

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN RIAU
PROGRAM STUDI D IV KEBIDANAN**

SKRIPSI, JUNI 2026

ADINDA KHAIRUNISA

**PENGARUH PEMBERIAN BUAH NANAS (ANANAS COMOSUS)
DAN TEH CHAMOMILE TERHADAP PENURUNAN DISMENOREA
PADA MAHASISWI POLTEKKES KEMENKES RIAU**

xii + 88 Halaman, 3 Tabel, 2 Gambar, 13 Lampiran

ABSTRAK

Dismenorea merupakan masalah kesehatan reproduksi yang paling sering dialami remaja putri dan dapat menurunkan kualitas hidup jika tidak ditangani. Berdasarkan Riskesdas 2018, prevalensi dismenorea di Indonesia mencapai 64,25%, dengan 60–75% dialami remaja putri. Studi pendahuluan pada mahasiswi Poltekkes Kemenkes Riau menunjukkan 34 dari 38 responden (89,5%) mengalami dismenorea. Penanganan nonfarmakologis yang dapat digunakan antara lain buah nanas (*Ananas Comosus*) yang mengandung enzim bromelain, dan teh chamomile yang mengandung apigenin dan chamazulene, keduanya bersifat antiinflamasi dan analgesik. Penelitian ini bertujuan mengetahui perbedaan pengaruh konsumsi buah nanas dan teh chamomile terhadap penurunan kejadian dismenorea pada mahasiswi Poltekkes Kemenkes Riau. Jenis penelitian adalah *quasy experimental* dengan desain two-group pretest-posttest. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei–Juni 2026. Sampel berjumlah 20 orang, dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 10 responden kelompok buah nanas dan 10 responden kelompok teh chamomile. Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi skala nyeri *Numeric Rating Scale (NRS)* dan dianalisis menggunakan uji T-Independen pada taraf signifikansi 95%. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata penurunan skala nyeri pada kelompok buah nanas adalah 5,00 (SD=1,333), sedangkan pada kelompok teh chamomile adalah 3,10 (SD=0,994). Terdapat perbedaan pengaruh yang bermakna antara pemberian buah nanas dan teh chamomile terhadap penurunan dismenorea pada mahasiswi Poltekkes Kemenkes Riau ($p=0,002$), dengan buah nanas menunjukkan efektivitas lebih tinggi. Disarankan bagi tenaga kesehatan dan institusi pendidikan untuk mensosialisasikan pemanfaatan buah nanas dan teh chamomile sebagai alternatif terapi nonfarmakologis dalam mengurangi nyeri dismenorea kepada mahasiswi secara berkala.

Kata Kunci: Dismenorea, Buah Nanas, Teh Chamomile, Mahasiswi
Referensi : 40 Referensi (2016–2025)

**MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
MIDWIFERY D IV STUDY PROGRAM**

GRADUATING PAPER, JUNI 2026

ADINDA KHAIRUNISA

**THE EFFECT OF PINEAPPLE (*ANANAS COMOSUS*) CONSUMPTION
AND CHAMOMILE TEA ON THE REDUCTION OF DYSMENORRHEA
AMONG FEMALE STUDENTS AT POLTEKKES KEMENKES RIAU**

xii + 88 Pages, 3 Tables, 2 Figures, 13 Appendices

ABSTRACT

*Dysmenorrhea is a reproductive health problem commonly experienced by adolescent girls and can reduce quality of life if left untreated. Based on the 2018 Basic Health Research (Riskesdas), the prevalence of dysmenorrhea in Indonesia reaches 64.25%, with 60–75% of cases occurring in adolescent girls. A preliminary study among female students at Poltekkes Kemenkes Riau found that 34 of 38 participants (89.5%) reported dysmenorrhea. Non-pharmacological treatments include pineapple (*Ananas comosus*), containing the enzyme bromelain, and chamomile tea, containing apigenin and chamazulene, both with anti-inflammatory and analgesic properties. This study aimed to determine the difference in effect between pineapple consumption and chamomile tea on the reduction of dysmenorrhea among female students at Poltekkes Kemenkes Riau. This was a quasi-experimental study with a two-group pretest-posttest design. The research was conducted from May to June 2026. The sample consisted of 20 participants, divided into two groups: 10 in the pineapple group and 10 in the chamomile tea group. Data were collected using an observation sheet based on the Numeric Rating Scale (NRS) and analyzed using the independent T-test at a 95% confidence level. Results showed the mean pain reduction in the pineapple group was 5.00 (SD=1.333), while in the chamomile tea group it was 3.10 (SD=0.994). There was a significant difference in pain reduction between the pineapple group and the chamomile tea group ($p=0.002$), with pineapple demonstrating greater effectiveness. Healthcare educators and institutions are encouraged to promote pineapple and chamomile tea as accessible non-pharmacological alternatives for managing dysmenorrhea among female students.*

Keywords: *Dysmenorrhea, Pineapple, Chamomile Tea, Female Students*

Bibliography: 40 References (2016–2025)