

**Prodi Kebidanan Program Sarjana dan Prodi Pendidikan Profesi Program Profesi  
STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang  
Padang, Agustus 2023  
Astri Lawegi**

**Efektifitas Pemberian Jus Wortel Untuk Mengurangi Nyeri Dismenore Pada  
Remaja Putri Di MTsN 06 Kota Padang**

xvii + 88 Halaman + 12 Tabel + 6 Gambar + 15 Lampiran

### **ABSTRAK**

Dismenore merupakan nyeri haid yang terjadi karena ketidak-seimbangan hormone prostaglandin, sehingga mengganggu aktifitas sehari-hari. Konsumsi jus wortel merupakan salah satu penanganan dismenore secara nonfarmakologi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya efek pemberian jus wortel terhadap penurunan skala nyeri dismenore pada remaja putri di MTsN 06 Kota Padang.

Desain penelitian menggunakan *quasi eksperiment* dengan rancangan penelitian *non randomized control group pre-test dan post-test design*. Populasi adalah seluruh siswi kelas VIII yang mengalami nyeri haid dengan minimal skala nyeri 5, teknik pengumpulan data menggunakan *Simple Random Sampling*. Pengumpulan data dilakukan tanggal 29 Mei-20 Juli 2023. Variabel independen jus wortel, dependen nyeri dismenore. Analisis data dengan *Uji Paired Sampel T-Test* dan *T- Test Independent*.

Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan nilai rerata skala nyeri dismenore kelompok kontrol sebelum (7,20) dan setelah (6,90) dengan  $p$ -value 0,010 (< 0,05). Pada kelompok intervensi sebelum (7,20,) setelah (5,35) dengan  $p$ -value 0,000 (< 0,05) diberikan jus wortel.

Kesimpulan didapatkan ada efektifitas pemberian jus wortel untuk mengurangi nyeri dismenore pada remaja putri di MTsN 06 Kota Padang. Di sarankan kepada remaja putri untuk mengkonsumsi jus wortel saat mengalami nyeri haid.

**Kata Kunci : Skala Nyeri, Dismenore, Jus Wortel  
Daftar bacaan : 37 (2013-2023)**

**Midwifery Study Program Undergraduate Program and Professional Education  
Study Program Professional Program STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang**

**Padang, August 2023**

**Astrik Lawegi**

**The Effectiveness of Giving Carrot Juice to Reduce Dysmenorrhea Pain in Young  
Women at MTsN 06 Padang City**

**xvii + 88 Pages + 12 Tables + 6 Figures + 15 Appendices**

### **ABSTRACT**

*Dysmenorrhea is menstrual pain that occurs due to an imbalance of the prostaglandin hormone, thus interfering with daily activities. Consumption of carrot juice is a non-pharmacological treatment of dysmenorrhea. The purpose of this study was to determine the effect of giving carrot juice on a decrease in dysmenorrhea pain scale in young women at MTsN 06 Padang City.*

*The research design used a quasi-experimental design with a non-randomized control group pre-test and post-test design. The population is all class VIII students who experience menstrual pain with a minimum pain scale of 5. The data collection technique uses Simple Random Sampling. Data collection was carried out May 29-July 20 2023. Carrot juice independent variable, dysmenorrhea pain dependent variable. Data analysis with Paired Sample T-Test and Independent T-Test.*

*The results showed that there was a difference in the mean value of the dysmenorrhea pain scale in the control group before (7.20) and after (6.90) with a  $p$ -value of 0.010 ( $<0.05$ ). In the intervention group before (7.20,) after (5.35) with a  $p$ -value of 0.000 ( $<0.05$ ) carrot juice was given.*

*The conclusion was that there was effectiveness of giving carrot juice to reduce dysmenorrhea pain in young women at MTsN 06 Padang City. It is recommended for young women to consume carrot juice when experiencing menstrual pain.*

*Keywords: Pain Scale, Dysmenorrhea, Carrot Juice*

*Reading list : 37 (2013-2023)*