

**PENGARUH KONSUMSI REBUSAN JAHE, KAYU MANIS
DAN MADU TERHADAP NYERI HAID PADA SISWI
SMK BINA SISWA 1 GUNUNGHALU
KABUPATEN BANDUNG BARAT**

SKRIPSI



Oleh:

SITI NURAHAYU

235401446095

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA**

2024

**PENGARUH KONSUMSI REBUSAN JAHE, KAYU MANIS
DAN MADU TERHADAP NYERI HAID PADA SISWI
SMK BINA SISWA 1 GUNUNGHALU
KABUPATEN BANDUNG BARAT**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Kebidanan
pada Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Jakarta



Oleh:

SITI NURAHAYU

235401446095

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2024**

***THE EFFECT OF CONSUMPTION OF BAKED GINGER,
CINNAMON AND HONEY ON MENSTRUAL PAIN IN
STUDENTS OF SMK BINA SISWA 1 GUNUNGHALU, WEST
BANDUNG REGENCY***

RESEARCH PAPER

*Submitted to fulfill the requirements for obtaining a Bachelor's Degree
Midwifery at the Midwifery Study Program Faculty of Health Sciences
University Nasional
Jakarta*



**MIDWIFERY STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
NATIONAL UNIVERSITY
JAKARTA**

2024

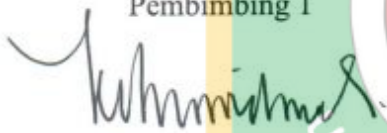
SKRIPSI

**PENGARUH KONSUMSI REBUSAN JAHE, KAYU MANIS
DAN MADU TERHADAP NYERI HAID PADA SISWI
SMK BINA SISWA 1 GUNUNGHALU
KABUPATEN BANDUNG BARAT**

OLEH
SITI NURAHAYU
235401446095

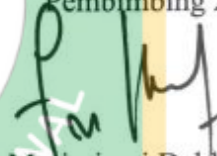
Telah dipertahankan dihadapan penguji skripsi
Program Studi Ilmu Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Pada tanggal 07 Agustus 2024

Pembimbing 1



Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si

Pembimbing 2,



Bdn. Febry Mutiariami Dahlan, SST., M.Keb

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Pengaruh Konsumsi Rebusan Jahe, Kayu Manis Dan Madu
Terhadap Nyeri Haid Pada Siswi SMK Bina Siswa 1

Gununghalu Kabupaten Bandung Barat

Nama Mahasiswi : Siti Nurahayu

NPM : 235401446095



Pembimbing 1


Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si

Pembimbing 2,


Bdn. Febry Mutianjiami Dahlan, SST.,M.Keb

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI SETELAH MAJU SIDANG

Judul Skripsi : Pengaruh Konsumsi Rebusan Jahe, Kayu Manis Dan Madu
Terhadap Nyeri Haid Pada Siswi SMK Bina Siswa 1

Gununghalu Kabupaten Bandung Barat

Nama Mahasiswi : Siti Nurahayu

NPM : 235401446095

Menyetujui,

Penguji I : Bdn. Putri Azzahroh, SST.,M.Kes

Penguji II : Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si

Penguji III : Bdn. Febry Mutiariami Dahlan, SST., M.Keb

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertandatangan dibawah ini saya :

Nama Mahasiswi : Siti Nurahayu

NPM : 235401446095

Judul Skripsi : Pengaruh Konsumsi Rebusan Jahe, Kayu Manis Dan Madu Terhadap Nyeri Haid Pada Siswi SMK Bina Siswa 1 Gununghalu Kabupaten Bandung Barat

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuann saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diberikan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan dibuat dalam daftar pustaka.

Jakarta, 07 Agustus 2024



(Siti Nurahayu)

KATA PENGANTAR

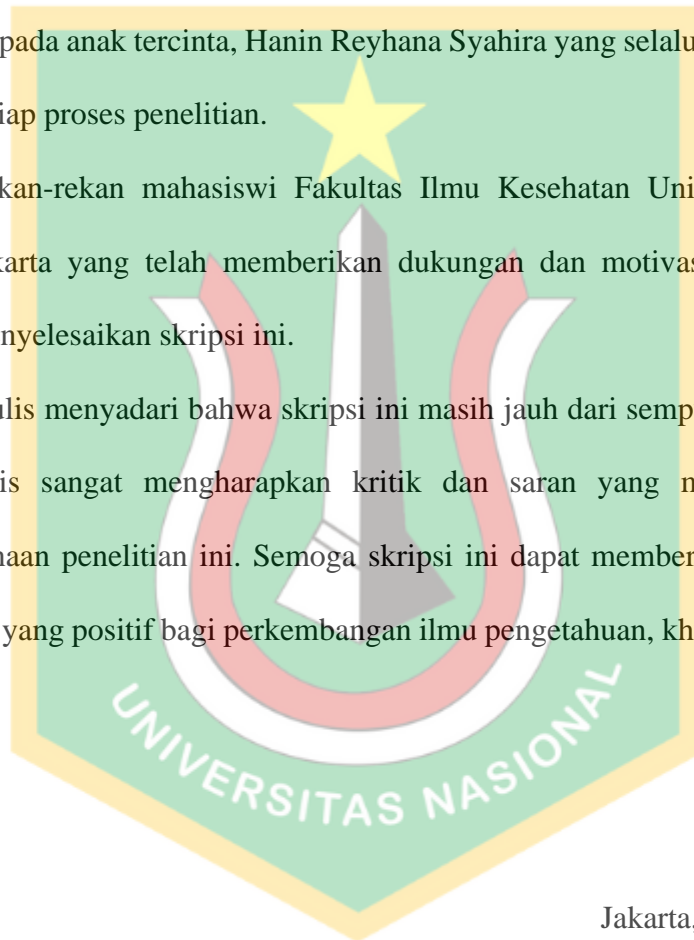
Puji syukur kehadiran Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Konsumsi Rebusan Jahe, Kayu Manis Dan Madu Terhadap Nyeri Haid Pada Siswi SMK Bina Siswa 1 Gununghalu Kabupaten Bandung Barat” ini dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program Sarjana pada Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

- 1) Kepada kedua Orangtua yang penulis sayangi Ibu Nining S.H.,M.H, Bapak Dadan Ramdan S.E serta keluarga yang senantiasa mendoakan dan memberikan dukungan bagi penulis.
- 2) Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si selaku dosen pembimbing 1 yang telah dengan sangat sabar menerima segala kekurangan peneliti, memberikan bimbingan, masukan, serta arahan yang sangat berharga dalam penyusunan skripsi ini.
- 3) Bdn. Febry Mutiariami Dahlan, SST., M.Keb selaku dosen pembimbing 2 yang telah dengan sangat sabar menerima segala kekurangan peneliti, memberikan bimbingan, masukan, serta arahan yang sangat berharga dalam penyusunan skripsi ini.

- 4) Shinta Novelia, SST., Bdn.,MNS selaku pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam perkuliahan.
- 5) Bapak/Ibu dan seluruh staf pengajar di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta yang telah memberikan ilmu dan wawasan selama masa studi.
- 6) Kepada anak tercinta, Hanin Reyhana Syahira yang selalu menemani dalam setiap proses penelitian.
- 7) Rekan-rekan mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta yang telah memberikan dukungan dan motivasi selama penulis menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan penelitian ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi yang positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang kesehatan.



Jakarta, 07 Agustus 2024

Penulis,

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Siti Nurahayu', written over a white background.

Siti Nurahayu
NPM. 235401446095

ABSTRAK

“PENGARUH KONSUMSI REBUSAN JAHE, KAYU MANIS DAN MADU TERHADAP NYERI HAID PADA SISWI SMK BINA SISWA 1 GUNUNGHALU KABUPATEN BANDUNG BARAT”

Siti Nurahayu, Retno Widowati, Febry Mutiariami Dahlan

Latar Belakang: Masa remaja adalah fase kritis dengan perubahan signifikan yang dapat mempengaruhi kesehatan, termasuk masalah menstruasi seperti nyeri haid. Berbagai metode penanganan nyeri haid telah diteliti, baik secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Penelitian terdahulu mendukung efektivitas jahe dan kayu manis sebagai anti inflamasi dan analgesik alami, serta manfaat madu dalam meningkatkan kesehatan selama menstruasi.

Tujuan : Mengetahui pengaruh konsumsi rebusan jahe, kayu manis dan madu terhadap nyeri haid pada siswi SMK Bina Siswi 1 Gununghalu Kabupaten Bandung Barat.

Metodologi Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian *two group pretest-posttest design*, populasi sebanyak 96 siswi, sampel sebanyak 40 siswi dengan teknik sampling yang digunakan adalah *purposive* sampling. Instrumen penelitian menggunakan rebusan air jahe, kayu manis dan madu dengan NRS. Analisis data menggunakan Uji Wilcoxon dan Uji Mann Whitney.

Hasil penelitian: Selisih rerata pemberian obat farmakologi sebesar 2,90. Selisih rerata pemberian rebusan jahe, kayu manis dan madu memiliki sebesar 2,00, ada pengaruh pemberian obat farmakologi terhadap nyeri haid dengan p value (0,000), ada pengaruh pemberian rebusan jahe, kayu manis dan madu terhadap nyeri haid dengan p value (0,000), terdapat perbedaan pemberian obat farmakologi dan rebusan jahe, kayu manis dan madu terhadap tingkat nyeri haid dengan p value sebesar (0,000).

Kesimpulan : Ada perbedaan pengaruh pemberian obat farmakologi dan rebusan jahe, kayu manis dan madu terhadap tingkat nyeri haid.

Saran : Sebaiknya pengobatan nonfarmakologis menjadi salah satu pilihan utama dari pengobatan nyeri haid agar efek samping yang sering didapatkan dari terapi analgesik bisa diminimalisir bahkan dihindarkan.

Kata Kunci: Jahe, Kayu Manis, Madu, Nyeri Haid

Kepustakaan: 68 literatur (2007-2024)

ABSTRACT

THE EFFECT OF GINGER EXTRACTION, CINNAMON, AND HONEY ON THE MENSTRUATION PAIN AMONG STUDENTS OF BINA BANGSA 1 VOCATIONAL SCHOOL GUNUNGHALU WEST BANDUNG REGENCY

Siti Nurahayu, Retno Widowati, Febry Mutiariami Dahlan

Background: Adolescence is a critical phase with significant changes that can affect health, including menstrual problems such as menstrual pain. Various methods of menstrual pain management have been investigated, both pharmacologically and non-pharmacologically. Previous research supports the effectiveness of ginger and cinnamon as natural anti-inflammatories and analgesics, as well as the benefits of honey in improving health during menstruation.

Aim : to identify the effect of ginger extraction, cinnamon and honey on menstruation pain among students of Bina Bangsa 1 Vocational School Gununghalu West Bandung Regency

Methods: this study was two group pre-test and post-test design with 96 students. A purposive sampling was used and 40 students were recruited. Intervention group received ginger extraction, cinnamon, and honey. Wilcoxon test and Mann whitney were used.

Results: The mean difference of pharmacological drug administration was 2.90. The difference in the mean of giving ginger, cinnamon and honey decoction has 2.00, there is an effect of giving pharmacological drugs on menstrual pain with p value (0.000), there is an effect of giving ginger, cinnamon and honey decoction on menstrual pain with p value (0.000), there is a difference in giving pharmacological drugs and ginger, cinnamon and honey decoction on the level of menstrual pain with p value of (0.000).

Conclusion : There was a difference in the effect of pharmacological drugs and extraction of ginger, cinnamon and honey on the level of menstrual pain..

Recommendation : Nonpharmacological treatment should be one of the main choices of menstrual pain treatment so that the side effects that are often obtained from analgesic therapy can be minimized or even avoided.

Key words: ginger, cinnamon, honey, menstruation pain.

Bibliography: 68 references (2007-2024)



DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN JUDUL.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI SETELAH MAJU SIDANG	vi
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK	x
<i>ABSTRACT</i>	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Perumusan Masalah	9
1.3. Tujuan Penelitian	9
1.4. Manfaat Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1. Remaja.....	11
2.1.1. Pengertian Remaja	11
2.1.2. Ciri-Ciri Remaja.....	12
2.1.3. Tahapan Perkembangan Remaja	17
2.1.4. Tugas Perkembangang Remaja	18
2.2. Menarche.....	20
2.2.1. Pengertian Menarche.....	20
2.2.2. Fisiologi Menarche	21
2.2.3. Macam-Macam Menarche	23

2.2.4.	Gejala Menarche	24
2.2.5.	Faktor Penyebab Menarche.....	27
2.3.	Menstruasi	29
2.3.1.	Pengertian Menstruasi.....	29
2.3.2.	Siklus Menstruasi.....	30
2.3.3.	Gangguan Mestruasi.....	36
2.3.4.	Gangguan Menstruasi.....	37
2.3.5.	Komplikasi Gangguan Menstruasi.....	39
2.4.	Nyeri Haid	40
2.4.1.	Pengertian Nyeri Haid.....	40
2.4.2.	Klasifikasi Nyeri Haid.....	41
2.4.3.	Mekanisme Nyeri Haid	43
2.4.4.	Faktor Penyebab Nyeri Haid.....	46
2.4.5.	Penanganan Nyeri Haid	47
2.4.6.	Pengukuran Nyeri Haid.....	48
2.5.	Tanaman Jahe.....	50
2.5.1.	Pengertian Jahe.....	50
2.5.2.	Taksotomi Jahe	51
2.5.3.	Jenis Jahe.....	52
2.5.4.	Kandungan Jahe	55
2.6.	Kayu Manis	55
2.6.1.	Pengertian Kayu Manis.....	55
2.6.2.	Taksotomi Kayu Manis.....	57
2.6.3.	Kegunaan Kayu Manis.....	57
2.7.	Madu	58
2.7.1	Pengertian Madu	58
2.7.2	Jenis Madu	58
2.7.3	Kandungan Madu.....	61
2.8.	Kerangka Teori.....	63
2.9.	Kerangka Konsep	65
2.10.	Hipotesis Penelitian.....	66
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....		68

3.1	Desain Penelitian.....	68
3.2	Populasi dan Sampel	69
3.3	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	71
3.4	Variabel Penelitian	71
3.5	Definisi Operasional.....	72
3.6	Instrumen Penelitian.....	73
3.7	Pengumpulan Data	75
3.8.	Proses Pengumpulan Data.....	76
3.9.	Pengolahan Data.....	77
3.10.	Analisis Data	79
3.11.	Etika Penelitian	84
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	87
4.1.	Hasil Penelitian	87
4.1.1.	Analisis Univariat	87
4.1.2.	Analisis Bivariat.....	90
4.2.	Pembahasan.....	95
4.3.	Keterbatasan Penelitian.....	107
BAB V	SIMPULAN DAN SARAN.....	108
5.1	Simpulan.....	108
5.2	Saran	109
DAFTAR PUSTAKA	110
LAMPIRAN.....	116

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 2	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Menarche, Periode Menstruasi, Lama Menstruasi, Nyeri Menstruasi Di Mulai dan Tindakan Yang Dilakukan Saat Nyeri.....	87
Tabel 4. 3	Statistik Deskriptif Sebelum dan Sesudah Diberikan Obat Farmakologi dan Rebusan Jahe, Kayu Manis dan Madu.....	88
Tabel 4. 4	Uji Normalitas Pengaruh Konsumsi Rebusan Jahe, Kayu Manis, Dan Madu Terhadap Nyeri Haid.....	90
Tabel 4.5	Uji Homogenitas Pengaruh Konsumsi Rebusan Jahe, Kayu Manis, Dan Madu Terhadap Nyeri Haid.....	91
Tabel 4.6	Pengaruh Pemberian Obat Farmakologi Terhadap Nyeri Haid.....	91
Tabel 4.7	Pengaruh Pemberian Rebusan Jahe, Kayu Manis dan Madu Terhadap Nyeri Haid.....	92
Tabel 4.8	Selisih Rata-Rata Pemberian Rebusan Jahe, Kayu Manis dan Madu Terhadap Nyeri Haid.....	93
Tabel 4.9	Pengaruh Pemberian Obat Farmakologi dan Rebusan Jahe, Kayu Manis dan Madu Terhadap Nyeri Haid.....	93



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Siklus Haid	44
Gambar 2. 2 Kerangka Pemikiran	65
Gambar 2. 3 Kerangka Konsep	66
Gambar 2. 4 Numeral Rating Scale (NRS)	73



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Konsultasi/Bimbingan Skripsi	99
Lampiran 2	Surat Izin Penelitian dari Fakultas	100
Lampiran 3	Surat Balasan Penelitian dari Instansi	101
Lampiran 5	Surat Uji Etik Penelitian	102
Lampiran 6	Lembar Observasi	103
Lampiran 7	Lembar Permohonan Ketersediaan	104
Lampiran 8	Lembar Informed Consent	105
Lampiran 9	Lembar Skala Nyeri NRS.....	106
Lampiran 11	Tabel Master Data Mentah penelitian	107
Lampiran 12	Hasil Output Analisis Data.....	109
Lampiran 13	Dokumentasi	113
Lampiran 14	Lembar SOP.....	114
Lampiran 15	Biodata Penulis	115

