

DAFTAR PUSTAKA

- Alhara Yuwanda, Aanugrah B.A, Budiastuti F. .. 2023. “Kayu Manis (Cinnamomum Burmannii (Nees & T. Nees) Blume): Review Tentang Botani, Penggunaan Tradisional, Kandungan Senyawa Kimia, Dan Farmakologi.” 1(1):17–22. doi: 10.70608/3mk0s904.
- Amarullah, Sayyid Syauqas, Aldika Saputra, Devi Sartika Marni, and Putri Athirah. 2023. “Pemanfaatan Produk Lokal Berbasis Minyak Serai Wangi (Cymbopogon Nardus (1) Rendle) Dalam Rangka Peningkatan Kapasitas Ekonomi Masyarakat Desa Pantan Reduk.” 1(7):956–63.
- Armour, M., Parry, K., Al-Dabbas, M., Curry, C., Holmes, K., MacMillan, F., Ferfolja, T., & Smith, C. A. (2023). Self-care strategies and risk factors for primary dysmenorrhea: An updated evidence review. *BMC Women's Health*, 23, Article 414.
- Chen, C., Wang, Y., Li, X., et al. (2024). Risk factors and biopsychosocial mechanisms associated with primary dysmenorrhea: A systematic review. *Frontiers in Medicine*, 11, 1381205.
- Bunga Tiara Carolin, Suprihatin, Lutfiatun, Shinta Novelia. 2023. “Pengaruh Ekstrak Kayu Manis (Cinnammomum Lauraceae) Terhadap Dismenorea Pada Siswi Kelas Ix.” 6(1):70–76.
- Estu Nur Hidayat. 2023. Pengaruh Stres Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Di Sman 1 Prambanan Sleman.
- Faridah, Ida, Ridha Auliasyfa Nabillah, and A. Y. G. Wibisono. 2025. “Tinjauan Literatur : Hubungan Kebiasaan Olahraga Dengan Tingkat Dismenorea Primer Pada Remaja Putri.” 6(2):296–306.
- Haerani, Sri Ningsih, Ulfa Dillah, e. t. a. 2020. “Deskripsi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenorea Di Kelurahan Benjara Kecamatan Bontobahari Kabupaten Bulukumba.” 2(2):81–90.
- Kemenkes RI, Kemenkes RI. (2021). Buku Kesehatan Reproduksi Remaja.
- Salsabila. 2022. “Hubungan Tingkat Stres Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Dismenorea Pada Mahasiswi Tingkat Akhir Di Stikes Hang Tuah Surabaya.”mi, Inta Nur, Fitry Filianty, and Vira Putri Yarlina. 2021. “Sediaan Kayu Manis (Cinnamomum Sp .) Sebagai Minuman Fungsional Antidiabetes : Kajian Literatur.” 31–59.
- Lestari, Ayu, and Dewi Rokhanawati. 2024. “Health Education Affects Knowledge in the Management of Dysmenorrhea in Adolescent Girls.” 6(1):17–25.

- Maharianingsih, Ni Made, Ni Made, and Dewi Poruwati. 2021. "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Kayu Manis Terhadap Intensitas Nyeri Dismenorea Primer Pada Remaja The Effect of Cinnamon Aromatherapy on The Intensity of Primary Dysmenorrhea Pain in Adolescents." 7(1):55–61.
- Mochtar, Fadhil, Dimas Kusnugroho, and Bonardo Pardede. 2024. "Pengkajian Dan Manajemen Nyeri Pasien Sakit Kritis Di Intensive."
- Nala, Ayu, El Muna, and Haura Fatona Chairunnisa. 2022. "Essential Oil Constituents and Pharmacognostic Evaluation of Java Citronella (Cymbopogon Winterianus) Stem from Bandung , West Java , Indonesia." 10(2020):1338–46.
- Noveri Aisyaroh, Isna Hudaya, Shinta Safitri. 2022. "Faktor Yang Menyebabkan Dismenorea Pada Remaja." 3(11).
- Nur Maslahah, Hera Nurhayati. 2023. "Kandungan Senyawa Bioaktif Dan Kegunaan Tanaman Kayu Manis (Cinnamomum Burmannii)." 1(3):5–7.
- Nurdewi Sulymbona. 2024. "Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Sikap Dalam Menghadapi Dismenorea Pada Remaja Putri Di Kelas X SMA N 1 Salem Kabupaten Brebes." 2(1):10–18. doi: 10.58184/miki.v2i1.214.
- P, Ginong, R.M Nanxy, S. Dedi. 2020. "Perbandingan Interpretasi Skala Nyeri Antara Nrs-VaS-Wbfs Oleh Pasien Pasca Operasi Elektif Orthopedi Di RSUD Dr.Soetomo." 8(3):447–63.
- Puspita, Devi Andra, Hadi Purwanto, Poltekkes Kemenkes Surabaya, and Penanganan Dismenorea. 2022. "Gambaran Pengetahuan Dan Penanganan Dismenorea Pada Remaja Putri Di Desa Ngrayung Kecamatan Plumpang Kabupaten Tuban." 6(2):22–32.
- Putu Nita Irlayanti. 2024. "Efektivitas Bantal Hangat Elektrik Dan Kompres Hangat Terhadap Nyeri Dismenorea Pada Siswi Di Sma Negeri 5 Palangka Raya."
- Rici Gusti, Ridni Husnah, Tinta Julianawati, Lim Susan. 2025. "Pengaruh Pemberian Minuman Herbal Kayu Manis (Cinnamomum Zeylanicum)." 8:423–27.
- Robinson, C. L., Phung, A., Dominguez, M., et al. (2024). *Pain scales: What are they and what do they mean*. Current Pain and Headache Reports, 28(1), 11–25.
- Santi Tamara Hutapea. 2024. "Gambaran Sikap Penanganan Dismenorea Pada Remaja Puteri Di Sma Swasta St. Petrus Medan Tahun 2024 Oleh:"

- Sentia, Sahli, Sri Nengsi Destriani, Kurnia Dewiani, Neng Kurniati, and Universitas Bengkulu. 2025. "Dismenorea Pada Remaja Putri Di Sekolah Menengah Atas." 6(1):8–17.
- Settiyana. 2023. Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Tentang Dismenorea Pada Remaja Putri Di Smpn 8 Palangka Raya.
- Situmorang, Herbert, Reynardi Larope Sutanto, Kevin Tjoa, Rivaldo Rivaldo, and Michael Adrian. 2024. "Prevalence and Risk Factors of Primary Dysmenorrhoea among Medical Students: A Cross-Sectional Survey in Indonesia." *BMJ Open* 14(10). doi: 10.1136/bmjopen-2024-086052.
- Syamsudi, Nur Anindya, Noor Rohmah Mayasari, and Lini Anisfatus Solihah. 2024. "Stress, Physical Activity, and Dietary Intake Are Associated With Dysmenorrhea Among Female Students." *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal* 8(3):289–99. doi: 10.20473/imhsj.v8i3.2024.289-299.
- Taylor, H., & Lord, J. (2026). An update on primary dysmenorrhoea: What's new? *Obstetrics, Gynaecology & Reproductive Medicine*.
- Zhang, Y., et al. (2026). Endogenous mediators in regulating primary dysmenorrhea. *Frontiers in Cell and Developmental Biology*.
- Zeny Fatmawati, Elis Fatmawati. 2021. "Jus Remakuda (Sereh, Kurma, Air Kelapa Muda) Terhadap Penurunan Intensitas Dismenorea Pada Remaja Remakuda." 8(2):110–16.

L

A

M

P

I

R

A

N

Lampiran 1

Perihal : Permohonan menjadi Responden Bengkulu, Januari 2026

Kepada Yth

Bapak/Ibu/Saudara/i.....

Di

Tempat

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bengkulu, yang saat ini sedang melaksanakan penelitian sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Strata Satu (S1). Sehubungan dengan hal tersebut, saya bermaksud mengadakan penelitian yang berjudul “Efektivitas Konsumsi Minuman Serai (*Cymbopogon Citratus*) Dan Kayu Manis (*Cinnamomum Verum*) Terhadap Nyeri Dismenorea Pada Remaja Di Desa Sari Mulyo Kabupaten Seluma.” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konsumsi minuman serai dan kayu manis dalam mengurangi nyeri *Dismenorea* pada remaja. Penelitian ini tidak akan menimbulkan dampak negatif atau merugikan bagi saudara sebagai responden. Seluruh data dan informasi yang diberikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Apabila saudara bersedia menjadi responden, saya mohon kesediaannya untuk mengikuti seluruh rangkaian penelitian dan mengisi kuesioner yang telah disediakan.

Atas perhatian dan kerja sama saudara, saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya

Lina Dwi Ayu Lestari
NPM 2214201088

Lampiran 2

Lembar *Informed Consent*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Dengan ini menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian yang berjudul “Efektifitas Konsumsi Minuman Serai (*Cymbopogon Citratus*) Dan Kayu Manis (*Cinnamomum Verum*) Terhadap Nyeri Dismenorea Pada Remaja Di Desa Sari Mulyo Kabupaten Seluma.” Saya telah mendapatkan penjelasan mengenai tujuan, prosedur, manfaat, serta kemungkinan ketidaknyamanan yang dapat terjadi selama penelitian. Saya memahami bahwa partisipasi saya bersifat sukarela dan saya berhak mengundurkan diri kapan saja tanpa adanya konsekuensi apa pun. Seluruh informasi yang saya berikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sadar dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.

Bengkulu, Januari 2026

(.....)

Lampiran 3

EFEKTIVITAS KONSUMSI MINUMAN SERAI (*CYMBOPOGON CITRATUS*) DAN KAYU MANIS (*CINNAMONUM VERUM*) TERHADAP NYERI DISMENOREA PADA REMAJA DI DESA SARI MULYO KABUPATEN SELUMA

Petunjuk Pengisian:

1. Lembar diisi oleh responden
2. Berilah tanda cek list (✓) pada kotak yang telah disediakan
3. Apabila kurang jelas saudara berhak bertanya kepada peneliti
4. Mohon diteliti ulang agar tidak ada pertanyaan yang terlewatkan

DATA DEMOGRAFI

No Responden :

Usia : Tahun

Pendidikan Terakhir:

- ☐ SMP
- ☐ SMA/SMK
- ☐ Perguruan Tinggi

Usia *Menarche* (Haid Pertama):

- ☐ < 12 tahun
- ☐ 12–13 tahun
- ☐ > 19 tahun

Siklus Dismenorea :

- ☐ Teratur
- ☐ Tidak Teratur

Lama Dismenorea :

- ☐ < 5 hari

☐ 5–7 hari

☐ > 7 hari

Kelompok Intervensi:

☐ Serai

☐ Kayu Manis

Riwayat Penanganan Nyeri

Cara mengatasi nyeri haid

☐ Istirahat

☐ Obat pereda nyeri

☐ Minuman herbal

☐ Lainnya: _____

Pernah mengonsumsi minuman herbal sebelumnya

☐ Ya

☐ Tidak

Nilai tingkat nyeri Dismenorea yang dirasakan dengan memberi angka 0–10.

Skala	Keterangan
0	Tidak nyeri
1–3	Nyeri ringan
4–6	Nyeri sedang
7–10	Nyeri berat

Skor nyeri yang dirasakan saat Dismenorea :

Skala :

Lampiran 4

Standar Operasional Prosedur (SOP) Pemberian Minuman Serai

		STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) PEMBERIAN MINUMAN SERAI
1	Pengertian	Minuman serai adalah terapi nonfarmakologis berupa minuman herbal yang dibuat dari rebusan batang serai (<i>Cymbopogon citratus</i>) yang mengandung senyawa sitral dan flavonoid bersifat analgesik dan antispasmodik untuk membantu menurunkan nyeri Dismenorea.
2	Tujuan	1. Menurunkan intensitas nyeri Dismenorea. 2. Merelaksasi otot rahim. 3. Meningkatkan kenyamanan remaja saat Dismenorea 4. Sebagai alternatif terapi nonfarmakologis.
3	Indikasi	Remaja putri usia 10–19 tahun yang mengalami nyeri Dismenorea pada hari pertama dan kedua Dismenorea
4	Persiapan Responden	1. Menjelaskan tujuan dan prosedur intervensi. 2. Meminta persetujuan responden. 3. Responden mengisi kuesioner skala nyeri NRS (pre-test).
5	Persiapan Alat & Bahan	1. Serai $\pm$ 2 batang ($\pm$10 gram). 2. Air 350 ml. 3. Panci dan kompor. 4. Gelas minum. 5. Stopwatch. 6. Lembar kuesioner NRS.
6	Tahap Orientasi	1. Memberi salam terapeutik. 2. Memperkenalkan diri. 3. Memvalidasi identitas responden. 4. Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan.
7	Tahap Kerja	1. Merebus serai dalam 350 ml air selama $\pm$10 menit. 2. Menyaring dan mendinginkan hingga hangat. 3. Responden mengisi NRS (pre-test). 4. Memberikan minuman serai hingga habis. 5. Dilakukan 2 kali sehari pada hari pertama dan kedua Dismenorea.

		6. Responden mengisi NRS (post-test).
8	Tahap Evaluasi	1. Mengevaluasi respon dan kenyamanan responden. 2. Mendokumentasikan hasil nyeri. 3. Memberikan edukasi singkat. 4. Salam terapeutik dan hand hygiene.
Sumber : (Santi Tamara Hutapea, 2024)		

Lampiran 5

Standar Operasional Prosedur (SOP) Pemberian Minuman Kayu Manis

		STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) PEMBERIAN MINUMAN KAYU MANIS
1	Pengertian	Minuman Kayu Manis Adalah terapi nonfarmakologis berupa minuman herbal yang dibuat dari rebusan kayu manis untuk membantu menurunkan nyeri Dismenorea.
2	Tujuan	1. Menurunkan intensitas nyeri Dismenorea. 2. Merelaksasi otot rahim. 3. Meningkatkan kenyamanan remaja saat Dismenorea. 4. Sebagai alternatif terapi nonfarmakologis.
3	Indikasi	Remaja putri usia 10–19 tahun yang mengalami nyeri Dismenorea pada hari pertama dan kedua Dismenorea.
4	Persiapan Responden	1. Menjelaskan tujuan dan prosedur intervensi. 2. Meminta persetujuan responden. 3. Responden mengisi kuesioner skala nyeri NRS (pre-test).
5	Persiapan Alat & Bahan	1. Kayu Manis (± 3 cm) atau (± 10 gram). 2. Air 350 ml. 3. Panci dan kompor. 4. Gelas minum. 5. Stopwatch. 6. Lembar kuesioner NRS.
6	Tahap Orientasi	1. Memberi salam terapeutik. 2. Memperkenalkan diri. 3. Memvalidasi identitas responden. 4. Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan.
7	Tahap Kerja	1. Merebus kayu manis 3 cm selama ± 10 menit. 2. Menyaring dan mendinginkan hingga hangat. 3. Responden mengisi NRS (pre-test). 4. Memberikan minuman kayu manis hingga habis. 5. Dilakukan 2 kali sehari pada hari pertama dan kedua Dismenorea .

		6. Responden mengisi NRS (post-test).
8	Tahap Evaluasi	1. Mengevaluasi respon dan kenyamanan responden. 2. Mendokumentasikan hasil nyeri. 3. Memberikan edukasi singkat. 4. Salam terapeutik dan hand hygiene.
Sumber : (Hanina Salsabila, 2022)		

Lampiran 6

Kuesioner Intensitas Nyeri Dismenorea

(*Numeric Rating Scale / NRS*)

Petunjuk:

Nilai tingkat nyeri Dismenorea yang dirasakan dengan memberi angka 0–10.

Skala	Keterangan
0	Tidak nyeri
1–3	Nyeri ringan
4–6	Nyeri sedang
7–10	Nyeri berat

Skor nyeri yang dirasakan saat Dismenorea :

Skala :

Keterangan :

Pengukuran nyeri *numeric rating scale* (NRS), dalam pengukuran ini diberikan skala 0-10 untuk menggambarkan keparahan nyeri. Angka 0 berarti klien tidak merasakan nyeri, angka 1-3 berarti nyeri ringan, angka 4-6 berarti nyeri sedang, angka 7-10 berarti nyeri berat. Skala ini efektif digunakan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapeutik.

0 : Tidak ada rasa nyeri/normal

1 : Nyeri hamper tidak terasa (sangat ringan) seperti gigitan nyamuk.

2 : Tidak menyenangkan (nyeri ringan) seperti dicubit

3 : Bisa ditoleransi (nyeri sangat terasa) seperti ditonjok bagian wajah atau disuntik

4 : Menyedihkan (kuat, nyeri yang dalam) seperti sakit gigi dan nyeri disengat tawon

5 : Sangat menyedihkan (kuat, nyeri yang dalam) seperti terkili, keseleo

6 : Intens (kuat, dalam, nyeri yang menusuk begitu kuat sehingga tampaknya mempengaruhi salah satu panca indra) menyebabkan tidak fokus dan komunikasi terganggu.

7 : Sangat intens (kuat, dalam nyeri yang menusuk begitu kuat) dan merasakan rasa nyeri yang sangat menominasi indra si penderita yang menyebabkan tidak bisa berkomunikasi dengan baik dan tidak mampu melakukan perawatan diri.

8 : Benar-benar mengerikan (nyeri yang begitu kuat) sehingga si penderita tidak dapat berfikir jernih, dan sering mengalami perubahan kepribadian yang parah jika nyeri datang dan berlangsung lam.

9 : Menyiksa tak tahan (nyeri yang begitu kuat) sehingga si penderita tidak bisa mentoleransinya dan ingin segera menghilangkan nyerinya bagaimana caranya tanpa peduli dngan efek samping atau resikonya.

10 : Sakit yang tidak terbayangkan tidak dapat diungkapkan (nyeri begitu kuat tidak sadarkan diri) biasanya pada skala ini si penderita tidak lagi merasakan nyeri karena sudah tidak sadarkan diri akibat rasa nyeri yang sangat luar biasa seperti pada kasus kecelakaan parah, multi fraktur.

Sumber: (freny r mbaloto, 2025)

Lampiran 7

Lembar Observasi Pemberian Minuman Herbal

Kelompok Perlakuan:

☐ Minuman Serai

☐ Minuman Kayu Manis

Tanggal pemberian :

Waktu pemberian :

Skala nyeri sebelum intervensi :

Skala nyeri setelah intervensi :

Catatan

tambahan:

(.....)

Lampiran 8 Lembar observasi kayu manis

NO	RESPONDEN	USIA	HARI PERTAMA				HARI KEDUA			
			PRE 1	POST 1	PRE 2	POST 2	PRE 1	POST 1	PRE 2	POST 2
1.	B	19Thn	3	2	2	1	0	0	0	0
2.	D	18Thn	6	4	4	2	4	3	0	0
3.	F	19Thn	4	2	2	2	3	2	0	0
4.	N	18Thn	4	3	3	1	0	0	0	0
5.	I	15Thn	4	3	3	3	1	0	0	0
6.	L	19Thn	9	7	7	6	4	3	2	1
7.	S	15Thn	6	5	4	3	3	2	0	0
8.	E	17Thn	3	2	2	1	0	0	0	0
9.	D	19Thn	3	3	3	2	2	1	0	0
10.	O	16Thn	6	4	3	2	2	1	0	0
11.	C	17Thn	4	3	3	2	1	0	0	0
12.	S	19Thn	4	3	2	1	0	0	0	0
13.	A	19Thn	7	6	4	3	2	1	0	0
14.	P	17Thn	4	4	3	2	2	1	0	0
15.	O	17Thn	7	6	4	3	3	2	1	0

Lampiran 9 Lembar observasi serai

NO	RESPONDEN	USIA	HARI PERTAMA				HARI KEDUA			
			PRE 1	POST 1	PRE 2	POST 2	PRE 1	POST 1	PRE 2	POST 2
1.	N	14Thn	3	3	2	1	0	0	0	0
2.	M	19Thn	6	4	3	3	2	1	0	0
3.	A	12Thn	4	3	3	1	0	0	0	0
4.	E	14Thn	5	4	4	3	2	1	0	0
5.	M	13Thn	6	4	3	2	3	1	0	0
6.	M	19Thn	7	6	4	3	2	1	0	0
7.	S	17Thn	4	3	3	2	2	1	0	0
8.	A	14Thn	6	4	4	3	2	1	0	0
9.	C	19Thn	8	6	6	4	3	2	2	1
10.	A	18Thn	4	3	4	2	2	1	0	0
11.	S	18Thn	4	3	2	2	3	1	1	0
12.	F	19Thn	3	3	3	2	2	1	0	0
13.	N	18Thn	6	5	4	3	3	2	2	0
14.	Y	19Thn	6	4	4	3	4	3	2	1
15.	A	17Thn	9	7	7	6	6	4	2	0

Lampiran 10 SK pembimbing



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU FAKULTAS ILMU KESEHATAN

● Kampus IV, Jl. Adam Malik KM 8.5, Sido Mulyo, Gading Cempaka, Kota Bengkulu, 38221
● fikes-ners.umb.ac.id (0736) 22765
● fikes@umb.ac.id (0736) 26161

SURAT KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU Nomor : 067a/KEP/DF.05/II.3.AU/2025

TENTANG PENUNJUKAN PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU

Bismillahirrahmanirrahim

DEKAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU

- Menimbang : 1. Bahwa Skripsi pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan adalah merupakan kegiatan kurikulum yang harus dilaksanakan
2. Bahwa untuk kelancaran pelaksanaan Skripsi tersebut perlu penunjukan Dosen Pembimbing
- Mengingat : 3. Bahwa untuk penunjukan Dosen Pembimbing ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan
1. Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional
2. Undang-Undang Nomor 12 tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi
3. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2014 tentang penyelenggaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi
4. Kepmendiknas Nomor 232/U/2000 tentang Pedoman Penyusunan Kurikulum Perguruan Tinggi dan Penilaian Hasil Belajar Mahasiswa
5. Kepmendiknas Nomor 234/U/2000 tentang Pedoman Pendirian Perguruan Tinggi
6. Peraturan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan tinggi Nomor 44 Tahun 2015 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi
7. Pedoman Pimpinan Pusat Muhammadiyah Nomor 02/PED/1.0/B/2012 Tentang Perguruan Tinggi Muhammadiyah
8. Statuta Universitas Muhammadiyah Bengkulu

MEMUTUSKAN

Menetapkan :
Pertama : Menunjuk Pembimbing Skripsi Fakultas Ilmu Kesehatan yang namanya tercantum dibawah ini :

Nama	Program Studi	Judul	Pembimbing
Lina Dwi Ayu Lestari 2214201088	Ilmu Keperawatan	Manajemen Nyeri Dismenore Pada Remaja Dengan Membandingkan Konsumsi Minuman Serai Dan Kayu Manis Di Wilayah Desa Sarimulyo	Ns. Leni Rozani S. Kep., M.kep

- Kedua : Kepada Pembimbing diberi hak penuh untuk merubah/merevisi kerangka Skripsi dengan sepengetahuan fakultas
- Ketiga : Pembimbing diberikan honorarium sesuai dengan ketentuan yang berlaku
- Keempat : Lamanya waktu bimbingan Skripsi adalah 1 (satu) tahun terhitung mulai tanggal ditetapkan
- Kelima : Mahasiswa yang tidak menyelesaikan skripsinya selama waktu yang dimaksud dalam diktum keempat diatas maka Skripsinya dianggap batal
- Keenam : Mahasiswa yang skripsinya dinyatakan batal maka yang bersangkutan harus mengajukan judul baru kepada Ketua Program Studi dengan melengkapi persyaratan administrasi dan keuangan yang baru
- Ketujuh : Keputusan ini berlaku sejak tanggal dan apabila terdapat kekeliruan dalam keputusan ini akan diperbaiki sebagaimana mestinya.

Tembusan Yth. :

1. LLDIKTI Wilayah II
2. Rektor UM Bengkulu
3. Bendahara UM Bengkulu
4. Mahasiswa yang bersangkutan

DITETAPKAN DI : BENGKULU
PADA TANGGAL : 20 Mei 2025
Dekan,

Dr. Eva Oktavidiati, M.Si
NIP. 19681005 199402 2 002



Lampiran 11 Surat izin penelitian KESBANGPOL

 PEMERINTAH KABUPATEN SELUMA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU Jalan Raya Bengkulu-Manna, Km. 58 Simpang Enam - Telp 0735-7391372 Kode Pos 38576 Provinsi Bengkulu	
IZIN PENELITIAN Nomor : 21/45/DPMTSP-II/IV/2026	
Dasar	: a. bahwa berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Nomor 53 Tahun 2023 tentang Penjaminan Mutu Pendidikan Tinggi. b. bahwa berdasarkan Peraturan Bupati Seluma Nomor 57 Tahun 2021 tentang pendelegasian wewenang pelayanan perizinan berusaha dan perizinan non berusaha kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu satu Pintu Kabupaten Seluma. c. bahwa Berdasarkan surat dari Universitas Muhammadiyah Bengkulu Nomor : 613-IP/DF.05/II.3.AU/C/2026, Hal : Permohonan Izin Penelitian Tanggal: 14 April 2026
Memperhatikan	: Rekomendasi Plt. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Seluma Dengan Nomor : 200.1.2.46 KESBANGPOL IV 2026 Tanggal 15 April 2026.
DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA	
Nama/NPM	: LINA DWI AYU LESTARI/2214201088
Pekerjaan	: MAHASISWA
Fakultas/Prodi	: ILMU KEPERAWATAN
Judul Penelitian	: EFEKTIVITAS KONSUMSI MINUMAN SERAI (CYMBOPOGON CITRATUS) DAN KAYU MANIS (CINNAMOMUM VERUM) TERHADAP NYERI DISMENOREA PADA REMAJA DI DESA SARI MULYO KABUPATEN SELUMA
Daerah Penelitian	: Desa Sari Mulyo Kabupaten Seluma
Waktu Penelitian	: 15 April 2026 S/D 15 Mei 2026
Penanggung Jawab	: Ns. Liza Fitri Lina, S.Kep., M. Kep
Dengan Ketentuan	: Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud. : Harus mentaati peraturan dan perundang - undangan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat. : Apabila masa berlaku surat keterangan penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaannya belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan keterangan penelitian. : Surat keterangan penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut di atas.
TIDAK DIPUNGUT BIAYA Dikeluarkan di : Tais Pada tanggal : 20 April 2026 PLT.KEPALA MUSYADI, Ma. Pa. S.Pd., M.A.P NID 19720330 199304 1 001	

Lampiran 12 Surat izin penelitian DINKES Kabupaten Seluma



PEMERINTAH DAERAH KABUPATEN SELUMA
DINAS KESEHATAN

Jalan Soekarno-Hatta Nomor 2 Pematang Aur, Seluma, Bengkulu
Telepon. (0736) 91260 Kode Pos 38576 Laman <http://Dinkes kesehatan.Selumakab.go.id>
Pos-el Officialdinkesseluma@gmail.com

SURAT IZIN PENELITIAN

NOMOR : 400.7/357/YAN03-DKS/TV/2026

1. Menindaklanjuti Surat dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik (KESBANGPOL)
Nomor : 200.1.2_46_BIDANG WASBANG_IV_2026 tanggal 15 April 2026 dan
Universitas Muhammadiyah Bengkulu Nomor: 613-IP/DF.05/II.3.AU/C/2026 Tanggal
14 April 2026 Perihal Izin Penelitian di Wilayah Kabupaten Seluma, atas nama:

Nama : Lina Dwi Ayu Lestari
NPM : 2214201088
Fakultas/ Prodi : Ilmu Keperawatan
Universitas : Universitas Muhammadiyah Bengkulu
Penelitian : *"Efektivitas Konsumsi Minuman Serai (Cymbopogon Citratus)
dan Kayu Manis (Cinnamomum Verum) Terhadap Nyeri
Dismenorea Pada Remaja di Desa Sari Mulyo Kabupaten
Seluma"*

Waktu Penelitian : 15 April 2026 s/d 15 Mei 2026

2. Pada prinsipnya Dinas Kesehatan Kabupaten Seluma, tidak keberatan dan memberikan izin diadakan penelitian dimaksud dengan ketentuan:
- Sebelum melakukan penelitian harus melapor kepada Puskesmas Cahaya Negeri
 - Harus mentaati perundang-undangan yang berlaku
 - Selesai melakukan penelitian agar melaporkan/ menyampaikan hasil penelitian kepada Dinas Kesehatan Kabupaten Seluma

Demikian surat izin penelitian ini di keluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tais, 20 April 2026
Plt KEPALA DINAS
KESEHATAN,



Sri Yulia Ningsih, S.ST
Pembina Utama Muda/TV.c
NIP. 198907162011012003

Lampiran 13 Surat izin penelitian Kantor Kepala Desa



**PEMERINTAH KABUPATEN SELUMA
KECAMATAN SUKARAJA
DESA SARI MULYO**

Jalan PNPM Dusun Mekar Sari, Desa Sari Mulyo, Sukaraja, Seluma, Bengkulu
Telpon 0822 7964 1123 Kode Pos 38877 E-mail desasarimulvomaiu@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 166 / S.Ket/ SM/ IV/ 2026

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Desa Sari Mulyo Kecamatan Sukaraja Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu, dengan ini menerangkan bahwa :

Nama	: LINA DWI AYU LESTARI
NIM/ NPM	: 2214201088
Jurusan/ Program Study	: Ilmu Keperawatan
Universitas	: UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
Pengikut	: Tidak Ada

Berdasar Surat Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu Nomor : 613.IP/DF.05/II.3.AU/C/2026 tanggal 14 April 2026 perihal Permohonan Izin Penelitian.

Bahwa kami Pemerintah Desa Sari Mulyo memberikan izin kepada yang tersebut diatas untuk melaksanakan penelitian. Adapun Orang tersebut di atas akan melaksanakan Penelitian/ Survey Skripsi tentang **"Efektivita Konsumsi Minuman Serai (*Cymbopogon Citratus*) Dan Kayu Manis (*Cinnamomum Verum*) Terhadap Nyeri Dismenorea Pada Remaja Di Desa Sari Mulyo Kabupaten Seluma"** terhitung sejak 15 April s.d 15 Mei 2026.

Demikianlah Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan Di : SARI MULYO
Pada Tanggal : 22 April 2026
Kepala Desa Sari Mulyo



Lampiran 14 Surat selesai penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN SELUMA
KECAMATAN SUKARAJA
DESA SARI MULYO**

Jalan PNPB Dusun Mekar Sari, Desa Sari Mulyo, Sukaraja, Seluma, Bengkulu
Telpon 0822 7964 1123 Kode Pos 38877 E-mail desasarimulvomaiu@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : *209* / S.Ket/ SM/ V/ 2026

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Desa Sari Mulyo Kecamatan Sukaraja Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu, dengan ini menerangkan bahwa :

Nama	: LINA DWI AYU LESTARI
NIM/ NPM	: 2214201088
Jurusan/ Program Study	: Ilmu Keperawatan
Universitas	: UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
Pengikut	: Tidak Ada

Berdasar Surat Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu Nomor : 613.IP/DF.05/II.3.AU/C/2026 tanggal 14 April 2026 perihal Permohonan Izin Penelitian.

Adapun Orang tersebut di atas telah melaksanakan Penelitian Skripsi tentang ***"Efektivitas Konsumsi Minuman Serai (*Cymbopogon Citratus*) Dan Kayu Manis (*Cinnamomum Verum*) Terhadap Nyeri Dismenorea Pada Remaja Di Desa Sari Mulyo Kabupaten Seluma"*** terhitung sejak 15 April s.d 15 Mei 2026.

Demikianlah Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan Di : SARI MULYO
Pada Tanggal : 19 Mei 2026
Kepala Desa Sari Mulyo



Lampiran 15 Data SPSS hasil penelitian

usiakayumanis

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	14-16 Tahun	3	10.0	20.0	20.0
	17-18 Tahun	12	40.0	80.0	100.0
	Total	15	50.0	100.0	
Missing	System	15	50.0		
Total		30	100.0		

usiaserai

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12-13 Tahun	2	6.7	13.3	13.3
	14-16 Tahun	3	10.0	20.0	33.3
	17-18 Tahun	10	33.3	66.7	100.0
	Total	15	50.0	100.0	
Missing	System	15	50.0		
Total		30	100.0		

kayumanisharipertamaPre1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7-10 nyeri berat	3	10.0	20.0	20.0
	4-6 nyeri sedang	9	30.0	60.0	80.0

	1-3 nyeri ringan	3	10.0	20.0	100.0
	Total	15	50.0	100.0	
Missing	System	15	50.0		
Total		30	100.0		

kayumanisharipertamaPos1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7-10 nyeri berat	1	3.3	6.7	6.7
	4-6 nyeri sedang	7	23.3	46.7	53.3
	1-3 nyeri ringan	7	23.3	46.7	100.0
	Total	15	50.0	100.0	
Missing	System	15	50.0		
Total		30	100.0		

kayumanisharipertamaPre2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7-10 nyeri berat	1	3.3	6.7	6.7
	4-6 nyeri sedang	2	6.7	13.3	20.0
	1-3 nyeri ringan	12	40.0	80.0	100.0
	Total	15	50.0	100.0	
Missing	System	15	50.0		
Total		30	100.0		

kayumanisharipertamaPos2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4-6 nyeri sedang	1	3.3	6.7	6.7
	1-3 nyeri ringan	14	46.7	93.3	100.0
	Total	15	50.0	100.0	
Missing	System	15	50.0		
Total		30	100.0		

kayumanisharikeduaPre1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4-6 nyeri sedang	2	6.7	13.3	13.3
	1-3 nyeri ringan	9	30.0	60.0	73.3
	0 tidak ada nyeri	4	13.3	26.7	100.0
	Total	15	50.0	100.0	
Missing	System	15	50.0		
Total		30	100.0		

kayumanisharikeduaPos1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1-3 nyeri ringan	9	30.0	60.0	60.0
	0 tidak ada nyeri	6	20.0	40.0	100.0
	Total	15	50.0	100.0	
Missing	System	15	50.0		

Total	30	100.0		
-------	----	-------	--	--

kayumanisharikeduaPre2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1-3 nyeri ringan	2	6.7	13.3	13.3
	0 tidak ada nyeri	13	43.3	86.7	100.0
	Total	15	50.0	100.0	
Missing	System	15	50.0		
Total		30	100.0		

kayumanisharikeduaPos2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1-3 nyeri ringan	1	3.3	6.7	6.7
	0 tidak ada nyeri	14	46.7	93.3	100.0
	Total	15	50.0	100.0	
Missing	System	15	50.0		
Total		30	100.0		

seraiharipertamaPre1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7-10 nyeri berat	3	10.0	20.0	20.0
	4-6 nyeri sedang	10	33.3	66.7	86.7
	1-3 nyeri ringan	2	6.7	13.3	100.0

Total	15	50.0	100.0	
Missing System	15	50.0		
Total	30	100.0		

seraiharipertamaPos1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7-10 nyeri berat	1	3.3	6.7	6.7
	4-6 nyeri sedang	8	26.7	53.3	60.0
	1-3 nyeri ringan	6	20.0	40.0	100.0
	Total	15	50.0	100.0	
Missing	System	15	50.0		
Total		30	100.0		

seraiharipertamaPre2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7-10 nyeri berat	1	3.3	6.7	6.7
	4-6 nyeri sedang	7	23.3	46.7	53.3
	1-3 nyeri ringan	7	23.3	46.7	100.0
	Total	15	50.0	100.0	
Missing	System	15	50.0		
Total		30	100.0		

seraiharipertamaPos2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4-6 nyeri sedang	2	6.7	13.3	13.3
	1-3 nyeri ringan	13	43.3	86.7	100.0
	Total	15	50.0	100.0	
Missing	System	15	50.0		
Total		30	100.0		

seraiharikeduaPre1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4-6 nyeri sedang	1	3.3	6.7	6.7
	1-3 nyeri ringan	12	40.0	80.0	86.7
	0 tidak ada nyeri	2	6.7	13.3	100.0
	Total	15	50.0	100.0	
Missing	System	15	50.0		
Total		30	100.0		

seraiharikeduaPos1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4-6 nyeri sedang	1	3.3	6.7	6.7
	1-3 nyeri ringan	12	40.0	80.0	86.7
	0 tidak ada nyeri	2	6.7	13.3	100.0
	Total	15	50.0	100.0	
Missing	System	15	50.0		

Total	30	100.0		
-------	----	-------	--	--

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		kayu mani shari perta maPr e1	kayu mani shari perta maPo s1	kayu mani shari perta maPr e2	kayu mani shari perta maPo s2		kayu mani shari kedu aPos 1	kayu mani shari kedu aPre 2	kayu mani shari kedu aPos 2
N		15	15	15	15	15	15	15	15
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	2.00	2.40	2.73	2.93	3.13	3.40	3.87	3.93
	Std. Deviation	.655	.632	.594	.258	.640	.507	.352	.258
Most Extreme Differences	Absolute	.300	.295	.473	.535	.316	.385	.514	.535
	Positive	.300	.270	.327	.398	.316	.385	.352	.398
	Negative	-.300	-.295	-.473	-.535	-.284	-.282	-.514	-.535
Test Statistic		.300	.295	.473	.535	.316	.385	.514	.535
Asymp. Sig. (2-tailed)		.001 ^c	.001 ^c	.000 ^c	.000 ^c	.000 ^c	.000 ^c	.000 ^c	.000 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
kayumanisharipertamaPos1 - Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
kayumanisharipertamaPr Positive Ranks	6 ^b	3.50	21.00
e1 Ties	9 ^c		

	Total	15		
kayumanisharipertamaPos2 -	Negative Ranks	0 ^d	.00	.00
kayumanisharipertamaPre2	Positive Ranks	3 ^e	2.00	6.00
	Ties	12 ^f		
	Total	15		
kayumanisharikeduaPos1 -	Negative Ranks	0 ^g	.00	.00
kayumanisharikeduaPre1	Positive Ranks	4 ^h	2.50	10.00
	Ties	11 ⁱ		
	Total	15		
kayumanisharikeduaPos2 -	Negative Ranks	0 ^j	.00	.00
kayumanisharikeduaPre2	Positive Ranks	1 ^k	1.00	1.00
	Ties	14 ^l		
	Total	15		

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
kayumanisharipertamaPre1	.300	15	.001	.799	15	.004
kayumanisharipertamaPos1	.295	15	.001	.761	15	.001
kayumanisharipertamaPre2	.473	15	.000	.525	15	.000
kayumanisharipertamaPos2	.535	15	.000	.284	15	.000

kayumanisharikeduaPre1	.316	15	.000	.790	15	.003
kayumanisharikeduaPos1	.385	15	.000	.630	15	.000
kayumanisharikeduaPre2	.514	15	.000	.413	15	.000
kayumanisharikeduaPos2	.535	15	.000	.284	15	.000
seraiharipertamaPre1	.345	15	.000	.763	15	.001
seraiharipertamaPos1	.305	15	.001	.766	15	.001
seraiharipertamaPre2	.295	15	.001	.761	15	.001
seraiharipertamaPos2	.514	15	.000	.413	15	.000
seraiharikeduaPre1	.425	15	.000	.631	15	.000
seraiharikeduaPos1	.425	15	.000	.631	15	.000
seraiharikeduaPre2	.419	15	.000	.603	15	.000
seraiharikeduaPos2	.514	15	.000	.413	15	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Lampiran 16 Dokumentasi penelitian

Dokumentasi Pemberian Minuman Kayu Manis Responden 1

Pre



Post



Dokumentasi Pemberian Minuman Kayu Manis Responden 2

Pre



Post



Dokumentasi Pemberian Minuman Kayu Manis Responden 3

Pre



Post



Dokumentasi Pemberian Minuman Kayu Manis Responden 4
Pre **Post**



Dokumentasi Pemberian Minuman Kayu Manis Responden 5
Pre **Post**



Dokumentasi Pemberian Minuman Kayu Manis Responden 6
Pre **Post**



Dokumentasi Pemberian Minuman Serai Respoden 1
Pre



Post



Dokumentasi Pemberian Minuman Serai Respoden 2
Pre



Post



Dokumentasi Pemberian Minuman Serai Respoden 3
Pre



Post



Dokumentasi Pemberian Minuman Serai Respoden 4
Pre



Post



Dokumentasi Pemberian Minuman Serai Respoden 5
Pre



Post



Dokumentasi Pemberian Minuman Serai Respoden 6
Pre



Post

