

SKRIPSI
PENGARUH PEMBERIAN AIR KELAPA HIJAU
TERHADAP *DISMENORE* PADA SISWI
DI SMP N 5 KEPENUHAN

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan



SOLIYANI RISMAWAN
NIM: 2339167

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
2024

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul **“PENGARUH PEMBERIAN AIR KELAPA HIJAU TERHADAP *DISMENORE* PADA SISWI DI SMP N 5 KEPENUHAN TAHUN 2024”** telah disetujui sebagai Skripsi dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diseminarkan.

Pasir Pengaraian, 11 Juni 2024

Pembimbing

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Rika Herawati', written over a horizontal line.

Rika Herawati, SST., M.Kes
NIDN: 8878260017

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH PEMBERIAN AIR KELAPA HIJAU TERHADAP DISMENORE PADA SISWI DI SMP N 5 KEPENUHAN

Skripsi

Di susun oleh:
Soliyani Rismawan
Nim : 2339167

Diujikan Dalam Sidang Skripsi
Pada Tanggal 11 juni 2024
Mengetahui

Ketua Penguji



Rika Herawati, SST., M.Kes
NIDN. 8838260017

Penguji I



Ns. Romv Wahyuny, S.Kep, M.Kes
NIDN : 1017068404

Penguji II



Sri Wulandari, MPH
NIDN: 1004028501

Disahkan Oleh :
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Rika Herawati, SST., M.Kes
NIDN: 8838260017

Disetujui Oleh :
Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan



Andriana, SST., M.Kes
NIDK. 880807018

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Soliyani Rismawan
NIM : 2339167
Program Studi : Sarjana Kebidanan
Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Air Kelapa Hijau Terhadap
Dismenore Pada Siswi di SMP N 5 Kepenuhan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar – benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan alih tulis atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan sendiri.

Pasir Pengaraian, 11 juni 2024
Yang Membuat Pernyataan



Soliyani Rismawan

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Soliyani Rismawan
Nim : 2339167
Tempat/tanggal lahir : Alang Bombon, 11 Februari 1995
Agama : Islam
Jumlah Bersaudara : Anak ke tiga, dari 4 Bersaudara.
Alamat Rumah : Dusun 01 Kasimang, Desa Kepenuhan Hilir, Kec.
Kepenuhan, Kab. Rokan Hulu, Provinsi Riau
Alamat Email : soliyanirismawan95@gmail.com
Riwayat pendidikan : 1. SDN 021 Tambusai Utara, Lulusan Tahun 2008
2. MTS S Al-mukhlisiin Tanjung Medan, Lulusan
Tahun 2010
3. SMA N 1 Tambusai Utara, Lulusan Tahun 2012
4. DIII Kebidanan Paluta Husada Gunung Tua Lulusan
Tahun 2015

Nama Orang Tua

Ayah : Supariono
Tempat/tanggal lahir : Padang Pulou/08 Agustus 1966
Pekerjaan : Petani
Ibu : Rasmiani
Tempat/tanggal lahir : Bandar Besi/02 Agustus 1968
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis sampaikan kepada Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan berkahnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Pengaruh Pemberian Air Kelapa Hijau Terhadap *Dismenore* pada Siswi di SMP N 5 Kepenuhan”.

Penulis menyadari bahwa penyusunan Skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Hardianto, M.Pd selaku Rektor Universitas Pasir Pengaraian.
2. Zulkifli, MH, Selaku Wakil Rektor I Universitas Pasir Pengaraian.
3. Hidayat, MM Selaku Wakil Rektor II Universitas Pasir Pengaraian.
4. Rika Herawati, SST, M. Kes Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian dan sekaligus Selaku Pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk selama menyelesaikan Skripsi ini .
5. Andriana, SST, M.Keb Selaku Ka. Prodi SI Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian
6. Ns. Romy Wahyuni, M.Kes Selaku Narasumber 1 telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, pengarahan, dan petunjuk selama menyelesaikan Proposal Skripsi sehingga Proposal Skripsi bisa terselesaikan dengan baik.
7. Sri Wulandari, M.PH Selaku Narasumber II telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, pengarahan, dan petunjuk selama menyelesaikan Proposal Skripsi ini.

8. Kepala Sekolah SMP N 5 Kepenuhan dan Staf yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di Wilayah Desa Kepenuhan Hilir.
9. Suami, Anak, Orang tua, dan keluarga besar yang peneliti sayangi, yang telah memberi dorongan dan motivasi, baik moril maupun materil kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan studi dengan baik.
10. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian yang telah memberikan ilmu kepada peneliti selama menempuh perkuliahan.
11. Rekan - rekan seperjuangan mahasiswi Sarjana kebidanan di Universitas Pasir Pengaraian yang telah banyak memberikan dorongan moril terhadap peneliti dalam menyelesaikan Skripsi ini.

Penulis berharap semoga Skripsi ini yang telah penulis susun ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, saran dan kritik yang sifatnya membangun, sangat penulis harapkan serta dapat membawa perubahan positif terutama bagi penulis sendiri.

Akhirnya Kepada Allah SWT jugalah peneliti berserah diri dengan harapan dan do'a semoga Skripsi ini dapat bermanfaat dan semoga Allah SWT senantiasa melindungi kita semua, Amiin.

Pasir pengaraian, Juni 2024

Soliyani Rismawan

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
ABSTRACT	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian	7

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Remaja	9
1. Definisi Remaja	9
2. Tahap-tahap Perkembangan Remaja	10
3. Pertumbuhan dan Perkembangan pada Remaja	11
B. Menstruasi	14
1. Pengertian Menstruasi	14
2. Gangguan menstruasi	15
C. Konsep Dasar Dismenore	17
1. Pengertian Dismenore	17
2. Etiologi	18
3. Klasifikasi Dismenore	18
4. Faktor Resiko Dismenore	20
5. Skala Intensitas Nyeri	23
6. Pencegahan Dismenore	26
7. Penanganan	27
D. Air Kelapa Hijau	29
1. Pengertian Air Kelapa Hijau	29
2. Kandungan Air Kelapa Hijau	29
3. Manfaat Air Kelapa	30
4. Cara Pemberian Air Kelapa	32
E. Kerangka Teori	33

F. Kerangka Konsep	33
G. Hipotesis	33
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	34
B. Populasi dan sampel Teknik sampling.....	35
C. Lokasi dan Waktu Penelitian	36
D. Defenisi Operasional	36
E. Instrumen	37
F. Metode Pengumpulan data	37
G. Metode Pengolahan Data.....	39
H. Analisa Data	40
I. Etika Penelitian	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Penelitian.....	42
B. Hasil Penelitian.....	42
C. Pembahasan	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	48
B. Saran	48
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Defenisi Operasional	37
Tabel 4.1. Frekuensi rata – rata <i>Dismenore</i> sebelum pemberian air kelapa hijau pada Siswi SMP N 5 Kepenuhan	43
Tabel 4.2. Frekuensi Skala <i>Dismenore</i> sesudah Pemberian Air Kelapa Hijau pada Siswi SMP N 5 Kepenuhan	43
Tabel 4.3 Pengaruh Air Kelapa Hijau untuk menurunkan <i>dismenore</i> pada Siswi di SMP N 5 Kepenuhan	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kelapa Hijau.....	29
Gambar 2.2 Kerangka Teori	33
Gambar 2.3 Kerangka Konsep	33
Gambar 3.1 Desain penelitian	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Persetujuan menjadi Responden
Lampiran 2	Kuesioner Penelitian
Lampiran 3	Lembar Konsultasi
Lampiran 4	Master Tabel
Lampiran 5	Standar Operasional Prosedure (SOP)

**Program Studi S1 Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian
Skripsi. Juni 2024**

**Soliyani Rismawan
2339167**

**Pengaruh Pemberian Air Kelapa Hijau Terhadap *Dismenore* Pada Siswi di
SMP N 5 Kepenuhan**

XIV + 52 Halaman, 4 Tabel, 10 Lampiran

ABSTRAK

Dismenore adalah rasa nyeri yang dirasakan pada perut bagian bawah atau kram menjelang haid yang menyebar menjalar ke punggung bagian bawah dan tungkai. Keluhan *dismenore* ini dapat diatasi dengan menggunakan terapi farmakologi maupun non – farmakologi. Pendekatan non – farmakologi diantaranya adalah dengan mengkonsumsi air kelapa hijau karena air kelapa hijau mengandung kalsium 14,11 Mg/100 ml, magnesium 9,11 Mg/100 ml dan vitamin c. Kalsium dan magnesium yang terkandung dalam air kelapa hijau dapat mengurangi ketegangan otot serta kandungan vitamin c yang merupakan zat – zat alami anti inflamasi yang membantu meringankan rasa sakit akibat kram menstruasi. Dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian air kelapa hijau terhadap nyeri *dismenore* pada siswi SMP. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *pra eksperimental* dengan desain *one group pretest post tes*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan sampel sebanyak 20 siswi yang mengalami nyeri *dismenore*. Alat ukur penelitian yang digunakan yaitu lembar kuisioner uji statistik yang digunakan adalah uji t – dependent. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata – rata frekuensi nyeri *dismenore* pada siswi sebelum diberikan terapi air kelapa hijau adalah 5,30 dan nilai rata – rata frekuensi nyeri *dismenore* pada siswi sesudah diberikan terapi air kelapa hijau adalah 2,50. hasil uji statistik dengan nilai p – value= 0,0000 dengan taraf signifikan < 0,005, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulan penelitian ini adalah ada pengaruh dari pemberian air kelapa hijau terhadap nyeri *dismenore*. Diharapkan bagi pihak sekolah khususnya siswi dapat memanfaatkan air kelapa hijau sebagai pengobatan alternatif sebelum menggunakan obat farmakologi anti nyeri untuk mengurangi nyeri *dismenore*. Lebih meningkatkan pendidikan dan pengetahuan tentang pencegahan *dismenore* pada remaja, dengan menggunakan pengobatan non – farmakologi.

Kata Kunci : Air Kelapa Hijau, Nyeri *Dismenore*

Sumber : 25 (2014-2023)

Pasir Pengaraian University Midwifery Study Program

Thesis, 11 June 2024

Soliyani Rismawan

2339167

The Effect of Giving Green Coconut Water on Dysmenorrhea Pain in Female Students at SMP N 5 Kecepatan

XIV + 52 Pages, 4 Tables, 10 Appendices

ABSTRACT

Dysmenorrhea is pain felt in the lower abdomen or cramps before menstruation that spreads to the lower back and legs. Dysmenorrhea complaints can be treated using pharmacological and non-pharmacological therapy. The non-pharmacological approach includes consuming green coconut water because green coconut water contains 14.11 Mg/100 ml of calcium, 9.11 Mg/100 ml of magnesium and vitamin C. The calcium and magnesium contained in green coconut water can reduce muscle tension and the vitamin C content is a natural anti-inflammatory substance that helps relieve pain due to menstrual cramps. The aim of this study was to determine the effect of giving green coconut water on dysmenorrhea pain in junior high school students. The type of research used is pre-experimental research with a one group pretest post test design. The sampling technique used purposive sampling with a sample of 20 female students who experienced dysmenorrhea pain. The research measuring instrument used is a questionnaire sheet. The statistical test used is the t - dependent test. The results of the study showed that the average value of the frequency of dysmenorrhea pain in female students before being given green coconut water therapy was 5.30 and the average value of the frequency of dysmenorrhea pain in female students after being given green coconut water therapy was 2.50. statistical test results with p - value = 0.0000 with a significance level < 0.005, then H_0 is rejected and H_a is accepted. The conclusion of this study is that there is an effect of giving green coconut water on dysmenorrhea pain. It is hoped that school officials, especially female students, can use green coconut water as an alternative treatment before using pharmacological anti-pain drugs to reduce dysmenorrhea pain. further increase education and knowledge about preventing dysmenorrhea in adolescents using non-pharmacological treatment.

Keywords: Green Coconut Water, Dysmenorrhea Pain

Source : 25 (2014-2023)