

**PENGARUH PEMBERIAN JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN  
NYERI HAID (*DISMENOEA*) PADA SISWI  
DI SMP NEGERI 1 BUMI AGUNG**

Fhina Erdiana Putri<sup>1</sup>, Enny Yuliaswati<sup>2</sup>  
[202322045.students@aiska-university.ac.id](mailto:202322045.students@aiska-university.ac.id)  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** *Dismenorea* merupakan kondisi medis yang terjadi sewaktu menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan memerlukan pengobatan yang ditandai dengan nyeri atau rasa sakit didaerah perut bagian bawah sampai pinggang. *Dismenorea* diakibatkan karena peningkatan hormon Prostaglandin. Dismenore dapat diatasi dengan beberapa terapi baik farmakologi maupun non farmakologi. Pada terapi farmakologi dapat dengan memberikan analgetik, antipiretik, terapi hormonal dan obat. Sedangkan, non farmakologi dapat diberikan terapi melalui olahraga, relaksasi, kompres hangat dan jahe. Jahe merah memiliki sifat yang dapat memberikan perasaan hangat pada tubuh bersifat antirematik, antinyeri, dan antiinflamasi. Senyawa seperti shagaol dan gingerol yang terkandung dalam jahe merah dapat membantu mengurangi rasa nyeri. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Pengaruh Pemberisan Jahe Merah Terhadap Penurunan Nyeri Haid (*Dismenorea*) Pada Siswi Di SMP Negeri 1 Bumi Agung. **Metode Penelitian:** Jenis penelitian ini pra eksperimental dengan menggunakan desain *one grup pretest posttest* dengan jumlah sampel sebanyak 30 responden. **Hasil:** Hasil dari uji wilcoxon sebelum dan sesudah diberikan perlakuan menunjukkan nilai *p value*  $0,000 < 0.05$ . **Kesimpulan:** Pada hasil penelitian pemberian air rebusan jahe merah kepada siswi SMP Negeri 1 Bumi Agung menunjukkan ada pengaruh pemberian air rebusan jahe merah terhadap penurunan nyeri *dismenorea*.

**Kata Kunci:** Jahe Merah, Nyeri *Dismenorea*