

## ABSTRAK

Nyeri dismenore merupakan keluhan ginekologis yang disebabkan oleh ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah yang menyebabkan nyeri. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh minuman jahe merah terhadap penurunan tingkat nyeri dismenore pada Mahasiswi S1 Keperawatan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya.

Penelitian ini menggunakan metode *Quasi Eksperimen* dengan rancangan *Nonequivalent groups pretest-posttest*. Populasi penelitian sebanyak 60 mahasiswi dengan 42 sampel yang dibagi menjadi 2 kelompok yang terdiri dari kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Sampel dipilih melalui teknik *simple random sampling*. Instrumen digunakan adalah lembar NRS (*Numerical Rating Scale*), dan analisis data menggunakan Uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian minuman jahe merah berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan tingkat nyeri dismenore. Hasil analisis statistik menggunakan Uji *Wilcoxon Sign Rank Test* menunjukkan nilai p value  $0,000 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang artinya terdapat pengaruh minuman jahe merah terhadap penurunan tingkat nyeri dismenore pada mahasiswi S1 Keperawatan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya.

Kesimpulan penelitian ini yaitu pemberian minuman jahe merah memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tingkat nyeri dismenore. Diharapkan agar remaja wanita yang mengalami nyeri haid dapat mempertimbangkan untuk mengkonsumsi minuman jahe merah sebagai alternatif pengobatan.

**Kata Kunci:** Jahe Merah, Nyeri Dismenore, *Quasi Eksperimen*, Mahasiswi.