

NASKAH PENJELASAN

Penelitian : Perbedaan Efektivitas Pemberian Minuman Jahe Merah dan Coklat Hitam Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Putri di SMP Negeri 16 Pekanbaru

Saya selaku peneliti ingin meminta kesediaan responden untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini. Responden diharapkan membaca lampiran penjelasan penelitian ini seluruhnya dan responden dapat memberikan persetujuan apabila telah memahami isi penjelasan tersebut. Responden diperkenankan untuk bertanya tentang hal apapun mengenai penelitian ini yang tidak dapat dipahami. Bersama lampiran ini saya akan menjelaskan hal-hal mengenai penelitian sebagai berikut :

1. Keikutsertaan responden dalam penelitian ini bersifat sukarela tanpa ada unsur paksaan, responden bebas untuk menolak peran serta dan bebas untuk menarik diri dari penelitian ini tanpa ada hukuman maupun paksaan.
2. Responden dipilih sebagai subjek penelitian ini karena memiliki kriteria yang sesuai dengan kriteria penelitian ini.
3. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Perbedaan efektivitas pemberian minuman jahe merah dan coklat hitam terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri di SMP Negeri 16 Pekanbaru
4. Pada penelitian ini responden diminta untuk menceritakan nyeri haid yang dialami kepada peneliti dengan sejujur-jujurnya dan sesuai dengan yang dirasa setelah diberikan pemberian jahe merah dan coklat hitam,
5. Dalam proses penelitian ini risiko yang ditimbulkan tidak bersifat fatal dan apabila terjadi risiko pada saat dilakukan penelitian, saya siap bertanggungjawab atas risiko yang terjadi.

6. Responden berhak mengetahui tentang data dan hasil akhir dari penelitian yang dilakukan serta peneliti akan memberitahu secara jujur dan apa adanya.
7. Hal apapun yang berkaitan dengan privasi responden akan dijaga dan dijamin kerahasiaannya selama dan setelah penelitian dilakukan.
8. Apabila privasi responden diketahui oleh pihak lain yang bersumber dari peneliti langsung, maka responden berhak melakukan tuntutan kepada peneliti atas pelanggaran Undang-Undang Perlindungan Hak Pasien yang tercantum dalam UU No. 44 Tahun 2009 Pasal 32.
9. Apabila hasil akhir dari penelitian ini dapat menentukan angka kejadian nyeri haid pada remaja putri, maka diharapkan pemberian minuman jahe merah dan coklat hitam ini menjadi salah satu program yang disebarluaskan kepada perempuan yang menderita nyeri haid sehingga nyeri haid remaja dapat lebih terfokus untuk diatasi.

Apabila responden membutuhkan penjelasan lebih lanjut mengenai penelitian ini, dapat menghubungi :

Nama : Lola Leoni Silalahi

No HP : 081378486097

PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN
(INFORMED CONSENT)

Penelitian : Perbedaan Efektivitas Pemberian Minuman Jahe Merah dan Coklat Hitam Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Putri di SMP Negeri 16 Pekanbaru

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Umur :

Alamat :

Dengan sesungguhnya menyatakan bahwa:

Saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengetahui maksud dan tujuan penelitian **“Perbedaan efektivitas pemberian minuman jahe merah dan coklat hitam terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri di SMP Negeri 16 Pekanbaru”**. Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi pada penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila saya menginginkan, maka saya dapat mengundurkan diri sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.

Pekanbaru, ... 2026

Responden

Peneliti

Lola Leoni Silalahi

SCREENING SAMPEL PENELITIAN

Nama :
Umur :
Kelas :
Tanggal Menstruasi Bulan Lalu :
No. WA :

1. Menstruasi Pertama Kali (*Menarche*)
 - ☐ 11 tahun
 - ☐ 12 tahun
 - ☐ 13 tahun
2. Siklus Menstruasi
 - ☐ Normal / Teratur (21-35 hari)
 - ☐ Tidak teratur
3. Waktu Timbulnya nyeri menstruasi
 - ☐ Sebelum menstruasi sampai terjadi menstruasi
 - ☐ Hari ke 1 hingga ke-3 menstruasi
 - ☐ Selama Menstruasi berlangsung
4. Riwayat penyakit kelainan organ reproduksi
 - ☐ Tidak ada
 - ☐ Kista
 - ☐ Tumor
 - ☐ Radang panggul
 - ☐ Infeksi Rahim
5. Cara mengatasi nyeri haid
 - ☐ Mengonsumsi obat nyeri
 - ☐ Relaksasi
 - ☐ Pengaturan Posisi
 - ☐ Lainnya.....
6. Alergi Terhadap Jahe Merah
 - ☐ Ya
 - ☐ Tidak
7. Alergi Terhadap Coklat Hitam
 - ☐ Ya
 - ☐ Tidak

LEMBAR OBSERVASI SKALA NYERI NRS

Penelitian : Perbedaan Efektivitas Pemberian Minuman Jahe Merah Dan
Coklat Hitam Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja
Putri Di SMP Negeri 16 Pekanbaru.

No responden :

Nama :

Usia :

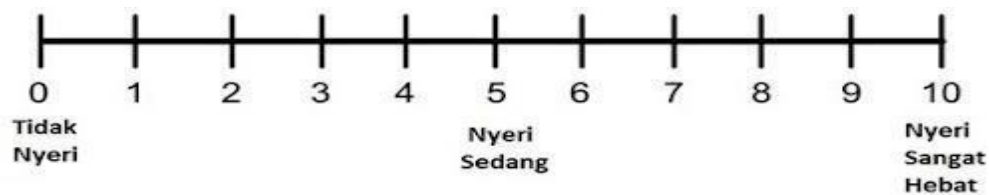
Alamat :

No.HP :

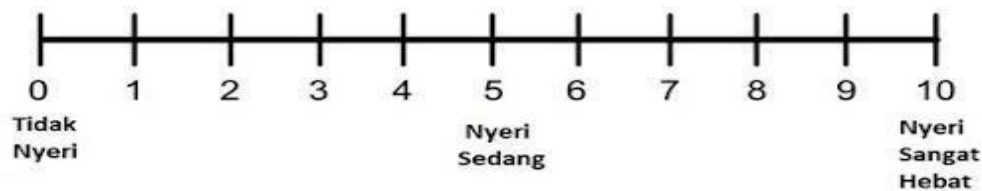
Tanggal terapi :

Terapi :

Sebelum terapi



Sesudah terapi



Keterangan intensitas nyeri 0-10 :

Nyeri Ringan (Skor 1–3)

0 : Tidak Nyeri

1. : Merasakan nyeri sangat sedikit dan tidak berfokus ke nyeri yang dirasakan.

2. : Merasakan nyeri ringan dan mulai tidak menyenangkan.

3. : Nyeri lebih terasa, dan masih bisa toleransi, masih bisa berkomunikasi dengan baik.

Nyeri Sedang (Skor 4–6)

4. : Merasakan nyeri yang begitu kuat dan terlihat mendesis.

5. : Merasakan nyeri yang dalam, terlihat meringis dan masih mampu menunjukkan lokasi nyeri.

6. : Merasakan nyeri yang begitu kuat sehingga tidak fokus, berkomunikasi dengan baik namun masih memiliki respon terhadap tindakan.

Nyeri Berat (Skor 7–10)

7. : Merasakan nyeri yang sangat kuat sehingga tidak bisa berkomunikasi dengan baik, tetapi masih memiliki respon terhadap tindakan.

8. : Merasakan nyeri yang sangat kuat sehingga mempengaruhi emosi, tidak dapat mendeskripsikan nyeri yang dirasakan.

9. : Merasakan nyeri yang tidak bisa toleran lagi dan menuntut untuk segera menghilangkan rasa sakit bagaimanapun caranya, dan tidak peduli terhadap efek samping nya.

10. : Merasakan sakit yang tidak terbayangkan, tidak dapat diungkapkan dan berkomunikasi dengan baik, biasanya ada reflek memukul.

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)**PEMBERIAN MINUMAN JAHE MERAH**

Judul penelitian : Perbedaan efektivitas pemberian minuman jahe merah dan coklat hitam terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri di SMP Negeri 16 Pekanbaru

Pengertian	Jahe merah sebagai anti inflamasi dengan cara kerjanya yaitu dapat menghambat kerja enzim didalam siklus siklooksigenase (COX) sehingga dapat menghambat pelepasan enzim tersebut menuju prostaglandin yang menyebabkan terjadinya inflamasi.
Tujuan	Mengurangi nyeri haid
Waktu	2 hari pertama saat menstruasi
Alat dan bahan	1. Bubuk jahe merah satu sendok makan (15 gram) 2. Air hangat 200 cc 3. Cangkir/Gelas 
Persiapan pasien	Informed <i>consent</i> kepada responden tentang pemberian jahe merah
Prosedur	1. Ambil serbuk jahe merah sebanyak satu sendok makan (15 gram) ke dalam gelas/cangkir 2. Tambahkan air sebanyak 200 ml air hangat kedalam gelas/cangkir yang telah disediakan 3. Aduk hingga rata 4. Minuman jahe merah siap dikonsumsi sebanyak 3x sehari
Referensi	(Pratiwi & Mutiara, 2017), (Maharani & Amelia, 2017), (Bingan, E. C. S., 2021)

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)

PEMBERIAN COKLAT HIITAM

Judul penelitian :Perbedaan efektivitas pemberian minuman jahe merah dan coklat hitam terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri di SMP Negeri 16 Pekanbaru

Pengertian	Coklat mengandung magnesium yang digunakan di dalam tubuh untuk mensintesis kolagen dan endorfin. Endorfin merupakan substansi yang dikeluarkan oleh tubuh yang berfungsi menghambat impuls nyeri. Efek langsung magnesium akan memberi tekanan pada pembuluh darah dan akan membantu mengatur masuknya kalsium ke dalam sel otot polos di dalam tubuh sehingga dapat mempengaruhi terjadinya kontraksi, stress dan relaksasi pada otot polos rahim. Pemberian dark chocolate akan memicu pengeluaran endorphin yaitu zat penghantar eksitasi system analgesia otak.
Tujuan	Mengurangi nyeri haid
Waktu	2 hari pertama saat menstruasi
Alat dan bahan	Coklat hitam 72% kakao sebanyak 35 gram 
Persiapan pasien	Informed <i>consent</i> responden tentang pemberian Coklat hitam
Prosedur	1. Coklat hitam diberikan sebanyak 35 gram dalam 72% kakao 2. Coklat hitam dikonsumsi 1 kali sehari
Referensi	(Peach, 2010), (Arfailasufandi, 2015), (Kundaryanti, dkk. 2020), (Febriansyah, dkk. 2021).

MASTER TABEL

**PERBEDAAN EFEKTIVITAS PEMBERIAN MINUMAN JAHE MERAH DAN COKLAT HITAM
TERHADAP INTENSITAS NYERI HAID PADA REMAJA PUTRI
DI SMP NEGERI 16 PEKANBARU**

Nama	Tanggal dan Jam Pemberian Jahe Merah						Skala Nyeri		Selisih	Nama	Tanggal dan Jam Pemberian Coklat Hitam		Skala Nyeri		Selisih
	Hari ke 1			Hari ke 2			Pre test	Post test			Hari ke 1	Hari ke 2	Pre test	Post test	
N. A	09/0 6 14.20	09/0 6 21.16	10/0 6 07.15	10/0 6 14.16	10/0 6 22.08	11/0 6 07.20	7	3	4	Nn.A	10/0 6 15.08	11/0 6 15.00	5	4	1
N. R	11/0 6 14.40	11/0 6 21.20	12/0 6 07.20	12/0 6 14.20	12/0 6 20.02	13/0 6 07.20	5	2	3	Nn.K	10/0 6 16.20	11/0 6 16.18	6	4	2
N.B	11/0 6 14.40	11/0 6 21.20	12/0 6 07.30	12/0 6 14.00	12/0 6 20.00	13/0 6 07.20	5	3	2	Nn.J	16/0 6 14.30	17/0 6 14.30	7	5	2
Nn.A	13/0 6 10.30	13/0 6 18.00	14/0 6 06.20	14/0 6 14.00	14/0 6 22.05	15/0 6 06.30	6	2	4	Nn.K	16/0 6 15.19	17/0 6 15.20	6	5	1
Nn.A	13/0 6 10.30	13/0 6 18.20	14/0 6 06.20	14/0 6 14.20	14/0 6 21.20	15/0 6 07.20	5	3	2	Nn.S	18/0 6 11.30	19/0 6 11.30	5	3	2
Nn.N	17/0 6 16.20	17/0 6 22.00	18/0 6 06.30	18/0 6 14.00	18/0 6 21.30	19/0 6 07.30	7	4	3	Nn.N	18/0 6 11.30	19/0 6 11.35	6	4	2
Nn.A	17/0 6 11.20	17/0 6 19.30	18/0 6 07.40	18/0 6 15.00	18/0 6 22.00	19/0 6 07.20	5	3	2	Nn.R	18/0 6 11.30	19/0 6 11.30	5	3	2
Nn.A	19/0 6 10.40	19/0 6 18.20	20/0 6 06.20	20/0 6 14.40	20/0 6 21.20	21/0 6 07.40	6	2	4	Nn.S	20/0 6 14.20	21/0 6 14.20	6	4	2
Nn.C	22/0 6 15.20	22/0 6 20.00	23/0 6 07.00	23/0 6 14.20	23/0 6 21.00	24/0 6 07.30	5	2	3	Nn.H	21/0 6 10.05	22/0 6 10.00	6	4	2
Nn.N	26/0 6 11.20	26/0 6 19.30	27/0 6 06.30	27/0 6 16.00	27/0 6 22.20	28/0 6 07.00	6	3	3	Nn.Z	24/0 6 17.00	25/0 6 17.06	5	4	1
RATA-RATA							5,7	2,7	3	RATA-RATA			5,7	4	1,7



PEMERINTAH KOTA PEKANBARU
SMP NEGERI 16 KOTA PEKANBARU

Jalan Cempaka, Pulau Karomah, Pekanbaru, Riau 28127
Telp (0761) 26329, Email : smpenambelaspu@gmail.com



No : 420/SMPN16/VI/2026/250
Lamp : -
Hal : Balasan Surat Izin Pra Penelitian

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Kebidanan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau
Pekanbaru

Assalamu'alaikum Wr, Wb

Sehubung dengan surat Nomor : KH.03.01/F.XLIV.1/415/2026 perihal izin Pelaksanaan Penelitian Mahasiswa Fakultas Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau, Maka melalui surat ini kami menyatakan bersedia untuk memberikan izin pelaksanaan penelitian atas :

Nama : **LOLA LEONI SILALAH**
NIM : **P032515301R146**
Mahasiswa : **Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau**
Program Studi : **S1 Kebidanan**
Judul Penelitian : **Perbedaan Efektifitas Pemberian Minuman Jahe Merah Dan Coklat Hitam Terhadap Intensitas Nyeri Haid pada Remaja Putri di SMP Negeri 16**

Demikian surat ini disampaikan, kami ucapkan terimakasih.

Pekanbaru, 09 Juni 2026

Pt. Kepala SMPN 16 Pekanbaru



DEWI YANTI, SE., MH
NIP. 770907 201407 2 002

LEMBAR KONSULTASI PENYUSUNAN PROPOSAL/SKRIPSI

Pembimbing I

Nama : Lola Leoni Silalahi
NIM : P032515301R146
Jurusan/Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
Judul : Perbedaan efektivitas pemberian minuman jahe merah dan coklat hitam terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri di SMP Negeri 16 Pekanbaru

Pembimbing I : Bdn. Fatiyani Alyensi, SST, M.Kes

Pembimbing II : Lailiyana, S.KM. MKM

Kegiatan Konsultasi

No.	Hari/tanggal	Materi Konsultasi	Hasil Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
1	30 juni 2026	Bab V	Perbaikan	
2	2 juli 2026	Bab V - bab VI	Perbaikan Hasil dan Pembahasan	
3	08 juli 2026	Bab V - Bab VI abstrak	Perbaikan kesimpulan	
4	09 juli 2026	Acc ujian	Acc ujian	

5	26 Februari 2026	Revisi bab III bab IV	Perbaikan kerangka konsep dan DO	h
6	27 Februari 2026	Bab IV Metodologi Penelitian	Perbaikan bab IV	h
7	3/3 - 2026	Bab I - Bab IV	ACC Ujian	h
8	6 Agustus 2026	Perbaikan Abstrak	Perbaikan	h
9	10 Agustus 2026	Bab IV - VI	Bab V - VI	h
10	11 Agustus 2026	ACC	< ACC	h

Catatan:

1. Lembar ini harus dibawa dan diisi setiap melakukan konsultasi
2. Lembar ini harus dibawa sewaktu seminar proposal skripsi dan ujian skripsi

Pekanbaru,
Pembimbing Utama

2026



Bdn. Fatiyani Alyensi, SST., M.Kes.
NIP. 198001212008012010

LEMBAR KONSULTASI PENYUSUNAN PROPOSAL/SKRIPSI

Pembimbing II

Nama : Lola Leoni Silalahi
NIM : P032515301R146
Jurusan/Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
Judul : Perbedaan efektivitas pemberian minuman jahe merah dan coklat hitam terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri di SMP Negeri 16 Pekanbaru

Pembimbing I : Bdn. Fatiyani Alyensi, SST, M.Kes

Pembimbing II : Lailiyana, S.KM. MKM

Kegiatan Konsultasi

No.	Hari/tanggal	Materi Konsultasi	Hasil Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
1	13 Februari 2026	Pengajuan judul penelitian	judul penelitian	
2	02 Maret 2026	Bab 1 - bab IV	Revisi Penulisan Bab 1 - bab IV	
3	03 Maret 2026	Revisi Penulisan Bab 1 - bab IV	Daftar pustaka diperbaiki	
4	04 Maret 2026	Bab 1 - bab IV	Acc	

5	10/7 2026	Bab IV - V	Perbaikan spasi dan Penulisan judul tabel	fy
6	13/7 2026	Abstrak Bab IV - V	Acc ujian	fy
7	12/8 2026	Penulisan Bab I - V Abstrak	Acc	fy
8				
9				
10				

Catatan:

1. Lembar ini harus dibawa dan diisi setiap melakukan konsultasi
2. Lembar ini harus dibawa sewaktu seminar proposal skripsi dan ujian skripsi

Pekanbaru, 2026
Pembimbing Pendamping



Lailiyana, SKM. M.K.M.
NIP. 197207111992012001

DOKUMENTASI

PEMBERIAN MINUMAN JAHE MERAH





PEMBERIAN COKLAT HITAM









HASIL UJI SPSS

Case Processing Summary

Kelompok		Cases					
		Valid		Missing		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	Percent
NilaiPretest	Kelompok Jahe Merah	10	100.0%	0	.0%	10	100.0%
	Kelompok Coklat Hitam	10	100.0%	0	.0%	10	100.0%
NilaiPosttest	Kelompok Jahe Merah	10	100.0%	0	.0%	10	100.0%
	Kelompok Coklat Hitam	10	100.0%	0	.0%	10	100.0%
Selisih	Kelompok Jahe Merah	10	100.0%	0	.0%	10	100.0%
	Kelompok Coklat Hitam	10	100.0%	0	.0%	10	100.0%

Descriptives

Kelompok			Statistic	Std. Error
NilaiPretest	Kelompok Jahe Merah	Mean	5.70	.260
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound 5.11	
			Upper Bound 6.29	
		5% Trimmed Mean	5.67	
		Median	5.50	
		Variance	.678	
		Std. Deviation	.823	
		Minimum	5	
		Maximum	7	
		Range	2	
		Interquartile Range	1	
		Skewness	.687	.687
		Kurtosis	-1.043	1.334
	Kelompok Coklat Hitam	Mean	5.70	.213
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound 5.22	
			Upper Bound 6.18	
		5% Trimmed Mean	5.67	
		Median	6.00	
		Variance	.456	
		Std. Deviation	.675	
		Minimum	5	
		Maximum	7	
		Range	2	
		Interquartile Range	1	
		Skewness	.434	.687
		Kurtosis	-.283	1.334
NilaiPosttest	Kelompok Jahe Merah	Mean	2.70	.213
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound 2.22	
			Upper Bound 3.18	
		5% Trimmed Mean	2.67	

			Median	3.00	
			Variance	.456	
			Std. Deviation	.675	
			Minimum	2	
			Maximum	4	
			Range	2	
			Interquartile Range	1	
			Skewness	.434	.687
			Kurtosis	-.283	1.334
Kelompok Coklat Hitam	Mean			4.00	.211
	95% Confidence Interval for		Lower Bound	3.52	
	Mean		Upper Bound	4.48	
	5% Trimmed Mean			4.00	
	Median			4.00	
	Variance			.444	
	Std. Deviation			.667	
	Minimum			3	
	Maximum			5	
	Range			2	
	Interquartile Range			0	
	Skewness			.000	.687
	Kurtosis			.080	1.334
Selisih Kelompok Jahe Merah	Mean			3.00	.258
	95% Confidence Interval for		Lower Bound	2.42	
	Mean		Upper Bound	3.58	
	5% Trimmed Mean			3.00	
	Median			3.00	
	Variance			.667	
	Std. Deviation			.816	
	Minimum			2	
	Maximum			4	
	Range			2	
	Interquartile Range			2	
	Skewness			.000	.687

	Kurtosis	-1.393	1.334
Kelompok Coklat Hitam	Mean	1.70	.153
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	1.35
		Upper Bound	2.05
	5% Trimmed Mean	1.72	
	Median	2.00	
	Variance	.233	
	Std. Deviation	.483	
	Minimum	1	
	Maximum	2	
	Range	1	
	Interquartile Range	1	
	Skewness	-1.035	.687
	Kurtosis	-1.224	1.334

Uji Normalitas

Tests of Normality							
Kelompok		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
NilaiPretest	Kelompok Jahe Merah	.302	10	.010	.781	10	.008
	Kelompok Coklat Hitam	.272	10	.035	.802	10	.015
NilaiPosttest	Kelompok Jahe Merah	.272	10	.035	.802	10	.015
	Kelompok Coklat Hitam	.300	10	.011	.815	10	.022
Selisih	Kelompok Jahe Merah	.200	10	.200*	.832	10	.035
	Kelompok Coklat Hitam	.433	10	.000	.594	10	.000

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variance					
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
NilaiPretest	Based on Mean	.815	1	18	.379
	Based on Median	.878	1	18	.361
	Based on Median and with adjusted df	.878	1	17.173	.362
	Based on trimmed mean	.758	1	18	.395
NilaiPosttest	Based on Mean	.685	1	18	.419
	Based on Median	.184	1	18	.673
	Based on Median and with adjusted df	.184	1	17.993	.673
	Based on trimmed mean	.758	1	18	.396
Selisih	Based on Mean	1.066	1	18	.316
	Based on Median	1.800	1	18	.196
	Based on Median and with adjusted df	1.800	1	17.920	.196
	Based on trimmed mean	1.141	1	18	.300

Uji Mann Whitney

		Ranks		
Kelompok		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Selisih	Kelompok Jahe Merah	10	14.45	144.50
	Kelompok Coklat Hitam	10	6.55	65.50
	Total	20		

Test Statistics ^b	
	Selisih
Mann-Whitney U	10.500
Wilcoxon W	65.500
Z	-3.215
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.002 ^a

a. Not corrected for ties.

b. Grouping Variable: Kelompok