

SKRIPSI

**PERBEDAAN INTENSITAS *DISMENORE* PRIMER SEBELUM
DAN SESUDAH PEMBERIAN AIR KELAPA HIJAU MULUNG
(*COCOS RUBECENS*) PADA REMAJA PUTRI**

**Studi Dilakukan di Seka Teruna Teruni Werdhi Sentana
Banjar Gunung Desa Pemogan Tahun 2024**



Oleh :

**MADE DITA ARGYA PRABASWARI
NIM. P07124220009**

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2024**

HALAMAN JUDUL

**PERBEDAAN INTENSITAS *DISMENORE* PRIMER SEBELUM
DAN SESUDAH PEMBERIAN AIR KELAPA HIJAU MULUNG
(*COCOS RUBECENS*) PADA REMAJA PUTRI**

**Studi Dilakukan di Seka Teruna Teruni Werdhi Sentana
Banjar Gunung Desa Pemogan Tahun 2024**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu
Syarat Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan Kebidanan**

Oleh :

**MADE DITA ARGYA PRABASWARI
NIM. P07124220009**

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2024**

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

**PERBEDAAN INTENSITAS *DISMENORE* PRIMER SEBELUM
DAN SESUDAH PEMBERIAN AIR KELAPA HIJAU MULUNG
(*COCOS RUBECENS*) PADA REMAJA PUTRI**

**Studi Dilakukan di Seka Teruna Teruni Werdhi Sentana
Banjar Gunung Desa Pemogan Tahun 2024**

Oleh :

MADE DITA ARGYA PRABASWARI
NIM. P07124220009

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



Made Widhi Gunapria Darmapatni, S.ST., M.Keb
NIP. 198211282006042002

Pembimbing Pendamping



Dr. Sri Rahayu, S.Tr, Keb, S.Kep, Ners, M.Kes
NIP. 197408181998032001

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN KEBIDANAN

POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



Ni Ketut Somovani, S.ST., M.Biomed
NIP. 196904211989032001

**LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI**

**PERBEDAAN INTENSITAS *DISMENORE* PRIMER SEBELUM
DAN SESUDAH PEMBERIAN AIR KELAPA HIJAU MULUNG
(*COCOS RUBECENS*) PADA REMAJA PUTRI**

**Studi Dilakukan di Seka Teruna Teruni Werdhi Sentana
Banjar Gunung Desa Pemogan Tahun 2024**

Oleh :

**MADE DITA ARGYA PRABASWARI
NIM. P07124220009**

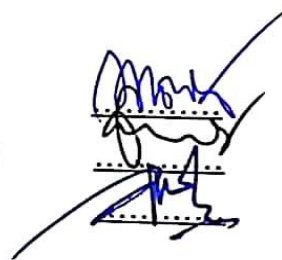
TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : 21 MEI 2024

TANGGAL : 15.00 WITA

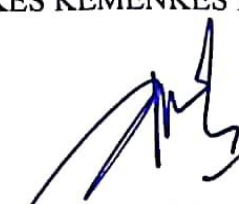
TIM PEMBIMBING SEMINAR

- | | |
|---|--------------|
| 1. I Gusti Agung Ayu Novya Dewi, S.ST., M.Kes | (Ketua) |
| 2. Made Widhi Gunapria Darmapatni, S.ST., M.Keb | (Sekretaris) |
| 3. Ni Ketut Somoyani, S.ST., M.Biomed | (Anggota) |



MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



Ni Ketut Somoyani, S.ST., M.Biomed

NIP. 196904211989032001

**PERBEDAAN INTENSITAS *DISMENORE* PRIMER SEBELUM
DAN SESUDAH PEMBERIAN AIR KELAPA HIJAU MULUNG
(*COCOS RUBECENS*) PADA REMAJA PUTRI**

**STUDI DILAKUKAN DI SEKA TERUNA TERUNI WERDHI SENTANA
BANJAR GUNUNG DESA PEMOGAN TAHUN 2024**

ABSTRAK

Angka kejadian *dismenore* primer pada remaja putri berdasarkan data di Kota Denpasar, Bali pada tahun 2019, sebesar 74,42% remaja putri mengalami *dismenore* ringan hingga berat. Penanganan *dismenore* primer dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan terapi non farmakologi salah satunya dengan pemberian air kelapa hijau. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan intensitas *dismenore* primer sebelum dan sesudah pemberian air kelapa hijau mulung pada remaja putri. Penelitian dilakukan pada 15 Maret 2024 hingga 08 April 2024 menggunakan metode *pre-eksperimental design* dengan rancangan *one grup pre-test post-test design*. Responden penelitian sebanyak 31 remaja putri di STT Werdhi Sentana dengan teknik *purposive sampling*. Data diambil dengan penilaian intensitas *dismenore* primer sebelum dan sesudah pemberian air kelapa hijau selama 2 hari sebanyak 250 ml pagi dan sore. Nilai median intensitas *dismenore* primer menurun dari 5,00 menjadi 2,00 sesudah pemberian air kelapa hijau dan hasil pengujian hipotesis menggunakan Wilcoxon didapatkan hasil *p value* 0,000 ($<0,05$) yang berarti terdapat perbedaan intensitas *dismenore* primer sebelum dan sesudah pemberian air kelapa hijau pada remaja putri. Diharapkan remaja putri dapat menerapkan dan menambah wawasan terkait penanganan *dismenore* primer secara non farmakologi dengan pemberian air kelapa hijau.

Kata kunci : remaja putri, *dismenore* primer, air kelapa hijau mulung

**DIFFERENCES THE INTENSITY OF PRIMARY DYSMENORRHOEA
BEFORE AND AFTER GIVING OF MULUNG GREEN COCONUT
WATER (COCOS RUBECENS) TO ADOLESCENT GIRLS**

**THE STUDY WAS CONDUCTED IN SEKA TERUNA TERUNI WERDHI
SENTANA BANJAR GUNUNG PEMOGAN VILLAGE IN 2024**

ABSTRACT

The incidence of primary dysmenorrhea in adolescent girls based on data in Denpasar City, Bali in 2019, 74.42% of adolescent girls experienced mild to severe dysmenorrhea. Primary dysmenorrhea can be treated with pharmacological therapy and one of non-pharmacological therapy includes giving green coconut water. The purpose of this study was to determine the difference in the intensity of primary dysmenorrhea before and after giving mulung green coconut water to adolescent girls. The research was conducted from March 15 2024 to April 8 2024 using a pre-experimental design method with a one group pre-test post-test design. The respondents of this study were 31 adolescent girls at STT Werdhi Sentana using purposive sampling techniques. Data were taken by assessing the intensity of primary dysmenorrhea before and after giving 250 ml of green coconut water in the morning and evening for 2 days. The median value of primary dysmenorrhea intensity decreased from 5.00 to 2.00 after giving green coconut water and the results of hypothesis testing using Wilcoxon showed a p value 0.000 (<0.05), which means there was a difference in the intensity of primary dysmenorrhea before and after giving green coconut water. It is hoped that adolescent girls can be applied and increase the knowledge regarding non-pharmacological treatment of primary dysmenorrhea by giving green coconut water.

Keywords : adolescent girls, primary dysmenorrhea, mulung green coconut water

RINGKASAN PENELITIAN

PERBEDAAN INTENSITAS *DISMENORE* PRIMER SEBELUM DAN SESUDAH PEMBERIAN AIR KELAPA HIJAU MULUNG (*COCOS RUBECENS*) PADA REMAJA PUTRI

STUDI DILAKUKAN DI SEKA TERUNA TERUNI WERDHI SENTANA BANJAR GUNUNG DESA PEMOGAN TAHUN 2024

OLEH : MADE DITA ARGYA PRABASWARI

Angka kejadian *dismenore* primer pada remaja putri berdasarkan data yang dihimpun di Kota Denpasar, Bali pada tahun 2019, sebesar 74,42% remaja putri mengalami *dismenore* ringan hingga berat. Remaja putri yang mengalami *dismenore* saat mengikuti kegiatan pembelajaran, dapat mengalami gangguan dalam kegiatan belajar, tidak bersemangat, menurunnya kemampuan konsentrasi bahkan sulit berkonsentrasi, sehingga materi yang disampaikan selama pembelajaran mungkin tidak dapat diterima dengan baik. Penanganan *dismenore* bisa dilakukan dengan terapi farmakologi maupun non farmakologi. Salah satu penanganan *dismenore* primer dengan non farmakologi diantaranya dengan pemberian air kelapa hijau.

Air kelapa hijau merupakan salah satu produk dari tanaman kelapa yang belum banyak dimanfaatkan padahal air kelapa banyak mengandung zat yang bermanfaat bagi tubuh. Air kelapa hijau mengandung kalsium dan magnesium yang dapat mengurangi ketegangan otot dan vitamin C yang merupakan zat-zat alami anti inflamasi yang membantu meringankan rasa sakit akibat kram menstruasi dengan menghambat *ezimcyclooxygenase* yang memiliki peran dalam mendorong proses pembentukan prostaglandin. Selain itu, air kelapa memiliki kandungan kalium yang tinggi dan zat besi yang dapat membantu meningkatkan imunitas tubuh.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan intensitas *dismenore* primer sebelum dan sesudah pemberian air kelapa hijau pada remaja putri di STT Werdhi Sentana. Hasil penelitian ini dapat bermanfaat menambah pengetahuan terkait pemanfaatan terapi nonfarmakologis yaitu air kelapa hijau

dalam menurunkan intensitas *dismenore* primer pada remaja putri serta dapat dijadikan sebagai acuan bagi peneliti lainnya sehingga remaja putri dapat menerapkan penanganan *dismenore* primer secara non farmakologis.

Berdasarkan persetujuan etik nomor DP.04.02/F.XXXII.25/0236/2024, penelitian dilakukan pada tanggal 15 Maret 2024 hingga 08 April 2024 di Seka Teruna Teruni Werdhi Sentana Pemogan. Metode penelitian menggunakan *pre-eksperimental design* dengan rancangan *one grup pre-test post-test design*. Responden penelitian sebanyak 31 remaja putri dengan teknik *purposive sampling*. Intervensi berupa air kelapa hijau varietas genjah (kelapa mulung) dan instrumen pengumpulan data menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dalam mengukur intensitas *dismenore* primer dan SOP pemberian air kelapa hijau. *Dismenore* primer diukur pada saat menstruasi hari pertama (*pretest*) dan diukur kembali saat menstruasi hari kedua siklus menstruasi (*posttest*) setelah diberikan intervensi.

Analisis univariat penelitian dengan menentukan distribusi frekuensi karakteristik responden dan gambaran intensitas *dismenore* primer. Uji normalitas data pada penelitian ini menggunakan uji Shapiro Wilk dikarenakan sampel berjumlah kurang dari 50 dan didapatkan hasil pretest 0,006 dan posttest 0,000 yang berarti bahwa data tidak berdistribusi normal ($<0,05$), sehingga dilanjutkan dengan analisis menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil pengolahan data didapatkan nilai Z sebesar -4.904^b dan nilai *p value* 0,000 ($\alpha = 0,05$) artinya terdapat perbedaan bermakna pada intensitas *dismenore* primer sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa pemberian air kelapa hijau.

Hasil penelitian melatih keterampilan peneliti dalam mengidentifikasi serta menganalisis asuhan pada remaja khususnya penanganan *dismenore* primer dan bagi peneliti selanjutnya dapat dijadikan referensi dalam mengembangkan penelitian selanjutnya. Penelitian ini dapat menambah wawasan remaja putri terkait penanganan *dismenore* primer secara non farmakologi serta penelitian ini dapat menjadi salah satu referensi tambahan di perpustakaan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Perbedaan Intensitas *Dismenore Primer Sebelum Dan Sesudah Pemberian Air Kelapa Hijau Mulung (*Cocos Rubecens*) Pada Remaja Putri*”** tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti mendapat dukungan, bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat :

1. Dr. Sri Rahayu, S.Tr, Keb, S.Kep, Ners, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar sekaligus pembimbing pendamping yang telah banyak membimbing dalam penyusunan skripsi.
2. Ni Ketut Somoyani, S.ST., M. Biomed selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
3. Ni Wayan Armini, S.ST., M.Keb selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
4. Made Widhi Gunapria Darmapatni, S.ST., M.Keb selaku pembimbing utama yang telah banyak membimbing dalam penyusunan skripsi.
5. Seluruh staf di Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah membantu dalam pengurusan administrasi skripsi.
6. Kepala Desa Pemogan yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian di Banjar Gunung yang termasuk dalam wilayahnya.

7. Kelian Banjar Gunung yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian.
8. I Made Surya Pradipta selaku ketua STT Werdhi Sentana Pemogan yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian terhadap anggota organisasinya.
9. Orang tua serta keluarga yang selalu memberikan motivasi, dukungan, doa, dan semangat tiada henti.
10. Rekan-rekan yang telah memberikan bantuan serta semangat.
11. Seluruh pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu, yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini tidak sempurna. Oleh karena itu, peneliti berharap adanya masukan dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak. Akhir kata, peneliti mengucapkan terima kasih dan semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi seluruh pihak yang membutuhkannya.

Denpasar, Mei 2024

Peneliti

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Made Dita Argya Prabaswari

NIM : P07124220009

Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

Jurusan : Kebidanan

Tahun Akademik : 2023/2024

Alamat : Jalan Siulan Gang Sekar Bhuana No. 7, Denpasar Timur

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Perbedaan Intensitas *Dismenore* Primer Sebelum dan Sesudah Pemberian Air Kelapa Hijau Mulung (*Cocos Rubecens*) Pada Remaja Putri adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 03 Mei 2024

Yang membuat pernyataan



Made Dita Argya Prabaswari

NIM. P07124220009

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	v
RINGKASAN PENELITIAN	vi
KATA PENGANTAR	viii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I_PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. <i>Dismenore</i> Primer	7
B. Air Kelapa Hijau.....	17
C. Kerangka Teori.....	25
BAB III KERANGKA KONSEP	26
A. Kerangka Konsep	26
B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel.....	27
C. Hipotesis	29
BAB IV METODE PENELITIAN	30
A. Jenis Penelitian.....	30
B. Alur Penelitian.....	31
C. Tempat dan Waktu Penelitian	32
D. Populasi dan Sampel	32
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	34
F. Pengolahan dan Analisis Data	38

G. Etika Penelitian	41
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Hasil Penelitian	43
B. Pembahasan	49
C. Kelemahan Penelitian.....	57
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	59
A. Simpulan	59
B. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN.....	66

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 <i>Numerical Rating Scale</i> (NRS)	15
Gambar 2 Kelapa Mulung Varietas Genjah	21
Gambar 3 Bagan Kerangka Teori	25
Gambar 4 Bagan Kerangka Konsep Penelitian	26
Gambar 5 Bagan Rancangan Penelitian	30
Gambar 6 Bagan Alur Penelitian	31

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Perbandingan Kadar Mineral Air Kelapa pada Beberapa Varietas.....	20
Tabel 2 Definisi Operasional	28
Tabel 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Remaja Putri di STT Werdhi Sentana	45
Tabel 4 Uji Kandungan Air Kelapa Hijau Mulung 250 ml.....	46
Tabel 5 Intensitas <i>Dismenore</i> Primer Sebelum Pemberian Air Kelapa Hijau	46
Tabel 6 Intensitas <i>Dismenore</i> Primer Sesudah Pemberian Air Kelapa Hijau.....	47
Tabel 7 Hasil Uji Normalitas <i>Shapiro Wilk</i>	48
Tabel 8 Hasil Analisis Intensitas <i>Dismenore</i> Primer Sebelum dan Sesudah Intervensi Pada Remaja Putri di STT Werdhi Sentana	48

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Hasil Uji Analisis Air Kelapa Hijau Kandungan Kalsium, Magnesium dan Vitamin C	66
Lampiran 2 Hasil Uji Analisis Air Kelapa Hijau Kandungan Kalium dan Zat Besi	67
Lampiran 3 Master Tabel Data Penelitian	68
Lampiran 4 Pengkodean Data (<i>Coding</i>).....	69
Lampiran 5 Realisasi Anggaran Penelitian	70
Lampiran 6 Jadwal Kegiatan Penelitian.....	71
Lampiran 7 SOP Pemberian Air Kelapa Hijau	72
Lampiran 8 Kuisisioner dan Observasi.....	75
Lampiran 9 Lembar Observasi Pemberian Air Kelapa Hijau	78
Lampiran 10 Surat Kelaikan Etik.....	79
Lampiran 11 Surat Ijin Penelitian	80
Lampiran 12 Surat Keterangan Melaksanakan Penelitian	81
Lampiran 13 Permohonan Responden	82
Lampiran 14 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	83
Lampiran 15 Hasil Pengolahan Data.....	86
Lampiran 16 Dokumentasi Kegiatan	90