

**PENGARUH PEMBERIAN AIR KELAPA HIJAU
TERHADAP PENURUNAN *DISMENORE* PADA
REMAJA DI PONDOK PESANTREN
RAUDLATUL ULUM TANGGUL**

SKRIPSI



Oleh:

Heni Purwanti

NIM. 22104111

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

2024

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul *Pengaruh Pemberian Air Kelapa Hijau Terhadap Pemurunan Dismenore Pada Remaja Di Pondok Pesantren Raudlatul Umm Tanggul* telah di uji dan di sahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Heni Purwanti

NIM 22104111

Hari, Tanggal : Selasa, 04 Juni 2024

Program Studi : Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas dr. Soebandi.

Tim Penguji

Ketua Penguji,



Ririn Handayani, S.ST., M.Keb
NIDN. 0723088901

Penguji II,



Yuni Handayani, S. ST., M.M., M. Kes
NIDN. 0704068402

Penguji III,

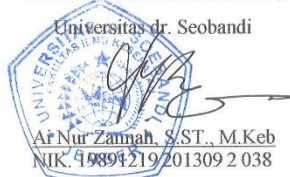


Narulita, S. Psi. MM
NIK. 195312112009082001

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,

Universitas dr. Soebandi



Ar Nur Zamah, S.ST., M.Keb
NIK. 498942192013092038

Abstrak

Latar Belakang: *Dismenore* merupakan rasa nyeri atau ketidaknyamanan sepanjang siklus menstruasi. Keluhan *dismenore* merupakan keluhan normal pada perempuan saat mengalami menstruasi. Angka kejadian *dismenore* yang terjadi di dunia cukup tinggi, Dimana besar rata-rata lebih dari 50 %. Sementara itu, di Indonesia remaja yang mengalami *dismenore* sejumlah 64,25%. Nyeri *dismenore* dapat diatasi dengan terapi non farmakologis, salah satunya ialah pemberian terapi air kelapa hijau. Dimana terapi ini merangsang tubuh untuk menstabilkan produksi hormon prostaglandin pada saat menstruasi kemudian dapat memblokir aksi prostaglandin pada hiperkontraksi uterus sehingga *dismenore* bisa berkurang.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh pemberian air kelapa hijau terhadap penurunan *dismenore* pada remaja di Pondok Pesantren Raudlatul Ulum Tanggul. **Metode:** Metode penelitian ini menggunakan *pre-experimental* dengan rancangan *one-group pre test-post test design*. Populasi pada penelitian sebanyak 70 remaja dengan sampel 41 remaja menggunakan teknik *simple random sampling*. **Hasil :** Hasil uji statistik dengan perhitungan *Uji Wilcoxon* menggunakan SPSS 23 didapatkan nilai $p\text{-value} = 0.000 \leq \alpha = 0,05$ yang berarti ada pengaruh pemberian air kelapa hijau terhadap penurunan *dismenore* pada remaja di Pondok Pesantren Raudlatul Ulum Tanggul. **Kesimpulan:** Ada pengaruh pemberian air kelapa hijau terhadap penurunan *dismenore* pada remaja di pondok pesantren raudlatul ulum tanggul. **Saran :** Diharapkan setiap remaja yang mengalami *dismenore* mengkonsumsi air kelapa hijau dengan dosis magnesium 300 mg sehingga *dismenore* yang dirasakan berkurang.

Kata Kunci: Air Kelapa Hijau; *Dismenore*; Remaja