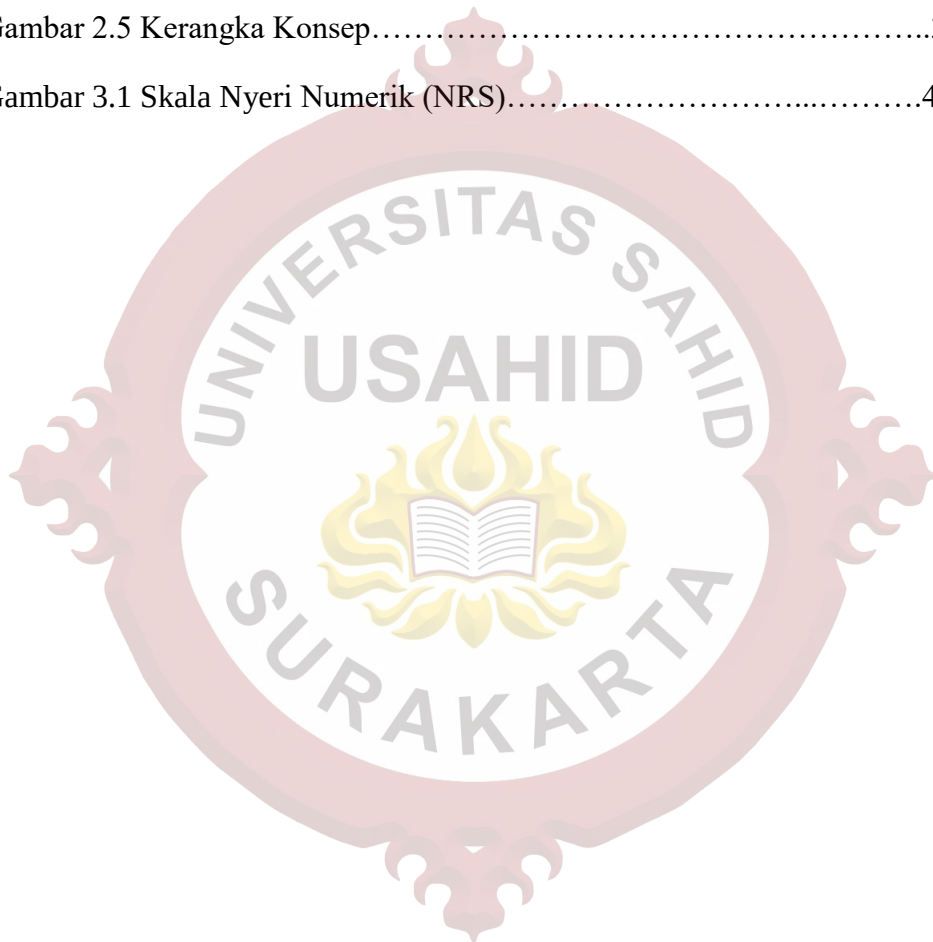
F. Kerangka Konsep	36
G. Hipotesis.....	36
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
A. Desain Penelitian.....	37
B. Tempat dan Waktu Penelitian	38
C. Populasi dan Sampel	38
D. Variabel Penelitian.....	42
E. Definisi Operasional.....	43
F. Instrumen Penelitian.....	44
G. Uji Validasi dan Reliabilitas	48
H. Metode Pengumpulan Data	49
I. Metode Pengolahan dan Analisis Data	51
J. Jalannya Penelitian.....	54
K. Etika Penelitian.....	57
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	60
A. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	60
B. Hasil Penelitian	61
C. Pembahasan Hasil Penelitian	69
D. Keterbatasan Penelitian.....	78
BAB V PENUTUP.....	79
A. Kesimpulan	79
B. Saran.....	80
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 2.4 Kerangka Teori	26
Tabel 3.1 Rancangan Penelitian.....	28
Tabel 3.2 Definisi Operasional	32
Tabel 4.1 Hasil Distribusi Karakteristik Responden.....	61
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri <i>Dismenorea</i> Sebelum Dan Sesudah Diberikan Air Jahe.....	63
Tabel 4.3 <i>Pre Tes</i> Dan <i>Post Test</i> Diberikan Air Jahe Terhadap Perubahan Skala Nyeri <i>Dismenorea</i>	63
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri <i>Dismenorea</i> Sebelum Dan Sesudah Diberikan Air kelapa	64
Tabel 4.5 <i>Pre Tes</i> Dan <i>Post Test</i> Diberikan Air Kelapa Terhadap Perubahan Skala Nyeri <i>Dismenorea</i>	65
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas <i>Pre Tes</i> Dan <i>Post Test</i> Pemberian Air Jahe	66
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas <i>Pre Tes</i> Dan <i>Post Test</i> Pemberian Air kelapa.....	67
Tabel 4.8 Hasil Uji Independent t Test	68

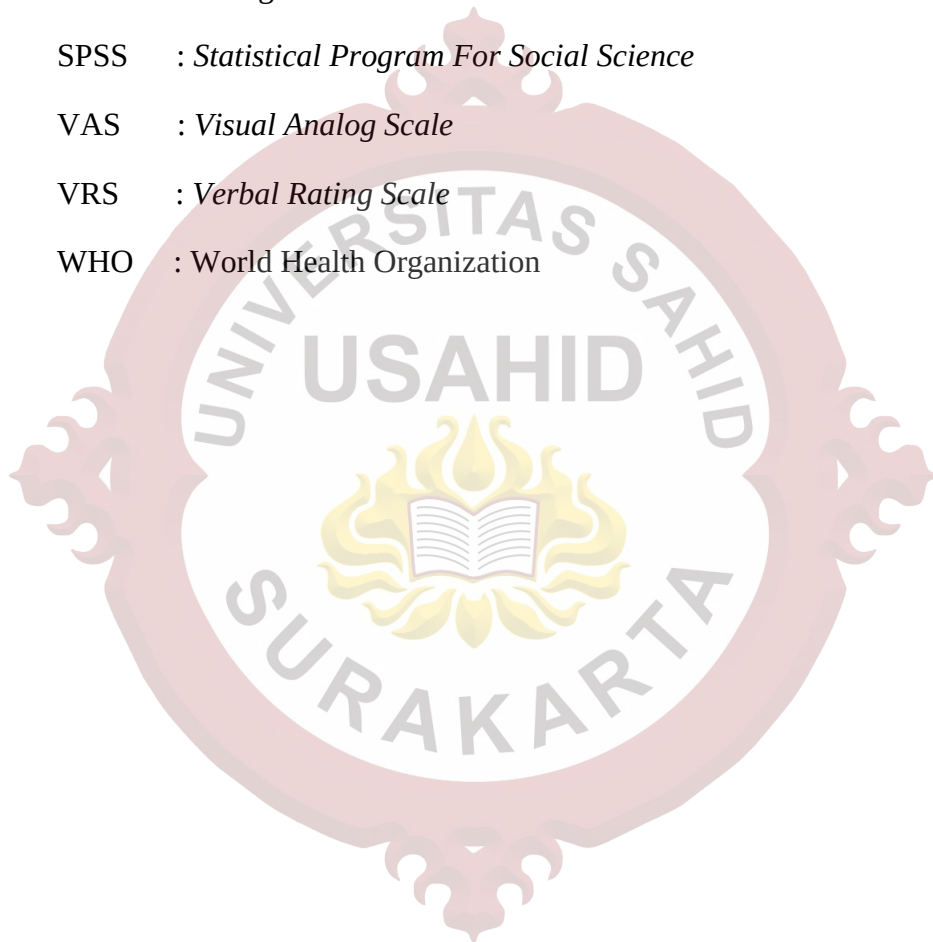
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala Nyeri Numerik (NRS).....	25
Gambar 2.2 Visual Analog Scale (VAS).....	26
Gambar 2.3 Verbal Rating Scale (VRS).....	26
Gambar 2.4 Kerangka Teori.....	35
Gambar 2.5 Kerangka Konsep.....	36
Gambar 3.1 Skala Nyeri Numerik (NRS).....	48



DAFTAR SINGKATAN

IMT	: Indeks Masa Tubuh
NRS	: <i>Numeric Rating Scale</i>
NSAID	: <i>Non Steroidal Anti Inflammatory Drugs</i>
PGE2	: Protaglandin
SPSS	: <i>Statistical Program For Social Science</i>
VAS	: <i>Visual Analog Scale</i>
VRS	: <i>Verbal Rating Scale</i>
WHO	: World Health Organization



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Persetujuan Menjadi Responden (*Informed Consent*)
- Lampiran 2. Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 3. Karakteristik Responden
- Lampiran 4. Kuesioner Air Jahe
- Lampiran 5. Kuesioner Air Kelapa
- Lampiran 6. SOP (Standar Operasional Prosedur) Air Jahe
- Lampiran 7. SOP (Standar Operasional Prosedur) Air kelapa
- Lampiran 8. Lembar Pengukuran Skala Nyeri *Dismenorea*
- Lampiran 9. Studi Pendahuluan
- Lampiran 10. Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 11. Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 12. Tabulasi Data Karakteristik Responden
- Lampiran 13. Tabulasi Data Air Jahe
- Lampiran 14. Tabulasi Data Air Kelapa
- Lampiran 15. Hasil Analisis Data
- Lampiran 16. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 17. Jadwal Penelitian

INTISARI

EFEKTIVITAS PEMBERIAN AIR JAHE DAN AIR KELAPA TERHADAP TINGKAT NYERI *DISMENOREA* PADA MAHASISWI UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA

Ayu Junior Puspita Ningrum¹⁾, Vitri Dyah Herawati²⁾, Indriyati³⁾

Latar Belakang : kebanyakan remaja putri mengkonsumsi obat golongan analgesik untuk dapat meredakan nyeri *dismenorea*, yang dapat memicu berbagai penyakit salah satunya penyakit kerusakan hati. Penatalaksanaan nyeri *dismenorea* dapat dilakukan dengan terapi nonfarmakologi, yaitu dengan mengkonsumsi air jahe dan air kelapa.

Tujuan : untuk mengetahui efektivitas pemberian air jahe dan air kelapa terhadap tingkat nyeri *dismenorea* pada mahasiswa Universitas Sahid Surakarta.

Metode : jenis penelitian ini adalah penelitian *Quasi Experimental Design* dengan bentuk *Nonequivalent Control Group Design*. Instrumen Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah NRS (*Numeral Rating Scale*) dan SOP pemberian air jahe dan air kelapa. Sampel penelitian sebanyak 22 orang dengan teknik *proposive sampling*. Uji normalitas data menggunakan Shapiro-Wilk dan uji analisis data menggunakan *paired sample t-test*.

Hasil Penelitian : Rata-rata nyeri *dismenorea* sebelum diberikan air jahe : sebesar 7,545. Nyeri *dismenorea* sesudah diberikan air jahe : 1,364. Rata-rata nyeri *dismenorea* sebelum diberikan air kelapa : sebesar 7,182. Nyeri *dismenorea* sesudah diberikan air kelapa : 2,091. Terdapat pengaruh pemberian air jahe terhadap nyeri *dismenorea* ($0,240 > 0,05$). Terdapat pengaruh pemberian air kelapa terhadap nyeri *dismenorea* ($0,000 < 0,05$).

Kesimpulan : Minuman air jahe maupun air kelapa sama-sama dapat menurunkan skala nyeri *dismenorea*, akan tetapi air jahe lebih efektif dalam menurunkan nyeri *dismenorea* dibandingkan air kelapa.

Kata Kunci : Air Jahe, Air Kelapa, *Dismenorea*

¹⁾Mahasiswa Program studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

^{2,3)}Dosan Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

ABSTRACT

THE EFFECTIVENESS OF GINGER AND COCONUT WATER GIVING ON LEVELS OF DYSMENORRHEA PAIN IN SAHID SURAKARTA UNIVERSITY STUDENTS

Ayu Junior Puspita Ningrum¹⁾, Vitri Dyah Herawati ²⁾, Indriyati ³⁾

Background: Most young women consume analgesic drugs to relieve dysmenorrhea pain. It can trigger various diseases, such as liver damage. Management of dysmenorrhea pain can be done with non-pharmacological therapy, namely by consuming ginger and coconut water.

Objective: to determine the effectiveness of giving ginger and coconut water to the level of dysmenorrhea pain in female students at Sahid Surakarta University.

Method: The research was a quasi experimental design with a nonequivalent control group design. The research instruments used the NRS (Numeral Rating Scale) and SOP for giving ginger and coconut water. The research sample was 22 people with a purposive sampling technique. The data normality test used the Shapiro-Wilk and the data analysis test used the paired sample t-test.

Results: The average pain of dysmenorrhea before being given ginger water is 7.545. Dysmenorrhea pain after being given ginger water is 1.364. The average pain of dysmenorrhea before being given coconut water is 7.182. Dysmenorrhea pain after being given coconut water is 2.091. There is an effect of ginger water on dysmenorrhea pain ($0.240 > 0.05$). There is an effect of giving coconut water on dysmenorrheal pain ($0.000 < 0.05$).

Conclusion: Ginger water and coconut water can reduce dysmenorrhea pain scale, but ginger water is more effective in reducing dysmenorrhea pain than coconut water.

Keywords: Ginger Water, Coconut Water, Dysmenorrhea.

-
1. Students of Nursing Department of Sahid Surakarta University
 - 2,3 Lecturer of Nursing Department of Sahid Surakarta University

