

**PENGARUH REBUSAN JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN
SKALA DISMENORE PADA MAHASISWI KEBIDANAN
SEMESTER AKHIR UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**

SKRIPSI



**Oleh :
Nanda Putri Fortuna Azizah
NIM. 22104032**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2026**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "Pengaruh Rebusan Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Dismenore Pada Mahasiswi Kebidanan Semester Akhir Universitas dr. Soebandi" telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Nanda Putri Fortuna Azizah
NIM : 22104032
Hari, Tanggal : Senin, 13 Juli 2026
Program Studi : S1 Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji,
Ketua Penguji

(Syaiful Bachri, S.KM., M.Kes)
NIP. 196201201983031004

Penguji II


(Jamhariyah, S.ST., M.Kes)
NIDN: 4011016401

Penguji III


(Jenie Palupi, S.Kp., M.Kes)
NIDN: 4019066901

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas dr. Soebandi


Ai Nur Zannah, S.ST., S.Keb., M.Keb
NIDN: 0719128902

Abstrak

Latar Belakang: Nyeri haid atau dismenore merupakan salah satu masalah kesehatan reproduksi yang kerap dikeluhkan oleh perempuan usia subur, tidak terkecuali kalangan mahasiswi. Kondisi ini dapat mengganggu rutinitas harian, menurunkan daya konsentrasi selama proses perkuliahan, hingga berpengaruh terhadap kualitas hidup secara umum. Salah satu alternatif penanganan nonfarmakologis yang berpotensi menurunkan intensitas nyeri tersebut adalah pemberian air rebusan jahe merah, mengingat kandungan senyawa bioaktifnya seperti gingerol dan shogaol memiliki sifat antiinflamasi sekaligus analgesik.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pemberian air rebusan jahe merah terhadap penurunan tingkat dismenore pada mahasiswi Kebidanan tingkat akhir di Universitas dr. Soebandi.

Metode: Rancangan studi yang diterapkan adalah *pre-eksperimental* dengan model pendekatan *one group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini mencakup 75 mahasiswi Kebidanan tingkat akhir. Melalui perhitungan rumus Slovin dan teknik *purposive sampling*, diperoleh sampel sejumlah 48 responden. Bentuk intervensi yang diberikan adalah air jamu jahe merah sebanyak 200 ml, diberikan satu kali setiap hari selama dua hari berturut-turut, yaitu pada hari pertama dan kedua siklus menstruasi. Pengukuran intensitas sakit dinilai memakai alat ukur *Numeric Rating Scale*, baik sebelum maupun pasca pemberian tindakan. Berikutnya, data yang terkumpul dianalisis memakai uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Hasil: Sebelum diberikan tindakan, sebagian besar subjek (56,3%) berada pada kategori dismenore sedang. Sesudah pemberian air rebusan jahe merah, terjadi perubahan signifikan di mana separuh responden (50,0%) berpindah ke kategori dismenore ringan. Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menghasilkan nilai *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya pengaruh bermakna dari pemberian air rebusan jahe merah terhadap penurunan skala nyeri dismenore.

Kesimpulan: Air rebusan jahe merah terbukti berpengaruh terhadap penurunan skala dismenore pada mahasiswi Kebidanan tingkat akhir di Universitas dr. Soebandi.

Kata Kunci: Air rebusan jahe merah, Dismenore, Skala nyeri