

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN JUS WORTEL TERHADAP
INTENSITAS *DISMENOREA* PADA MAHASISWI
KEBIDANAN UNIVERSITAS
PASIR PENGARAIAN**

KARYA TULIS ILMIAH

Disusun Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar
Ahli Madya Kebidanan Program Studi D-III Kebidanan
Universitas Pasir Pengaraian



Oleh :

ROHIMI
NIM : 1800012

**PROGRAM STUDI D-III KEBIDANAN
FAKULTAS KESEHATAN DAN KECANTIKAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
TAHUN 2021**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah :
Nama : Rohimi
Judul : Efektivitas Pemberian Jus Wortel Terhadap Intensitas
Dismenorea pada Mahasiswi Kebidanan Universitas Pasir
Pengaraian
Nim : 1800012

Karya Tulis Ilmiah ini telah diperiksa, disetujui, dan dinyatakan memenuhi syarat untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Program Studi D III Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian.

Pasir Pengaraian, 23 Juni 2021
Menyetujui
Pembimbing



Nana Aldriana, SST, M. Kes
NIDN: 8858930017

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah Penelitian dengan Judul

Efektivitas Pemberian Jus Wortel Terhadap Intensitas *Dismenorea*
pada Mahasiswi Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian

Yang dipersiapkan dan dipertahankan oleh :

ROHIMI
NIM:1800012

Telah diuji dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah
Pada Tanggal 23 Juni 2021 dan
Dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Ketua Penguji



Nana Aldriana, SST, M. Kes
NIDN: 8858930017

Penguji I



Sri Wulandari, MPH
NIDN:1004028501

Penguji II



Heny Sepduwiana, SST, M. Kes
NIDN: 8879250017

Pasir Pengaraian, 23 Juni 2021
Ketua Program Studi DIII Kebidanan
Universitas Pasir Pengaraian



Sri Wulandari, MPH
NIDN: 1004028501

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama Lengkap : Rohimi
NIM : 1800012
Tempat/tanggal lahir : Muara Musu, 19 September 1999
Agama : Islam
Jumlah Saudara : 4 Orang, Anak ke 2
Alamat Rumah : Muara Musu, RT 12, RW 06
Alamat email : rohimi1909@gmail.com
Riwayat Pendidikan : 1. SDN 002 Rambah Hilir, Lulus tahun 2012
2. MTS Thamrin Yahya, Lulus tahun 2015
3. SMAN 3 Rambah Hilir, Lulus tahun 2018

PROGRAM STUDI D III KEBIDANAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
Karya Tulis Ilmiah, 23 Juni 2021

Rohimi

Efektivitas Pemberian Jus Wortel Terhadap Intensitas *Dismenorea* pada Mahasiswi Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian Tahun 2021

xiv + 52 Halaman, 6 Tabel, 2 Gambar, 2 Skema, 9 Lampiran

ABSTRAK

Dismenorea merupakan keadaan seorang perempuan yang mengalami nyeri saat menstruasi yang berefek buruk dan menyebabkan gangguan melakukan aktivitas harian karena nyeri yang dirasakan. Nyeri tersebut timbul akibat adanya hormon prostaglandin yang membuat otot uterus (rahim) berkontraksi. Jika tidak ditangani dengan baik dapat menurunkan kualitas hidup wanita. Pengobatan *dismenorea* bisa dengan pemberian jus wortel. Kandungan betakaroten dan vitamin E pada wortel yang dapat memberikan efek analgesik dan anti inflamasi yang mampu membantu pengeblokan formasi prostaglandin dan mengatasi peningkatan hormon prostaglandin, yaitu hormon yang mempengaruhi *dismenorea*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Efektivitas Pemberian Jus Wortel Terhadap Intensitas *Dismenorea* pada Mahasiswi Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian, Kecamatan Rambah Hilir, Kabupaten Rokan Hulu. Metode penelitian ini adalah kuantitatif analitik dengan desain penelitian *Pra eksperimen* dengan rancangan *one group pre test and post tes design*. Pengumpulan data menggunakan lembar ceklis sedangkan analisis data menggunakan uji *T-Dependen*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 responden mahasiswi yang mengalami *dismenorea*. Hasil penelitian dari analisa data rata-rata penurunan intensitas *dismenorea* sebelum diberikan jus wortel adalah 3,65 dengan standar deviasi 0,93 dan standar eror 0,20. Pada pengukuran setelah pemberian jus wortel didapatkan rata-rata intensitas nyeri adalah 0,30 dengan standar deviasi 0,47 dan standar eror 0,10. Kesimpulan, ada pengaruh pemberian jus wortel terhadap penurunan intensitas *dismenorea* pada mahasiswi kebidanan Universitas Pasir Pengaraian Kecamatan Rambah Hilir, Kabupaten Rokan Hulu dengan (*p value* = 0,001). Saran bagi wanita yang mengalami *dismenorea* supaya bisa mengkonsumsi jus wortel. Karena dengan pemberian jus wortel dapat menurunkan intensitas *dismenorea* pada wanita dan dapat dijadikan sebagai terapi alternatif.

Daftar Pustaka : 25 (2011- 2021)
Kata Kunci : Jus Wortel, Intensitas *Dismenorea*

D III MIDWIFE STUDY PROGRAM
UNIVERSITY OF PASIR PENGARAIAN
Scientific Writing, 23 June 2021

Rohimi

The Effectiveness of Giving Carrot Juice to the Intensity of Dysmenorrhea in Midwifery Students at Pasir Pengaraian University in 2021

Xiv + 52 Pages, 6 Tables, 2 Pictures, 2 Scheme 9 Appendices

ABSTRACT

Dysmenorrhea is a condition of a woman who experiences pain during menstruation which has a bad effect and causes disturbances in carrying out daily activities because of the pain. The pain arises due to the presence of the hormone prostaglandin which makes the uterine muscle (womb) contract. If not handled properly, it can reduce the quality of life of women. Treatment of dysmenorrhea can be by giving carrot juice. The content of beta-carotene and vitamin E in carrots can provide analgesic and anti-inflammatory effects that can help block the formation of prostaglandins and overcome the increase in the hormone prostaglandin, which is a hormone that affects dysmenorrhea. This study aims to determine the effectiveness of giving carrot juice to the intensity of dysmenorrhea in midwifery students at Pasir Pengaraian University, Rambah Hilir District, Rokan Hulu Regency. This research method is quantitative analytic with pre-experimental research design with one group pre-test and post-test design. Collecting data using a checklist while data analysis using the T- Dependent test. The sample in this study amounted to 20 female respondents who experienced dysmenorrhea. The results of the data analysis of the average decrease in the intensity of dysmenorrhea before being given carrot juice was 3.65 with a standard deviation of 0.93 and a standard error of 0.20. In the measurement after giving carrot juice, the average pain intensity was 0.30 with a standard deviation of 0.47 and a standard error of 0.10. In conclusion, there was an effect of giving carrot juice to decrease the intensity of dysmenorrhea in midwifery students at Pasir Pengaraian University, Rambah Hilir District, Rokan Hulu Regency with (p value = 0.001). Suggestions for women who experience dysmenorrhea to be able to consume carrot juice. Because the administration of carrot juice can reduce the intensity of dysmenorrhea in women and can be used as an alternative therapy.

Bibliography : 25 (2011- 2021)

Keywords : Carrot Juice, Intensity of Dysmenorrhea

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan judul: “Efektivitas Pemberian Jus Wortel Terhadap Intensitas *Dismenorea* pada Mahasiswi Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian”.

Peneliti menyadari adanya kekurangan dalam karya tulis ilmiah ini, oleh sebab itu peneliti mengharapkan kritikan dan saran yang membangun untuk kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan untuk memenuhi syarat dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Diploma III Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian. Dalam penyusun Karya Tulis Ilmiah ini peneliti banyak mendapat bantuan dari beberapa pihak oleh sebab itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Hardianto,S.Pd.M.Pd selaku Rektor Universitas Pasir Pengaraian.
2. Zulkifli, SH, MH, CLA selaku wakil Rektor 1 Universitas Pasir Pengaraian.
3. Hidayat, SE, MM selaku wakil Rektor II Universitas Pasir pengaraian.
4. Rika Herawati, M. Kes selaku Dekan Fakultas Kesehatan Dan Kecantikan Universitas Pasir Pengaraian.
5. Sri Wulandari, MPH selaku Ka. Prodi D-III Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian sekaligus Penguji I Karya Tulis ilmiah yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk selama menyelesaikan karya Tulis Ilmiah ini.

6. Nana Aldriana, SST, M. Kes selaku pembimbing Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk selama menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Heny Sepduwiana, SST, M. Kes selaku Penguji II Karya Tulis Ilmiah ini yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk selama menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Kedua orang tua terima kasih yang banyak memberikan dukungan dan doa yang tidak hentinya kepada penulis dalam menggapai cita-cita.
9. Para dosen Universitas Pasir Pengaraian Jurusan Kebidanan yang telah memberikan ilmu kepada penulis selama menempuh perkuliahan.
10. Rekan-rekan mahasiswa Universitas Pasir Pengaraian jurusan Kebidanan yang telah banyak memberikan dorongan moral terhadap penulis dalam menyelesaikan karya Tulis Ilmiah ini.

Akhirnya kepada Allah SWT juga penulis berserah diri dengan harapan semoga karya tulis ini dapat bermanfaat dan semoga Allah SWT senantiasa melindungi kita semua, amin.

Pasir Pengaraian, 23 Juni 2021

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Judul	
Halaman Persetujuan Pembimbing.....	ii
Halaman Pengesahan Penguji dan Ketua Program Studi	iii
Daftar Riwayat Hidup	iv
Abstrak.....	v
Kata Pengantar.....	vii
Daftar isi.....	ix
Daftar Tabel.....	xi
Daftar Gambar	xii
Daftar Skema	xiii
Daftar Lampiran	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN.....	7
A. Tinjauan Teori.....	7
B. Kerangka Konsep.....	22
C. Hipotesa.....	22
BAB III METODE PENELITIAN	23
A. Jenis dan Desain Penelitian	23
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	24
C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	24
D. Definisi Operasional.....	25
E. Instrumen/Alat Penelitian.....	27
F. Metode Pengumpulan Data	27
G. Metode Pengolahan dan Analisa Data	27
H. Etika Penelitian	29

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	31
A. Hasil Penelitian	31
B. Pembahasan.....	33
BAB V KESIMPULAN.....	37
A. Kesimpulan	37
B. Saran.....	37
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

2.1 Tabel klasifikasi ilmiah wortel.....	14
2.2 Komposisi Kandungan Gizi Wortel.....	16
3.1 Definisi Operasional.....	26
4.1 Intensitas <i>Dismenorea</i> sebelum pemberian jus wortel pada Mahasiswi Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian	31
4.2 Intensitas <i>Dismenorea</i> sesudah pemberian jus wortel pada Mahasiswi Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian	31
4.3 Intensitas <i>Dismenorea</i> sebelum dan Sesudah Pemberian jus wortel pada Mahasiswi Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian.....	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala Intensitas Nyeri Numeric Rating Scale (NRS).....	10
Gambar 2.2 Wortel (<i>Daucus carota L.</i>).....	13

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Konsep	22
Skema 3.2 Rancangan Penelitian	23

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I : Surat Permohonan Izin Penelitian dari Universitas

Lampiran II : Surat izin Penelitian dari Tempat Penelitian

Lampiran III : Surat keterangan sudah Melaksanakan Penelitian

Lampiran IV : Persetujuan Responden

Lampiran V : Lembar Ceklis

Lampiran VI : Master Tabel

Lampiran VII : Hasil Uji

Lampiran VII : Dokumentasi

Lampiran IX : Lembar Konsultasi