

**PENGARUH JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN NYERI
DISMINORHEA PRIMER PADA REMAJA DI PONPES
ISLAMIC CENTRE BIN BAZ**

Rizka Devi Sariningrum¹, Ratih Kumorojati², Budi Rahayu³

Program Studi Kebidanan S-1 Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Email : devyrizkha@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang : Disminore adalah nyeri atau kram di perut bagian tengah ke bawah, menjalar hingga ke punggung bagian bawah dan pantat, terjadi biasanya 24 jam sebelum hingga 1-3 hari setelah menstruasi. Pada remaja putri, penyebabnya dapat berasal dari faktor hormon serta faktor-faktor seperti usia menarche, riwayat keluarga, dan kebiasaan olahraga. Menurut data WHO rata-rata angka kejadian disminore sebesar 90%. Di Indonesia angka kejadian Disminore sebesar 64,25% yang terdiri dari disminore primer 54,89% dan disminore sekunder 9,36%, sedangkan di provinsi Yogyakarta 52% dan Bantul merupakan salah satu kota dengan remaja putri yang mengalami disminore terbanyak di DIY.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian jahe merah terhadap penurunan nyeri disminorhea primer pada remaja di Ponpes Islamic Centre Bin Baz.

Metode Penelitian : Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dan menggunakan metode *Pre Eksperimental* dengan pendekatan *Design One Group Pretest Posttest*. Analisis data dengan *Uji Wilcoxon*.

Hasil : Berdasarkan hasil penelitian, sebelum diberikan jahe merah, mayoritas remaja mengalami nyeri sedang (36,4%). Namun, setelah intervensi dengan jahe merah, terjadi perubahan distribusi tingkat nyeri: 41,2% responden melaporkan tidak merasakan nyeri. Hasil analisis *Uji Wilcoxon signed-rank* menunjukkan nilai *Asymp.sig (2-tailed)* sebesar 0,000 $\alpha = 0,05$.

Kesimpulan : Terdapat pengaruh, atau adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi jahe merah, yang berarti pemberian jahe merah sangat efektif dilakukan dalam menurunkan nyeri disminore pada remaja putri

Kata Kunci : Disminore , Jahe Merah, Remaja

¹ Mahasiswa Kebidanan S-1 Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

^{2,3} Dosen Kebidanan S-1 Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

**THE EFFECT OF RED GINGER ON REDUCING PRIMARY
DYSMINORRHEA PAIN IN ADOLESCENTS AT PONPES
ISLAMIC CENTER BIN BAZ**

Rizka Devi Sariningrum¹, Ratih Kumorojati², Budi Rahayu³

S-1 Midwifery Study Program, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Email : devyrizkha@gmail.com

ABSTRACT

Background: Dysminorrhea is pain or cramps in the middle to lower abdomen, radiating to the lower back and buttocks, occurring usually 24 hours before to 1-3 days after menstruation. In adolescent girls, the cause can come from hormonal factors as well as factors such as age of menarche, family history, and exercise habits. According to WHO data, the average incidence of dysminorrhea is 90%. In Indonesia, the incidence of Dysminorrhea is 64.25% which consists of primary dysminorrhea 54.89% and secondary dysminorrhea 9.36%, while in the province of Yogyakarta 52% and Bantul is one of the cities with the most teenage girls who experience dysminorrhea in Yogyakarta.

Objective: This study aims to determine the effect of red ginger administration on reducing primary dysminorrhea pain in adolescents at Bin Baz Islamic Center Ponpes.

Research Methods: This research is a type of quantitative research and uses Pre-Experimental method with One Group Pretest Posttest Design approach. Data analysis with the Wilcoxon Test.

Results: Based on the results of the study, before being given red ginger, the majority of adolescents experienced moderate pain (36.4%). However, after the intervention with red ginger, there was a change in the distribution of pain levels: 41.2% of respondents reported no pain. The results of the Wilcoxon signed-rank test analysis showed an Asymp.sig (2-tailed) value of 0.000 $\alpha = 0.05$.

Conclusion: There is an effect, or a significant difference between before and after the red ginger intervention, which means that the administration of red ginger is very effective in reducing dysmenorrhea pain in adolescent girls.

Keywords: Dysmenorrhea, Red Ginger, Adolescent

¹ Midwifery Student S-1 General Achmad Yani University Yogyakarta

^{2,3} Lecturer of Midwifery S-1 General Achmad Yani University Yogyakarta