

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN HERBAL JAHE MERAH DAN AROMA TERAPI KAYU MANIS TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMINOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMK AHMAD LATIFAH RAMBAH HILIR TAHUN 2024

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan



Disusun Oleh :

JEIN IKE NURSYIA AJA'AH
NIM : 2139034

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

Proposal Skripsi dengan judul ” **PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN HERBAL JAHE MERAH DAN AROMA TERAPI KAYU MANIS TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMINOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMK AHMAD LATIFAH RAMBAH HILIR TAHUN 2024**” telah disetujui sebagai Skripsi dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diseminarkan.

Pasir Pengaraian, Oktober 2024

Pembimbing

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Masdi Janiarli', positioned above the printed name.

MASDI JANIARLI, SST., M.KES
NIDN : 1014019004

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN HERBAL JAHE MERAH DAN AROMA TERAPI KAYU MANIS TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMINOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMK AHMAD LATIFAH RAMBAH HILIR TAHUN 2024

Skripsi

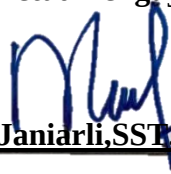
Di susun oleh :
Jein Ike Nuryia Aja'ah
NIM : 2139034

Diuji dalam Sidang Skripsi

Pada Tanggal Oktober 2024

Mengetahui

Ketua Penguji


Masdi Janiarli, SST., M.Kes
NIDN : 1014190004

Penguji I



Bdn. Andriana, SST., M.Keb
NIDN. 8808070017

Penguji II



Bdn. Heny Sepduwiana, SST., M.Kes
NIDN. 8879250017

Disahkan Oleh :

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Ns. Romy Wahyuni, S.Kep., M.Kes
NIDN. 1017068404

Disetujui Oleh :

Ketua Program Sarjana Kebidanan



Bdn. Andria, SST., M.Biomed
NIDN:1008058607

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Jein Ike Nursyia Aja'ah

NIM : 2139034

Program Studi : Sarjana Kebidanan Dan Pendidikan Profesi Bidan

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Minuman Herbal Jahe Merah Dan Aroma Terapi Kayu Manis Terhadap Penurunan Nyeri Disminorea Pada Remaja Putri Di SMK Ahmad Latifah Rambah Hilir Tahun 2025.

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, 01 Oktober 2024
Yang Membuat Pernyataan



Jein Ike Nursyia Aja'ah

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama Lengkap : Jein Ike Nursyia Aja'ah
NIM : 2139034
Tempat/Tanggal Lahir : Sidorejo, 08 Juni 2003
Agama : Islam
Jumlah Saudara : 4 (Keempat) dari 4 Bersaudara
Alamat : Desa Pasir Utama, RW 004/RT 019, Kec. Rambah Hilir
Kab. Rokan Hulu, Riau
Nomor Handphone : 0821-7136-9778
Email : Jeinike3@gmail.com
Riwayat Pendidikan : 1. SDN 023 Rambah Hilir 2009 – 2015
2. MTS Nurul Ikhwan 2015 – 2018
3. SMK Ahmad Latifah 2018 – 2021
Data Orang Tua :
Nama Ayah : Legimin
Tempat/Tanggal Lahir : Teluk Panji, 30 Desember 1969
Pekerjaan : Wiraswasta
Nama Ibu : Rufinah
Tempat/Tanggal Lahir : Pematang Siantar, 31 Desember 1972
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN

UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN

SKRIPSI, Oktober 2024

JEIN IKE NURSYIA AJA'AH

Pengaruh Pemberian Minuman Herbal Jahe Merah Dan Aroma Terapi Kayu Manis Terhadap Penurunan Nyeri Disminorea Pada Remaja Putri Di SMK Ahmad Latifah Rambah Hilir Tahun 2024.

xvii + 95 halaman, 10 tabel, 5 gambar, 17 lampiran

ABSTRAK

Disminorea merupakan kondisi medis yang terjadi sewaktu menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan memerlukan pengobatan yang ditandai dengan nyeri atau rasa sakit di daerah perut bagian bawah sampai pinggang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian minuman herbal jahe merah dan aroma terapi kayu manis terhadap penurunan nyeri dismenorea pada remaja putri di SMK Ahmad Latifah Rambah Hilir. Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasi eksperiment* dengan rancangan penelitian *two group pretest-posttest*. Pengambilan sampel dilakukan secara proportional random sampling dengan jumlah sampel 20 responden. Penelitian ini menggunakan instrument penelitian berupa lembar pengukuran skala nyeri NRS (*numeric rating scale*). Hasil uji statistik nilai $p = \text{jahe merah } 0.000 < 0,05$ dan nilai $p = \text{aroma terapi kayu manis } 0.001 < 0,05$ sehingga ada pengaruh pemberian minuman herbal jahe merah dan aroma terapi kayu manis terhadap penurunan nyeri dismenorea. Diharapkan remaja putri yang mengalami dismenorea dapat menggunakan minuman herbal jahe merah dan aroma terapi kayu manis untuk mengurangi nyeri dismenorea.

Daftar Pustaka : 17 (2018-2024)

Kata Kunci : Minuman Herbal, Jahe Merah, Aroma Terapi, Kayu Manis,
Disminorea

BACHELOR'S DEGREE IN MIDWIFERY

UNIVERSITY OF PASIR PENGARAIAAN

THESIS, October 2024

JEIN IKE NURSYIA AJA'AH

***The Effect of Red Ginger Herbal Drink and Cinnamon Aromatherapy on
Reducing Dysmenorrhea Pain in Adolescent Girls at SMK Ahmad Latifah
Rambah Hilir in 2024.***

xvii + 93 pages, 10 tables, 5 figures, 17 appendices

ABSTRACT

Dysmenorrhea is a medical condition that occurs during menstruation, which can disrupt daily activities and requires treatment, characterized by pain or discomfort in the lower abdomen to the lower back. This study aims to determine the effect of administering red ginger herbal drinks and cinnamon aromatherapy on the reduction of dysmenorrhea pain in adolescent girls at SMK Ahmad Latifah Rambah Hilir. This type of research uses a quasi-experimental research design with a two-group pretest-posttest design. The sampling was conducted using proportional random sampling with a sample size of 20 respondents. This research uses a research instrument in the form of a Numerical Rating Scale (NRS) pain measurement sheet. (numeric rating scale). The results of the statistical test show that the p-value for red ginger is $0.000 < 0.05$ and the p-value for cinnamon aromatherapy is $0.001 < 0.05$, indicating that there is an effect of administering red ginger herbal drinks and cinnamon aromatherapy on the reduction of dysmenorrhea pain. It is hoped that teenage girls experiencing dysmenorrhea can use red ginger herbal drinks and cinnamon aromatherapy to reduce dysmenorrhea pain.

Bibliography :17(2018-2024)

Keywords :Red Ginger Herbal Drink, Cinnamon Aromatherapy, Dysmenorrhea

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul “**Pengaruh Pemberian Minuman Herbal Jahe Merah Dan Aroma Terapi Kayu Manis Terhadap Penurunan Nyeri Disminorea Pada Remaja Putri Di Smk Ahmad Latifah Rambah Hilir Tahun 2025** “. Peneliti menyadari adanya kekurangan dalam penulisan Skripsi ini, oleh karena itu peneliti mengharapkan kritikan dan saran yang membangun untuk kesempurnaan Skripsi. Skripsi ini diajukan untuk memenuhi syarat dalam menyelesaikan Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian. Dalam penyusunan Skripsi ini peneliti banyak mendapat bantuan dari beberapa pihak oleh sebab itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Hardianto, MPd selaku Rektor Universitas Pasir Pengaraian yang memberikan kesempatan kepada Peneliti untuk menimba ilmu di Universitas Pasir Pengaraian.
2. Ns. Romy Wahyuni, S.Kep., M.Kes Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian yang memberikan kesempatan untuk menimba ilmu di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.
3. Bdn. Andria, SST., M.Biomed selaku Ka. Prodi Sarjana Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian.
4. Masdi Janiarli, SST., M.Kes selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan pikiran dan perhatiannya untuk membimbing, memberikan pengarahan serta petunjuk kepada Peneliti dalam menyelesaikan Skripsi ini.

5. Bdn. Andriana, SST.,M.Keb selaku Dosen penguji I telah meluangkan waktu untuk memberikan pengarahan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
6. Bdn. Heny Sepduwiana, SST.,M.Kes selaku Dosen penguji II telah meluangkan waktu untuk memberikan pengarahan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
7. Bagi Seluruh Ibu / Bapak Guru di SMK Ahmad Latifah yang telah memberi kesempatan bagi peneliti serta siswi SMK Ahmad Latifah yang ikut serta dalam penelitian ini yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
8. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian yang telah memberikan ilmu kepada Peneliti selama menempuh perkuliahan.
9. Teristimewa Peneliti ucapkan untuk terimakasih kepada kedua orang tua tercinta Peneliti yakni Ayahanda Legimin dan Ibunda Rufinah terimakasih atas setiap tetes keringat dalam setiap langkah pengorbanan dan kerja keras yang dilakukan untuk memberikan yang terbaik kepada penulis, mengusahakan segala kebutuhan Peneliti, mendidik, membimbing, dan selalu memberikan kasih sayang serta cinta yang tulus, motivasi, serta dukungan dan mendoakan penulis dalam keadaan apapun agar penulis mampu bertahan untuk melangkah setapak demi setapak dalam meraih mimpi masa depan. Terimakasih untuk selalu berada disisi Peneliti dan menjadi alasan Peneliti untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini untuk memperoleh gelar Sarjana Kebidanan .
10. Kepada Abang saya satu – satunya Nur Heydi Muchlis dan kakak ipar saya Rika Yunita Peneliti mengucapkan terimakasih sudah menghadihkan ponakan

lucu saya Dzul Vica Aura Indriani dan Bagas Syahputra sehingga Peneliti terhibur dalam menyelesaikan Pendidikannya sampai sarjana ini.

11. Kepada Ke 2 Kakak kandung saya Desi Nurbaiti& Sri Dayu Aprillah,S.Pd serta Abang Ipar saya Sepri Ampu, Terimakasih banyak atas dukungan dan motivasi kepada Peneliti baik secara material maupun moril, sehingga Peneliti dapat menyelesaikan pendidikan hingga memperoleh gelar Sarjana Kebidanan sesuai dengan harapan kalian berdua.
12. Kepada seluruh keluarga besar saya yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu terimakasih atas segala semangat dan motivasi kepada Peneliti.
13. Kepada sahabat-sahabat saya yang dipertemukan di Fakultas Ilmu Kesehatan kurang lebih 4 tahun sejak kita maba hingga saat ini terimakasih sudah selalu kebersamai dalam hal apapun saling merangkul dan susah senang bahagia kita sama sama berbagi cerita hidup serta memberi semangat serta motivasi dan juga kebaikan yang tidak bisa di sebutkan satu persatu semoga segala haluan kita dapat terwujud dan kita menjadi Bidan Profesional Kaya Dunia dan Akhirat.
14. Kepada Cici Saswita Sari (ucok baba) terimakasih sudah kebersamai kurang lebih satu tahun hingga mendapatkan dosen pembimbing serta dosen penguji yang sama melakukan hal apapun sama sama , terimakasih sudah bersedia menemani Peneliti melakukan penelitian skripsi ini hingga berhari hari dengan jarak yang tidak dekat dan atas kerjasamanya di dalam organisasi, semoga apa yang kita wujudkan dapat tercapai.

15. Untuk diri saya sendiri Jein Ike Nursyia Aja'ah terimakasih telah kuat sampai detik ini, yang mampu mengendalikan diri dari tekanan luar. Yang tidak menyerah sesulit apapun rintangan kuliah ataupun proses penyusunan skripsi yang mampu berdiri tegak ketika dihantam permasalahan yang ada. Terimakasih diriku semoga tetap rendah hati ini baru awal dari permulaan hidup tetap semangat kamu pasti bisa.

Skripsi ini masih ada kekurangan baik dari segi materi maupun teknik penulisan, maka untuk itu Peneliti mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan Skripsi ini. Semoga Skripsi ini dapat memberi manfaat kepada Peneliti dan kepada setiap pembaca, Aamin.

Pasir Pengaraian, Oktober 2024

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR SKEMA	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian	8
E. Keaslian Penelitian	9
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 10
A. Tinjauan teori	10
1. Remaja	10
2. Menstruasi	14
3. Disminorea	20
4. Konsep Dasar Nyeri	29
5. Jahe Merah	32
6. Aroma Terapi Kayu Manis	37
B. Kerangka Teori	41
C. Kerangka Konsep	42
D. Hipotesis Penelitian	43
 BAB III METODE PENELITIAN	 45
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	45
B. Populasi, Sampel Dan Teknik Sampling.....	46
C. Ruang Lingkup Penelitian.....	48
D. Variabel Penelitian.....	48
E. Definisi Operasional.....	49
F. Jenis Data	50
G. Teknik Pengumpulan Data.....	50
H. Instrument / Alat Penelitian	51
I. Pengolahan Data	51
J. Analisis Data	52
K. Etika Penelitian	53

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	54
A. Hasil Penelitian	54
1. Analisa Univariat	55
2. Analisa Bivariat	57
B. Pembahasan	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	63
A. Kesimpulan	64
B. Saran	64
DAFTAR PUSTAKA	44

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	9
Tabel 3.1 Rancangan penelitian Two group pre-posttest design	46
Tabel 3.2 Jumlah Sample yang diperlukan	47
Tabel 3.3 Definisi Operasional	49
Tabel 4.1 Distribusi rata-rata sebelum diberikan minuman jahe merah	55
Tabel 4.2 Distribusi rata-rata sesudah diberikan minuman jahe merah	55
Tabel 4.3 Distribusi rata-rata sebelum diberikan aroma terapi kayu manis.....	56
Tabel 4.4 Distribusi rata-rata sesudah diberikan aroma terapi kayu manis	56
Tabel 4.5 Pengaruh pemberian minuman herbal jahe merah.....	57
Tabel 4.6 Pengaruh pemberian aroma terapi kayu manis	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala Nyeri	26
Gambar 2.2 Pengukuran Skala Nyeri	27
Gambar 2.3 Jahe Merah	28
Gambar 2.4 Minuman Herbal Jahe	31
Gambar 2.5 Aroma Terapi Kayu Manis	34

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka teori penelitian	34
Skema 2.2 Kerangka Konsep	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Surat Izin Penelitian	69
Lampiran 2 Lembar Surat Keterangan Selesai Penelitian	70
Lampiran 3 Lembar Permohonan menjadi responden	71
Lampiran 4 Lembar Persetujuan menjadi responden	72
Lampiran 5 Lembar SOP Pemberian minuman herbal jahe merah.....	73
Lampiran 6 Lembar SOP Pemberian aroma terapi kayu manis	74
Lampiran 7 Lembar Kursioner Pretest pemberian jahe merah	75
Lampiran 8 Lembar Kursioner Pretest Pemberian aroma terapi kayu manis	76
Lampiran 9 Lembar Kursioner Posttest Pemberian minuman jahe merah.....	77
Lampiran 10 Lembar Kursioner Posttest Pemberian aroma terapi kayu manis	78
Lampiran 11 Lembar Observasi minuman jahe merah	79
Lampiran 12 Lembar Observasi aroma terapi kayu manis	80
Lampiran 13 Lembar Output spss minuman jahe merah	81
Lampiran 14 Lembar Output spss aroma terapi kayu manis.....	83
Lampiran 15 Lembar Dokumentasi pemberian minuman jahe merah.....	85
Lampiran 16 Lembar Dokumentasi pemberian aroma terapi	89
Lampiran 17 Lembar Konsultasi.....	93