



**STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN KUNYIT ASAM DAN AIR KELAPA HIJAU**

**TERHADAP DISMINORE PADA MAHASISWI TINGKAT I**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**

**STIKES BETHESDA YAKKUM**

**YOGYAKARTA TAHUN 2018**

**SISKA MARIA NARWASTU**

**1402081**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM**

**YOGYAKARTA TAHUN 2018**

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN KUNYIT ASAM DAN AIR KELAPA HIJAU  
TERHADAP DISMINORE PADA MAHASISWI TINGKAT I  
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
STIKES BETHESDA YAKKUM  
YOGYAKARTA TAHUN 2018**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Keperawatan**

**SISKA MARIA NARWASTU**

**1402081**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM  
YOGYAKARTA TAHUN 2018**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “Efektivitas Pemberian Kunyit Asam dan Air Kelapa Hijau Terhadap Dismenore pada Mahasiswi Tingkat I Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2018” yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan Program Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi kesarjanaan di lingkungan institusi maupun Perguruan Tinggi atau institusi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika dikemudian hari didapatkan bahwa hasil skripsi ini adalah hasil tiruan dari skripsi lain, saya bersedia dikenai sanksi yaitu pencabutan gelar kesarjanaan saya.

Yogyakarta, Juli 2018

Siska Maria Narwastu

1402081

**SKRIPSI**

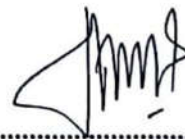
**EFEKTIVITAS PEMBERIAN KUNYIT ASAM DAN AIR KELAPA HIJAU  
TERHADAP DISMINORE PADA MAHASISWI TINGKAT I  
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
STIKES BETHESDA YAKKUM  
YOGYAKARTA TAHUN 2018**

**Skripsi ini telah diperiksa oleh Pembimbing dan disetujui untuk dilaksanakan  
Ujian Skripsi pada tanggal 23 Juli 2018**

**Yogyakarta, Juli 2018**

**Pembimbing :**

**Priyani Haryanti, S. Kep., Ns., M. Kep**



**: .....**



Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Sidang

Pada tanggal 23 Juli 2018

**Penguji I**

Sri Wahyuni, MPH

  
: .....

**Penguji II**

Widyastuti ER., APP, MPH

  
: .....

**Penguji III**

Priyani Haryanti, S. Kep., Ns., M.Kep

  
: .....

Mengesahkan,

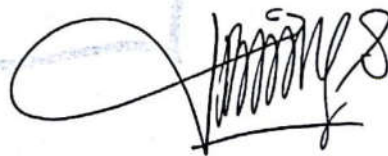
Ketua STIKES Bethesda Yakum



(Vivi Retno Intenang, S.Kep., NS., MAN)

Mengetahui,

Plt. Ka Prodi Sarjana Keperawatan



(Oktalia Damar Prasetyaningrum, S.Kep., Ns., MAN)

## “MOTTO”

“Janganlah takut, sebab Aku menyertai engkau, janganlah bimbang, sebab Aku ini Allahmu; Aku akan meneguhkan, bahkan akan menolong engkau; Aku akan memegang engkau dengan tangan kanan-Ku yang membawa kemenangan”

(Yesaya 41: 10)

“Ia membuat segala sesuatu indah pada waktunya, bahkan Ia memberikan kekekalan dalam hati mereka. Tetapi manusia tidak dapat menyelami pekerjaan yang dilakukan Allah dari awal sampai akhir”

(Pengkhotbah 3: 11)

“Serahkanlah perbuatanmu kepada TUHAN, maka terlaksanalah segala rencanamu”

(Amsal 16: 3)

## **PERSEMBAHAN**

### **SKRIPSI INI SAYA PERSEMBAHKAN UNTUK:**

1. Tuhan Yesus Kristus. Untuk segala berkat, anugerah, dan kasih-Nya sepanjang hari didalam kehidupan saya..
2. Kedua Orang tuaku, bapak Slamet Riyadi dan mamah Nunung Kurniasih. Terimakasih untuk segala doa, cinta, kasih sayang, dukungan, perhatian, dan segala pengorbanan yang sudah mamah dan bapak berikan untuk kehidupan Siska selama ini...
3. Teman dan sahabat saya ( Maria, Tara, Susilo, Marni, Tiara, Prilly, Jaya, Wisda, Deni, Dewo, Jurnal, Mba Ninda, teman-teman kost Ceria dan temen Konsel together we can ) yang sudah memberikan support dan semangat untuk saya mengerjakan skripsi ini...
4. Dosen pembimbing saya ibu Priyani Haryanti, S. Kep., Ns., M. Kep, yang tidak pernah lelah membimbing dan memberikan masukan demi kelancaran skripsi ini...
5. Semua teman- teman angkatan 2014 yang namanya tidak dituliskan satu persatu..
6. Mahasiswi Tingkat I Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, yang sudah bersedia menjadi responden.

## ABSTRAK

**SISKA MARIA NARWASTU**, “Efektivitas Pemberian Kunyit Asam dan Air Kelapa Hijau Terhadap Disminore pada mahasiswi Tingkat I Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2018.

**Latar Belakang:** Terdapat 44 mahasiswi Tingkat I STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang mengalami disminore. Penanganan yang dilakukan adalah tidur, mengkonsumsi obat dan minum air putih. Mahasiswi belum pernah menggunakan kunyit asam dan air kelapa hijau untuk menangani disminore.

**Tujuan Penelitian:** Mengetahui efektivitas pemberian kunyit asam dan air kelapa hijau terhadap disminore pada mahasiswi Tingkat I Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2018.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan metode *quasi eksperimental* dengan rancangan *Two-Group Pretest- Posttest*. Populasi 75 mahasiswi dengan sampel 44 mahasiswi. 22 mahasiswi masuk kelompok kunyit asam dan 22 mahasiswi masuk kelompok air kelapa hijau. Sampling: *purposive*. Analisis dengan Uji *Wilcoxon*.

**Hasil Penelitian:** Pengaruh kunyit asam terhadap disminore menunjukkan *P value*  $0,001 < \alpha (0,05)$  dengan beda rata-rata 0,55 point. Pengaruh air kelapa hijau terhadap disminore menunjukkan *P value*  $0,001 < \alpha (0,05)$  dengan beda rata-rata 0,54 point. Uji *Mann Whitney* untuk mengetahui efektivitas diperoleh *P value* 0,78 dengan beda *mean* 0,01.

**Kesimpulan:** Ada pengaruh kunyit asam dan air kelapa hijau terhadap disminore, tetapi tidak ada perbedaan efektivitas pemberian kunyit asam dan air kelapa hijau terhadap disminore.

**Saran:** Untuk mahasiswi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang menderita disminore supaya meningkatkan penanganan disminore dengan melakukan terapi nonfarmakologi.

**Kata Kunci:** Disminore- Kunyit Asam- Air Kelapa Hijau

xix halaman + 106 halaman + 12 tabel + 4 skema + 16 lampiran

**Kepustakaan:** 55, 2007- 2018



## ABSTRACT

**SISKA MARIA NARWASTU.** “The Effectiveness of Curcuma-Tamarind and Green Coconut Water in 1<sup>st</sup> Year Students of Nursing with Disminore in STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta in 2018”.

**Background :** There are 44 1<sup>st</sup> grade students in STIKES Bethesda suffer from dysmenorrhea. They sleep, take a medicine and drink mineral water to handle it. Students have never used curcuma-tamarind and green coconut water to handle dysmenorrhea.

**Objective :** To find out the effectiveness of curcuma-tamarind and green coconut water in 1<sup>st</sup> year students of nursing with dysmenorrhea in STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta in 2018.

**Method :** This study used quasy experimental method with *Two-Group Pretest-Postest* design. The population of this study was 75 students and the sample was 44 students taken by purposive sampling technique . Twenty two students were in curcumind-tamarind group and 22 students were in green coconut water’s group. Analysis used Wilcoxon test.

**Result :** The result shows P value  $0,001 < \alpha (0,05)$  with mean difference is 0,55 point. The effect of green coconut water shows P value  $0,001 < \alpha (0,05)$  with mean difference of 0,54. Mann Whitney test used to find out the effectiveness shows P value 0,780 with mean difference of 0,01.

**Conclusion :** There is an effect of curcuma- tamarind and green coconut water in dysmenorrhea, but there is no difference between the effectiveness of curcuma-tamarind and green coconut water in dysmenorrhea.

**Suggestion :** Students of STIKES Bethesda Yakkum who are suffering from dysmenorrhea are suggested to do non farmakological therapy to handle dysmenorrhea.

**Keywords :** Dysmenorrea-Curcuma-tamarind-Green Coconut Water

Xix+106 pages+12 tables+4 schemas+ 16 appendices

**Bibliography :** 55, 2007-2018

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala kasih dan berkat-Nya. Segala hormat kemuliaan yang tidak terhingga ditunjukkan ke hadirat Bapa Surgawi yang telah memberi berkat, anugerah, dan penguatan yang luar biasa selama menjalani proses pembuatan skripsi ini, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Efektivitas Pemberian Kunyit Asam dan Air Kelapa Hijau Terhadap Disminore pada mahasiswi tingkat I Pogram Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2018”.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh program Sarjana Keperawatan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.

Selama proses penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Vivi Retno Intening, S. Kep., Ns., MAN., selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Ibu Oktalia Damar Prasetyaningrum, S.Kep., Ns., MAN., selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
3. Ibu Priyani Haryanti, S. Kep., Ns., M. Kep., selaku pembimbing yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan dalam penyusunan Skripsi ini.
4. Ibu Sri Wahyuni, MPH., selaku dosen penguji I.
5. Ibu Widyastuti ER., APP., MPH., selaku dosen penguji II.

6. Segenap dosen, seluruh staf administrasi, dan pihak perpustakaan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memfasilitasi kelancaran penyusunan skripsi ini.
7. Bapak Slamet Riyadi (Ayah), Ibu Nunung Kurniasih (Ibu), dan seluruh keluarga yang telah memberikan dukungan moril maupun materi selama skripsi menyelesaikan studi.
8. Teman-teman mahasiswa Program Sarjana Keperawatan angkatan ke-6 yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan. Untuk itu, skripsi meminta saran dan kritikan yang membangun demi perbaikan selanjutnya. Semoga skripsi ini bisa bermanfaat bagi semua pihak yang membaca. Tuhan memberkati.

Yogyakarta, Juli 2018

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Hal</b>
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
MOTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR SKEMA.....	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Keaslian Penelitian .....	11

BAB II	KAJIAN TEORI.....	15
A.	Landasan Teori .....	15
1.	Menstruasi.....	15
a.	Pengertian Menstruasi .....	15
b.	Sistem Hormon .....	15
c.	Siklus Menstruasi.....	17
d.	Faktor- faktor yang mempengaruhi Menstruasi.....	22
e.	Kelainan Pada Siklus Menstruasi .....	23
2.	Disminore .....	24
a.	Pengertian Disminore.....	24
b.	Faktor Penyebab Disminore .....	24
c.	Faktor Risiko Disminore .....	26
d.	Tanda dan Gejala Disminore.....	26
e.	Klasifikasi Disminore .....	27
f.	Mekanisme Terjadinya Nyeri Disminore .....	27
3.	Nyeri.....	28
a.	Pengertian Nyeri .....	28
b.	Fisiologi Nyeri .....	28
c.	Teori- Teori Nyeri .....	29
d.	Pengukuran Intesitas Nyeri .....	31
e.	Manajemen Nyeri .....	35
4.	Obat Tradisional .....	41
a.	Pengertian Obat Tradisional .....	41

b. Macam- macam Obat Tradisional	
untuk menurunkan disminore .....	42
5. Kunyit Asam .....	42
a. Pengertian Kunyit Asam .....	42
b. Manfaat Kunyit Asam .....	44
c. Fisiologi Kerja Kunyit Asam dalam	
mengurangi nyeri .....	45
d. Efek Samping Kunyit Asam .....	46
e. Proses Pembuatan .....	47
f. Dosis Pemberian .....	47
6. Air Kelapa Hijau.....	47
a. Pengertian Air Kelapa Hijau.....	47
b. Manfaat Air Kelapa Hijau.....	48
c. Fisiologi Air Kelapa Hijau Dalam	
Menurunkan Nyeri .....	49
d. Proses Pembuatan .....	49
e. Dosis Pemberian .....	50
B. Kerangka Teori.....	51
C. Kerangka Konsep .....	52
D. Hipotesis Penelitian.....	53
E. Asumsi Penelitian .....	54
F. Variabel Penelitian .....	54
1. Variabel Penelitian .....	54

2. Definisi Konseptual .....	55
3. Definisi Operasional .....	57
BAB III METODE PENELITIAN.....	59
A. Desain Penelitian .....	59
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	60
C. Populasi dan Sampel.....	60
D. Alat Ukur Penelitian .....	61
E. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	62
F. Etika Penelitian .....	63
G. Prosedur Pengumpulan Data .....	64
H. Skema Pelaksanaan Penelitian .....	69
I. Analisa Data .....	70
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	78
A. Hasil Penelitian .....	78
B. Pembahasan.....	87
C. Keterbatasan Penelitian.....	97
BAB V PENUTUP.....	98
A. Kesimpulan .....	98
B. Saran.....	101
DAFTAR PUSTAKA .....	102
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian .....	11
Tabel 2 Skala Nyeri .....	34
Tabel 3 Definisi Operasional .....	57
Tabel 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	78
Tabel 5 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Menarche.....	79
Tabel 6 Karakteristik Responden Berdasarkan Siklus Menstruasi .....	80
Tabel 7 Skala Disminore Sebelum dan Sesudah diberikan Kunyit Asam pada Mahasiswi Tingkat I Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2018 .....	81
Tabel 8 Skala Disminore Sebelum dan Sesudah diberikan Air Kelapa Hijau pada Mahasiswi Tingkat I Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Betehsda Yakkum Yogyakarta Tahun 2018.....	85
Tabel 9 Uji Normalitas <i>Shapiro-Wilk</i> .....	89
Tabel 10 Beda Skala Disminore Sebelum dan Sesudah diberikan Kunyit Asam .....	90



Tabel 11 Beda Skala Disminore Sebelum dan Sesudah

diberikan Air Kelapa Hijau..... 91

Tabel 12 Perbedaan Efektivitas Pemberian Kunyit Asam dan

Air Kelapa Hijau Terhadap Disminore pada Mahasiswi Tingkat I

Program Studi Sarjana Keperawatan STIKE Bethesda

Yakkum Yogyakarta Tahun 2018..... 92

STIKES BETHESDA YAKKUM

## DAFTAR SKEMA

Skema 1 Kerangka Teori .....	51
Skema 2 Kerangka Konsep .....	52
Skema 3 Desain Penelitian .....	59
Skema 4 Pelaksanaan Penelitian .....	68

STIKES BETHESDA YAKKUM

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Siklus Menstruasi dan Ovulasi .....	20
Gambar 2 Skala Numerik <i>Numerical Rating Scale</i> (NRS) .....	32
Gambar 3 Skala Verbal Rating Scale (VSR) .....	32
Gambar 4 Skala Visual Analogue Scale (VAS) .....	33
Gambar 5 Skala Wajah .....	34
Gambar 6 Skala Numerik <i>Numerical Rating Scale</i> (NRS) .....	63

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Ijin Studi Awal
Lampiran 2	Surat Ijin Penelitian
Lampiran 3	Kelaikan Etik
Lampiran 4	Lembar Kesiediaan Menjadi Responden
Lampiran 5	Surat Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 6	Surat Persetujuan Menjadi Asisten Penelitian <i>(Informed Consent)</i>
Lampiran 7	Kuesioner Penelitian
Lampiran 8	Lembar Kuesioner Penelitian
Lampiran 9	SOP Kunyit Asam dan Air Kelapa Hijau
Lampiran 10	Tabel Umum
Lampiran 11	Lembar Observasi
Lampiran 12	Hasil Uji Statistik Univariat
Lampiran 13	Daftar Siklus Menstruasi
Lampiran 14	Sertifikat GCP
Lampiran 15	Jadwal Kegiatan Penelitian
Lampiran 16	Anggaran Penelitian