

**SKRIPSI**

**PENGARUH PEMBERIAN INSTAN JAHE MERAH SEDUH  
TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI HAID PADA  
SANTRIWATI (15-18 TAHUN) DI PONDOK PESANTREN  
MIFTAHUL HIKMAH ALHARUNY KECAMATAN  
TROWULAN KABUPATEN MOJOKERTO**



**YASILA DINDA SALSABILAH**

**NIM : 202201006**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI  
MOJOKERTO  
2026**

## **SKRIPSI**

# **PENGARUH PEMBERIAN INSTAN JAHE MERAH SEDUH TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI HAID PADA SANTRIWATI (15-18 TAHUN) DI PONDOK PESANTREN MIFTAHUL HIKMAH ALHARUNY KECAMATAN TROWULAN KABUPATEN MOJOKERTO**

Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan Pada Universitas Bina  
Sehat PPNI Mojokerto



**YASILA DINDA SALSABILAH**

**NIM : 202201006**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI  
MOJOKERTO  
2026**

## **SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : YASILA DINDA SALSABILAH  
NIM : 202201006  
Prodi : S1 KEPERAWATAN  
Fakultas : FIKES  
Judul : Pengaruh Pemberian Instan Jahe Merah Seduh Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid Pada Santriwati (15-18 Tahun) Di Pondok Pesantren Miftahul Hikmah Alhâruny Kecamatan Trowulan Kabupaten Mojokerto.

Saya menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur Plagiarisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 30/07/2026



**YASILA DINDA SALSABILAH**  
202201006

QR REPOSITORI



## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk diajukan dalam Ujian Sidang Skripsi

Judul : Pengaruh Pemberian Instan Jahe Merah Seduh Terhadap Penurunan  
Intensitas Nyeri Haid Pada Santriwati (15-18 Tahun) Di Pondok  
Pesantren Miftahul Hikmah Alharuny Kecamatan Trowulan  
Kabupaten Mojokerto.

Nama : YASILA DINDA SALSABILAH

NIM : 202201006

Pada Tanggal : 25 Juni 2026

Oleh:

Pembimbing I :



**Dr. Indah Lestari, S.Kep.Ns.,M.Kes**

**NIK. 162 601 021**

Pembimbing II :



**Catur Prasastia L.D, S.Kep.Ns.,M.Kes**

**NIK. 162 601 097**



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

## UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

• <http://www.ubs-ppni.ac.id>  
• [info@ubs-ppni.ac.id](mailto:info@ubs-ppni.ac.id)

• 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223  
• Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

### LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : YASILA DINDA SALSABILAH  
NIM : 202201006  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Pada Tanggal : 28 Juli 2026  
Judul Skripsi : "Pengaruh Pemberian Instan Jahe Merah Seduh Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid Pada Santriwati (15-18 Tahun) Di Pondok Pesantren Miftahul Hikmah Alharuny Kecamatan Trowulan Kabupaten Mojokerto"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

#### DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Dr. Noer Saudah. S.Kep.Ns., M.Kes (.....)   
Penguji 1 : Dr. Indah Lestari, S.Kep.Ns., M.Kes (.....)   
Penguji 2 : Catur Prasastia Lukita Dewi, S.Kep.Ns., M.Kes (.....) 

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 28 Juli 2026

Ka. Prodi Ilmu Keperawatan



Enny Virda Y., S.Kep.Ns., M.Kes

NIK : 162.601.095

## KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Pemberian Instan Jahe Merah Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid Pada Santriwati (15-18 Tahun) Di Pondok Pesantren Miftahul Hikmah Alharuny Kecamatan Trowulan Kabupaten Mojokerto”. Selesainya penulisan Skripsi ini adalah berkat bantuan dan dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak, maka dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati tulus

kepada :

1. Ali Mustofa, M.Pd Selaku Kepala Yayasan Pondok Pesantren Miftahul Hikmah Alharuny yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di lingkungan Pondok Pesantren Miftahul Hikmah Alharuny Kabupaten Mojokerto.
2. Dr. Indah Lestari, S.Kep,Ns.,M.Kes selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto dan dosen pembimbing 1 yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto serta meluangkan waktu dalam bimbingan serta memberikan masukan kepada penulis dalam menyelesaikan proposal skripsi ini.

3. Dr. Lilik Ma'rifatul S.Kep.Ns.,M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto.
4. Enny Virda Yuniari S.Kep,Ns.,M.Kes selaku Ka.Prodi S1 Keperawatan / Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah memberikan dorongan untuk menyelesaikan pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
5. Catur Prasastia Lukita Dewi, S.Kep,Ns.,M.Kes selaku pembimbing II Skripsi yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan serta memberikan masukan kepada penulis dalam menyelesaikan proposal skripsi ini
6. Dr. Noer Saudah, S.Kep,Ns.,M.Kes selaku dosen penguji yang telah menguji dan memberikan masukan kepada penulis
7. Staff dosen dan karyawan Universitas Bina Sehat PPNI Kab. Mojokerto yang telah membantu terselesaikannya pembelajaran di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

Akhirnya penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, karenanya penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun yang diharapkan akan menyempurnakan Skripsi ini.

Mojokerto, 25 Juni 2026

Yasila Dinda Salsabilah

## DAFTAR ISI

|                                          |             |
|------------------------------------------|-------------|
| <b>SURAT PERNYATAAN ORSINALITAS.....</b> | <b>ii</b>   |
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>          | <b>iii</b>  |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>           | <b>iv</b>   |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>               | <b>v</b>    |
| <b>MOTTO .....</b>                       | <b>vii</b>  |
| <b>PERSEMBAHAN.....</b>                  | <b>viii</b> |
| <b>ABSTRAK .....</b>                     | <b>x</b>    |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                   | <b>xii</b>  |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                | <b>xv</b>   |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                | <b>xvi</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>             | <b>xvii</b> |
| <b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>           | <b>1</b>    |
| 1.1 Latar Belakang .....                 | 1           |
| 1.2 Rumusan Masalah .....                | 6           |
| 1.3 Tujuan Penelitian.....               | 6           |
| 1.3.1 Tujuan Umum .....                  | 6           |
| 1.3.2 Tujuan Khusus.....                 | 6           |
| 1.4 Manfaat.....                         | 7           |
| 1.4.1 Manfaat Teoritis .....             | 7           |
| 1.4.2 Manfaat praktis.....               | 7           |
| <b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>       | <b>9</b>    |
| 2.1 Konsep Menstruasi .....              | 9           |
| 2.1.1 Definisi Menstruasi .....          | 9           |
| 2.1.2 Fase fase Menstruasi .....         | 10          |
| 2.1.3 Gangguan Menstruasi.....           | 11          |
| 2.2 Konsep Nyeri Haid.....               | 14          |
| 2.2.1 Definisi Nyeri Haid .....          | 14          |
| 2.2.2 Klasifikasi Nyeri Haid.....        | 14          |
| 2.2.3 Etiologi Nyeri Haid .....          | 16          |



|              |                                                                                                         |           |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 2.2.4        | Faktor Faktor yang Mempengaruhi Intensitas Nyeri Haid.....                                              | 17        |
| 2.2.5        | Fisiologi.....                                                                                          | 19        |
| 2.2.6        | Gejala Klinis.....                                                                                      | 21        |
| 2.2.7        | Diagnosa.....                                                                                           | 22        |
| 2.2.8        | Dampak .....                                                                                            | 23        |
| 2.2.9        | Komplikasi .....                                                                                        | 23        |
| 2.2.10       | Penanganan.....                                                                                         | 23        |
| 2.2.11       | Pengukuran Nyeri Haid .....                                                                             | 25        |
| 2.3          | Konsep Jahe Merah .....                                                                                 | 26        |
| 2.3.1        | Definisi .....                                                                                          | 26        |
| 2.3.2        | Kandungan Jahe Merah .....                                                                              | 27        |
| 2.3.3        | Farmakokinetik dan Farmakodinamis .....                                                                 | 29        |
| 2.3.4        | Komposisi Instan Jahe Merah .....                                                                       | 30        |
| 2.3.5        | Cara Pemberian dan Waktu Pemberian.....                                                                 | 31        |
| 2.4          | Konsep Pengaruh Pemberian Instan Jahe Merah Seduh Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid.....         | 32        |
| 2.5          | Jurnal Terkait Pengaruh Pemberian Instan Jahe Merah Seduh Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid..... | 34        |
| 2.6          | Kerangka Teori.....                                                                                     | 39        |
| 2.7          | Kerangka Konsep .....                                                                                   | 40        |
| 2.8          | Hipotesis.....                                                                                          | 41        |
| <b>BAB 3</b> | <b>METODE PENELITIAN.....</b>                                                                           | <b>42</b> |
| 3.1          | Desain Penelitian.....                                                                                  | 42        |
| 3.2          | Populasi, Sampling, Sampel.....                                                                         | 43        |
| 3.2.1        | Populasi .....                                                                                          | 43        |
| 3.2.2        | Sampling.....                                                                                           | 43        |
| 3.2.3        | Sampel.....                                                                                             | 44        |
| 3.3          | Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional .....                                                    | 44        |
| 3.3.1        | Identifikasi Variabel.....                                                                              | 44        |
| 3.3.2        | Definisi Operasional.....                                                                               | 45        |
| 3.4          | Prosedur Penelitian.....                                                                                | 46        |

|                                                                                      |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 3.5 Kerangka Kerja .....                                                             | 49        |
| 3.6 Instrumen Penelitian.....                                                        | 50        |
| 3.7 Pengumpulan Data .....                                                           | 50        |
| 3.8 Lokasi dan Waktu Penelitian.....                                                 | 51        |
| 3.9 Pengolahan Data.....                                                             | 52        |
| 3.9.1 Editing .....                                                                  | 52        |
| 3.9.2 Coding .....                                                                   | 52        |
| 3.9.3 Scoring .....                                                                  | 53        |
| 3.9.4 Tabulating.....                                                                | 53        |
| 3.10 Analisa Data .....                                                              | 54        |
| 3.10.1 Analisa Univariat.....                                                        | 54        |
| 3.10.2 Analisa Bivariat.....                                                         | 54        |
| 3.11 Etika Penelitian .....                                                          | 54        |
| 3.11.1 Informed Consent.....                                                         | 54        |
| 3.11.2 Anonimity (Tanpa Nama) .....                                                  | 55        |
| 3.11.3 Confidentialy (Kerahasiaan) .....                                             | 55        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>                                   | <b>57</b> |
| 4.1 Hasil penelitian.....                                                            | 57        |
| 4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian .....                                               | 57        |
| 4.1.2 Data Umum .....                                                                | 58        |
| 4.1.3 Data Khusus .....                                                              | 59        |
| 4.2 Pembahasan.....                                                                  | 61        |
| 4.2.1 Intensitas Nyeri Haid Sebelum Pemberian Instan Jahe Merah Seduh                | 61        |
| 4.2.2 Intensitas Nyeri Haid Sesudah Pemberian Instan Jahe Merah Seduh                | 65        |
| 4.2.3 Pengaruh Pemberian Instan Jahe Merah Seduh Terhadap Intensitas Nyeri Haid..... | 67        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>                                              | <b>74</b> |
| 5.1 Kesimpulan.....                                                                  | 74        |
| 5.2 Saran.....                                                                       | 75        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                                                          | <b>77</b> |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                                             |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 1 Lembar Pengajuan Judul .....                                                     | 83  |
| Lampiran 2 Lembar Bimbingan Proposal Skripsi.....                                           | 84  |
| Lampiran 3 Surat Studi Pendahuluan dan Penelitian .....                                     | 88  |
| Lampiran 4 Surat Balasan Pihak Pondok Pesantren .....                                       | 89  |
| Lampiran 5 Lembar Revisi Ujian Proposal.....                                                | 90  |
| Lampiran 6 Lembar Bimbingan Skripsi.....                                                    | 91  |
| Lampiran 7 Lembar Permohonan Menjadi Responden .....                                        | 93  |
| Lampiran 8 Lembar Inform Consent.....                                                       | 94  |
| Lampiran 9 Lembar Kuesioner Pengukuran Intensitas Nyeri Haid .....                          | 95  |
| Lampiran 10 Lembar Standart Prosedur Operasional Pemberian Instan Jahe Merah<br>Seduh ..... | 98  |
| Lampiran 11 Tabulasi Hasil Penelitian.....                                                  | 100 |
| Lampiran 12 Perubahan Nyeri .....                                                           | 102 |
| Lampiran 13 Hasil Uji Statistik.....                                                        | 103 |
| Lampiran 14 Uji Similaritas .....                                                           | 110 |
| Lampiran 15 Lembar Revisi Ujian Skripsi .....                                               | 111 |
| Lampiran 16 Lembar Dokumentasi.....                                                         | 112 |

## DAFTAR PUSTAKA

- Afrida Pohan, R. (2022). Pengaruh Minuman Jahe Merah Terhadap Perubahan Nyeri Disminorhea. *Jurnal Ilmiah Panmed*, 17(3), 581–585. <https://doi.org/10.62567/jpi.v1i2.867>.
- Anggraini, M. A., Lasiaprillianty, I. W., & Danianto, A. (2022). Diagnosis dan Tata Laksana Dismenore Primer. *Jurnal Kedokteran Universitas Mataram*, 49(4), 201–303. <https://doi.org/10.56013/jurnalmidz.v5i1.1257>.
- Arisani, G. (2023). Perbedaan Efektivitas Exercise (*Abdominal Stretching*) dan Jus Jahe Merah (*Zingibers Offinicale Var Rubrum*) Terhadap Disminore Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Sonpedia*, 61(2), 124–136.
- Arthanawa, G., Situmeang, Y., & Udayana, G. (2023). *Pupuk Organik dan Aplikasinya Pada Tanaman Jahe Merah* (D. Sudita, Ed.; Pertama, Vol. 4). Scopindo Media Pustaka.
- Astuti, P., & Sari Novia. (2025). Hubungan Pengetahuan Dengan Tindakan Pencegahan Disminore Pada Mahasiswa Putri. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(3), 13568–13573.
- Ayuningsih, Y., Supriyadi, & Sumarni, S. (n.d.). *Nanopartikel Jahe Merah Pencegah Disminore* (M. Maruapey, Ed.; 1st ed.). Penerbit Karya Bakti Makmur Indonesia.
- Bella, B., Agustin, A., & Lestari, I. P. (2025). Hubungan aktivitas fisik dan tingkat stres dengan kejadian nyeri haid (dismenore) pada mahasiswi Institut Citra Internasional tahun 2024. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(1), 1723–1732. <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i1.40802>
- Chabibah, N., Nadiyah, S., Rinarto, N., Suryati, Ifadah, E., Sagitha, G., Rahayu, I., Taher, D., & Windany, E. (2023). *Buku Ilmu Biomedik Dasar* (Efitra, Ed.; 01 ed., Vol. 06). Sonpedia Publishing Indonesia.
- Darwis, M., & Syam, R. (2022). *Penerapan Cuti Haid Bagi Pekerja Perempuan* (H. Miskadi, Ed.; 1st ed., Vol. 3). Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia.

- Daulay, M., Sari, S., Rahmadhani, M., & Kemala Sari, S. (2022). Hubungan Pengetahuan Menstruasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Remaja Putri SMK Multikarya Medan M. *Jurnal Kedokteran Sains Dan Teknologi Medik*, 5(2), 152–157. <https://jurnal.fk.uisu.ac.id/index.php/stm>
- Dian Furwasyih, Novria Hesti, & Putri Regina. (2025). Senam Disminore Sebagai Upaya Mengatasi Nyeri Haid Pada Reaja Putri. *Jurnal Pengabdian Indonesia (JPI)*, 1(2), 248–252. <https://doi.org/10.62567/jpi.v1i2.867>
- Elhanina Ramadhani, R., Andriyani, & Lusida, N. (2025). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Swamedikasi Dalam Mengatasi Nyeri Menstruasi (Disminorea) Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(4), 134–147. <https://doi.org/10.62017/jkmi>
- Fajria, L., Ramadani, S., & Saputra, D. (2024). *Pendidikan Kesehatan Bagi Penderita Disminore* (U. Arsa, Ed.; 1st ed., Vol. 7). Adab Indonesia.
- Fauziah, R., Idayanti, T., & Anggraeni, W. (2024). *Manfaat Air Rebusan Jahe Merah Dalam Mempercepat Penyembuhan Luka Laserasi Perinium Pada Ibu nifas* (R. Arismawati, Ed.; Cetakan Pertama, Vol. 2). Rizmedia Pustaka Indonesia.
- Fibrila, F., Ridwan, M., & Widiyanti, S. (2023). Pengaruh Terapi Akupresure Dalam Menurunkan Nyeri Disminore Pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Mutidisiplin Ilmu*, 1(6), 1127–1132. <http://melatijournal.com/index.php/Metta>
- Halitopo, Y. (2022). The Relationship Of The Dysmenorrhea a In Students With Learning Activities. *Science Midwifery Journal*, 10(5), 2721–9453. [www.midwifery.iocspublisher.org](http://www.midwifery.iocspublisher.org)Journalhomepage:www.midwifery.iocspublisher.org
- Handayani, Y., Putri, H., & Nurita, Y. S. (2022). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam terhadap Penurunan Nyeri Disminore. *Jurnal MID-Z (Midwifery Zigot) Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5(1), 41–47. <https://doi.org/10.56013/jurnalmidz.v5i1.1257>
- Istri, A. A., Wilandari, R., Kadek Muliawati, N., Ayu, S., & Candrawati, K. (2025). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Merah Terhadap

Intensitas Nyeri Disminore Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 16(01), 107–114.

Jama, F., Wahyuni, S., Khasanah, N., Setyowati, W. E., Maslinawati, A., & Bauw, L. R. (2026). Pengaruh Kombinasi Aromaterapi Esensial Lemon dan Relaksasi Benson Terhadap Intensitas Dysmenorrhea Pada Remaja Putri. *Window Of Public Health Journal*, 7(3), 525–536.

Karomah, P. I., & Yuliani, D. A. (2022). Efektivitas Pemberian Air Jahe Merah Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Disminorea Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(2), 360–366. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i2.779>

Kartika, L., Harahap, S., & Afdila, R. (2022). Pengaruh Senam Disminore Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid Pada Remaja. *Femina Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan*, 2(2), 113–119.

Kushayati, N., Aprilin, H., & Lestari, F. (2026). Hubungan AKtivitas Fisik Dengan Intensitas Nyeri Disminore Pada Remaja Putri. *Jurnal Enfermeria Ciencia*, 4(1), 1–17.

Lestari, W., Mariza, A., Susilawati, S., & Amirus, K. (2025). Efektivitas Pemberian Air Rebusan Jahe Merah terhadap Penurunan Intensitas Disminorea pada Remaja Putri di MTS Darul Falah Kecamatan Abung Tengah Kabupaten Lampung Utara Tahun 2023. *Malahayati Nursing Journal*, 7(1), 150–161. <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i1.11614>

Lubis, D. S., Hasanah, O., & Woferst, R. (2023). Gambaran Intensitas Nyeri Haid (Disminore) Dan Upaya Penanganan Pada Mahasiswi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesioanl*, 5(1),

Mariza, A., & Sunarsih. (2023). Manfaat Minuman Jahe Merah Dalam Mengurangi Disminore Primer. *Jurnal Kebidanan*, 5(1), 39–42.

Maryati, L., Mastary, E., Prasetyorini, H., Supriadi, R., Marlina Hastuti, Oktanti, Q., Arini, Purwant Erna, & Muhafilah, I. (2025). *Asuhan Kesehatan Reprduksi Dan Keluarga Berencana* (A. Masruroh, Ed.; 1st ed., Vol. 2). Widina Media Utama

- Meilani, S. L., Kusumastuti, D. A., & Kulsum, U. (2025). The Effect of Ginger Extract on Reducing Dysmenorrhea Pain in Adolescents. *Advances in Healthcare Research*, 3(2), 550–561. <https://doi.org/10.60079/ahr.v3i2.594>
- Mouliza, N., Chaniago, A., & Insani, S. (2023). Pengaru Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi Atau Dismonore di SMK Raksana Medan Tahun 2022. *Jurnal Kebidanan Husada*, 13(1), 121–127.
- Mulyani, N., Sudaryanti, L., & Dwiningsih, S. R. (2022). Hubungan Usia Menarche Dan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Dismenorea Primer. *Journal Health Education And Literacy*, 4(2), 104–110.
- Nuha, N. K., Sastramihardja, H. S., & Maulida, M. (2026). Hubungan Usia Menarche , Lama Menstruasi dan Indeks Massa Tubuh dengan Tingkat Keparahan Dismenore Primer. *Medical Science Journal*, 6(1), 449–456.
- Nurasih, D. A., Maharani, D. D., Khanifah, L. N., Ghaliyah, Y., Sistiarni, C., & Nasifah, L. (2025). Literature Review : Faktor Risiko yang Memengaruhi Kejadian Nyeri Menstruasi ( Dysmenorrhea ) pada Mahasiswi. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 10(1), 1–18.
- Oktaviyana, C., Rizki, K., & Adilla, B. (2025). Perbandingan Efektivitas Seduhan Jahe Merah (Zingerber Officiale Var Rubrum Rhizoma ) Dengan Air Kelapa Hijau (Cocos Nucifera Linn Var Viridis) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid (Dismenore) Pada Siswi. *The Journal Of Mother And Child Health Concerns*, 4(5), 240–245.
- Putri, I. W., & Gati, N. W. (2023). Gambaran Skala Nyeri Haid (Disminorea) Pada Remaja Putri Di Desa Tanjungrejo Kabupaten Sukoharjo. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 7(1), 1–10.
- Presty, M., Rahayu, A., Pramulya, A., & Audina, M. (2026). *Kesehatan Reproduksi Pada Perempuan dan Keluarga* (M. Maruapey, Ed.; 1st ed., Vol. 2). Karya Bakti Makmur Indonesia.
- Rahayu, R., Patimah, S., & Rohmatin, E. (2023). Pengaruh Minuman Jahe Merah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Disminorea Primer Pada Siswi Kelas VIII Di SMPN 10 Tasikmalaya Tahun 2018. *Jurnal Bidan "Midwife Journal"*, 5(02), 26–35. <https://doi.org/10.60079/ahr.v3i2.594>



- Rohaeni, E., Iis, & Sartika, T. (2025). Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Merah Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Putri T. *Jurnal Medicare*, 4(2), 54–60. <https://doi.org/10.62354/jurnalmedicare.v4i2.180>
- Ruhmawanti, S., Susanti, R., Rahma, K., Isfentiani, D., Wildayani, D., & Nurfitia, N. (2024). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Permasalahannya* (E. Agustin, Ed.; 1st ed., Vol. 2). Penerbit Nuansa Fajar Cemerlang.
- Rusyanti, S., Iswanti, T., Sutianingsih, H., Khotimah, H., & Wati, D. (2023). *Terapi Non Farmakologi Pada Disminore* (A. Faisal, Ed.; 1st ed., Vol. 2). Peerbit Nuansa Fajar Cemerlang.
- Sagita, W., Salanti, P., Arifianto, I., & Septina, R. (2026). Kejadian Disminore Primer Pada Remaja Putri Di SMA X JAKARTA SELATAN Tahun 2024. *Jurnal Ilmiah Kesehatan BPI*, 10(1), 39–44.
- Sajidan, R., Atmojo, R., Adi, F., Ardiansyah, R., & Saputri, D. (2023). *Paradigma Baru Pembelajaran IPA Terapan* (A. Setyawan, Ed.; Cetakan Pertama, Vol. 2). Pajang Putra Wijaya.
- Sepiwiryanti, W., Soleha, M., Tri Zelharsandy Kebidanan, V., & Abdurahman Palembang, S. (2025). Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Terhadap Disminore Primer Pada Remaja Putri. *The Journal Health Of Science*, 2(2), 42–49.
- Setyosari, P. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan dan Pengembangan* (Rendy, Ed.; Edisi Keempat, Vol. 2). Kecana.
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Vol. 5). [www.cvalfabeta.com](http://www.cvalfabeta.com)
- Syahidah, Z., & Suryaalamsah, I. I. (2025). Hubungan Tingkat Stres dan Status Gizi dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri di SMPN 4 Babelan Kabupaten Bekasi. *Muhammadiyah Journal Of Midwifery*, 6(1), 1–10. <https://doi.org/10.24853/myjm.6.1.1-10>
- Tatirah. (2023). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Kelas VIII DI MTS Nurul



Islam Brebes Tahn 2023. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 13(2), 1–19.  
<https://doi.org/10.54444/jik.v13i2.130>

Tiara Mayang, S., Suprida, Amalia, R., & Yunola, S. (2023). Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Disminore Pada Remaja Putri. *Jurnal Aisyiyah Medika*, 8(2), 219–231. <https://doi.org/10.36729/jam.v8i1>

Utari, A., & Zali, M. (2024). Analisis Metodologis Ushul Fiqh Terhadap Pandangan Yusuf Al-Qardhawi Tentang Penggunaan Pil Penunda Haid. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(9), 3561–3566.  
<https://doi.org/10.56338/jks.v2i1.872>

Wahyudi, Mawandri, D., Aulia Manurung, R., Yara Yasmin, W., & Fransisca, C. (2025). Hubungan Tingkat Stres Dan Pola Makan Dengan Geala Disminorea Pada Mahasiswi Kota Medan. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 9(1), 86–92.  
<https://ejournal.itekes-bali.ac.id/jrkn>

Waslia, D., Ula, Z., Qonitun, U., Maulidiyanti, A., & Lailiyah, S. (2025). *Persalinan Normal Dan Penatalaksanaannya* (D. Waslia, Ed.; 1st ed., Vol. 2). Nuansa Fajar Cemerlang Grand.

