

**PENGARUH AIR KELAPA HIJAU TERHADAP PENURUNAN  
*DISMENORHEA* PADA SISWI DI MTS DARUL HUDA LUBUK  
HARJO**

**LAPORAN TUGAS AKHIR**



Oleh  
**RUSMIATI**  
**202322041**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2024**

**PENGARUH AIR KELAPA HIJAU TERHADAP PENURUNAN  
*DISMENORHEA* PADA SISWI DI MTS DARUL HUDA LUBUK  
HARJO**

**LAPORAN TUGAS AKHIR**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan Pada  
Program Studi Sarjana Kebidanan  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh  
**RUSMIATI**  
**202322041**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2024**

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi dengan judul :

### **PENGARUH AIR KELAPA HIJAU TERHADAP PENURUNAN DISMENORHEA PADA SISWI DI MTS DARUL HUDA LUBUK HARJO**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana pada Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan dilingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan Skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 05 Juli  
2024



Rusmiati

NIM 202322041

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Unniversitas ‘Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rusmiati  
NIM : 202322041  
Jenis Karya : Skripsi  
Judul : Pengaruh Air Kelapa Hijau Terhadap Penurunan  
*Dismenorrhea* Pada Siswi di MTS Darul Huda Lubuk  
Harjo

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non-Exclusive Royalty- Free Right*) kepada Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas ‘Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (data base), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Surakarta Pada Tanggal 05 Juli  
2024

Yang menyatakan



Rusmiati  
NIM 202322041

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul:

### **PENGARUH AIR KELAPA HIJAU TERHADAP PENURUNAN DISMENORHEA PADA SISWI DI MTS DARUL HUDA LUBUK HARJO**

dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian seminar Hasil Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, Juli 2024

Pembimbing

Eddy Yuliaswati, S.SiT., M.Keb

NIDN. 0619078001

Mengetahui

Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan

Dr. Sri Handayani, S.SiT., M.Keb

NIDN. 062701740

## PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan Judul :




### **PENGARUH AIR KELAPA HIJAU TERHADAP PENURUNAN DISMENORHEA PADA SISWI DI MTS DARUL HUDA LUBUK HARJO**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Skripsi ini telah diujikan pada sidang ujian Skripsi pada tanggal dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, Juli 2024

Mengesahkan, Penguji

- |   |  |
|---|--|
| 1. Kamidah, S.SiT., M.Kes<br>NIDN. 0623077501         | <br>(.....)  |
| 2. Sri Kustiyati, SST., M.Keb<br>NIDN. 0610077701     | <br>(.....) |
| 3. Enyy Yuliaswati, S.SiT., M.Keb<br>NIDN. 0619078001 | <br>(.....) |

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan



Dr. Sri Handayani, S.SiT., M.Keb

NIDN. 062701740

## **PENGARUH AIR KELAPA HIJAU TERHADAP PENURUNAN DISMENORHEA PADA SISWI DI MTS DARUL HUDA LUBUK HARJO**

Rusmiati

Enny Yuliaswati, S.SiT., M.Keb

rusmiyati5353@gmail.com

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

### **ABSTRAK**

**Latar Belakang** : Perempuan di Indonesia 90% pernah mengalami nyeri haid. Berbagai penanganan *dismenorea* yang dapat dilakukan oleh siswi dan keluarganya meliputi pengobatan secara farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan secara farmakologis dilakukan dengan mengkonsumsi obat dan Pengobatan secara non farmakologis yang dapat dilakukan untuk mengobati nyeri *dismenorea* yaitu dengan pengobatan komplementer atau pengobatan alternative menggunakan pengobatan herbal salah satunya air kelapa hijau. Air kelapa hijau (*Cocos Nucifera* Linn Var. *Viridis*) adalah minuman padat nutrisi karena kaya akan bahan kimia seperti kalsium, magnesium, vitamin C, protein dan lemak. **Tujuan** : Untuk mengetahui pengaruh air kelapa hijau terhadap penurunan *dismenorea* pada siswi di MTS Darul Huda Lubuk Harjo. **Metode** : Penelitian ini menggunakan metode penelitian “*pra-eksperimental*” dengan rancangan penelitian “*One Group Pre-Post Test Design*”. Populasi pada penelitian ini adalah siswi dengan total 117 siswi, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling dengan jumlah sampel yang digunakan adalah 30 responden. **Hasil** : hasil uji *Wilcoxon* pada penelitian ini menunjukkan nilai  $\alpha$  0.000 < 0.05. **Kesimpulan** : terdapat pengaruh yang signifikan air kelapa hijau terhadap penurunan *dismenorea*.

**Kata Kunci** : Air Kelapa Hijau, *Dismenorea*

**THE EFFECT OF GREEN COCONUT WATER ON THE REDUCTION OF  
DYSMENORRHOEA IN FEMALE STUDENTS AT MTS DARUL HUDA  
LUBUK HARJO**

Rusmiati

Enny Yuliaswati, S.SiT., M.Keb  
rusmiyati5353@gmail.com  
'Aisyiyah University, Surakarta

**ABSTRACT**

**Background:** 90% of women in Indonesia have experienced menstrual pain. Various treatments for dysmenorrhea that can be carried out by female students and their families include pharmacological and non-pharmacological treatments. Pharmacological treatment is carried out by consuming drugs and non-pharmacological treatment which can be done to treat dysmenorrhoea pain is with complementary medicine or alternative medicine using herbal medicine, one of which is green coconut water. Green coconut water (*Cocos Nucifera* Linn Var. *Viridis*) is a nutrient-dense drink because it is rich in chemicals such as calcium, magnesium, vitamin C, protein and fat. **Objective:** To determine the effect of green coconut water on reducing dysmenorrhea in female students at MTS Darul Huda Lubuk Harjo. **Methods:** This research uses a "pre-experimental" research method with a "One Group Pre-Post Test Design" research design. The population in this study were female students with a total of 117 female students. The sampling technique used was purposive sampling with the number of samples used being 30 respondents. **Results:** the results of the Wilcoxon test in this study showed a value of  $0.000 < 0.05$ . **Conclusion:** there is a significant effect of green coconut water on reducing dysmenorrhea.

**Keywords :** Green Coconut Water, Dysmenorrhea



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Pengaruh Air Kelapa Hijau Terhadap Penurunan *Dismenorrhea* Pada Siswi di MTS Darul Huda Lubuk Harjo”. Skripsi ini diajukan untuk memnuhi persyaratan ujian akhir di Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan banyak pihak yang telah memberikan bimbingan, arahan dan dukungan kepada penulis. Oleh karenan itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Sri Kstiyati, SST., M.Keb, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Dr. Sri Handayani, S.SiT., M.Keb selaku Ketua Program Studi SI Kebidanan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Enny Yuliaswati, S.SiT., M.Keb selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, pikiran dan tenaga yang telah mengarahkan kami dalam penyusunan proposal skripsi ini.
5. MTS Darul Huda Lubuk Harjo sebagai lahan penelitian yang telah menyediakan tempat untuk penulis melakukan penelitian.
6. Siswi MTS Darul Huda Lubuk Harjo yang telah bersedia meluangkan waktu menjadi subjek penelitian ini.
7. Kedua orang tua bapak Misman dan ibu Ngaisah yang telah memberikan dukungan baik material, spritula dalam penyusunan proposal skripsi ini.
8. Suami saya Nurdiansyah yang telah memberikan dukungan baik material, motivasi, spiritual dalam penyusunan proposal skripsi ini.

9. Keluarga dan sahabat-sahabat saya yang telah memberikan semangat dan motivasi selama ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini terdapat banyak kekurangan, maka penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Aamin.

Surakarta, Juli 2024

Penulis



Rusmiati