

SKRIPSI

PENGARUH KOMPRES PARUTAN JAHE TERHADAP PENURUNAN DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI DESA PIR TRANS SOSA V

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan



DEWI MARLIANA

NIM : 2239019

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
2026**

SKRIPSI

PENGARUH KOMPRES PARUTAN JAHE TERHADAP PENURUNAN DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI DESA PIR TRANS SOSA V

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan



DEWI MARLIANA

NIM : 2239019

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul “ **PENGARUH KOMPRES PARUTAN JAHE TERHADAP PENURUNAN DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI DESA PIR TRANS SOSA V** ” telah disetujui sebagai Skripsi dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diseminarkan.

Pasir Pengaraian, 29 Juli 2026

Pembimbing



Bd. Masdi Janiarli, SST., M.Kes
NIDN.1014019004

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH KOMPRES PARUTAN JAHE TERHADAP PENURUNAN
DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI DESA PIR TRANS SOSA V

SKRIPSI

Disusun oleh :
Dewi Marlina
NIM : 2239019

Diujikan Dalam Sidang Skripsi Pada Tanggal 29 Juli 2026

Mengetahui
Ketua Penguji :


Bd. Masdi Janiarli SST., M.Kes
NIDN : 1014019004

Penguji I


Bdn. Ermiza, SST., M.Biomed
NIDN : 1022047801

Penguji II


Bdn. Elvira Junita, SST., M.Kes
NIDN : 8838930017

Disahkan Oleh :
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan


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

Disetujui Oleh :
Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan


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

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dewi Marlana

NIM : 2239019

Program Studi : S-1 Kebidanan

Judul Skripsi : Pengaruh Kompres Parutan Jahe Terhadap Penurunan
Dismenore Pada Remaja Putri di Desa Pir Trans Sosa v

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar – benar hasil karya saya sendiri, dan 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 atau perbuatan sendiri.

Pasir Pengaraian, 29 Juli 2026



Dewi Marlana

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama Lengkap	: Dewi Marlina
NIM	: 2239019
Tempat / Tanggal Lahir	: Pir Trans Sosa II, 31 Maret 2004
Agama	: Islam
Suku / Kebangsaan	: Jawa
Alamat Rumah	: Dusun IV Sei Kasimang
No. Handphone	: 0812 6673 4792
Email	: dewimarlianaa2020@gmail.com
Riwayat Sekolah	: 1. SD Negeri 0723 Pir Trans Sosa II 2. MTs Negeri 4 Padang Lawas 3. SMK Negeri 1 Hutaraja Tinggi
Data Orang Tua	
Nama Ayah	: Saenan
Tempat / Tanggal Lahir	: Lubuk Pakam, 31 Desember 1965
Pekerjaan	: Petani/Pekebun
Nama Ibu	: Asna
Tempat / Tanggal Lahir	: Tebing Tinggi, 28 November 1968
Pekerjaan	: Ibu Rumah Tangga

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
Skripsi, Juli 2026**

**Dewi Marliana
NIM :2239019**

**PENGARUH KOMPRES PARUTAN JAHE TERHADAP PENURUNAN
DISMENORE PADA REMAJA PUTRI
DI DESA PIR TRANS SOSA V**

XIV+57 Halaman+7 Tabel +3 Skema + 11 Lampiran

ABSTRAK

Dismenore merupakan salah satu gangguan menstruasi yang sering dialami remaja putri dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri dismenore adalah kompres parutan jahe karena mengandung senyawa aktif seperti gingerol, shogaol, dan zingeron yang memiliki efek antiinflamasi serta analgesik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres parutan jahe terhadap penurunan dismenore pada remaja putri di Desa Pir Trans Sosa V. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain quasi experimental melalui pendekatan One Group Pretest–Posttest Design. Sampel penelitian berjumlah 13 remaja putri yang mengalami dismenore dan dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengukuran intensitas nyeri dilakukan menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) sebelum dan sesudah pemberian kompres parutan jahe. Analisis data dilakukan secara univariat untuk mengetahui distribusi tingkat nyeri, sedangkan analisis bivariat menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test karena data tidak berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skala nyeri dismenore sebelum diberikan kompres parutan jahe adalah 4,77 dengan standar deviasi 0,832, sedangkan rata-rata skala nyeri setelah diberikan kompres parutan jahe menurun menjadi 2,85 dengan standar deviasi 0,801. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test diperoleh nilai $Z = -3,228$ dengan $p\text{-value} = 0,001$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian kompres parutan jahe terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja putri di Desa Pir Trans Sosa V. Disimpulkan bahwa kompres parutan jahe efektif sebagai terapi nonfarmakologis dalam menurunkan intensitas nyeri dismenore pada remaja putri. Terapi ini dapat dijadikan sebagai alternatif penanganan nyeri menstruasi yang aman, mudah, ekonomis, dan dapat diterapkan secara mandiri.

Kata Kunci: Kompres Parutan Jahe, Dismenore, Remaja Putri

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
Skripsi, Juli 2026**

**Dewi Marliana
NIM :2239019**

***The Effect of Grated Ginger Compress on Reducing Dysmenorrhea Pain
Among Adolescent Girls in Pir Trans Sosa V Village***

XIV + 57 Pages + 7 Tables + 3 Diagrams + 11 Appendices

ABSTRACT

Dysmenorrhea is one of the most common menstrual disorders experienced by adolescent girls and may interfere with their daily activities. One non-pharmacological therapy that can be used to reduce menstrual pain is a grated ginger compress, as ginger contains active compounds such as gingerol, shogaol, and zingerone, which have anti-inflammatory and analgesic properties. This study aimed to determine the effect of grated ginger compresses on reducing dysmenorrhea among adolescent girls in Pir Trans Sosa V Village. This study employed a quantitative method using a quasi-experimental design with a One Group Pretest–Posttest Design approach. The sample consisted of 13 adolescent girls with dysmenorrhea selected using a purposive sampling technique. Pain intensity was measured using the Numeric Rating Scale (NRS) before and after the administration of grated ginger compresses. Univariate analysis was used to describe the distribution of pain intensity, while bivariate analysis was performed using the Wilcoxon Signed Rank Test because the data were not normally distributed. The results showed that the mean dysmenorrhea pain score before the intervention was 4.77 with a standard deviation of 0.832, while the mean pain score after the intervention decreased to 2.85 with a standard deviation of 0.801. The Wilcoxon Signed Rank Test yielded a Z value of -3.228 with a p-value of 0.001 ($p < 0.05$). These findings indicate that grated ginger compresses had a statistically significant effect on reducing dysmenorrhea pain among adolescent girls in Pir Trans Sosa V Village. It can be concluded that grated ginger compresses are an effective non-pharmacological therapy for reducing the intensity of dysmenorrhea in adolescent girls. This therapy can be recommended as a safe, simple, affordable, and easy-to-apply alternative for managing menstrual pain..

Keywords: *Grated Ginger Compress, Dysmenorrhea, Adolescent Girls*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan judul “Pengaruh Kompres Parutan Jahe Terhadap Penurunan Dismenore Pada Remaja Putri Di Desa Pir Trans Sosa v”. Peneliti menyadari adanya kekurangan dalam penulisan skripsi penelitian ini, oleh karena itu peneliti mengharapkan kritikan dan saran yang membangun untuk kesempurnaan skripsi. Skripsi ini diajukan untuk memenuhi syarat dalam menyelesaikan tugas akhir Program Studi 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, SPd, M,Pd selaku Rektor Universitas Pasir Pengaraian.
2. Lufita Nur Alifah, M.,SI selaku Wakil Rektor I Universitas Pasir Pengaraian.
3. Hidayat, SE, MM selaku wakil Rektor II Universitas Pasir Pengaraian.
4. Ns Romy Wahyuni, S.Kep., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.
5. Bdn. Andria, SST., M.Biomed selaku Kepala Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.
6. Bd. Masdi Janiarli, SST., M.Kes selaku dosen pembimbing peneliti yang telah bersedia memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk selama menyelesaikan Skripsi ini.
7. Bdn. Ermiza, SST., M.Biomed selaku Penguji I Penelitian ini yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk selama menyelesaikan Skripsi ini.
8. Bdn. Elvira Junita, SST.,M.Kes selaku penguji II Penelitian ini yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk selama menyelesaikan Skripsi ini.

9. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian yang telah memberikan ilmu kepada Peneliti selama menempuh perkuliahan.
10. Bagi Remaja Putri Desa Pir Trans Sosa v yang telah bersedia menjadi responden peneliti.
11. Ayah dan Ibu Tercinta serta keluarga yang selalu memberikan Doa dan dukungan tiada hentinya kepada Peneliti dalam menyelesaikan Skripsi ini.
12. Kepada seseorang yang Insya Allah akan menjadi pasangan dunia akhirat peneliti yang sudah ikut serta mendukung peneliti.
13. Terakhir, terimakasih untuk diri sendiri yang selalu berusaha percaya bahwa semua rintangan yang dihadapi pasti bisa terlewati.

Akhirnya kepada Allah SWT juga Peneliti berserah diri dengan harapan semoga Skripsi ini dapat bermanfaat dan semoga Allah SWT senantiasa melindungi kita semua, Aamiin.

Pasir Pengaraian, 29 Juli 2026



Dewi Marlina

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	iv
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Tinjauan Teori.....	10
B. Kerangka Teori	21
C. Kerangka Konsep.....	22
D. Hipotesis	22
BAB III METODE PENELITIAN	23
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	23
B. Populasi, Sample dan Teknik Sampling	24
C. Ruang Lingkup Penelitian.....	25
D. Variabel Penelitian.....	25
E. Definisi Operasional	25
F. Jenis Data	26
G. Teknik Pengumpulan Data.....	27
H. Instrumen Penelitian	28
I. Pengolahan Data	29
J. Analisis Data	30
K. Etika Penelitian	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	34
A. Hasil penelitian	34
B. Pembahasan.....	38
BAB V PENUTUP DAN SARAN	44

DAFTAR PUSTAKA.....	46
LAMPIRAN.....	50

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	8
Tabel 3.1 Rancangan Penelitian	23
Tabel 3.2 Definisi Operasional	26
Tabel 4.1 Nilai rata-rata Nyeri Dismenore Sebelum	35
Tabel 4.2 Nilai rata-rata Nyeri Dismenore Sesudah	35
Tabel 4.3 Hasil Uji Normalitas Data	36
Tabel 4.4 Hasil Uji Wilcoxon	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Definisi Jahe.....	18
Gambar 3.1 <i>Numerical Rating Scale</i> (NRS)	28
Bagan 2.1 Kerangka Teori	21
Bagan 2.2 Kerangka Konsep.....	22

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Lembar Permohonan Menjadi Responden	49
Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	50
Lampiran 3 : Standar Operasional Prosedur (Sop)	51
Lampiran 4 : Lembar Kuesioner Pre-Test	53
Lampiran 5 : Lembar Kuesioner Post-Test.....	54
Lampiran 6 : Lembar Observasi	55
Lampiran 7 : Olah Data SPSS	57
Lampiran 8 : Lembar Konsultasi Bimbingan Skripsi	60
Lampiran 9 : Surat Izin Penelitian	62
Lampiran 10 : Surat Balasan Izin Penelitian.....	63
Lampiran 11: Dokumentasi Penelitian.....	64

