

**PEMBERIAN REBUSAN JAHE MERAH TERHADAP DISMENORE
PADA REMAJA PUTERI DI PESANTREN RAUDLATUL
MUTA'ALLIMIN CILENDEK KOTA TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH



**RISKA AULIA
NIM 11025122014**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2025**

**PEMBERIAN REBUSAN JAHE MERAH TERHADAP DISMENORE
PADA REMAJA PUTERI DI PESANTREN RAUDLATUL
MUTA'ALLIMIN CILENDEK KOTA TASIKMALAYA**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan**

KARYA TULIS ILMIAH



**RISKA AULIA
NIM 11025122014**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2025**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

Karya Tulis Ilmiah, juni 2025

Riska Aulia

**Pemberian Rebusan Jahe Merah Terhadap Dismenore pada Remaja Puteri
di Pesantren Raudlatul Muta'allimin Cilendek Kota Tasikmalaya**

Xii + 112 halaman + 11 tabel + 7 lampiran

ABSTRAK

Dismenore merupakan keluhan nyeri haid yang umum dialami remaja putri dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Salah satu alternatif penanganan non-farmakologis adalah penggunaan herbal, seperti jahe merah (*Zingiber officinale* var. *rubrum*) yang memiliki efek antiinflamasi dan analgesik. Penelitian ini bertujuan mengetahui respon pemberian rebusan jahe merah terhadap penurunan nyeri dismenore. Metode yang digunakan adalah studi kasus terhadap dua remaja putri berusia 17 tahun yang mengalami dismenore primer. Intervensi dilakukan dengan pemberian rebusan jahe merah 200 ml selama tiga hari berturut-turut. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan biofisiologis, kemudian dianalisis secara deskriptif. Hasil menunjukkan bahwa kedua subyek mengalami penurunan tingkat nyeri dari nyeri sedang menjadi nyeri ringan, Tekanan darah, nadi, dan respirasi juga menunjukkan perbaikan. Kesimpulan: pemberian rebusan jahe merah memiliki respon menurunkan dismenore dan dapat menjadi pilihan terapi herbal yang aman bagi remaja putri. Disarankan agar remaja mencoba konsumsi rebusan jahe merah sebagai alternatif alami dalam mengatasi dismenore dan institusi pendidikan seperti pesantren memberikan edukasi tentang manfaat rebusan jahe merah terhadap dismenore.

Kata Kunci: Dismenore, Rebusan Jahe Merah, Remaja Puteri

***DIII NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BAKTI TUNAS HUSADA UNIVERSITY***

Scientific Paper, June 2025

The Administration of Red Ginger Decoction for Dysmenorrhea in Adolescent Girls at Raudlatul Muta'alimin Islamic Boarding School, Cilendek, Tasikmalaya City

xii + 112 pages+14 tables + 11 appendices

ABSTRACT

*Dysmenorrhea is a common menstrual complaint experienced by adolescent girls and can interfere with daily activities. One non-pharmacological alternative for managing dysmenorrhea is the use of herbal remedies, such as red ginger (*Zingiber officinale* var. *rubrum*), which has anti-inflammatory and analgesic properties. This study aimed to determine the response to red ginger decoction in reducing dysmenorrhea. The method used was a case study involving two 17-year-old adolescent girls who experienced primary dysmenorrhea. The intervention consisted of administering 200 ml of red ginger decoction for three consecutive days. Data were collected through interviews, observations, and biophysiological assessments, and then analyzed descriptively. The results showed that pain level on both subjects were decreased from moderate to mild. Blood pressure, pulse, and respiratory rate also showed improvement. Conclusion: the administration of red ginger decoction had a positive response in reducing dysmenorrhea and can be considered as a safe herbal therapy option for adolescent girls. It is recommended that adolescents try consuming red ginger decoction as a natural alternative for relieving dysmenorrhea. Educational institutions such as pesantren are encouraged to provide education about its benefits, and future researchers should involve a larger number of subjects and bring ready-to-drink decoctions when conducting research in dormitories or pesantren.*

Keywords: *Dysmenorrhea, Red Ginger Decoction, Adolescent Girls*