

Available online: <http://openjournal.wdh.ac.id/index.php/edudharma>

**Edu Dharma Journal: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat**

ISSN (Print) 2597-890 X , ISSN (Online) 2686-6366




**PENGARUH PEMBERIAN KUNYIT ASAM TERHADAP DISMENORE PADA REMAJA DI MAJLIS TA’LIM NURUL IKHWAN RT 06/02 KOTA DEPOK**

Siti Novy Romlah<sup>1</sup>, Firdayani Fadilah<sup>2</sup>, Sri Haryanto<sup>3</sup>, Junaida Rahmi<sup>4</sup>, Shella Juniar<sup>5</sup>

STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Jl. Pajajaran No.1, Pamulang Bar., Kec. Pamulang, Kota Tangerang Selatan, Banten 15417

ARTICLE INFORMATION	A B S T R A C T
<p>*Corresponding Author Siti Novy Romlah E-mail: <a href="mailto:sitinovyromlah@wdh.ac.id">sitinovyromlah@wdh.ac.id</a></p>	<p><b>Background :</b> Dysmenorrhea stiffness in the lower abdomen that occurs before or during menstruation, usually dysmenorrhea occurs in 2-3 days. The purpose of this study was to determine the effect of giving tamarind turmeric as a dysmenorrhea therapy to reduce pain in young women at M.T Nurul Ikhwan. The design of this study used the Quasy Experiment method with the One group pre-post test design. The total sample size of 23 respondents was obtained by purposive sampling method. The analysis used to determine the effect of giving tamarind turmeric drink on reducing the level of menstrual pain (dysmenorrhea) using the Wilcoxon test. Sign Rank Test. The results of bivariate known Asymp.Sig. (2-tailed) is worth 0.000. Because the value of 0.000 is less than &lt;0.05, it can be concluded that "Ha is accepted". This means that there is a difference in dysmenorrhea pain for the pre test and post test. So it can be concluded that there is an effect of giving tamarind turmeric to reduce desminore pain in adolescents at M.T Nurul Ikhwan. The conclusion of this study is that there is a difference between the pretest and posttest in the changes in dysmenorrhea pain in adolescent girls. Based on this study, it is recommended for adolescents to drink 100cc / day of tamarind turmeric during menstruation as an alternative to reduce dysmenorrhea pain.</p>
<p>Keywords: Dysmenorrhea Acid Turmeric Teenage</p>	<p><b>A B S T R A K</b></p> <p><b>Latar Belakang :</b> Dismenore kekakuan diperut bagian bawah yang terjadi menjelang atau selama menstruasi, biasanya disminore terjadi pada 2-3 hari. <b>Tujuan Penelitian:</b> untuk mengetahui pengaruh pemberian minuman kunyit asam sebagai terapi dismenore terhadap penurunan nyeri pada remaja putri di M.T Nurul Ikhwan. <b>Metodologi:</b> Desain penelitian ini menggunakan metode <i>Quasy Eksperimen</i> dengan rancangan <i>One grup pre-post test</i> design Jumlah sampel sebanyak 23 reponden didapatkan dengan metode purposive sampling.. Analisis yang digunakan untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan tingkat nyeri menstruasi (dysmenorrhea) menggunakan <i>Uji Wilcoxon Sign Rank Test</i>. <b>Hasil penelitian:</b> Hasil analisa bivariat diketahui Asymp.Sig. (2-tailed) bernilai 0,000. Karena nilai 0,000 lebih kecil dari &lt;0,05, maka dapat disimpulkan "Ha diterima". Artinya ada perbedaan nyeri dismenore untuk pre test dan post test. <b>Kesimpulan:</b> Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian kunyit asam untuk mengurangi nyeri desminore pada remaja di M.T Nurul Ikhwan. Kesimpulan Penelitian ini</p>
<p>Kata Kunci: Dysmenorrhea Kunyit Asam Remaja Putri</p>	

		adalah ada perbedaan antara pretest dan post test dalam perubahan nyeri dismenore pada remaja putri. Berdasarkan penelitian ini disarankan kepada remaja untuk meminum kunyit asam 100cc/ hari saat menstruasi sebagai salah satu alternatif penurunan nyeri dismenore.
		This is an open access article under the <a href="#">CC-BY-NC-SA</a> license. 
		© 2020 Some rights reserved

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perubahan baik fisik maupun psikis. Perubahan fisik tampak lebih jelas, tubuh berkembang pesat mencapai bentuk tubuh orang dewasa disertai berkembangnya kapasitas reproduksi. Salah satu ciri menandai masa pubertas perempuan adalah menstruasi yang biasanya dialami oleh perempuan usia 10 tahun, namun bisa juga lebih lambat. Pada saat menstruasi darah yang keluar merupakan darah akibat peluruhan dinding rahim (Naldi, 2017).

Biasanya menstruasi dimulai pada usia 10-16 tahun, tergantung pada faktor meliputi ; berat badan, kesehatan wanita, status nutrisi. Menstruasi biasanya terjadi selama sebulan sekali, saat menstruasi biasanya remaja mengalami nyeri di perut atau biasanya di sebut disminore. . Disminore yaitu kekakuan diperut bagian bawah yang terjadi menjelang atau selama menstruasi, biasanya disminore terjadi pada 2-3 hari (Nafiroh dan Indrawati, 2013). Disminore di bagi menjadi dua yaitu disminore primer dan disminore sekunder. Disminore primer merupakan nyeri haid tanpa ada kelainan organ reproduksi, serta disminore sekunder disebabkan adanya gangguan pada organ reproduksi perempuan (Wahyuni dan

Indahsari, 2014). Apabila disminore tidak segera diatasi maka mengakibatkan syok dan penurunan kesadaran, sehingga nyeri haid tidak boleh dibiarkan begitu saja (Windastiwi *et al*, 2018). . Ketika remaja mengalami disminore, mereka lebih banyak tidak masuk sekolah dan prestasinya menurun dibandingkan dengan remaja yang tidak mengalami disminore (Windastiwi, Pujiastuti & Mundarti, 2018).

Penatalaksanaan dysmenorrhea ada 2 jenis yaitu farmakologis dan non farmakologis. Secara farmakologis menggunakan obat-obatan kimia anti nyeri atau analgesik misalnya aspirin, fenastin, asam mefenamat, parasetamol atau obat golongan non steroid anti prostaglandin seperti indometasin, ibuprofen (Nugroho, 2013). Secara non farmakologis ada berbagai macam seperti kompres air hangat, senam yoga, massase, istirahat dan konsumsi tanaman herbal (Puwanto, 2013).

Kunyit memiliki kandungan curcumin dan minyak atsiri yang mempunyai efek hampir sama dengan obat-obatan golongan analgesik yang dapat menurunkan nyeri dysmenorrhea dengan cara menghambat pembentukan prostgalandin dengan mekanisme biosintesis sehingga dapat memblokade impuls-impuls nyeri yang berasal dari korteks nyeri yang ada di medulla

oblongata (McPhee & Ganong, 2013). Asam jawa mengandung anthocyanin dan tanin yang mempunyai efek tidak jauh berbeda dengan obat-obatan golongan anti prostaglandin non steroid dalam menurunkan nyeri dengan cara mengurangi kram otot pada myometrium saat menstruasi (Proverwati, 2014).

Berdasarkan penelitian terdahulu bahwa kunyit mengandung zat analgesik yang dapat memberikan efek anti nyeri sedangkan kandungan asam jawa mempunyai efek yang tidak jauh berbeda dengan obat-obatan golongan anti prostaglandin non steroid dalam menurunkan nyeri dengan cara mengurangi ketegangan otot, oleh karena itu peneliti menggabungkan kedua jenis herbal tersebut tujuannya untuk menurunkan tingkat nyeri dysmenorrhea primer pada remaja wanita. Hal ini sama dengan dengan penelitian terdahulu oleh Marsaid, et al (2017) minuman kunyit asam merupakan ramuan tradisional yang terbuat dari perpaduan kunyit dan asam. Kandungan pada minuman kunyit asam pernah di teliti dan hasilnya efektif untuk menurunkan intensitas nyeri haid pada remaja putri di desa Tambang Kecamatan Puduk, Ponorogo.

Berdasarkan studi yang telah dilakukan 8 April 2021 terhadap 20 remaja di M.T Nurul Ikhwan Kota Depok. Dari hasil wawancara didapatkan bahwa kualitas

nyeri dirasakan para siswi adalah seperti kram dan diremas-remas perut bagian bawah, 2 remaja merasakan nyeri merambat kepinggang, 3 remaja merasakan nyeri pada payudara, 7 remaja mengalami dismenore sedang, dan 8 diantaranya dismenore ringan. Rata-rata lama nyeri yang dirasakan 3 hari sebelum haid dan 2 hari saat menstruasi, durasi nyeri biasanya 10-15 menit muncul dan hilang. Menurut remaja sendiri nyeri yang dirasakan sangat mengganggu aktivitas, mengganggu dalam konsentrasi belajar karena terlalu fokus pada nyeri yang dirasakan. Cara mengatsi dari masing-masing remaja tersebut ada yang mengompres dengan air hangat, ada yang menggunakan obat, ada yang membiarkan nyerinya tanpa diberi tindakan karena beranggapan nyerinya akan hilang dengan sendirinya.

Berdasarkan Latar Belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan Studi Eksperimen ini yaitu “Pengaruh Pemberian Kunyit Asam Terhadap Nyeri Dismenore Di Majlis Talim Nurul Ikhwan RT 06/02 Kota Depok” .

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan *Metode Quasy Eksperimen*. Menurut Notoatmodjo (2012). Pra eksperimen adalah bentuk penelitian yang digunakan dibidang ilmu pendidikan atau penelitian

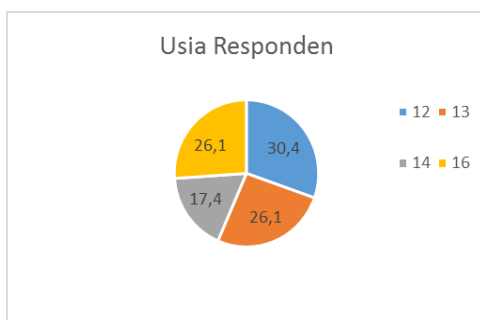
lain dengan subyek manusia. Rancangan penelitian ini adalah *One Group Pretest-Posttest Design*, yaitu penelitian yang dilakukan dengan cara memberikan *pretest* (pengamatn awal) terlebih dahulu sebelum diberikan intervensi, kemudian dilakukan *posttest* (pengamatan akhir) setelah diberikan intervensi (Notoatmodjo, 2012).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Analisa Univariat

#### a. Usia

##### Diagram 1 Gambaran usia responden

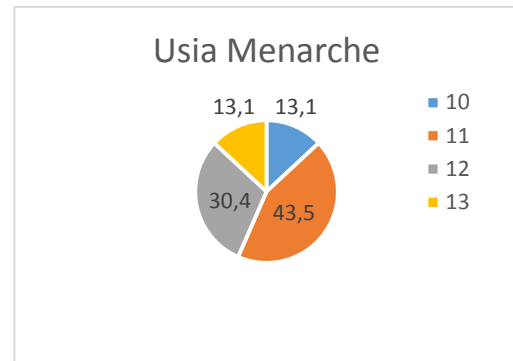


Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan diagram 1 diatas menunjukkan bahwa sebagian kecil responden berusia 12 tahun sebanyak 7 responden (30,4%), Sebagian kecil responden berusia 13 tahun yaitu sebanyak 6 responden (26,1%), sangat sedikit responden berusia 14 tahun berjumlah 4 orang (17,4%), Sebagian kecil responden berusia 16 tahun yaitu sebanyak 6 responden (26,1%).

#### b. Usia Menarche

##### Diagram 2 Gambaran usia menarche responden

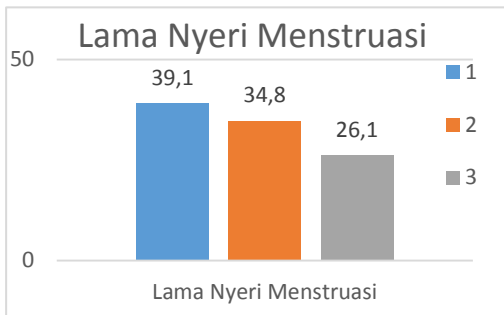


Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan diagram 2 diatas menunjukkan bahwa sangat sedikit responden dengan usia menarche 10 tahun sebanyak 3 responden (13,10%), hampir sebagian besar responden usia menarche 11 tahun yaitu sebanyak 10 responden (43,5%), Sebagian kecil responden usia menarche 12 tahun yaitu sebanyak 7 responden (30,4%), sangat sedikit responden dengan usia menarche 13 tahun sebanyak 3 responden (13,10%).

**c. Lama Menstruasi**

**Diagram 3** Gambaran lama menstruasi responden

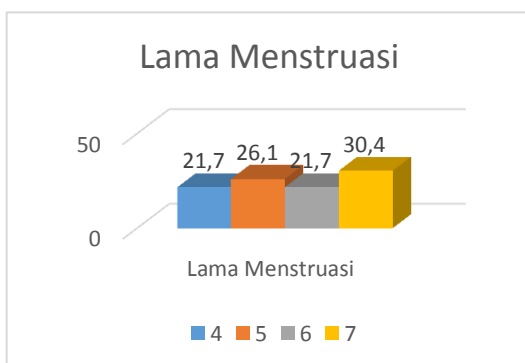


Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan diagram 3 diatas dapat diketahui bahwa sebagian kecil responden lama menstruasi 4 hari berjumlah 5 orang (21,7%), dan 5 hari berjumlah 6 orang (26,1%), 6 hari berjumlah 5 orang (21,7%), 7 hari berjumlah 7 orang (30,4%).

**d. Lama Nyeri Menstruasi**

**Diagram 4** Gambaran lama menstruasi responden

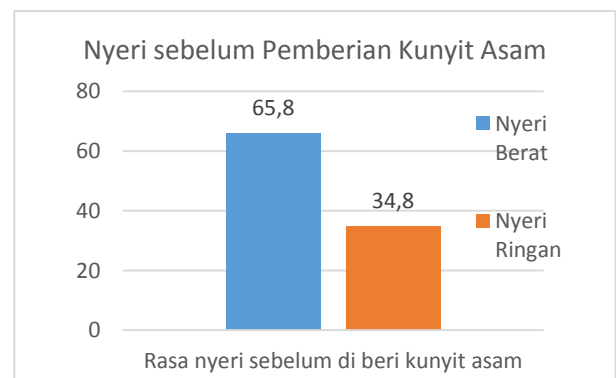


Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan diagram 4 diatas dapat diketahui bahwa sebagian kecil responden lama nyeri menstruasi 1 hari sebanyak 9 orang (39,1%), sebagian kecil responden lama nyeri menstruasi 2 hari sebanyak 8 orang (34,8%), sebagian kecil responden lama nyeri menstruasi 3 hari sebanyak 6 orang (26,1%).

**e. Gambaran nyeri sebelum pemberian kunyit asam.**

Diagram 5 Gambaran nyeri sebelum pemberian kunyit asam

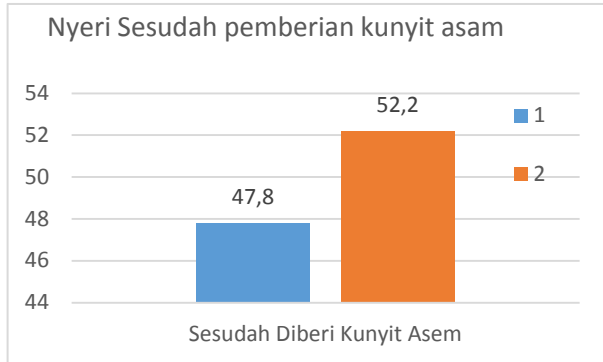


Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan Diagram 5 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan tingkat nyeri berat yaitu sebanyak 15 responden (65,8%) sedangkan sebagian kecil responden mendapatkan tingkat nyeri sedang yaitu sebanyak 8 responden (34,8%).

**f. Gambaran nyeri sesudah pemberian kunyit asam.**

**Diagram 6 Gambaran nyeri sesudah pemberian kunyit asam**

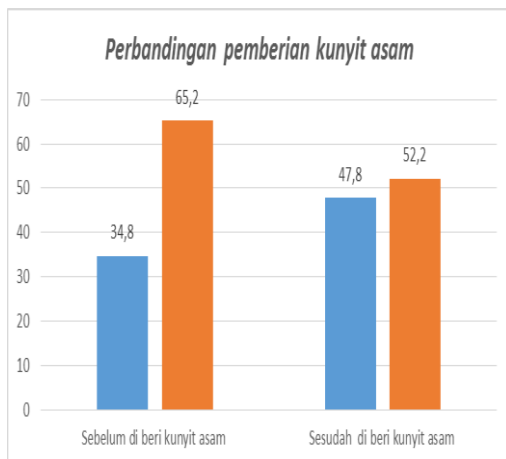


Sumber : Data Primer, 2021

Berdasarkan Diagram 6 diatas menunjukkan bahwa hampir sebagian besar responden mendapatkan tingkat nyeri sedang yaitu sebanyak 12 responden (52,2%), sedangkan hampir sebagian besar responden mendapatkan tingkat nyeri ringan yaitu sebanyak 11 responden (47,8%).

**g. Perbandingan tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan kunyit asam**

**Diagram 7 Perbandingan tingkat nyeri sebelum dan sesudah pemberian kunyit asam**



Berdasarkan diagram 7 diatas gambaran tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi minum kunyit asam berturut – turut adalah dengan jumlah n=23 nyeri sebelum intervensi mengalami penurunan setelah diberikan intervensi dari awal nilai minimal adalah 2 menjadi 1 dan nilai maksimal dari kuesioner kecemasan yang semua adalah 3 mengalami penurunan menjadi 2.

**2. Analisa Bivariat**

- a. Pengaruh Pemberian Kunyit Asam Untuk Meredakan Nyeri Dismenore Di Majelis Talim Nurul Ikhwan RT 06/02 Kota Depok

Test Statistics <sup>a</sup>	
	sesudah diberi kunyit asam - sebelum diberi kunyit asam
Z	-4,564 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	
b. Based on positive ranks.	

Setelah responden diberikan intervensi Pemberian Kunyit Asam selama 1 jam didapatkan hasil penelitian bahwa seluruh responden mengalami perubahan nyeri dismenore sedang menjadi dismenore ringan. Responden masih merasakan nyeri dismenore akan tetapi tidak sebesar ketika

sebelum dilakukan intervensi Pemberian Kunyit Asam. Sebelum pemberian intervensi bahwa sebagian besar responden mendapatkan tingkat nyeri berat yaitu sebanyak 15 responden (65,8%) sedangkan sebagian kecil responden mendapatkan tingkat nyeri sedang yaitu sebanyak 8 responden (34,8%). Dan setelah dilakukan intervensi bahwa hampir sebagian besar responden mendapatkan tingkat nyeri sedang yaitu sebanyak 12 responden (52,2%), sedangkan hampir sebagian besar responden mendapatkan tingkat nyeri ringan yaitu sebanyak 11 responden (47,8%). Data ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan

## **PEMBAHASAN**

Berdasarkan diagram 1 menunjukkan bahwa sebagian kecil responden berusia 12 tahun sebanyak 7 responden (30,4%), Sebagian kecil responden berusia 13 tahun yaitu sebanyak 6 responden (26,1%), sangat sedikit responden berusia 14 tahun berjumlah 4 orang (17,4%), Sebagian kecil responden berusia 16 tahun yaitu sebanyak 6 responden (26,1%). Hal yang sama di dapatkan pada penelitian Ulfa Nurbaiti (2018), bahwa rata-rata usia menarche responden adalah 12,16 tahun, dengan nilai tengah 12 tahun usia paling banyak usia 13 tahun, usia termuda 10 tahun tertua 13 tahun. Berdasarkan analisis peneliti bahwa di lihat dari usia menarche yang menjadi

yang signifikan terhadap tingkat nyeri dismenore yang dialami responden.

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji “*Wilcoxon Signed Ranks Test*” output “Test Statistics” diatas, diketahui Asymp.Sig. (2-tailed) bernilai 0,000. Karena nilai 0,000 lebih kecil dari

$<0,05$ , maka dapat disimpulkan “Ha diterima”. Artinya ada perbedaan nyeri dismenore untuk pre test dan post test. Sehingga dapat disimpulkan bahwa “ada pengaruh pemberian kunyit asam untuk mengurangi nyeri dismenore pada remaja di M.T Nurul Ikhwan.

responden bahwa hampir sebagian besar responden usia menarche 11 tahun yaitu sebanyak 10 responden (43,5%). Walaupun tidak begitu signifikan tetapi responden lebih bisa mengatasi rasa nyeri yang dialami.

Berdasarkan diagram 2 menunjukkan bahwa sangat sedikit responden dengan usia menarche 10 tahun sebanyak 3 responden (13,10%), hampir sebagian besar responden usia menarche 11 tahun yaitu sebanyak 10 responden (43,5%), Sebagian kecil responden usia menarche 12 tahun yaitu sebanyak 7 responden (30,4%), sangat sedikit responden dengan usia menarche 13 tahun sebanyak 3 responden (13,10%). Hal



yang sama di dapatkan pada penelitian Ulfa Nurbaiti (2018), bahwa rata-rata usia menarche responden adalah 12,16 tahun, dengan nilai tengah 12 tahun usia paling banyak usia 13 tahun, usia termuda 10 tahun tertua 13 tahun. Berdasarkan analisis peneliti bahwa di lihat dari usia menarche yang menjadi responden bahwa hampir sebagian besar responden usia menarche 11 tahun yaitu sebanyak 10 responden (43,5%). Walaupun tidak begitu signifikan tetapi responden lebih bisa mengatasi rasa nyeri yang dialami.

Berdasarkan diagram 3 diatas dapat diketahui bahwa sebagian kecil responden lama menstruasi 4 hari berjumlah 5 orang (21,7%), dan 5 hari berjumlah 6 orang (26,1%), 6 hari berjumlah 5 orang (21,7%), 7 hari berjumlah 7 orang (30,4%). Berdasarkan penelitian Ulfa Nurbaiti (2018), bahwa sebagian besar responden lama menstruasi >7 hari berjumlah 19 siswa (59,4%), dan sebagian kecil  $\leq 7$  hari berjumlah 13 siswi (40,6%). Menurut analisis peneliti bahwa di lihat dari lama menstruasi paling banyak responden 7 hari sebanyak 7 orang (30,4%). Walaupun tidak begitu signifikan diusia remaja awal rata-rata lama mentruasi selama  $\pm 7$  hari.

Berdasarkan diagram 4 dapat diketahui bahwa sebagian kecil responden lama nyeri menstruasi 1 hari sebanyak 9 orang

(39,1%), sebagian kecil responden lama nyeri menstruasi 2 hari sebanyak 8 orang (34,8%), sebagian kecil responden lama nyeri menstruasi 3 hari sebanyak 6 orang (26,1%). Berdasarkan penelitian Ulfa Nurbaiti (2018), bahwa sebagian besar responden lama nyeri yang dirasakan selama 2 hari berjumlah 15 siswi (46,9%) dan sebagian kecil selama >3 hari berjumlah 1 siswi (3,1%). Berdasarkan analisa peneliti bahwa dilihat dari lama nyeri menstruasi paling banyak 1 hari 9 orang (39,1%). Walaupun tidak begitu signifikan tetapi responden lebih bisa mengatasi nyeri yang sedang dialaminya,.

Berdasarkan diagram 5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan tingkat nyeri berat yaitu sebanyak 15 responden (65,8%) sedangkan sebagian kecil responden mendapatkan tingkat nyeri sedang yaitu sebanyak 8 responden (34,8%). Berdasarkan fakta peneliti berpendapat bahwa semua siswi yang mengalami nyeri menstruasi tiap orang berbeda-beda tingkat nyerinya, usia menarche responden dapat mempengaruhi terjadinya dysmenorrhea, namun dalam hal ini usia menarche responden masih dalam batas normal. Peneliti berpendapat bahwa kandungan curcumin dan minyak atsiri pada kunyit kombinasi anthocyanin dan tanin pada asam jawa dapat menurunkan tingkat nyeri menstruasi atau

dysmenorrhea dengan memanfaatkan sistem blokade pembentukan zat biokimia tubuh yaitu prostaglandin yang merupakan reseptor stimulus nyeri tubuh sehingga tingkat nyeri pada dysmenorrhea dapat diminimalkan.

Berdasarkan diagram 6 menunjukkan bahwa hampir sebagian besar responden mendapatkan tingkat nyeri sedang yaitu sebanyak 12 responden (52,2%), sedangkan hampir sebagian besar responden mendapatkan tingkat nyeri ringan yaitu sebanyak 11 responden (47,8%). Salah satu manfaat dari curcumin, minyak atsiri, anthocyanin, dan tanin ada minuman kunyit asam berfungsi melakukan sistem blokade terhadap produksi prostaglandin dalam hal ini yaitu F2a (PGF2a) yang menyebabkan jumlah hormon prostaglandin menurun sehingga intensitas nyeri yang dirasakan pada remaja putri yang mengalami dysmenorrhea mulai berkurang. Selain itu juga sebagai relaksan otot yang mengalami kontraksi, dengan otot menjadi relaksasi, tekanan semakin berkurang sehingga secara otomatis dapat menurunkan nyeri yang dirasakan karena kondisi otot sudah tidak tegang (Marsaid, et.al. 2017). Peneliti mendapatkan hasil tingkat nyeri responden sesudah diberikan minuman kunyit asam bahwa terdapat perbedaan penurunan tingkat nyeri

menstruasi atau dysmenorrhea setelah meminum kunyit asam.

Berdasarkan diagram 7 diatas menunjukkan perbandingan sebelum dan sesudah di berikan intervensi terapi minum kunyit asam dan berdasarkan Tabel 5.7 gambaran tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi minum kunyit asam berturut – turut adalah dengan jumlah n=23 nyeri sebelum intervensi mengalami penurunan setelah diberikan intervensi dari awal nilai minimal adalah 2 menjadi 1 dan nilai maksimal dari kuesioner kecemasan yang semua adalah 3 mengalami penurunan menjadi 2. Dilihat dari nilai mean (rata – rata) nilai mengalami penurunan dari semula sebelum intervensi adalah 2,65 menjadi 1,52 begitu pun nilai standar deviasi mengalami penurunan dari sebelum intervensi dan sesudah intervensi.

Berdasarkan tabel 1 diketahui hasil uji statistik dengan menggunakan uji “*Wilcoxon Signed Ranks Test*” output “*Test Statistics*” diatas, diketahui Asymp.Sig. (2-tailed) bernilai 0,000. Karena nilai 0,000 lebih kecil dari  $<0,05$ , maka dapat disimpulkan “*Ha diterima*”. Artinya ada perbedaan nyeri dismenore untuk pre test dan post test. Sehingga dapat disimpulkan bahwa “ada pengaruh pemberian kunyit asam untuk

mengurangi nyeri desminore pada remaja di M.T Nurul Ikhwan.

## KESIMPULAN

1. Teridentifikasi karakteristik responden meliputi umur yang paling besar adalah berada pada kategori remaja awal usia 12 tahun sebesar (30,4%), usia menarche sebagian besar pada umur hampir sebagian besar responden usia menarche 11 tahun yaitu sebesar (43,5%), lama menstruasi sebagian besar 5 hari (26,1%), lama nyeri menstruasi sebagian besar 1 hari (39,1%).
2. Teridentifikasi nyeri dismenore sebelum diberikan minuman kunyit asam bahwa sebagian besar responden mendapatkan tingkat nyeri berat yaitu sebesar (65,8%) sedangkan sebagian kecil responden mendapatkan tingkat nyeri sedang yaitu sebesar (34,8%).

3. Teridentifikasi nyeri dismenore sesudah diberikan minuman kunyit asam hampir sebagian besar responden mendapatkan tingkat nyeri sedang yaitu sebesar (52,2%), sedangkan hampir sebagian besar responden mendapatkan tingkat nyeri ringan yaitu sebesar (47,8%).
4. Sehingga dapat disimpulkan bahwa “ada pengaruh pemberian kunyit asam untuk mengurangi nyeri desminore pada remaja di M.T Nurul Ikhwan”. lebih meyakinkan responden terhadap teknik dan jalannya penelitian sehingga responden dapat mengikuti penelitian dan mendapatkan responden yang lebih banyak dan melakukan penelitian tentang komposisi dari kunyit asam.

## DAFTAR PUSTAKA

Asroyo, T., Nugraheni, T. P., & Masfiroh, M. A. (2019). *Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit asam Sebagai Terapi Dismenore Terhadap Penurunan Skala Nyeri. Indonesia Jurnal Farmasi Vol. 4 No.1*, 24-28.

Astari, R. Y. (2020). *Effect of Warm Compress, Ginger Drink and Turmeric Drink on The Decrease in The Degree of Menstrual Pain. Jurnal Kebidanan*, 67-73.

Caroline Bunker Rosdahl, Mary T, Kowalski. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Dasar*. California: Buku Kedokteran.

Elisabeth Siwi Walyani, Amd. Keb. (2014). *Panduan Materi Kesehatan Reproduksi & Keluarga Berencana*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Fidatul , J., & Salis , Q. A. (2018). *Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit asam Terhadap Tingkat Nyeri Menstruasi Pada Remaja Putri Di MTS Nurul Hikmah Kota*

- Surabaya Tahun 2018 . *Infokes : Info Kesehatan* , 1-7.
- Indrayani, S., & Ningsih, I. S. (2018). *Efektifitas Ekstra Kunyit Dalam Mengurangi Nyeri Dismenorea Pada Mahasiswi Di Asrama Akademi Kebidanan Salma Siak . Menara Ilmu* , 165-170.
- Malik Saepudin, S. M. (2011). *Metode Penelitian Kesehatan Masyarakat*. Jakarta Timur: CV. Trans Info Media.
- Nurul Jannah , Sri Rahayu. (2015). *Kesehatan Reproduksi & Keluarga Berencana*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Muri Yusuf. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, & Penelitian Gabungan* . Jakarta: Prenadamedia Group.
- Profesor Doctor Dokter Sarwono Prawihardjo, SpOG. (2016). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawihardjo.
- Raditya, Akbar, (2015). *Aneka Tanaman Apotek Hidup Disekitar Kita: Yogyakarta*. One Book. Cetakan I.
- Rahma, S. S., Utami, S., & Dewi, A. P. (2014). *Efektivitas Pemberian Rebusan Kunyit Asam Terhadap Penurunan Dismenorea*. *Jurnal Kebidanan*, 1-8.
- Sri , M. S., & Mareta, A. (2019). *Pengaruh Pemberian Minuman Madu Kunyit Terhadap Tingkat Nyeri Menstruasi Pada Remaja Putri Di MAN 3 Palembang Tahun 2019 . Volume X No. 2* , 151-159.
- Ulfa Nurbaiti. *Pengaruh Pemberian Kunyit Asam Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Siswi Kelas VIII Dengan Dismenore Primer Di MTSN 6 Madiun*. Skripsi, 2018
- Victor Trismanjaya H, & Taruli Rohaana S, (2019). *Analisa Data Statistik Parametrik Aplikasi SPSS dan STATCAL (Sebuah Pengantar Untuk Kesehatan)*. Jakarta : Yayasan Kita Menulis
- Widowati, R., Kundaryanti, R., & Ernawati, N. (2020). *Pengaruh Pemberian Minuman Madu Kunyit Terhadap Tingkat Nyeri Menstruasi*. *Jurnal Ilmu dan Budaya*, 7809-7824.