

## ABSTRAK

**Ditha Rosdiana Abdul, 2015.** Perbandingan Efektivitas Pemberian Minuman Kunyit Asam dan Minuman Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Haid Pada Siswi Di SMA Negeri 3 Gorontalo Utara. Skripsi, Jurusan Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I dr.Vivien Novarina A.Kasim, M.Kes dan Pembimbing II Vik Salamanja, S.Kep, Ns., M.Kes.

Pemberian minuman kunyit asam (mengandung *curcumine* dan *anthocyanin*) dan minuman jahe (mengandung *gingerol* dan *shogaol*) dapat menurunkan nyeri haid yang diakibatkan oleh kontraksi uterus dengan cara memblok produksi prostaglandin penyebab nyeri haid. Penelitian Ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan efektivitas pemberian minuman kunyit asam dan minuman jahe terhadap penurunan nyeri haid pada siswi di SMA Negeri 3 Gorontalo Utara. Rancangan penelitian menggunakan *quasi eksperimen* dengan *non equivalent (pretest and posttest) group design*. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas X dan XI yang mengalami nyeri haid saat menstruasi dengan jumlah sampel 30 siswi dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu lembar pengukuran nyeri *Numeric Rating Scale*. Analisa data menggunakan uji *Mann Whitney*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara pemberian minuman kunyit asam dan minuman jahe terhadap penurunan nyeri haid dengan *p-value*  $0,023 < \alpha(0,05)$ . Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian minuman kunyit asam (mean=18,70) lebih efektif terhadap penurunan nyeri haid pada siswi di SMA Negeri 3 Gorontalo Utara dibanding dengan minuman jahe (mean=12,30). Disarankan minuman kunyit asam dapat menjadi pilihan untuk mengatasi nyeri haid.

**Kata Kunci : Minuman Kunyit Asam, Minuman Jahe, Nyeri Haid**  
**Daftar Pustaka : 47 buah (2000-2014)**

## ABSTRACT

**Ditha Rosdiana Abdul, 2015.** The Comparison on Effectiveness of Turmeric Acid Drink and Ginger Drink to decrease Menstrual Pain at SMA Negeri 3 Gorontalo Utara. Skripsi, Department of Nursing, Faculty of Health Sciences and Sport, State University of Gorontalo. The principal supervisor was dr. Vivien Novarina A.Kasim, M.Kes and Co-supervisor was Vik Salamanja, S.Kep, Ns., M.Kes.

Turmeric acid drink (containing *curcumine* and *anthocyanin*) and ginger drink (containing *gingerol* and *shogaol*) can reduce menstrual pain caused by uterine contractions by blocking the production of prostaglandin as the cause of menstrual pain. This research aimed at knowing the comparison on effectiveness of turmeric acid drink and ginger drink to decrease menstrual pain at SMA Negeri 3 Gorontalo Utara. Research design used quasi experiment with non-equivalent (pretest and posttest) group design. Population were all students of class X and XI who experienced menstrual pain during menstruation with the number of sample was 30 students by using purposive sampling technique. Instrument was measurement of pain sheet Numeric Rating Scale. Data analysis used Mann Whitney test.

The result showed that there is a difference between turmeric acid drink and ginger drink to decrease menstrual pain with p-value  $0,023 < \alpha(0,05)$ . The conclusion is turmeric acid drink (mean=18,70) worked more effective to decrease menstrual pain for students at SMA Negeri 3 Gorontalo Utara than ginger drink (mean=12,30). It is recommended that turmeric acid drinks may be an option to overcome the menstrual pain.

**Keywords: Turmeric Acid Drink, Ginger Drink, Menstrual Pain**

**Bibliography: 47 (2000-2014)**

