Jurnal Masker Medika
e-ISSN : 2654-8658
p -ISSN :2301-8631
Volume 11, Nomor 2. Desember 2023
http://jmm.ikestmp.ac.id
10.52523/maskermedika.v11i2.560

EFEKTIFITAS REBUSAN KUNYIT ASAM TERHADAP DISMENORE

Effectiveness of Concoction Tamarind Turmeric to Reduce Dysmenorrhea

Puji Setya Rini[1*], Miskiyah Tamar[2].**
[**]Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan IKesT Muhammadiyah Palembang
Korespodensi Email: pujipujisetyarini@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Nyeri perut saat haid atau dismenore yang dirasakan setiap wanita berbeda – beda sehingga dapat menggangu aktivitas. Untuk mengatasi nyeri haid (dismenore) dapat dilakukan dengan pemberian obat dan terapi ramuan herbal. Minuman kunyit asam merupakan minuman tradisional dari kunyit dan asam yang memiliki kandungan senyawa curcumine dan anthocyanin yang dapat berfungsi sebagai pereda nyeri haid. **Metode:** Jenis penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan desain *Quasy experimen* dengan metode *Post Test Only with Control Group Design*, menilai skala nyeri dismenore pada kelompok kontrol dan menilai skala nyeri setelah diberikan intervensi berupa rebusan kunyit asam pada kelompok intervensi. **Hasil**: Analisa bivariat menggunakan uji *Mann Whitney* didapatkan *p value* : 0,000 artinya secara statistik rebusan kunyit asam memberikan efektivitas yang signifikan skala nyeri pada kelompok intervensi. **Diskusi**: Rebusan kunyit asam cukup efektif dalam menurunkan nyeri dismenore karena adanya kandungan minyak atsiri dan curcumine dalam kunyit sehingga menimbulkan reaksi COX terhambat dan mengurangi kontraksi uterus saat menstruasi. Dan pada asam jawa mengandung anthocyanin dan tanin yang dapat mengurangi ketegangan otot sehingga menurunkan kram otot pada dinding miometrium saat menstruasi.

Kata Kunci: Rebusan, Kunyit Asam, Dismenore

ABSTRACT

***Introduction**: Abdominal pain during menstruation or dysmenorrhea that is felt by every woman is different so that it can interfere with activities. To overcome menstrual pain (dysmenorrhea) can be done by administering drugs and herbal concoction therapy. Tamarind turmeric drink is a traditional drink of turmeric and tamarind which contains curcumine and anthocyanin compounds which can function as menstrual pain relievers. **Methods**: This type of research used quantitative with a Quasy experimental design using the Post Test Only with Control Group Design method, assessing the dysmenorrhea pain scale in the control group and assessing the pain scale after being given intervention in the form of sour turmeric stew in the intervention group. **Results**: Bivariate analysis using the Mann Whitney test obtained p value: 0.000, meaning that statistically tamarind turmeric decoction provides significant effectiveness on the pain scale in the intervention group. **Discussion**: Tamarind turmeric decoction is quite effective in reducing dysmenorrhea pain due to the presence of essential oils and curcumine in turmeric which inhibits the COX reaction and reduces uterine contractions during menstruation. And tamarind contains anthocyanins and tannins which can reduce muscle tension thereby reducing muscle cramps in the myometrial walls during menstruation.*

***Keywords**: Concoction, Tamarind Turmeric, Dysmenorrhea*

https://doi.org/10.52523/maskermedika.v11i2.560
Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY-SA 4.0)

Jurnal Masker Medika
e-ISSN : 2654-8658
p -ISSN :2301-8631
Volume 11, Nomor 2. Desember 2023
http://jmm.ikestmp.ac.id
10.52523/maskermedika.v11i2.560

PENDAHULUAN

Gangguan menstruasi yang sering dialami pada saat sebelum menstruasi, selama menstruasi dan sesudah menstruasi kerap dialami oleh kebanyakan wanita. Gangguan menstruasi yang sering dialami yaitu berupa pusing, mual, pegal-pegal, sakit perut bahkan ada sampai pingsan. Nyeri pada bagian perut yang dirasakan dikarenakan adanya kontraksi rahim dalam proses pengeluaran endometrium yang dipengaruhi hormon prostaglandin sehingga menimbulkan ketidaknseimbangan hormone progesterone dan estrogen saat menjelang menstruasi (Anggriani, A, Mulyani, Y & Pratiwi, 2021).

Nyeri dismenore atau kram perut yang dirasakan oleh wanita biasanya terjadi selama 2 – 3 hari yang dirasakan mulai sehari sebelum mulai haid yang dialami oleh wanita. Nyeri perut saat haid atau dismenore ada yang sedikit terganggu namun ada yang sangat terganggu hingga tidak dapat menjalankan aktivitas yang dirasakan setiap wanita berbeda – beda (Indrayani & Ningsih, 2018).

Nyeri perut atau dismenore biasanya terjadi pada saat haid atau menjelang haid dirasakan pada perut bagian bawah, disertai pusing, lemas, mual dan muntah. Beberapa wanita menganggap nyeri perut atau dismenore merupakan hal yang biasa untuk dialami, namun beberapa wanita mengalami nyeri menstruasi sampai hari ke 5 (lima). Nyeri perut atau dismenore ini hingga menyebabkan wanita tidak dapat melakukan aktivitas selama periode menstruasi akibat nyeri yang dirasakan yang tak tertahankan (Anurogo, D & Wulandari, 2017).

Data World Health Organization (WHO) wanita yang mengalami nyeri haid dengan kategori dismenore berat sebesar 1.769.425 jiwa (90%), 10-15%. Hal ini didukung dengan laporan kasus dismenorea primer disetiap negara lebih dari 50% (WHO, 2016). Angka kejadian perempuan di setiap negara mengalami dismenorea di dunia sangat besar dengan rata-rata lebih dari 50%. Prevalensi dismenorea di Amerika Serikat sekitar 45-90%. Studi epidemiologi pada populasi remaja di Amerika Serikat, melaporkan prevalensi dismenorea 59,7%. Responden yang mengeluh nyeri berat 12%, nyeri sedang 37% dan nyeri ringan 49% sehingga 14% remaja putri sering tidak masuk sekolah (Anurogo, D & Wulandari, 2017). Angka kejadian dismenorea pada remaja di Asia adalah 74.5%. Pada remaja putri hispanic prevalensi dismenorea sebesar 85%. Sedangkan angka kejadian di Indonesia adalah 55%. Dari seluruh data yang ada dapat disimpulkan bahwa mayoritas wanita mengalami nyeri perut atau dismenore (Rahmadiliyani, 2016).

Hasil beberapa penelitian didapatkan prevalensi nyeri haid yang dialami wanita dengan frekuensi yang cukup tinggi. Review WHO, rata-rata insidensi terjadinya nyeri haid pada wanita muda antara 16,8-81%. Inggris melaporkan 45-97% wanita mengalami nyeri dismenore, prevalensi ini juga hampir sama ditemui di negara-negara Eropa. Prevalensi terendah dijumpai di Bulgaria (8,8%) dan prevalensi tertinggi dinegara Finlandia (94%). Di Indonesia angka kejadian nyeri haid sebesar 64.25% yang terdiri dari 54,89% disminore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Dengan banyaknya dampak negatif yang diakibatkan dari nyeru haid diperlukan suatu intervensi yang tepat untuk menurunkan frekuensi angka kejadian dismenore. Provinsi Jawa Barat tidak ditemukan angka kejadian yang secara pasti terjadinya nyeri haid namun diperkirakan 30%–70% perempuan mengalami masalah nyeri haid berupa nyeri perut atau kram perut dan sekitar 10%–15% (Rahayu et al., 2017).

Dismenore atau nyeri haid merupakan keluhan yang paling sering dialami wanita saat menstruasi. Dismenore adalah nyeri perut bagian bawah yang terjadi saat menstruasi yang biasanya disertai dengan munculnya gejala lain seperti munculnya keringat, disertau sakit kepala, diare, dan bahkan smuntah. Dismenore dibagi menjadi dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer adalah nyeri haid saat menstruasi yang disebabkan tanpa adanya kelainan pada organ genital dan selalu muncul pada wanita kisaran usia 20 tahun atau lebih muda setelah mengalami siklus

https://doi.org/10.52523/maskermedika.v11i2.560
Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY-SA 4.0)

Jurnal Masker Medika
e-ISSN : 2654-8658
p -ISSN :2301-8631
Volume 11, Nomor 2. Desember 2023
http://jmm.ikestmp.ac.id
10.52523/maskermedika.v11i2.560

ovulasi yang permanen/ stabil. Puncak kejadian dismenore primer rentang usia 15-25 tahun. Dismenore sekunder sendiri merupakan nyeri haid yang timbul karena adanya kelainan pada organ genital yang sering terjadi pada wanita berusia lebih dari 30 tahun (Rahayu et al., 2017).

Angka kejadian dismenore di seluruh dunia hampir sama dengan frekuensi mayoritas yaitu rata-rata lebih dari 50% perempuan pasti mengalami dismenore primer. Prevalensi dismenore di setiap negara berbeda-beda namun dengan frekuensi yang hampir sama. Prevalensi di Amerika Serikat kurang lebih sekitar 85%, di Italia sebesar 84,1% dan di Australia sebesar 80%. Prevalensi rata-rata di Asia kurang lebih sekitar 84,2% dengan spesifikasi 68,7% terjadi di Asia Timur laut, 74,8% di Asia Timur Tengah, dan 54,0% di Asia Barat laut. Prevalensi di negara-negara Asia Tenggara juga berbeda, angka kejadian di Malaysia mencapai 69,4%, Thailand 84,2% dan di Indonesia angka kejadian dismenore 64,25% terdiri dari 54, 89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder (M. R. Sari, 2019).

Berbagai macam terapi dapat digunakan untuk mengatasi nyeri haid (dismenore) meliputi dengan pemberian terapi farmakologis dengan pemberian obat analgesik dan anti inflamasi serta secara non farmakologis dengan pemberian terapi ramuan herbal yang telah dipercaya khasiatnya secara turun temurun yang berasal dari bahan – bahan tanaman. Beberapa bahan tanaman yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri haid atau dismenores yaitu kunyit, asam jawa, kayu manis, cengkeh, jahe (Anurogo, D & Wulandari, 2017).

Terapi non farmakologis yang banyak digunakan berupa terapi ramuan herbal yang menjadi alternatif bagi para remaja putri dalam mengurangi nyeri haid dengan menggunakan sekstrak kunyit. Ekstrak kunyit endiri berasal dari kunyit yang mengalami proses ekstraksi sehingga siap untu digunakan dalam ramuan herbal. Secara alamiah kunyit memiliki kandungan senyawa fenolik sebagai antioksidan, bermanfaat sebagai analgetika, anti inflamasi, anti mikroba (Sina, M, 2012).

Curcumine yang terkandung pada kunyit mampu menghambat rekasi cyclooxygenase (COX) sehingga terjadinya hambatan atau mengurangi inflamasi yang akan mengurangi bahkan menghambat kontraksi uterus yang dapat menyebabkan nyeri haid atau dismenore (Indrayani & Ningsih, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Hamdayani, (2017) tentang penurunan nyeri dismenorea primer melalui pemberian minuman kunyit asam pada mahasiswi prodi S1 Keperawatan STIKES Mercuabaktijaya Padang dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat nyeri haid sebelum diberikan minuman kunyit asam 5,20 dengan standar deviasi 1,619 dan nilai rata – rata tingkat nyeri setelah diberikan minuman kunyit asam 2,40 dengan standar deviasi 1,430. Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan nilai pada tingkat sebelum dan sesudah diberikan minuman kunyit asam pada mahasiswa (Hamdayani, 2017).

Penelitian Astuti (2020) mengatakan bahwa minum kunyit asam merupakan minuman tradisional yang digunakan secara turun temurun yang sudah menjadi kebiasaan masyarakat yang dipercaya dapat menurunkan nyeri haid atau dismenore. Sehingga banyak remaja putri lebih memilih produk herbal seperti kunyit asam sebagai alternatif pengobatan nyeri haid atau dismenore. Minuman kunyit asam dibuat dari bahan utama dari kunyit dan asam. Kunyit dan asam Jawa mengandung bahan aktif antipiretika, analgetik dan anti inflamasi (Astuti, S.A, Juwita, F & Fajriyah, 2020).

Minuman kunyit asam merupakan minuman tradisional yang digunakan secara turun temurun yang di olah dari bahan utama kunyit dan asam. Kunyit memiliki kandungan senyawa curcumine dan anthocyanin yang dapat berfungsi sebagai pereda nyeri haid. Kunyit dan asam sama-sama memiliki sifat anti inflamasi yang mampu menghambat dan mengurangi terjadinya inflamasi yang mampu menurunkan atau bahkan menghambat kontraksi uterus. Selain sebagai anti inflamasi kunyit asam juga bermanfaat sebagai analgesik dan antipiretika, asam

https://doi.org/10.52523/maskermedika.v11i2.560
Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY-SA 4.0)

Jurnal Masker Medika
e-ISSN : 2654-8658
p -ISSN :2301-8631
Volume 11, Nomor 2. Desember 2023
http://jmm.ikestmp.ac.id
10.52523/maskermedika.v11i2.560

jawa mengandung anthocyanin dan tanin yang berfungsi mengurangi ketegangan otot sehingga dapat menurunkan kram otot pada miometrium saat menstruasi yang dapat menurunkan tingkat nyeri pada nyeri haid atau dismenore (Hartati, S. Y, 2013).

Berdasarkan penjelasan diatas yang telah dijelaskan maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini tentang Efektivitas Rebusan Kunyit Asam Terhadap Dismenore.

BAHAN DAN METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan desain Quasy experimen: dengan metode Post Test Only with Control Group Design untuk menilai skala nyeri dismenore pada kelompok kontrol dan menilai skala nyeri setelah diberikan intervensi berupa rebusan kunyit asam pada kelompok intervensi (Hastono & Sutanto Priyo, 2016)

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa asrama yang bersedia mejadi responden dalam penelitian ini. Pengambilan sampel dalam penelitian dengan teknik *purposive sampling* sehingga didapatkan sampel 30 responden kelompok intervensi dan 30 responden kelompok kontrol.

Penelitian ini menggunakan lembar observasi *Numerik Rating scale* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui efektivitas dari rebusan kunyit asam pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Persyaratan dilakukan analisa bivariat yaitu dilakukan uji Normalitas dengan menggunakan prosedur *Shapiro-Wilk*. Distribusi data normal ditunjukan apabila probabilitas lebih besar dari 0,05 dan jika kurang dari 0,05 distribusi data tidak normal. Dalam penelitian terdapat kelompok kontrol dan kelompok intervensi, maka bila data berdistribusi normal akan menggunakan uji statistik *Uji T Independen* dan jika data tidak berdistrbusi normal maka akan menggunakan alternatif *Uji Mann Whitmey.*

HASIL

1. Analisa Univariat

Berdasarkan hasil pengambilan data penelitian yang dilakukan pada bulan Maret 2023 di Asrama IKesT Muhammadiyah Palembang, kelompok intervensi sebanyak 30 responden dan kelompok kontrol sebanyak 30 responden.

Skala Nyeri pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Variabel	SkalaNyeri				
	Mean	Median	Min	Max	SD
Skala Nyeri Kelompok Intervensi	2,7	3	1	6	1,135
Skala Nyeri Kelompok Kontrrol	5,3	5	2	7	2,065

Berdasarkan tabel diatas analisis univariat didapatkan pada kelompok intervensi nilai mean 2,7, nilai median 3 dan standar deviasi 1,135. Dan pada kelompok kontrol didapatkan nilai mean 5,3, nilai median 5 dan standar deviasi 2,065.

2. Analisa Bivariat

Sebelum peneliti melakukan analisa bivariat, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas menggunakan peneliti menggunakan *Shapiro Wilk* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Didapatkan hasil uji normalitas dengan nilai p-value 0,000 didapatkan nilai Sig. <0,05. Jika nilai Sig <0,05 maka data terdistribusi tidak normal kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Untuk itu dilakukan transformasi data sebagai upaya menormalisasikan data, namun data yang didapat masih terdistribusi tidak normal sehingga uji bivariat yang digunakan uji alternatif *Mean Whitney*.

Efektivitas Rebusan Kunyit Asam Terhadap Dismenore

Variabel	SkalaNyeri				
	Median	Min	Max	SD	p-*value*
Kelompok kontrol	5	2	7	2,065	0,000
Kelompok intervensi	3	1	6	1,135	

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan analisa bivariat menggunakan uji *Mann Whitney* didapatkan p value : 0,000

https://doi.org/10.52523/maskermedika.v11i2.560
Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY-SA 4.0)

artinya secara statistik rebusan kunyit asam memberikan efektivitas yang signifikan skala nyeri pada kelompok intervensi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 30 responden untuk kelompok intervensi dan 30 responden kelompok kontrol, didapatkan hasil analisa bivariat pada kelompok intervensi nilai mean 2,7, nilai median 3 dan standar deviasi 1,135. Dan pada kelompok kontrol didapatkan nilai mean 5,3, nilai median 5 dan standar deviasi 2,065. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji Mann Whitney didapatkan p value : 0,000 artinya secara statistik rebusan kunyit asam memberikan efektivitas yang signifikan skala nyeri pada kelompok intervensi.

Ada beberapa kalangan yang menganggap nyeri menstruasi adalah hal yang biasa, namun ada beberapa perempuan mengalami nyeri menstruasi sampai hari kelima menstruasi. Dismenore dapat mengakibatkan gangguan dalam aktivitas harian karena sering nyeri yang tak tertahankan (Ria Anugrahwati, 2019).

Nyeri haid menyebabkan ketidaknyaman dalam aktivitas fisik. Keluhan ini berhubungan dengan gangguan dalam kegiatan sehari – hari, sehingga mengganggu produktivitas wanita 40 – 70 % pada masa reproduksi yang mngalami nyeri haid. Sekitar 70 – 90% kasus nyeri haid terjadi pada usia remaja dan remaja yang mengalami nyeri haid akan terpengaruh aktivitas, akademis, sosial dan olahraga (S. M. Sari & Anggi Mareta, 2020).

Selama ini penanganan nyeri akibat dismenore dilakukan secara farmakologis dan non farmakologi. Secara farmakologis menggunakan obat anti nyeri dan obat non steroid anti prostaglandin. Secara non farmakologi biasa menggunakan pengobatan tradisional yang dikenal masyarakat seperti melakukan kompres hangat, senam yoga, masssase dan minuman herbal berupa rebusan kunyit asam (Saputri et al., 2020).

Kunyit asam biasanya menjadi salah satu bahan dalam resep makanan ternyata memiliki kandungan yang baik untuk kesehatan. Secara alamiah kunyit asam memiliki kandungan bahan aktif berfungsi sebagai analgetika, antipiretika, dan antiinflamasi. Kunyit kaya akan kandungan minyak atsiri yang dapat mencegah keluarnya asam lambung yang berlebihan dan mengurangi gerak usus terlalu kuat. Begitu juga dengan asam jawa yang memiliki bahan aktif sebagai antiinflamasi, antipiretika dan penenang (Lilis fatmawati, Yuanita Syaiful, 2020).

Curcumine yang terkandung dalam kunyit akan menghambat reaksi cyclooxygenase (COX-2) sehingga menghambat atau mgurangi terjadinya inflamasi yang akan menguragu atau bahkan menghambat kontraksi uterus. Dalam kunyit jg terkandung curcumenol sebagai analgetik yang menghambat pelepasan prostaglandin yang berlebihan melalui jaringan epitel uterus dan menghambat kontraksi uterus sehingga mengurangi terjadinya nyeri akibat dismenore (Safitri et al., 2017).

Hasil penelitian Nurul Hidayah (2021) didapatkan hasil analisa univariat dismenore sebelum diberikan rebusan kunyit nilai mean 5,73 dan setelah diberikan rebusan kunyit asam jawa nilai mean 1,93. Hasil analisa bivariat didapatkan nilai p value 0,000 secara statistik adanya pengaruh rebusan kunyit asam jawaterhadap penurunan dismenore pada mahasiswa Akademi Kebidanan Sempena Negeri Pekanbaru Tahun 2021 (Hidayah, 2022).

Penelitian Siska Indrayani dan Indah Setia Ningsih (2018) didapatkan analisa univariat sebelum intervensi nilai mean 7,25 dan setelah intervensi nilai mean 4,35. Hasil analisa bivariat nilai p value 0,000 menggunakan uji T Independent maka secara statistik adanya efektivitas pemberian ekstrak kunyit dalam mengurangi nyeri dismenore di Asrama Akademi Kebidanan Salma Siak (Indrayani & Ningsih, 2018).

Penelitian Sri Rahma, Sri Utami dan Ari Pristiana Dewi dilakukan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum diberikan intervensi didaptkan rata – rata intensitas nyeri dismenore, pada kelompok eksperimen didapatkan nilai mean 6,00 dan kelompok kontrol didapatkan nilai mean

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY-SA 4.0)

5,13. Rata – rata intensitas nyeri dismenore pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan intervensi didapatkanpada kelompok eksperimen didapatkan nilai mean 3,73 dan kelompok kontrol didapatkan nilai mean 4,67 (Suciani et al., 2014).

Dari beberapa hasil penelitian terkait dapat dilihat bahwa rebusan kunyit asam cukup efektif dalam menurunkan nyeri dismenore karena adanya kandungan minyak atsiri dan curcumine dalam kunyit sehingga menimbulkan reaksi COX terhambat dan mengurangi kontraksi uterus saat menstruasi. Dan pada asam jawa mengandung anthocyanin dan tanin yang dapat mengurangi ketegangan otot sehingga menurunkan kram otot pada dinding miometrium saat menstruasi.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Analisa univariat pada kelompok intervensi pada 30 responden didapatkan nilai mean 2,7, nilai median 3 dan standar deviasi 1,135
2. Analisa univariat pada kelompok kontrol pada 30 responden didapatkan nilai mean 5,3, nilai median 5 dan standar deviasi 2,065
3. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji Mann Whitney didapatkan nilai p value ; 0,000 secara statistik rebusan kunyit asam memberikan efektivitas yang signifikan terhadap skala nyeri dismenore pada kelompok intervensi.

Saran

1. Bagi IKesT Muhammadiyah Palembang

   Bagi IKesT Muhammadiyah Palembang khususnya program studi S1 keperawatan diharapkan dari hasil penelitian ini dapat di kembangkan dan diperluaskan ilmu pengetahuan dan menambah wawasan bagi mahasiswa dalam mengatasi dismenore. Selain itu penelitian ini diharapkan dapat menambah bahan pustaka di IKest Muhammadiyah Palembang.

2. Bagi Mahasiswa

   Bagi mahasiswa IKesT Muhammadiyah Palembang program studi S1 keperawatan hendaknya dapat meminimalisasi nyeri dismenore sehingga tidak mengganggu aktivitas.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan masukan atau acuan untuk memperluas dan mengembangkan oleh peneliti selanjutnya yang berkaitan dengan rebusan kunyit asam dalam mengatasi dismenore.

PENDANAAN

Penelitian ini sepenuhnya didanai dari hibah penelitian IKesT Muhammadiyah Palembang TA 2022 – 2023

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada potensi untuk terjadinya konflik kepentingan dalam proses penelitian, pengambilan data penelitian dan publikasi penelitian ini.

UCAPAKAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada IKesT Muhammadiyah Palembang karena telah menetapkan penelitian ini sebagai penerimah hibah penelitian dengan didanai sepenuhnya.

KEPUSTAKAAN

Anggriani, A, Mulyani, Y & Pratiwi, L. . (2021). Pengaruh Terapi Farmakologi dan Non Farmakologi Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi Pada Mahasiswi Fakultas Farmasi Universitas Bhakti Kencana Bandung. *Jurnal Riset Kefarmasian Indonesia*, *3*(3), 174–188. https://doi.org/10.33759/jrki.v3i3.156

Anurogo, D & Wulandari, A. (2017). *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogjakarta : Andi.

Astuti, S.A, Juwita, F & Fajriyah, A. (2020). Pengaruh Pemberian Kunyit Asam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid. *Indonesian Journal of Midwifery*

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY-SA 4.0)

(IJM), *3*(2), 143. https://doi.org/10.35473/ijm.v3i2.618

Hamdayani, D. (2017). Pengaruh Pemberian Minum Kunyit Terhadap Penurunan Dismenore Primer Pada Mahasiswi Tingkat II Prodi S1 Keperawatan STIKes Mercubaktijaya Padang. *Jurnal STIKes Muercubaktijaya Padang*.

Hartati, S. Y, B. (2013). *Khasiat Kunyit Sebagai Obat Tradisional dan Manfaat Lainnya*. Graha Ilmu.

Hastono & Sutanto Priyo. (2016). *Analisa Data Pada Bidang Kesehatan*.

Hidayah, N. (2022). Efektivitas Rebusan Kunyit Asam Jawa Terhadap Dismenorea Primer. *Jurnal Endurance*, *6*(3), 666–672. https://doi.org/10.22216/jen.v6i3.670

Indrayani, S., & Ningsih, I. S. (2018). Efektifitas Ekstrak Kunyit dalam Mengurangi Nyeri Disminorhea Pada Mahasiswa di Asrama Akademi Kebidanan Salma Siak. *Menara Ilmu*, *XII*(5), 165–170.

Lilis fatmawati, Yuanita Syaiful, K. N. (2020). Kunyit Asam (Curcuma Doemstica Val) Menurunkan Intensitas Nyeri Haid. *Journal of Ners Community*, *11*, 10–17.

Rahayu, A., Noor, M. Sy., Yulidasari, F., Rahman, F., & Putri, A. O. (2017). Kesehatan Reproduksi Remaja & Lansia. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).

Rahmadiliyani, N. (2016). *Pengaruh Pemberian Kunyit Asam Terhadap Intensitas Nyeri Saat Haid Pada Remaja Tingkat SMA di Pondok Pesantren Darul Hijrah Puteri*. *7*(1).

Ria Anugrahwati, J. M. S. (2019). Hubungan Pengetahuan Mahasiswi Dan Dukungan Orang Tua Dengan Perilaku Mahasiswi Untuk Melakukan Kebersihan Organ Reproduksi Di Akademi Keperawatan Hermina Manggala Husada Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Altruistik*, *2*(2), 22–33. https://doi.org/10.48079/vol2.iss2.38

Safitri, M., Utami, T., & Sukmaningtyas, W. (2017). Pengaruh Minuman Kunyit Asam terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid Primer pada Mahasiswi D3 Kebidanan. *D3 Kebidanan*, 3–8.

Saputri, I. N., Handayani, D., & Yasara, J. (2020). Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Terhadap Intensitas Nyeri Menstruasi Pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, *3*(1), 55–60. https://doi.org/10.35451/jkk.v3i1.491

Sari, M. R. (2019). Gambaran Derajat Dismenore (nyeri Haid) dan Upaya Penanganan Pada Remaja Usia 13 - 15 Tahun. *Jurnal Kesehatan Husada Gemilang*, *1*(1).

Sari, S. M., & Anggi Mareta. (2020). *Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam dengan Penurunan Nyeri Haid pada Remaja Putri di MAN 3 Palembang Tahun 2019*. *21*(1), 1–9.

Sina, M, Y. (2012). *Khasiat Super Minuman Alami Tradisional Beras Kencur dan Kunyit Asam Menyehatkan dan Menyegarkan Tubuh Tanpa Efek Samping*. Diandra Pustaka Indonesia.

Suciani, S. R., Utami, S., & Dewi, A. P. (2014). Efektivitas Pemberian Rebusan Kunyit Asam Terhadap Penurunan Dismenore. *Efektivitas Pemberian Rebusan Kunyit Asam Terhadap Penurunan Dismenorea*, 1–8.

WHO. (2016). *Dismenore*. WHO.

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY-SA 4.0)