

**PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN KUNYIT TERHADAP
PENURUNAN SKALA NYERI HAID (*DISMINORE*) PADA
REMAJA SAAT HAID HARI PERTAMA**

SKRIPSI



Oleh :

Widia

19010178

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

JEMBER

2023

**PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN KUNYIT TERHADAP
PENURUNAN SKALA NYERI HAID (*DISMINORE*) PADA
REMAJA SAAT HAID HARI PERTAMA**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)



Oleh :

Widia

19010178

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

JEMBER

2023

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi penelitian ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk mengikuti seminar hasil pada Program Studi Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember.

Jember, 25 Agustus 2023

Pembimbing 1



Yuniasih Purwaningrum, S.ST., M.Kes

NIDN. 4005067901

Pembimbing 2



Drs. H. Said Mardijanto, S.Kep., Ns., MM

NIDN. 088280012

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “ Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid (*Disminore*) Pada Remaja Saat Haid Hari Pertama” telah diuji dan disahkan oleh Program Studi Ilmu Keperawatan pada :

Hari : Rabu

Tanggal : 06 September 2023

Tempat : Universitas dr. Soebandi Jember

Tim penguji
Ketua penguji



Andi Eka Pranata S.ST.,S.Kep.,Ners.,M.Kes

NIDN. 0722098602

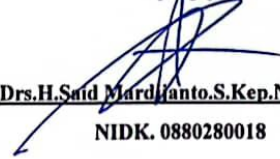
Penguji II



Yuniasih Purwaningrum S.ST.M.Kes

NIDN. 4028056801

penguji III



Drs. H. Saif Mardianto S.Kep.Ns.MM

NIDK. 0880280018



Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas dr. Soebandi

Apt. Lindawati Styaningrum, M.Farm.

NIDN. 07030668903

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : WIDIA

Tempat, Tanggal Lahir : Jember, 08 juni 2000

NIM : 19010178

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan sebagai syarat penelitian, baik di Universitas dr. Soebandi Jember maupun di perguruan tinggi lainnya. Skripsi ini murni gagasan dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dari Tim pembimbing. Dalam perumusan skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat orang lain yang telah ditulis serta dipublikasikan, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan daftar pustaka. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dan atau sanksi lainnya, sesuai dengan norma yang berlaku dalam perguruan tinggi ini.

Jember, 19 agustus 2023

Yang menyatakan



Widia

NIM.19010178

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN KUNYIT TERHADAP PENURUNAN
SKALA NYERI HAID (*DISMINORE*) PADA REMAJA SAAT HAID HARI
PERTAMA

Oleh :

Widia

NIM : 19010178

Dosen Pembimbing Utama : Yuniasih Purwaningrum, S.ST.M.Kes

Dosen Pembimbing Anggota : Drs.H. Said Mardijanto,.S.Kep.,Ns.MM

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga saya bisa menyelesaikan penyusunan skripsi ini tepat pada waktunya. Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Kedua orang tua saya, ayah saya Suwoko dan ibu saya Sis Sumiati yang telah memberikan dukungan serta doa yang tiada hentinya untuk mengantarkan saya pada masa depan yang lebih baik.
2. Kakek saya Sai dan nenek saya alm. Maryam terimakasih tiada hentinya saya ucapkan atas segala dukungannya selama saya menempuh perkuliahan ini.
3. Kedua dosen pembimbing saya ibu Yuniasih Purwaningrum, S.ST., M.Kes dan bapak Drs. H. Said Mardijanto, S.Kep., Ns., MM yang selalu sabar membimbing saya selama penyusunan skripsi ini hingga selesai, serta bapak Andi Eka Pranata S.ST., S.Kep., Ns.M. Kes. Selaku dosen penguji yang sudah memberikan saran dan arahan dalam penulisan skripsi ini.
4. Pada dosen dan keluarga besar Universitas dr. Soebandi Jember yang telah memberikan ilmu serta motivasi selama saya menuntut ilmu dalam perkuliahan.
5. Teman dan sahabat yang sudah turut membantu serta memberikan ide gagasan dalam penyusunan skripsi ini sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

6. Kepala sekolah dan guru SMPN 01 Tempurejo yang telah memberikan kesempatan saya untuk melakukan penelitian dan mengizinkan siswi menjadi responden sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

MOTTO

“ Persiapkan dirimu mulai hari ini,
untuk menghadapi pertempuran hari esok,
Kemudian kau akan merasakan menang di hari lusa “

(Widia)

Maka sesungguhnya bersama kesulitan

Itu ada kemudahan

(QS.Al Insyirah)

ABSTRAK

Widia*Purwaningrum, Yuniasih**,Mardijanto, H.Said***. **Pengaruh pemberian minuman kunyit terhadap penurunan skala nyeri disminore pada remaja saat haid hari pertama.** Skripsi. Program studi ilmu keperawatan universitas dr. Soebandi.

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju ke masa dewasa awal, remaja sudah mencapai kematangan seksual yang ditandai dengan terjadinya menstruasi. Menstruasi muncul nyeri *dismenore* dimana timbulnya nyeri pada bagian perut bawah sebelum atau selama menstruasi, *dismenore* disebabkan karena adanya kelebihan prostaglandin dalam tubuh yang dapat merangsang kontraksi rahim dan nyeri saat menstruasi. **Metode** penelitian menggunakan *Quasy Eksperimen* dengan rancangan *non equivalent control group* pendekatan pre-test post-test, **Hasil** penelitian didapatkan skala nyeri sebelum diberi minuman kunyit hampir setengah mengalami nyeri sedang yaitu 7 (41.2%) responden dan sesudah pemberian minuman kunyit sebagian besar tidak mengalami nyeri disminore yaitu 9 (52.9%) responden. **Tujuan** penelitian ini untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian minuman kunyit terhadap penurunan skala nyeri haid (dismenore) pada remaja saat haid hari pertama pada siswi SMPN 01 Tempurejo. **analisa data** yang digunakan adalah *Wilcoxon Signed Ranks* dengan populasi 37 siswi dan sampel 17 responden. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. **Kesimpulan** dari penelitian ini ada pengaruh pemberian minuman kunyit terhadap penurunan skala nyeri disminore pada siswi SMPN 01 Tempurejo. Saran dalam pembuatan minuman kunyit tidak membutuhkan dana yang banyak, bahan-bahannya sendiri sangat mudah ditemukan.

Kata kunci : Remaja, *dismenore*, minuman kunyit

*Peneliti

**Pembimbing 1

***Pembimbing 2

ABSTRACT

Widia*Purwaningrum, Yuniasih**, Mardijanto, H.Said***. ***The effect of giving turmeric drink on reducing dysmenorrhea pain scale in adolescents during the first day of menstruation.*** Thesis. Nursing science study program, Dr. Soebandi University.

Adolescence is a transitional period from childhood to early adulthood, adolescents have reached sexual maturity which is characterized by the occurrence of menstruation. Menstruation appears dysmenorrhea pain where the onset of pain in the lower abdomen before or during menstruation, dysmenorrhea is caused by an excess of prostaglandins in the body that can stimulate uterine contractions and pain during menstruation. **The research** method used Quasy Experiment with non-equivalent control group design pre-test post-test approach, the results of the study obtained a pain scale before being given turmeric drinks almost half moderate pain, namely 7 (41.2%) respondents and after giving turmeric drinks most did not experience dysmenorrhea pain, namely 9 (52.9%) respondents. **The purpose** of this study was to determine the effect of giving turmeric drink on reducing the scale of menstrual pain (dysmenorrhea) in adolescents during the first day of menstruation in students of SMPN 01 Tempurejo. **data analysis** used is Wilcoxon Signed Ranks with a population of 37 students and a sample of 17 respondents. The sampling technique used in this study was purposive sampling. **The conclusion** of this study is that there is an effect of giving turmeric drinks on reducing the pain scale. dysmenorrhea in female students of SMPN 01 Tempurejo. **Suggestions** in making turmeric drinks do not require a lot of funds, the ingredients themselves are very easy to find.

Keywords: Adolescent, dysmenorrhea, turmeric drink

*Researcher

**Supervisor 1

***Supervisor 2

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji syukur bagi kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan menyelesaikan pendidikan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember yang berjudul **“Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid (*disminore*) Pada Remaja Saat Haid Hari Pertama”**. Dalam proses penyusunan skripsi ini penulis dibimbing dan dibantu oleh berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Andi Eka Pranata S.ST.,S.Kep.,Ns.M. Kes. selaku Rektor Universitas dr. Soebandi Jember dan selaku ketua penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penulisan skripsi ini.
2. Apt. Lindawati Setyaningrum,S.Farm.,M.Farm selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember
3. Prestasianita Putri, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember
4. Yuniasih Purwaningrum, S.ST., M.Kes selaku pembimbing utama yang telah memberikan dukungan, arahan, dan fasilitas dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Drs. H. Said Mardijanto, S.Kep., Ns., MM.selaku pembimbing anggota yang telah memberikan dukungan, arahan, dan membimbing dalam penyelesaian skripsi ini.

6. Kepada seluruh Koordinator dan tim pengelola skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis masih jauh dari sempurna, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini.

Jember, 5 Agustus 2023

Widia
NIM. 19010178

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN ORISINILITAS.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
MOTTO.....	viii
ABSTRAK.....	ix
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR NAMA ILMIAH	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan masalah.....	3
1.3 Tujuan penelitian.....	3
1.3.1 Tujuan umum.....	3
1.3.2 Tujuan khusus	4
1.4 Manfaat penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat bagi peneliti	4
1.4.2 Manfaat bagi instansi kesehatan	5
1.4.3 Manfaat bagi masyarakat	5
1.5 Keaslian penelitian	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Konsep remaja	6
2.1.1 Definisi remaja.....	6
2.1.2 Penggolongan remaja.....	6
2.1.3 Ciri-ciri remaja.....	7
2.1.4 Tahapan perkembangan remaja	11
2.2 Konsep disminore	12
2.2.1 Definisi disminore.....	12
2.2.2 Jenis disminore	13
2.2.3 Tanda dan gejala dismenore	14
2.2.4 Faktor yang mempengaruhi dismenore.....	15
2.3 Konsep nyeri.....	16
2.3.1 Definisi nyeri	16
2.3.2 Jenis nyeri	17
2.3.3 Faktor – faktor yang mempengaruhi nyeri	18
2.3.4 Tanda dan gejala nyeri	18
2.3.5 Skala pengukuran nyeri	19
2.4 Konsep Kunyit.....	22
2.4.1 Definisi Kunyit	22
2.4.2 Taksonomi Kunyit	23
2.4.3 Kandungan Kunyit	24

2.4.4 Manfaat Kunyit	25
2.4.5 Pembuatan Minuman Kunyit	25
BAB 3 KERANGKA KONSEP	27
3.1 Kerangka Konsep	27
3.2 Hipotesis penelitian	28
BAB 4 METODE PENELITIAN	29
4.1 Desain Penelitian	29
4.2 Populasi dan Sampel	30
4.2.1 Populasi	30
4.2.2 Sampel	30
4.3 Teknik Sampling	26
4.4 Variabel Penelitian	32
4.5 Tempat penelitian	32
4.6 Waktu penelitian	32
4.7 Definisi Operasional	32
4.8 Teknik Pengumpulan Data	33
4.9 Pengolahan Data	29
4.10 Teknik Analisa Data	30
4.11 Instrumen Penelitian	30
4.12 Etika Penelitian	31
BAB 5 HASIL PENELITIAN	32
5.1 Deskripsi Lokasi Penelitian	32
5.2 Data Umum	32
5.2.1 Karakteristik Remaja Berdasarkan Usia	32
5.2.2 Karakteristik Remaja Berdasarkan Munculnya Nyeri Disminore	33
5.2.3 Karakteristik Remaja Berdasarkan Lama Menstruasi	33
5.3 Data Khusus	34
5.3.1 Mengidentifikasi Skala Nyeri Haid (disminore) Pada Remaja Sebelum Diberi Minuman Kunyit Pada Siswi SMPN 01 Tempurejo	34
5.3.2 Mengidentifikasi Skala Nyeri Haid (disminore) Pada Remaja Sesudah Diberi Minuman Kunyit Pada Siswi SMPN 01 Tempurejo	35
5.3.3 Menganalisis Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Terhadap Penurunan Skala Nyeri Disminore Pada Remaja Di SMPN 01 Tempurejo	36
BAB 6 PEMBAHASAN	37
6.1 Hasil Identifikasi Skala Nyeri Disminore Sebelum Pemberian Minuman Kunyit	37
6.2 Hasil Identifikasi Skala Nyeri Disminore Sesudah Pemberian Minuman Kunyit	38
6.3 Analisis Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid (disminore)	39
6.4 Keterbatasan penelitian	40
BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN	41
7.1 Kesimpulan	41
7.2 Saran	41
7.2.1 Bagi Peneliti	41

7.2.2 Bagi Institusi Kesehatan.....	41
7.2.3 Bagi Masyarakat.....	42
DAFTAR PUSTAKA.....	43
LAMPIRAN.....	45

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian penelitian.....	4
Tabel 4.1 Desain penelitian.....	24
Tabel 4.7 Definisi operasional.....	27
Tabel 5.1 Karakteristik Remaja Berdasarkan Usia.....	32
Tabel 5.2 Karakteristik Remaja Berdasarkan Munculnya Nyeri Disminore.....	33
Tabel 5.3 Karakteristik Berdasarkan Lama Menstruasi.....	33
Tabel 5.4 Hasil Pretest Skala Nyeri Disminore.....	34
Tabel 5.5 Hasil Posttest Skala Nyeri Disminore.....	35
Tabel 5.6 Tabulasi Skala Nyeri Disminore Sebelum Dan Sesudah.....	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.2 Faces Pain Rating Scale.....	16
Gambar 2.2 Numeric Rating Scale.....	17
Gambar 3.2 Visual Analog Scale.....	18
Gambar 4.2 Kunyit (<i>Curcuma longa linn</i>).....	19

DAFTAR NAMA ISTILAH DAN SINGKATAN

Analgesik	: golongan obat pereda nyeri.
Curcumenol	: zat dalam kunyit yang aktif memiliki fungsi untuk antiinflamasi dan antipiretik, kurkumin sebagai analgetik.
<i>Disminore</i>	: nyeri atau kram perut bagian bawah yang dialami oleh wanita saat menstruasi.
Divisio	: <i>spermatophyte</i> .
Famili	: <i>zingiberaceae</i> .
FPRS	: Faces Rating Scale.
Genus	: kunyit (<i>curcuma</i>).
Kelas	: <i>monocotyledoneae</i> .
Kingdom	: <i>plantae</i> .
NRS	: Numeric Rating Scale.
NSAID	: Non Steroidal Anti Inflamasi Drugs.
Ordo	: <i>zingiberales</i> .
Ovulasi	: merupakan proses sel telur yang sudah matang dikeluarkan dari ovarium ke tuba falopi untuk dibuahi.
<i>Prostaglandin</i>	: zat kimia yang memiliki struktur hampir sama dengan hormone.
<i>Progesterone</i>	: hormon seks wanita yang mengatur siklus haid.
Sub-divisio	: <i>angiospermmae</i> .
Species	: <i>curcuma domestica</i> .
VAS	: Visual Analog Scale.
WHO	: <i>World Health Organization</i> .

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju ke masa dewasa awal, dimana remaja sudah mencapai kematangan seksual, kematangan emosional, psikososial, dan kematangan secara fisik, yang ditandai dengan tercapainya kemampuan untuk bereproduksi. Ciri dari remaja yang sudah mengalami pubertas yaitu ditandai dengan terjadinya menstruasi pertama pada wanita usia 10 tahun (Sri Mulia Sari, 2020). Pada saat terjadinya menstruasi akan muncul nyeri *dismenore* dimana timbulnya nyeri pada bagian perut bawah sebelum atau selama menstruasi, *dismenore* disebabkan karena adanya kelebihan prostaglandin dalam tubuh yang dapat merangsang kontraksi rahim dan nyeri saat menstruasi. *Dismenore* dimulai dari usia 2-3 tahun pada menstruasi pertama dan mulai memuncak pada usia 15-25 tahun, nyeri *dismenore* memberikan dampak pada remaja karena mengganggu proses pembelajaran sehingga dikaitkan dengan siswi yang tidak masuk sekolah itu akan berpengaruh pada presensi akademik, selain nyeri hal lain juga datang dari sisi emosional seperti berubahnya suasana hati, ketegangan, kegelisahan yang muncul tiba-tiba (Aeni Rezkiyanti, 2022).

Nyeri *dismenore* dibedakan menjadi dua yaitu nyeri haid primer dan nyeri haid sekunder, umumnya nyeri haid primer dialami remaja pada usia 10 tahun, nyeri haid primer lebih dikarenakan mengalami kontraksi uterus sedangkan nyeri

haid skunder disebabkan oleh kelainan di dalam rongga uterus. Data dari WHO (*World Health Organization*) didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) remaja wanita yang mengalami dismenore dari 10-15% diantaranya mengalami *dismenore* berat, angka nyeri *dismenore* di dunia sangat besar rata – rata lebih 50% wanita di setiap negara mengalami *dismenore*. Di Indonesia sendiri untuk angka kejadian *dismenore* 64,25% yang terdiri dari 54,89% *dismenore* primer dan 9,36% *dismenore* skunder (Yilita Elvira Silviani, 2019). Di jawa timur angka kejadian sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% disminore primer dan 9,36% disminore sekunder (Jusni, 2022). Dari hasil study pendahuluan yang saya lakukan terdapat 89,8% remaja putri mengalami nyeri perut bagian bawah, 10,2% tidak mengalami nyeri 32,3% mengalami nyeri ringan 40,3% mengalami nyeri sedang 9,7% mengalami nyeri berat dan 7,5% mengalami nyeri sangat hebat.

Pada saat mengalami menstruasi terjadi proses peluruhan pada dinding rahim yang juga memproduksi hormon prostaglandin yang membuat otot rahim berkontraksi sangat kuat untuk mengeluarkan darah haid. Banyak faktor yang menjadi penyebab terjadinya *dismenore* primer dimana faktor endokrin memegang peran penting karena saat mengalami menstruasi sel-sel endometrium mengeluarkan prostaglandin, bukan hanya faktor endokrin saja yang menjadi penyebab *dismenore*. Adapun faktor lainnya seperti faktor kejiwaan atau psikis, hormon, alergi dan riwayat atau faktor keturunan. Untuk rasa nyeri yang dirasakan diakibatkan oleh prosgesteron yang membuat kram daerah perut yang menjalar pada pinggang hal ini dapat terjadi karena adanya kontraksi uterus (Selvy Afrioza, 2022).

Dalam penatalaksanaan nyeri bisa menggunakan manajemen terapi secara farmakologi dan non farmakologi. dimana tindakan farmakologi yang menggunakan obat – obatan analgesic golongan NSAID (non steroidal anti inflamasi drugs) yang dapat meredakan nyeri *dismenore* dengan cara memblok prostaglandin (Aeni Rezkiyanti, 2022). Kemudian untuk terapi non farmakologi bisa berupa olahraga, teknik relaksasi, kompres hangat, dan minuman herbal yang bahan bakunya berasal dari tanaman. Salah satu jenis tanaman tersebut adalah kunyit dimana kunyit memiliki fungsi sebagai analgesic, antipiretik, anti inflamasi, dan kurkumin yang dapat menghambat produksi hormone prostaglandin yang menyebabkan peradangan serta nyeri saat haid. Minuman herbal tersebut akan menjadi cara alternative untuk meminimalkan dan mengatasi nyeri tanpa efek samping (Indrayani, 2018).

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan uraian masalah latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “ Adakah pengaruh pemberian minuman kunyit terhadap penurunan skala nyeri haid (*disminore*) pada remaja saat haid hari pertama di SMPN 1 Tempurejo ? “

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian minuman kunyit terhadap penurunan skala nyeri haid (*disminore*) pada remaja saat haid hari pertama di SMPN 1 Tempurejo.

1.3.2 Tujuan khusus

- 1) Mengidentifikasi skala nyeri haid (*dismenore*) pada remaja sebelum diberikan minuman kunyit.
- 2) Mengidentifikasi skala nyeri haid (*dismenore*) pada remaja sesudah diberikan minuman kunyit.
- 3) Menganalisis pengaruh pemberian minuman kunyit terhadap penurunan skala nyeri haid (*dismenore*) pada remaja saat haid hari pertama di SMPN 1 Tempurejo.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat bagi peneliti

Sebagai bahan menambah pengetahuan tentang pengaruh pemberian minuman kunyit terhadap penurunan skala nyeri haid, dan dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat bagi instansi kesehatan

Dari penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dari data yang sudah di peroleh dan menjadikan pemberian minuman kunyit sebagai pengobatan atau cara alternative terapi non farmakologi untuk menurunkan skala nyeri haid.

1.4.3 Manfaat bagi masyarakat

Penelitian ini bisa menambah pengetahuan dalam pengembangan remaja mengenai penanganan nyeri haid dengan terapi non farmakologi.

1.5 Keaslian penelitian

Nama	Penelitian sebelumnya	Penelitian sebelumnya	Penelitian sekarang
Judul penelitian	pengaruh pemberian minuman kunyit asam sebagai terapi dismenore terhadap penurunan skala nyeri	Pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap intensitas nyeri menstruasi	Pengaruh pemberian minuman kunyit terhadap penurunan skala nyeri haid (<i>dismenore</i>) pada remaja saat haid hari pertama
Lokasi	Sma Muhammadiyah kudus	Sma negeri 1 teluk mengkudu	Smp negeri 1 tempurejo
Waktu	2019	2020	2023
Peneliti	Teguh Asroyo, Tiyas Putri Nugraheni, Meta Ayu Masfiroh	Ika Nur Saputri, Dwi Handayani, Jurpia Yasara	Widia
Variable independen	Minuman kunyit asam	Minuman kunyit asam	Minuman kunyit
Variable dependen	Penurunan skala nyeri	Intensitas nyeri menstruasi	Penurunan skala nyeri haid
Teknik sampling	Purposive sampling	Purposive sampling	Purposive sampling
Metode	Quasi eksperimen	Quasi eksperimen	Quasi eksperimen
Instrument penelitian	Observasi	Kuisisioner	Kuisisioner

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep remaja

2.1.1 Definisi remaja

Masa remaja merupakan periode terjadinya peralihan dari anak - anak ke masa dewasa, dari peralihan remaja wanita mengalami suatu proses pubertas yang ditandai dengan datangnya menstruasi pada wanita (Suyantii, 2022). Definisi menurut WHO (*word health organization*) adalah remaja wanita yang memiliki periode usia 10 sampai 19 tahun. Sedangkan fase remaja yang merupakan suatu segmen individu pada wanita remaja yang penting, fase ini diawali dengan perubahan pematangan fisik sudah ada tanda – tanda kematangan seks sehingga wanita sudah bisa dinilai mampu untuk bereproduksi (Wiwit Putrianingsih, 2021).

2.1.2 Penggolongan remaja

Menurut (Diananda, 2018) menyatakan ada 3 fase remaja yang dijelaskan sebagai berikut:

1. Pra remaja dari umur (11-14 tahun)

Pra remaja adalah suatu fase yang bisa dibilang begitu pendek, dimana remaja masih memiliki sifat sangat tertutup dengan semua

orang sekitar, dan adanya sebuah perubahan pada tubuh mulai dari perubahan hormonal yang dapat merubah kondisi psikologi.

2. Remaja awal dari umur (14-17 tahun)

Remaja awal adalah suatu fase dimana sudah banyak terjadi perubahan – perubahan, dimana fase ini remaja sudah mulai mencari tahu jati diri dan sudah memiliki sifat mandiri untuk membuat suatu keputusan yang akan diambil. sudah memikirkan hal yang logis dan sudah membuka diri untuk berbicara dengan orang tua masalah apa yang diinginkan.

3. Remaja lanjut dari umur (17-21 tahun)

Remaja lanjut adalah suatu fase remaja sudah ada kemauan untuk menonjolkan diri di pablik dan ada rasa keinginan menjadi pusat perhatian yang sudah menjadi keharusan untuk remaja lanjut, selain itu remaja lanjut sudah jelas memiliki tujuan, cita-cita, dan memiliki semangat lebih, sudah bisa menetapkan identitas dan tidak bergantung pada kondisi emosional.

2.1.3 Ciri-ciri remaja

Menurut (Gatot Marwoko, 2018) ciri-ciri remaja yaitu :

a. Masa remaja sebagai periode penting

Pada periode ini semua hal tetaplah penting baik berupa yang terjadi langsung maupun yang akibat jangka panjang, di periode ini perkembangan remaja sangatlah cepat dimana perkembangan fisik, perkembangan mental, pada remaja sangatlah berkembang sangat

pesat. Dalam perkembangan itu semua memerlukan penyesuaian mental serta membentuk sebuah sikap, nilai, dan minat baru untuk hal kedepan yang akan dilakukan.

b. Masa remaja sebagai periode peralihan

Pada periode ini remaja sudah tidak termasuk anak-anak dan orang dewasa, jika seorang remaja bersikap seperti anak-anak maka akan diberi arahan untuk bertindak sesuai umur, jika remaja masih berperilaku layaknya orang dewasa maka akan dinilai terlalu besar untuk suatu ukuran orang dewasa dimana hal itu akan memiliki tanggapan dari pihak lain.

c. Masa remaja sebagai periode perubahan

Adanya perubahan sikap dan perilaku pada masa remaja semua seimbang dengan perubahan fisik, dari awal fase remaja yang berkembang sangat pesat dan perilaku dan sifat juga berlangsung sejajar dengan perubahan lainnya. Jika salah satu dari fase tersebut mengalami penurunan maka akan mempengaruhi fase yang lain, kemungkinan besar akan mengalami penurunan menyesuaikan fase-fase yang lain.

d. Masa remaja sebagai usai bermasalah

Dalam suatu periode atau fase pada remaja tentu saja memiliki masalahnya sendiri, masa remaja usai bermasalah ini masih menjadi persoalan yang masih sulit diatasi oleh kalangan remaja. Ketidak mampuan remaja menyelesaikan masalah dengan cara

yang sudah diyakini mereka membuat banyak remaja memikirkan bahwa penyelesaian masalah yang sudah dilakukan tidak harus sesuai dengan apa yang diharapkan.

e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Dimulai dari awal fase atau periode remaja penyesuaian diri juga masih menjadi hal yang penting, dimana lambat laun remaja sudah mulai memimpikan atau menharapkan identitas diri dan memiliki rasa belum puas terhadap hal yang tetap. Dimasa ini remaja sudah tidak ingin menjadi sama seperti teman-temannya lagi dalam segala hal, remaja di masa ini sering mengalami dilema yang menjadi salah satu faktor remaja mengalami “kritis identitas” dan masalah ego yang sering berkelanjutan.

f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Pada masa ini sering kali terjadi remaja suka melakukan hal-hal semaunya sendiri dimana hal tersebut tidak bisa diduga dan dipercaya, perilaku cenderung merusak, hingga membuat orang sekitar yang mengawasinya dan harus memberikan bimbingan kepada remaja yang takut bertanggung jawab dan memberikan sikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja.

g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistic

Remaja mulai memandang dan menilai kehidupan melalui kacamata mata sendiri, remaja sudah melihat dirinya sendiri dan orang lain sesuai dengan apa yang ia inginkan. Adanya sebuah harapan dan

cita-cita yang tidak menjadi realistic bukan hanya bagi dirinya sendiri tetapi juga bagi orang terdekat bisa keluarga, teman dekat, bisa menyebabkan meningginya sebuah emosi sampai tidak terkendali sama seperti awal masa pada remaja. Remaja ini sudah bisa merasakan kekecewaan jika seseorang membuatnya sakit hati atau ia tidak bisa mencapai suatu tujuan yang sudah lama ditetapkan dan menjadi target untuk diri sendiri.

h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Pada masa ini remaja sudah didekatkan pada usia kematangan, remaja akan mengalami kegelisahan karena akan meninggalkan masa belasan tahun dan untuk memberi kesan yang bagus untuk menuju masa dewasa. Dari cara berpakaian, bicara, dan bersikap sudah seperti orang dewasa ternyata belumlah cukup. Oleh karena itu sering kali remaja sudah mulai memusatkan diri pada perilaku yang berhubungan dengan orang dewasa seperti merokok, mengkonsumsi obat-obatan, minuman keras, dan terlibat dalam seks bebas yang sekarang menjadi perbuatan yang cukup meresahkan. Dengan perilaku itu remaja memiliki rasa atau menganggap dirinya sudah memberikan citra diri yang sudah diharapkan.

2.1.4 Tahapan perkembangan remaja

Dalam tahapan perkembangan remaja ini diarahkan dalam hal yang baik untuk mencapai kehidupan yang lebih sehat. Untuk mendapatkan hidup yang sehat sesuai dengan harapan maka harus menjalankan tugas perkembangan yang melewati fase-fase sebagai salah satu penyelesaian proses dengan baik dan benar. Hal ini diharapkan bisa dilakukan dengan benar jika tidak maka akan menimbulkan dampak kurang baik yang akan mempengaruhi masa dewasa selanjutnya (Havihurst dalam Gunarsa, 2018).

Menurut (Putro, 2018) tahapan perkembangan remaja dijelaskan sebagai berikut :

- a. Menerima segala perubahan fisik yang sudah muncul kemudian diharuskan untuk menjalankan peran sesuai dengan fase yang terjadi dan merasakan kepuasan terhadap diri sendiri karena sudah menjalankan peran sesuai dengan jenisnya.
- b. Menjalankan semua peran dengan keluarga, teman dekat, dan menjalankan sesuai dengan peran masing-masing.
- c. Tidak ketergantungan pada orang lain seperti orang tua.
- d. Mengembangkan pola pikir tentang sebuah konsep kehidupan bermasyarakat.
- e. Harus memikirkan bagaimana menjamin masa depan agar bisa membantu menopang kehidupan perekonomian.

- f. Menyiapkan fisik, mental dan pikiran yang jernih untuk menghadapi dunia pekerjaan dimasa depan.
- g. Menyiapkan diri untuk tanggung jawab yang didapat sesuai dengan ketentuan nilai dan norma yang sudah berlaku di masyarakat.
- h. Mempersiapkan diri untuk memulai berumah tangga.
- i. Mendapatkan penilaian diri sendiri karna mampu bersikap baik pada orang sekitar.

2.2 Konsep disminore

2.2.1 Definisi disminore

Disminore merupakan rasa nyeri atau sakit pada bagian perut yang sering terjadi saat remaja wanita mengalami menstruasi, rasa nyeri dirasakan mencapai puncak tertinggi nyeri pada hari pertama sampai hari kedua setelah melewati hari tersebut nyeri akan berangsur berkurang. selain merasakan nyeri juga bisa disertai dengan adanya pegal-pegal seluruh tubuh, mual, dan lemas (Ratnawati, 2017).

Nyeri tersebut muncul karena disebabkan oleh prostaglandin merupakan suatu hormon yang dapat memicu otot Rahim berkontraksi, peningkatan hormone prostaglandin diakibatkan karna adanya penurunan hormone estrogen dan progesteron dimana endometrium yang mengalami pembengkakan dan mati karna tidak ada pembuahan dalam jangka waktu

satu bulan, nyeri yang timbul ini sering dikenal dengan nama dismenore (Pebrianti, 2018).

2.2.2 Jenis disminore

Disminore secara klinis dibagi menjadi 2 bagian, yaitu:

a. Disminore primer

Disminore primer merupakan nyeri menstruasi yang sering terjadi pada remaja wanita yang termasuk pada usia subur yang tidak memiliki kelainan organ reproduksi. Biasanya disminore primer ini timbul setelah 6 bulan sampai 2 tahun saat mengalami haid hari pertama, dan dirasakan pada saat mengalami menstruasi di 1-2 hari pertama. Nyeri primer ini sering terjadi pada wanita yang belum menikah, kehamilan dan melahirkan dapat mengurangi terjadinya nyeri akibat disminore. Nyeri berkaitan dengan adanya proses peluruhan darah di daerah dinding Rahim dengan pelepasan sel telur dari ovarium, nyeri dismenore ini berlokasi di daerah perut bagian bawah di daerah suprapubis (Eka Rahmadhayanti, 2017).

b. Dismenore sekunder

Dismenore sekunder merupakan nyeri menstruasi yang terjadi pada remaja jika ada penyakit atau kelainan organ reproduksi, dismenore sekunder dapat dihubungkan dengan peningkatan prostaglandin yang menyebabkan kontraksi otot Rahim. Nyeri ini dapat terjadi kapan saja dan paling sering muncul pada usia wanita 21 sampai 30 tahunan (Setyowati, 2018).

2.2.3 Tanda dan gejala dismenore

Setiap remaja wanita akan memiliki tanda dan gejala dismenore yang dirasakan saat mengalami menstruasi, gejala yang timbul pada setiap remaja wanita tentu saja berbeda. yang paling umum yaitu nyeri abdomen bagian bawah serasa tertusuk-tusuk, kram pada abdomen hingga merasakan hal kaku pada bagian abdomen, sakit punggung yang menjalar, pusing hingga menyebabkan mual muntah, sampai terjadi diare (Lusianah Meinawati, 2021).

Ada beberapa tanda dan gejala dismenore menurut (Lusianah Meinawati, 2021) diantaranya.

1. Dismenore primer
 - a. Usia muda 15-25 tahun.
 - b. Timbul karena menstruasi yang teratur.
 - c. Nyeri timbul saat menjelang menstruasi dan meningkat ketika menstruasi hari pertama.
 - d. Tidak berhubungan dengan penyakit kelamin.
 - e. Terjadi pada saat ovulasi.
 - f. Sering memberikan respon terhadap pengobatan herbal.
 - g. Disertai dengan muntah, diare, nyeri abdomen, kram, dan pusing.
2. Dismenore sekunder
 - a. Usia tua 25-30 tahun keatas.
 - b. Timbul setelah 2 tahun siklus menstruasi teratur.

- c. Nyeri timbul saat menstruasi terjadi bersamaan dengan keluarnya darah.
- d. Berhubungan dengan penyakit kelamin.
- e. Tidak ada hubungan dengan ovulasi.
- f. Memerlukan tindakan operatif.

2.2.4 Faktor yang mempengaruhi dismenore.

Menurut (Irianti, 2018) ada beberapa faktor yang mempengaruhi dismenore diantaranya:

1. Faktor hormonal

Faktor hormonal dikaitkan dengan meningkatnya produksi hormone progesterone. hormon progesterone dihasilkan oleh jaringan ikat (corpus luteum) jika hormone tersebut sudah cukup tinggi akan memicu dismenore, estrogen merupakan hormone yang dihasilkan oleh ovarium untuk merangsang pelepasan prostaglandin oleh Rahim.

2. Faktor psikis

Faktor psikis kini belum diketahui secara pasti apakah ada hubungannya dengan terjadinya dismenore, namun ada beberapa faktor yang bisa menjadi pendukung penyebab terjadinya dismenore adalah psikologi yang sering terjadi pada remaja dan kalangan ibu – ibu yang memiliki tingkat emosi yang tinggi tidak stabil hal tersebut menjadi salah faktor yang menimbulkan dismenore.

3. Riwayat keluarga

Riwayat penyakit sebelumnya pada keluarga, riwayat medis yang sudah lama ada dan dimiliki oleh anggota keluarga di masa lalu menjadi salah satu faktor terjadi dismenore karna bawaan atau turunan dari keluarga sebelumnya.

4. Olahraga

Gerekan tubuh atau fisik dihasilkan otot yang memerlukan energy untuk merangkai gerakan sebagai penunjang.

5. Usia menarche

Dari usia 12-14 tahun menstruasi sudah dimulai kelancaran menstruasi tergantung dari beberapa faktor yaitu faktor kesehatan wanita, pola hidup, gizi, berlanjut sampai usia 50 tahun.

6. Siklus menstruasi

Siklus menstruasi yaitu jangka waktu wanita pada waktu menstruasi terakhir ke hari pertama menstruasi. pada umumnya siklus menstruasi terjadi setiap 28 hari, ada pula yang tidak sampai 28 hari hanya sampai pada 21 hari, dan waktu paling lama 30 hari.

2.3 Konsep nyeri

2.3.1 Definisi nyeri

Nyeri adalah suatu sensasi rumit, unik, universal, yang bersifat individual, dikatakan individual karena respon setiap individu beragam dan unik, dan setiap individu mengartikan nyeri berbeda-beda. Walaupun demikian ada satu kesamaan dalam mengartikan nyeri yaitu merupakan

suatu sensasi yang tidak menyenangkan baik secara sensori dan emosional, sehingga setiap individu merasa menderita terhadap nyeri yang mengakibatkan terganggunya aktivitas sehari-hari (Asmadi, 2018).

Nyeri merupakan sensori dan emosional yang menyebabkan setiap individu yang mengalaminya merasa tidak nyaman, keadaan ini bisa mempengaruhi psikis pada individu karena disebabkan oleh emosi yang tinggi sehingga memicu sakit kepala. nyeri setiap individu memiliki toleransi yang berbeda-beda, nyeri yang timbul dikarenakan adanya rangsangan mekanisme kimiawi, atau fisis (kalor, kelistrikan) yang dapat menimbulkan kerusakan jaringan. Zat yang merangsang menjadi salah satu pemicu nyeri yaitu histamine, bradikinin, leukotriene dan prostaglandin (Tjay, 2017).

2.3.2 Jenis nyeri

Menurut (Tjay, 2017) nyeri dibagi menjadi 5 jenis:

- 1) Nyeri akut merupakan nyeri yang terjadi secara mendadak dan memberikan respon terhadap pengobatan.
- 2) Nyeri kronik merupakan nyeri yang menetap kurang lebih 6 bulan dan sulit untuk dikendalikan dengan pengobatan farmakologi dan non farmakologi.
- 3) Nyeri superfisial merupakan nyeri yang berasal dari permukaan atas kulit dan selaput mukosa.
- 4) Nyeri somatic merupakan nyeri dari otot rangka, ligament, dan sendi.

- 5) Nyeri visceral juga bisa disebut nyeri dalam merupakan nyeri yang berasal dari otot polos dan organ.

2.3.3 Faktor – faktor yang mempengaruhi nyeri

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi nyeri menurut (Hawks et al. 2014) yaitu:

1. Persepsi nyeri

Persepsi nyeri setiap individu dalam menerima dan mengartikan nyeri sesuai pengalaman masing – masing.

2. Usia

Usia dapat merubah persepsi dalam pengalaman nyeri.

3. Jenis kelamin

Jenis kelamin wanita sangat sering mengeluh merasakan nyeri.

4. Kecemasan

Kecemasan menjadi salah satu meningkatkan persepsi nyeri, dan nyeri juga menyebabkan timbulnya rasa cemas.

5. Perhatian

Perhatian dari seseorang dapat mempengaruhi persepsi nyeri yang dirasakan.

2.3.4 Tanda dan gejala nyeri

Ada bermacam – macam perilaku yang tercermin pada seseorang yang mengalami nyeri. Secara umum didapatkan respon :

- 1) Suara : suara merintih, menangis, dan menarik atau

menghembuskan nafas.

- 2) Ekspresi wajah : menekuk muka, mengkerutkan alis , menggigit lidah, tertutupnya mulut mata secara rapat, menggigit bibir.
- 3) Pergerakan tubuh : mondar – mandir, gelisah, memegang bagian tubuh yang sakit, gerakan menggosok, dan otot tegang.
- 4) Interaksi social : menghindari segala kontak social dan berfokus pada aktivitas yang sedang dilakukan.

2.3.5 Skala pengukuran nyeri

Ada beberapa para ahli menerangkan mengenai skala pengukuran nyeri yaitu:

a. FPRS (Faces Pain Rating Scale)

FPRS adalah pengukuran skala nilai numeric dengan model gambar kartun dan rentang nilai numeric dari 0 sampai 5. Skala ini biasanya digunakan untuk mengukur nyeri rasa nyeri pada anak.



Gambar 1. Skala intensitas nyeri faces pain rating scale

Keterangan :

0 : tidak menyakitkan

1 : sedikit menyakitkan

2 : lebih menyakitkan

3 : lebih menyakitkan lagi

4 : jauh lebih menyakitkan lagi

5 : benar – benar menyakitkan

b. NRS (Numeric Rating Scale)

Pengukuran skala nyeri menggunakan NRS (Numeric rating scale) merupakan alat ukur untuk mengkaji nyeri menggunakan nilai 0 sampai 10, nilai 0 mewakili ujung kontinum nyeri yaitu tidak ada rasa sakit dan nilai 10 mewakili kondisi nyeri yang sangat ekstrim (Raimonda, 2019).



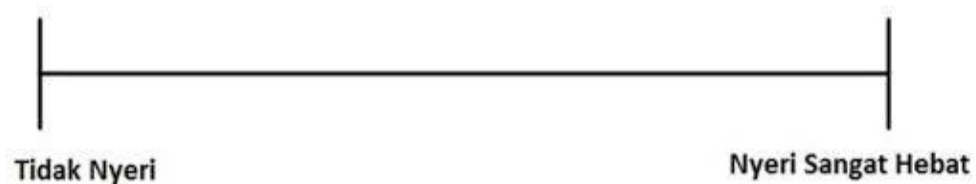
Gambar 2. Skala intensitas nyeri numeric rating scale

Keterangan :

a. 0 (tidak nyeri) : tidak ada keluhan nyeri.

- b. 1 – 3 (nyeri ringan) : ada nyeri tetapi masih bisa ditahan.
 - c. 4 – 6 (nyeri sedang) : ada nyeri yang mulai menjalar masih bisa ditahan.
 - d. 7 – 9 (nyeri berat) : ada nyeri yang mulai menjalar dan membuat beberapa bagian tubuh nyeri untuk digerakkan.
 - e. 10 (nyeri sangat hebat) : tidak dapat beraktivitas , terkadang bisa sampai pingsan.
- c. VAS (Visual Analog Scale)

Skala ini adalah berupa garis horizontal sepanjang 10 cm. Skala ini dapat dipersepsikan sebagai berikut :



Gambar 3. Skala intensitas nyeri visual analog scale

Keterangan :

0 : tidak ada nyeri

1-2 : nyeri ringan

3-4 : nyeri sedang

5-6 : nyeri berat

7-8 : nyeri sangat hebat

9-10 : nyeri buruk sampai tidak tertahankan

2.4 Konsep Kunyit

2.4.1 Definisi Kunyit

Curcuma longa sering dikenal sebagai kunyit merupakan tanaman yang banyak tumbuh di sebagian daerah Asia Timur ekstensif dapat dipakai menjadi pengharum aroma terapi, pewarna makanan, dan obat herbal. Kunyit juga tergolong sebagai bahan rempah dan bahan dasar pembuatan obat herbal dikarenakan kunyit dapat melawan penyakit seperti empedu, batuk, sedangkan di China kunyit sebagai obat untuk masalah yang berhubungan dengan perut dan penyakit kuning (ChuYuanShan,YoppiIskandar, 2018).



Gambar 4. Kunyit (*Curcuma longa* linn)

Secara morfologi akar kunyit berbentuk panjang dan bulat dengan ukuran diameter sekitar 1-2 cm, serta panjangnya 3-6 cm. Kunyit bisa menyiapkan tunas baru yang akan dikembangkan menjadi tanaman baru, tangkai bunga kunyit bersisik, memiliki rambut, kelopak bunga berbentuk tabung berukuran 9-13 cm (ChuYuanShan,YoppiIskandar, 2018).

2.4.2 Taksonomi Kunyit

Secara umum kunyit (*curcuma longa*) memiliki taksonomi yaitu :

Kingdom	: plantae
Divisio	: spermatophyte
Sub-divisio	: angiospermmae
Kelas	: monocotyledoneae
Ordo	: zingiberales
Famili	: zingiberaceae
Genus	: curcuma
Species	: curcuma domestica

2.4.3 Kandungan Kunyit

Menurut Dinas Kominfo Medan 2021 mengandung senyawa khasiat yaitu kurkuminoid yang terdiri dari kurkumin, desmetoksikumin, bisdesmetoksikurkumin, dan zat manfaat lainnya : kurkumin : R1=R2= OCH₃ 10%, desmetoksikumin : R1= OCH₃, R2= H 1-5%, bisdesmetoksikurkumin : R1= R2= H sisanya minyak asiri/volatile oil (keton sesquiterpen), turmeron, tumeon 60%, zingiberen 25%, felandren, sabinen, borneol dan sineil), lemak 1-3%, karbohidrat 3%, protein 30%, pati 8%, vitamin C 45-55%, garam mineral (zat besi, fosfor, dan kalsium).

Kunyit memiliki kandungan minyak esensial yang diproduksi dengan cara membuang lapisan atas rimpang kunyit melalui distilasi uap yang mengandung α -phellandrene (1%), zingiberene (25%), sesquiterpinur (53%), sabinene (0,6%), cineol (1%), borneol (0,5%), dan zingiberene (1%). Kurkumin (diferuloylme-thane) (3-4%) merupakan komponen aktif yang berguna untuk menghasilkan warna kuning , terdiri dari kurkumin I (94%), kurkumin II (6%), kurkumin III (0,3%) (ChuYuanShan,YoppiIskandar, 2018).

Mengonsumsi air rebusan kunyit dan menjadikan kunyit sebagai jamu herbal untuk mendapatkan banyak manfaat bagi tubuh, takaran yang bisa dipakai sebagai obat sebaiknya 1 – 2,5 mg per hari. Pemberian jamu herbal kunyit yaitu 1 kali sehari dengan takaran 100 ml.

2.4.4 Manfaat Kunyit

Secara umum kunyit memiliki manfaat yang sering digunakan sebagai bumbu dapur, pewarna, lulur kecantikan, dan membantu nafsu makan anak bertambah. Dalam bidang kesehatan kunyit berperan sebagai antioksidan, antitumor, antikanker, antimikroba, antiracun, dan secara tradisional kunyit untuk mengatasi penyakit yang disebabkan oleh mikroba parasit, cacar, gigitan serangga, diare, sembelit, kembung, asma, gangguan pencernaan, gatal-gatal, dan mengurangi rasa nyeri (Kemenkes. 2022)

Kandungan vitamin C dan E pada kunyit yang cukup tinggi dapat mencegah oksigen masuk berlebih pada tubuh yang menyebabkan masuk angin, dan untuk kandungan antioksidan yang tinggi dipercaya dapat menurunkan kolesterol, penyempitan arteri, dan mencegah penyakit serangan jantung mendadak (KarmilaBrKaban,HerlinaSinaga. 2019).

2.4.5 Pembuatan Minuman Kunyit

Bahan – bahan :

- a) Kunyit 100 gr
- b) Gula merah 50 gr
- c) Gula pasir 1-2 sendok
- d) Air 800 ml

Cara pembuatan :

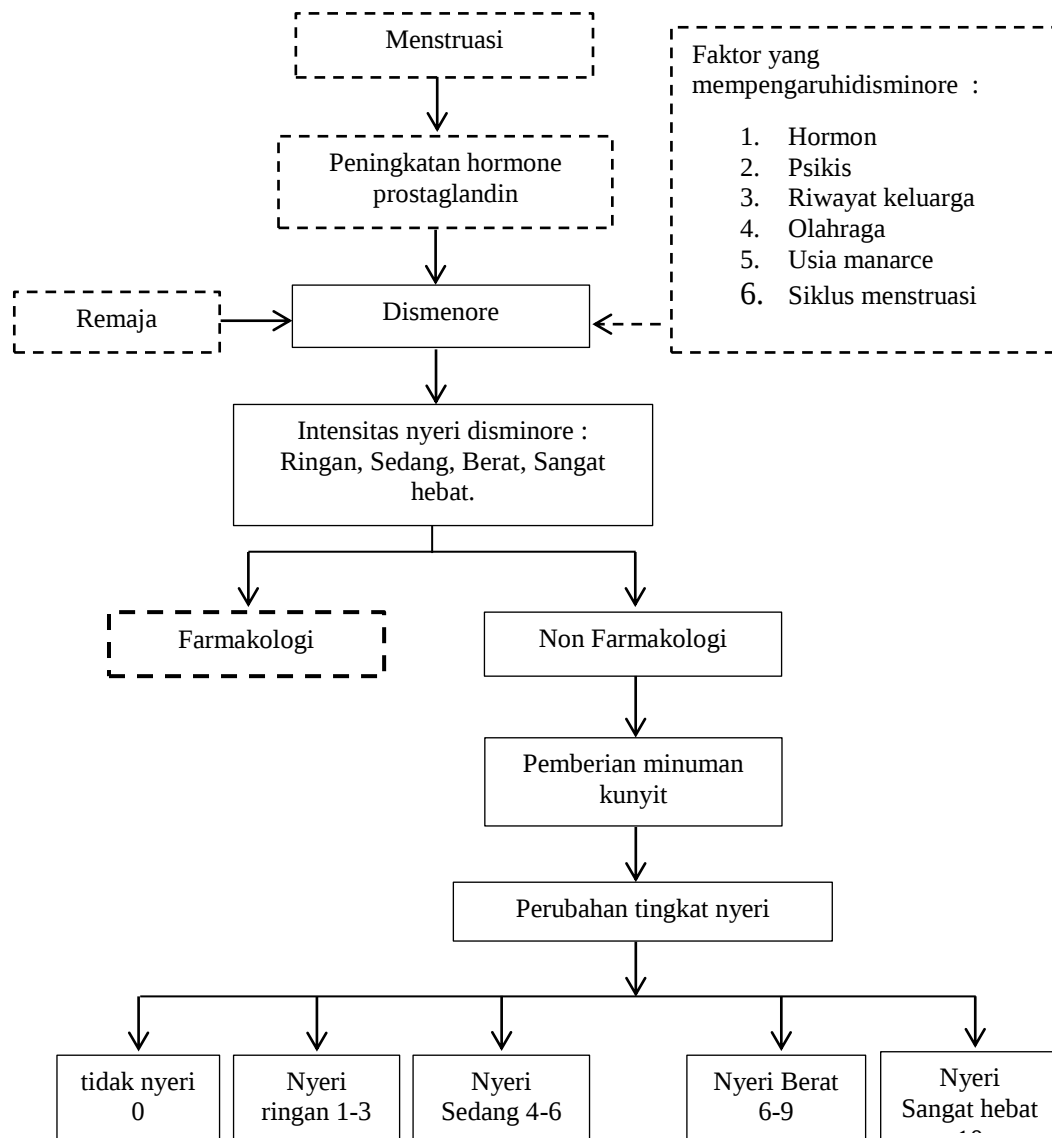
1. Cuci kunyit hingga bersih.
2. Haluskan kunyit dengan cara diparut atau di tumbuk.

3. Campurkan hasil parutan kunyit dengan air.
4. Ambil sari kunyit dengan cara di saring.
5. Kemudian campurkan semua bahan.
6. Rebus hingga air mendidih, angkat dan dinginkan.
7. Minuman kunyit siap disajikan, bisa dikonsumsi dengan suhu ruang dan dingin.

BAB 3

KERANGKA KONSEP

3.1 Kerangka Konsep



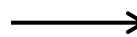
Keterangan :



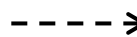
: variabel yang diteliti



: variabel yang tidak diteliti



: pengaruh yang diteliti



: pengaruh yang tidak diteliti

Gambar 3.1 Kerangka konsep pengaruh pemberian minuman kunyit terhadap penurunan skala nyeri haid (*desminore*) pada remaja saat haid hari pertama.

3.2 Hipotesis penelitian

Ha : ada pengaruh pemberian minuman kunyit terdapat penurunan skala nyeri haid (*disminore*) pada remaja saat haid hari pertama.

BAB 4

METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode Quasy Eksperimen dengan rancangan yang meliputi *non equivalent control group* (desain yang menggunakan kelompok perlakuan dan kelompok control) . Pada penelitian ini subjek akan dibagi menjadi dua kelompok yaitu satu kelompok perlakuan dan satu kelompok control yang dilakukan pretest dan posttest, dimana responden akan mengetahui pengaruh pemberian minuman kunyit terhadap penurunan skala nyeri haid (*disminore*) pada remaja saat haid hari pertama, pada siswi kelas VIII di SMP N 01 Tempurejo .

Kelompok	Pretest	Perlakuan	Posttest
Grup perlakuan	X_1	O	Y_1
Grup control	X_2	-	Y_2

Keterangan :

Grup perlakuan : responden yang mendapat perlakuan.

X_1 : pengukuran tingkat nyeri sebelum diberikan perlakuan.

Y_1 : pengukuran tingkat nyeri sesudah diberikan perlakuan.

X_2 : pengukuran tingkat nyeri pada kelompok control (pretest).

Y_2 : pengukuran tingkat nyeri pada kelompok control (posttest).

O : perlakuan pemberian minuman kunyit.

- : tidak ada perlakuan.

4.2 Populasi dan Sampel

4.2.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini 1 angkatan kelas VIII sejumlah 37 siswi di SMPN 01 Tempurejo.

4.2.2 Sampel

Untuk menentukan besar sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus slovin :

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

$$n = \frac{37}{1+37(0,05)^2}$$

$$n = \frac{37}{1+37(0,0025)}$$

$$n = \frac{37}{1+0,0925}$$

$$n = \frac{37}{1,0925}$$

$$n = 34$$

Keterangan :

n : jumlah sampel

N : jumlah populasi

e^2 : tingkat penyimpangan

Total sampel yang digunakan sebanyak 34 siswi kelas VIII, besar sampel yang diberi perlakuan 17 siswi dan yang tidak diberi perlakuan 17 siswi.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan sampel yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Adapun kriteria sampel sebagai berikut :

1. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi merupakan subjek yang memiliki karakteristik dan target untuk diteliti :

- a. Siswi yang mengalami *dismenore* atau nyeri haid pada hari ke 1-3.
- b. Siswi yang bersedia menjadi responden penelitian.

2. Kriteria Eksklusi

- a. Siswi yang tidak mengalami *dismenore* atau nyeri haid.
- b. Siswi yang meminum obat analgesic jenis NSAID (Ibuprofen, Ketoprofen, Diklofenak, Naproxen, Aspirin).
- c. Siswi yang memiliki penyakit lambung, penyakit bawaan, dan penyakit lainnya yang tidak memungkinkan untuk menjadi responden penelitian.
- d. Siswi tidak bersedia menjadi responden penelitian.

4.3 Teknik Sampling

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *purposive sampling* yang merupakan suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang dikehendaki peneliti.

4.4 Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat 2 variabel yaitu :

1) Variabel Independen

Variabel independen dalam penelitian ini adalah “ Minuman Kunyit “ yang diberikan pada siswi yang mengalami dismenore.

2) Variabel Dependen

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah “ Penurunan Skala Nyeri “ pada siswi yang mengalami dismenore

4.5 Tempat penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di SMPN 01 Tempurejo

4.6 Waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret – Juli 2023.

4.7 Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan sebuah uraian tentang batasan variabel dan tentang apa yang akan diukur oleh variabel yang bersangkutan (Notoadmodjo,2010). Pada penelitian ini yang diamati merupakan penurunan skala nyeri, maka variabel dependen dalam penelitian ini adalah “Skala Nyeri”.

Uraian definisi operasional penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut :

Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Hasil ukur	Skala data
Skala nyeri sebelum pemberian minuman kunyit	Nyeri saat menstruasi biasanya dirasakan pada bagian perut bawah.	0 : Tidak nyeri 1-3 : Nyeri ringan 4-6 : Nyeri sedang 6-9 : Nyeri berat 10 : Nyeri sangat hebat	Lembar pengukuran NRS (Numeric Rating Scale)	0 : Tidak nyeri 1-3 : Nyeri ringan 4-6 : Nyeri sedang 6-9 : Nyeri berat 10 : Nyeri sangat hebat	Ordinal
Skala Nyeri sesudah pemberian minuman kunyit	Nyeri saat menstruasi biasanya dirasakan pada bagian perut bawah.	0 : Tidak nyeri 1-3 : Nyeri ringan 4-6 : Nyeri sedang 6-9 : Nyeri berat 10 : Nyeri sangat hebat	Lembar pengukuran NRS (Numeric Rating Scale)	0 : Tidak nyeri 1-3 : Nyeri ringan 4-6 : Nyeri sedang 6-9 : Nyeri berat 10 : Nyeri sangat hebat	Ordinal

4.8 Teknik Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data pada penelitian ini dimulai dari :

Langkah persiapan penelitian :

- 1) Menyusun proposal penelitian.
- 2) Meminta surat study pendahuluan pada Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember, dilanjutkan pengajuan pada bangkesbampol dan dilanjutkan pada Dinas Pendidikan Jember untuk mendapat surat rekomendasi dari Dinas Pendidikan.
- 3) Penelitian akan dilakukan pada siswa di SMPN 01 Tempurejo.
- 4) Menyusun kuesioner yang akan digunakan.
- 5) Melakukan uji etik penelitian saat proposal penelitian sudah disetujui.
- 6) Mempersiapkan rencana dan alat yang diperlukan untuk penelitian.

Langkah penelitian :

- 1) Peneliti meminta ijin untuk melakukan penelitian yang akan dilakukan di SMPN 01 Tempurejo, peneliti menggunakan surat ijin penelitian dari kampus Universitas dr. Soebandi Jember, Bangkeshampol dan Dinas Pendidikan Jember. Peneliti meminta ijin kepada pihak sekolah.
- 2) Melakukan uji etik penelitian saat proposal disetujui.
- 3) Mengumpulkan siswi dengan berkoordinasi dengan guru wali kelas sesuai dengan kriteria.
- 4) Kemudian peneliti menjelaskan tentang penelitian yang akan dilakukan berisi tentang tujuan, manfaat, dan prosedur penelitian.
- 5) Responden mengisi lembar persetujuan untuk menjadi responden.
- 6) Kuesioner pengukuran skala nyeri dibagi pada responden dan peneliti memberikan petunjuk cara pengisian kuesioner, untuk waktu pengisian diberi waktu 5 menit dan dikumpulkan pada peneliti setelah kuesioner sudah terisi.
- 7) Setelah pengisian kuesioner pre-test peneliti memberi minuman kunyit dengan takaran 100cc.
- 8) 3 hari setelah pemberian perlakuan responden mengisi kuesioner posttest untuk pengukuran skala nyeri kembali dengan peraturan yang sama diberi waktu 5 menit dan dikumpulkan pada peneliti.
- 9) Kemudian kuesioner dikumpulkan maka semua data yang masuk akan diolah dan analisa data dari awal sampai akhir dari responden.

4.9 Pengolahan Data

Data yang masuk dari rangkaian kegiatan pengumpulan data akan diproses dengan melakukan pengolahan data (Rinaldi & Mujiyanto, 2017).

Berikut pengolahan data yang dilakukan :

a. Editing

Peneliti melakukan pengecekan kuesioner apakah sudah terisi lengkap, dan jelas.

b. Koding

Peneliti merubah data dari kalimat menjadi data angka, misalnya kategori skala nyeri :

Kode 1 untuk (1-3 nyeri ringan)

Kode 2 untuk (4-6 nyeri sedang)

Kode 3 untuk (6-9 nyeri berat)

Kode 4 untuk (10 nyeri sangat berat)

c. Scoring

Merupakan suatu tahap penilaian pertanyaan yang sudah dilakukan dan jumlah hasil yang di dapat dari pertanyaan responden.

d. Entry

Data yang sudah berbentuk kode angka dimasukan dalam program SPSS, dalam proses ini dituntut ketelitian lebih dari peneliti untuk melakukan *entry*. Jika kurang teliti akan terjadi kesalahan meskipun hanya salah memasukan kode angka saja.

e. Cleaning

Apabila data dari semua responden sudah selesai dimasukkan maka harus di perhatikan kembali untuk memastikan data yang masuk sudah benar.

f. Tabulating

Data yang sudah masuk kemudian akan dimasukan dalam bentuk tabel, usia, lama haid, lama nyeri, hasil pengukuran skala nyeri.

4.10 Teknik Analisa Data

Analisa data digunakan untuk mengetahui hasil dari penelitian dengan menggunakan cara analisa univariat dan analisa bivariate yang berfungsi untuk mengetahui interaksi dua variabel dalam penelitian (Hardani, dkk, 2020) :

1. Analisis Univariat

Analisa univariat merupakan analisa yang menjelaskan variabel – variabel yang ada pada penelitian baik variabel bebas maupun variabel terikat, analisa univariat ini menjelaskan karakteristik responden seperti usia, umur, siklus menstruasi, dan intensitas nyeri dismenore.

2. Analisa Bivariat

Analisa bivariat merupakan analisa yang menjelaskan adanya pengaruh antara variabel bebas dengan variabel terikat, analisa ini dilakukan untuk mengetahui intensitas nyeri pada kelompok perlakuan dan kelompok control. Dalam penelitian ini dapat dikatakan ada pengaruh jika nilai $p\text{-value} < 0.05$. penelitian ini menggunakan uji statistik nonparametric, uji analisis dilakukan dengan uji *Wilcoxon*.

4.10 Instrumen Penelitian

Pada penelitian ini instrumen yang digunakan berupa lembar data umum dan lembar pengukuran skala nyeri NRS (*Numeric Rating Skale*), pada data umum berisi usia, lama haid, lama nyeri, hasil pengukuran skala nyeri haid. NRS (*numeric rating scale*) merupakan pengukuran skala nyeri yang berbentuk horizontal dengan menunjukkan angka dari 0-10, dimana angka 0 menunjukkan tidak ada nyeri dan angka 10 menunjukkan nyeri sangat berat.

4.11 Etika Penelitian

Dalam etika penelitian ini peneliti telah mendapatkan surat rekomendasi dari institusi, untuk mengajukan permohonan ijin pada institusi tempat penelitian. Setelah mendapatkan persetujuan, peneliti menekankan etika sebagai berikut :

a. Lembar Persetujuan (*informed consent*)

Sebelum melakukan penelitian calon responden diberi penjelasan tentang tujuan dan manfaat penelitian, apabila calon responden bersedia maka harus menandatangani lembar persetujuan dan jika responden menolak untuk mengikuti penelitian maka peneliti tidak boleh memaksa.

b. Tanpa Nama (*anonymity*)

Peneliti tidak boleh mencantumkan nama untuk menjaga kerasiaan responden, peneliti akan menggunakan huruf inisial atau kode angka pada lembar pengumpulan data.

c. Kerahasiaan (*confidentiality*)

Peneliti menjamin kerahasiaan yang di informasikan oleh responden dan semua data yang masuk.

d. *Self Determination*

Jika responden bersedia ataupun tidak untuk mengikuti penelitian peneliti harus tetap menghormati keputusan responden.

e. Keuntungan (*beneficience*)

Dalam pemberian minuman kunyit memberi keuntungan kepada responden untuk mengurangi nyeri dismenore.

f. Keadilan (*justice*)

Responden mendapat perlakuan yang sama dengan diberikan minuman kunyit .

BAB 5

HASIL PENELITIAN

Pada bab ini peneliti akan menguraikan hasil pengumpulan data dan analisa tentang “Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid (Disminore) Pada Remaja Saat Haid Hari Pertama”. Hasil pengumpulan data yang meliputi tentang data umum dan data khusus.

5.1 Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMPN 01 Tempurejo yang terletak di kecamatan tempurejo, kabupaten jember, jawa timur. sekolah tersebut merupakan sekolah menengah pertama dengan letak geografisnya di tengah-tengah pemukiman warga kebun Glantangan PTPN XII.

SMPN 01 Tempurejo memiliki fasilitas meliputi 15 ruang kelas, ruang kepala sekolah, ruang guru, ruang BK, perpustakaan, laboratorium, lab TIK, kantin, kamar mandi, mushola, aula dan UKS.

5.2 Data Umum

Pada data umum ini menjelaskan karakteristik remaja dan data penelitian, dijelaskan sebagai berikut :

5.2.1 Karakteristik Remaja Berdasarkan Usia

Tabel 5.1 Karakteristik Remaja Berdasarkan Usia Di SMPN 01 Tempurejo tahun 2023

Usia	Frekuensi	Persentase
13 tahun	3	8.8%
14 tahun	26	76.5%
15 tahun	5	14.7%
Jumlah	34	100%

Sumber : Data Demografi Usia Siswi SMPN 01 Tempurejo

Berdasarkan tabel 5.1 diketahui bahwa semua total responden sejumlah 34 remaja putri, dengan usia responden hampir seluruhnya berumur 14 tahun, yakni berjumlah 26 responden (76.5%).

5.2.2 Karakteristik Remaja Berdasarkan Munculnya Nyeri Disminore

Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Munculnya Nyeri Disminore tahun 2023

Munculnya Nyeri	Frekuensi	Persentase
Sebelum Menstruasi	9	26.5%
Saat menstruasi	25	73.5%
Jumlah	34	100%

Sumber : Data Demografi Lembar Pengukuran Skala Nyeri

Berdasarkan tabel 5.2 diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami nyeri saat menstruasi berjumlah 25 (73.5%) responden.

5.2.3 Karakteristik Remaja Berdasarkan Lama Menstruasi

Tabel 5.3 Karakteristik Remaja Berdasarkan Lama Menstruasi
Tahun 2023

Lama Menstruasi	Frekuensi	Persentase
≥ 7 hari	8	23.5%
≤ 7 hari	26	76.5%
Jumlah	34	100%

Sumber : Data Demografi Lembar Pengukuran Skala Nyeri

Berdasarkan tabel 5.3 dapat diketahui hampir seluruhnya responden lama menstruasi ≤ 7 hari sejumlah 26 (76.5%) responden.

5.3 Data Khusus

Pada data khusus ini menganalisis data dengan menggunakan uji non parametric yaitu menggunakan uji *wilxoson sign rank test* untuk mengetahui pengaruh pemberian minuman kunyit terhadap penurunan skala nyeri disminore pada remaja, untuk hasil penelitian ini bisa dilihat pada tabel berikut :

5.3.1 Mengidentifikasi Skala Nyeri Haid (disminore) Sebelum Diberi Minuman Kunyit Pada Siswi SMPN 01 Tempurejo

Tabel 5.4 Pengukuran Skala Nyeri Disminore Pada Siswi SMPN 01 Tempurejo Sebelum Diberi Minuman Kunyit.

Skala Nyeri Disminore	Frekuensi	Persentase
Tidak Nyeri	-	-
Nyeri Ringan	4	23.5%
Nyeri Sedang	7	41.2%
Nyeri Berat	4	23.5%
Nyeri Sangat Hebat	2	11.8%
Jumlah	17	100%

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 5.4 diketahui bahwa hampir setengah responden mengalami nyeri sedang sebelum diberikan minuman kunyit, yaitu 7 (41.2%) responden.

5.3.2 Mengidentifikasi Skala Nyeri Haid (disminore) Sesudah Diberi

Minuman Kunyit Pada Siswi SMPN 01 Tempurejo

Tabel 5.5 Pengukuran Skala Nyeri Disminore Pada Siswi SMPN 01 Tempurejo Sesudah Diberi Minuman Kunyit

Skala Nyeri Disminore	Frekuensi	Persentase
Tidak Nyeri	9	52.9%
Nyeri Ringan	6	35.3%
Nyeri Sedang	2	11.8%
Nyeri Berat	-	-
Nyeri Sangat Hebat	-	-
Jumlah	17	100%

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 5.5 diketahui bahwa sebagian besar responden sudah tidak mengalami nyeri disminore, yaitu 9 (52.9%) responden.

5.3.3 Menganalisis Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit

Terhadap Penurunan Skala Nyeri Disminore Pada Remaja di SMPN 01 TEMPUREJO

Tabel 5.6 Pengukuran Skala Nyeri Sebelum Dan Sesudah Diberi Minuman Kunyit

	Mean	Std.Deviation	Std.Error	p-value
Skala nyeri sebelum diberi minuman kunyit	3.23	0,970	0,235	
Skala nyeri sesudah diberi minuman kunyit	1.58	0,712	0,172	0,000
Selisih	1,65	0,258	0,063	

Berdasarkan tabel 5.6 menunjukkan skala nyeri haid (disminore) sebelum diberikan minuman kunyit hampir setengah responden mengalami nyeri sedang dengan jumlah 7 (41.2%) responden dan sesudah diberi minuman kunyit sebagian besar tidak mengalami nyeri disminore dengan jumlah 9 (52.9%) responden.

Hasil uji statistic non parametric *Wilcoxon Signed Ranks* menggunakan SPSS (Data SPSS Terlampir) terdapat Asymp sig 2-tailed dengan nilai p-value 0,000 yang artinya nilai $< 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat diartikan bahwa ada pengaruh pemberian minuman kunyit terhadap penurunan skala nyeri haid (disminore) pada remaja saat haid hari pertama di SMPN 01 Tempurejo.

BAB 6

PEMBAHASAN

6.1 Hasil Identifikasi Skala Nyeri Disminore Sebelum Pemberian Minuman Kunyit

Berdasarkan tabel 5.4 dapat diketahui bahwa pengukuran skala nyeri disminore sebelum diberi minuman kunyit yaitu hampir setengah responden mengalami nyeri disminore dengan skala nyeri sedang, yaitu 7 (41.2%) responden. Remaja putri pada saat menstruasi sering kali merasakan nyeri dari nyeri ringan sampai sangat nyeri yang mengakibatkan gangguan pada proses belajar di sekolah, gangguan istirahat, dan aktivitas lainnya. Sebelum diberikan minuman kunyit terdapat nilai mean 3.23 dengan nilai standar deviasi 0,970 hal ini terjadi karena pada awal menstruasi hari 1-3 prostaglandin meningkat sehingga terjadi kontraksi pada myometrium dan pembuluh darah mengalami penyempitan, terjadi iskemia pada endometrium, pendarahan atau peluruhan, dan merasakan nyeri (Hamdayani, 2018).

Menurut (Raimonda, 2019) skala nyeri sebelum pemberian minuman kunyit dengan menggunakan alat ukur NRS (*Numeric Rate Scale*) untuk mengkaji nyeri menggunakan nilai 0 sampai 10, nilai (0) mewakili ujung kontinum nyeri yaitu tidak ada rasa nyeri, (1-3) nyeri ringan, (4-6) nyeri sedang, (7-9) nyeri berat, dan nilai (10) mewakili kondisi nyeri yang sangat ekstrim yaitu nyeri sangat hebat (Raimonda, 2019). Pengukuran dilakukan pada siswi angkatan kelas 8 di SMPN

01 Tempurejo, dapat diketahui pada kelompok perlakuan sebelum diberikan minuman kunyit memiliki nilai rata-rata 3,23 dengan nilai standar deviasi 0,970, dan skala nyeri terdapat nyeri ringan 4 (23.5%), nyeri sedang 7 (41.2%), nyeri berat 4 (11.8%) dan nyeri sangat hebat 2 (5.9%). Dalam penelitian ini juga mendapatkan data objektif pada responden yaitu responden kurang fokus saat komunikasi, beraktifitas kurang nyaman. Hal ini terjadi karena prostaglandin meningkat yang menyebabkan kontraksi kuat pada myometrium dan pembuluh darah menjadi sempit, baru terjadi iskemia pada endometrium, pendarahan, dan nyeri saat menstruasi (Hamdayani, 2018).

Hasil penelitian berdasarkan usia responden adalah usia terbanyak 14 tahun dengan jumlah 26 siswi, usia termuda 13 tahun dengan jumlah 3 siswi, dan usia tertua 15 tahun dengan jumlah 5 siswi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa usia muda lebih beresiko mengalami disminore karena baru mengalami menstruasi dimana leher Rahim masih sempit, sedangkan perempuan usia lebih tua sudah mengalami menstruasi dalam jangka waktu cukup lama yang menyebabkan leher Rahim bertambah lebar sehingga disminore sudah jarang terjadi (Dita, 2011). Pada penelitian ini hampir seluruh responden mengalami disminore atau nyeri haid saat menstruasi dengan jumlah 25 (73.5%) responden, banyaknya siswi yang mengalami disminore disebabkan oleh siswi yang kurang pengetahuan dan kurangnya informasi tentang penanganan nyeri disminore.

Dari hasil penelitian didapatkan kapan muncul nyeri disminore terjadi, saat menstruasi terdapat 25 siswi (73.5%), sebelum menstruasi 9 siswi (26.5%) dari hasil penelitian ini dijelaskan bahwa nyeri disminore banyak terjadi pada

perempuan saat menstruasi terjadi yaitu pada hari 1 sampai ke 3. Hal tersebut terjadi karena produksi progesterone meningkat, prostaglandin yang diproduksi berlebihan maka dapat menimbulkan rasa nyeri. Sedangkan hasil penelitian dari lama menstruasi yaitu, lama menstruasi ≥ 7 hari berjumlah 8 siswi (23.5%) dan lama menstruasi ≤ 7 hari berjumlah 26 siswi (76.5%) maka dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa lama menstruasi menjadi salah satu faktor resiko terjadinya disminore (Teguh Asroyo, 2019).

Berdasarkan uraian diatas peneliti berpendapat bahwa faktor resiko dari disminore pada siswi SMPN 01 Tempurejo adalah usia dan lama menstruasi, penderita nyeri disminore terjadi pada siswi usia muda. Meningkatnya produksi progesteron terjadi pada hari 1 sampai hari ke 3, untuk lama menstruasi terjadi kurang dari 7 hari.

6.2 Hasil Identifikasi Skala Nyeri Disminore Sesudah Pemberian Minuman Kunyit

Berdasarkan tabel 5.5 dapat diketahui bahwa terdapat penurunan skala nyeri disminore sesudah diberi minuman kunyit, sebagian besar responden sudah tidak mengalami nyeri disminore yaitu 9 (52.9%) responden. penelitian terhadap 17 responden kelompok perlakuan dengan intervensi pemberian minuman kunyit sebelum diberikan intervensi memiliki nilai rata-rata 3.23, dan setelah dilakukan intervensi nilai rata-rata menjadi 1.58, dengan skala tidak nyeri 9 (52.9%), nyeri ringan 6 (35.3%), nyeri sedang 2 (11.8%), yang diartikan bahwa dalam penelitian ini skala nyeri mengalami penurunan. Dari hasil sesudah pemberian minuman

kunyit skala nyeri menurun pada remaja putri, hal ini disebabkan karena kunyit memiliki kandungan bahan aktif alami yang dapat menurunkan reaksi kontraksi yang berlebihan serta mengurangi stress emosional yang berkerja melalui system saraf otonom (Marsaid, et.all, 2017).

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa minuman kunyit ada pengaruh terhadap penurunan skala nyeri pada remaja putri, dalam penelitian ini juga mendapatkan data objektif pada responden yaitu responden bisa berkomunikasi dengan baik, nyeri yang sudah berkurang, dapat beraktifitas dengan nyaman. Menurut (Raimonda, 2019) menjelaskan skala nyeri 1-3 masuk dalam kategori sebagai nyeri ringan dengan ciri-ciri adanya rasa nyeri tetapi bisa ditahan, masih bisa beraktifitas, bisa sekolah dan konsentrasi dalam mengikuti kelas. Penanganan disminore ada beberapa cara yang bisa dilakukan yaitu dengan terapi farmakologi dan non farmakologi, terapi farmakologi dengan meminum obat-obatan yang bisa mengurangi nyeri dan untuk non farmakologi yaitu salah satunya dengan meminum minuman kunyit. Terapi non farmakologi tidak membutuhkan dana yang banyak, untuk membuat minuman kunyit juga cukup mudah dan untuk bahan-bahannya sendiri sangat mudah ditemukan karna bahan yang digunakan ada disekitar kita. Dalam minuman kunyit ada kandungan kurkuminoid (kurkumin) yang bisa mengurangi keluhan nyeri disminore, kurkumin yang terkandung dalam kunyit akan menghambat cyclooxygenase sehingga dapat mengurangi atau menghambat terjadinya inflamasi dan kontraksi uterus yang menghambat produksi prostaglandin yang dapat diperantarai melalui penghambatan aktifitas enzim sikloosigenase (Novi, 2015).

Dengan adanya pengetahuan dan penambahan informasi yang disampaikan kepada responden dengan jelas, baik dan mudah dipahami akan menciptakan perubahan tentang cara penangan disminore dengan meminum minuman kunyit untuk menurunkan skala nyeri disminore yang awalnya tinggi menjadi rendah. Dalam menjelaskan kandungan kunyit dan reaksinya dalam penanganan nyeri disminore maka akan memberi responden pengetahuan sehingga memiliki pengetahuan cukup untuk menangani masalah disminore yang dihadapi dengan baik.

6.3 Analisis Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid (Disminore) Pada Remaja

Berdasarkan hasil tabel 5.4 dan 5.5 dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap pengukuran skala nyeri sebelum dan sesudah diberi minuman kunyit. Diketahui hampir setengah responden mengalami nyeri ringan sebelum diberi minuman kunyit yaitu 7 (41.2%) responden, dan sebagian besar sudah tidak mengalami nyeri disminore sesudah diberi minuman kunyit yaitu 9 (52.9%) responden. Hasil analisa data menggunakan uji Wilcoxon pada variabel skala nyeri didapatkan nilai sebesar 0,000 yang artinya terdapat peningkatan terhadap penurunan skala nyeri disminore pada siswi di SMPN 01 Tempurejo sebelum dan sesudah diberikan minuman kunyit. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan pemberian minuman kunyit terhadap penurunan skala nyeri haid (disminore) pada remaja saat haid hari pertama, setelah diuji efektivitasnya dengan membandingkan sebelum pemberian minuman kunyit dan sesudah pemberian minuman kunyit dapat diketahui bahwa

dengan nilai rata-rata sebelum 3,23 dan sesudah memiliki nilai rata-rata 1,58 sehingga didapat nilai selisih 1,65 yang terbukti bahwa minuman kunyit dapat menurunkan skala nyeri disminore pada siswi di lingkungan sekolah SMPN 01 Tempurejo.

Hal ini terjadi dikarenakan kunyit memiliki kandungan dan senyawa yang dapat menurunkan nyeri disminore, menurut Dinas Kominfo Medan 2021 minuman kunyit mengandung mengandung senyawa khasiat yaitu kurkuminoid yang terdiri dari kurkumin, desmetoksikumin, bisdesmetoksikurkumin, dan zat manfaat lainnya : kurkumin : R1=R2= OCH₃ 10%, desmetoksikumin : R1= OCH₃, R2= H 1-5%, bisdesmetoksikurkumin : R1= R2= H sisanya minyak asiri/volatile oil (keton sesquiterpen), turmeron, tumeon 60%, zingiberen 25%, felandren, sabinen, borneol dan sineil), lemak 1-3%, karbohidrat 3%, protein 30%, pati 8%, vitamin C 45-55%, garam mineral (zat besi, fosfor, dan kalsium). Dalam minuman kunyit kurkuminoid (kurkumin) yang bisa mengurangi keluhan nyeri disminore, kurkumin yang terkandung dalam kunyit akan menghambat cyclooxygenase sehingga dapat mengurangi atau menghambat terjadinya inflamasi dan kontraksi uterus (ChuYuanShan, YoppilIskandar,2018). Berdasarkan data dari IOT (Iindustri Obat Tradisional) menyatakan bahwa terdapat 40% masyarakat memanfaatkan kunyit sebagai obat tradisional dan terdapat 10% masyarakat menggunakan kunyit sebagai obat untuk mengurangi rasa nyeri saat mentruasi (Sutrisno, 2022).

6.4 Keterbatasan Penelitian

Dalam melakukan penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu responden yang tiba-tiba tidak sekolah sehingga peneliti mengulang penelitian dari hari pertama menstruasinya.

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa dan pembahasan maka kesimpulan dari penelitian ini sebagai berikut :

1. Hasil pengukuran skala nyeri disminore pada siswi kelas 8 di SMPN 1 Tempurejo sebelum diberikan minuman kunyit hampir setengah responden ada di kategori skala nyeri ringan.
2. Hasil pengukuran skala nyeri disminore pada siswi kelas 8 di SMPN 1 Tempurejo sesudah diberikan minuman kunyit sebagian besar responden di kategori tidak nyeri.
3. Ada pengaruh pemberian minuman kunyit terhadap penurunan skala nyeri haid (disminore).

7.2 Saran

Berdasarkan pembahasan dan kesimpulan di atas, maka saran yang dapat diberikan sebagai berikut :

7.2.1 Bagi Peneliti

Dari hasil penelitian yang sudah dijelaskan peneliti selanjutnya diharapkan bisa melakukan penelitian tentang disminore pada remaja dengan minuman herbal lainnya, dan bisa lebih baik lagi.

7.2.2 Bagi Institusi Kesehatan

Dari hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi refrensi dalam pembelajaran dan menjadi sumber informasi di ilmu keperawatan. Pada penelitian ini dapat dilakukan dengan bahan herbal lainnya dan dengan beberapa jenis disminore.

7.2.3 Bagi Masyarakat

Dengan adanya penelitian ini diharapkan masyarakat mampu memahami dan menambah pengetahuan dalam menangani nyeri haid (disminore) yaitu dengan terapi non farmakologi menggunakan rebusan kunyit.

DAFTAR PUSTAKA

- A., G. M. (2018). vol. 10 no 2. *Psikologi Perkembangan Masa Remaja*, 61-75.
- Aeni Rezkiyanti, R. (2022). Efektifitas Minuman Kunyit Asam Sebagai Terapi Dismenore Primer Terhadap Penurunan Skala Nyeri. *Volume 3 No 2 (2022) November:59-64*, 3, 59-64.
- Aeni Rezkiyanti, R. (2022, november). Vol 3 no 2 2022 november. *Efektivitas Minum Kunyit Asam Sebagai Terapi Dismenore Primer Terhadap Penurunan Skala Nyeri*, 59-64.
- Aeni Rezkiyanti, R. (2022, november). volume 3 No 2 (2022) November. *Efektivitas Minuman Kunyit Asam Sebagai Terapi Disminore Primer Terhadap Penurunan Skala Nyeri*, 3, 59-64.
- Ari, D. d. (2015). *Tanaman Obat Tradisional 1*. Yogyakarta: kansius.
- Cut. (2021, April). Vol.7,April 2021. *Pengaruh Kunyit Asam*, 222-228.
- Cut Nur Baiti, A. N. (2021, April). vol 7,No.2.April 2021. *Kunyit Asam Mengurangi Nyeri Haid Pada Remaja Putri*, 222-228.
- Diananda, A. (2018). vol. 1 no 1 januari. *Psikologi Remaja Dan Permasalahannya*, 116-133.
- Eka Rahmadhayanti, R. A. (2017, november). vol. VIII no 3. *Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Derajat Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di Sma Karya Ibu Palembang*, 369-374.
- Indrayani, N. (2018). vol XII no 5 april. *Efektifitas Ekstra Kunyit Dalam Mengurangi Nyeri Dismenorhea Pada Mahasiswi Di Asrama Akademi Kebidanan Salma Siak*, 165-170.
- Irianti, B. (2018, oktober). vol. XII no 10. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Pada Remaja*, 8-13.
- Jusni, K. A. (2022). vol 4 no. 1 may 2022. *Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Kejadian Dismenore Di Kabupaten Bulukumba*, 39-45.
- Khairuni Azrah, C. O. (2022, oktober). vol. 8 No. 2 oktober 2022. *Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Terhadap Penurunan Dismenore Primer Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama Aceh Besar*, 1149-1154.
- Lusianah Meinawati, N. I. (2021). vol. 2 issue 1. *Kompres Hangat Pada Remaja Putri Yang Mengalami Dismenorea Di Lingkungan Pondok Pesantren Hamalatul Qur'an Putri Pare-Kediri*, 30-35.

- Ni Made Ida Damma, K. N. (2020). vol xx, nomor xx. *Pengaruh Minuman Kunyit Dan Madu Terhadap Nyeri Menstruasi (dismenore)*, 1-5.
- Selvy Afrioza, S. S. (2022). vol. 02 no 02, juni 2022. *Pengaruh Minuman Kunyit Asam Untuk Mengatasi Nyeri Haid Pada Remaja Di Desa Sukasari*, 99-108.
- Siti Novy Romlah, F. F. (2021, september). Vol 5 No 2, September 2021. *Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Terhadap Dismenore Pada Remaja Di Majelis Ta'lim Nurul Ikhwan Rt 06/02 Kota Depok*, 94-104.
- Sri Mulia Sari, A. M. (2020, Desember). Volume X no 2 Desember 2020. *Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam Dengan Penurunan Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di MAN 3 PALEMBANG Tahun 2019*, 151-159.
- Suyantii, D. E. (2022, September). vol 5 no 2 september 2022. *Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Haid Pertama (menarche) Pada Siswi Kelas VII di MTS Negeri 7 Sumedang Tahun 2022*, 53-61.
- Tamsuri. (2017). *Kitab Tanaman Berkhasiat Obat 226 Tumbuhan Obat Untuk Penyembuhan Penyakit Dan Kebugaran Tubuh*. Yogyakarta: Octopus Publishing House.
- Teguh Asroyo, T. P. (2019). Vol. 4 No. 1 (2019). *Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Sebagai Terapi Dismenore Terhadap Penurunan Skala Nyeri*, 1-5.
- Thomas. (2018). *Konsep Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta: EGC.
- Wiwit Putrianingsih, S. H. (2021, oktober). Indonesia, 06 oktober 2021. *Hubungan Tingkat Nyeri Dismenore Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswi Keperawatan Semester IV Fakultas Kesehatan Universitas Harapan Bangsa*, 711-716.
- Yilita Elvira Silviani, B. K. (2019). vol 1 februari 2019. *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Terhadap Dismenorea*, 1-9.
- Yusuf. (2015). *A-Z Women Healt & Beuty*. Yogyakarta: C.V Andi Offset.

LAMPIRAN

Lampiran 1.



UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

Jl. Dr. Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,

E-mail : info@uds.ac.id Website : <http://www.uds.ac.id>

FORM USULAN JUDUL PENELITIAN

Nama Mahasiswa : Widia
NIM : 19010178
Usulan Judul Penelitian : Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Terhadap Penurunan Skala Nyeri Hara (Disminore) Pada Remaja Sant Haid Hari pertama.
Pembimbing I : Yuniastih Purwaningrum, S.ST., M.Kes.
Pembimbing II : Drs. H. Saif Mardijanto, S.Kep., Ns., M.M.

Menyatakan bahwa Usulan Judul Penelitian (Skripsi) mahasiswa tersebut di atas telah mendapat rekomendasi dari kedua pembimbing untuk dilanjutkan menjadi proposal penelitian.

Pembimbing I

Tanggal

2/12/2022

Pembimbing II

Tanggal

23/12/2022

Mengetahui,
Komisi Bimbingan

Tanggal

13/12/2022

Lampiran 2.



**UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,
E_mail : fikes@uds.ac.id Website: http://www.uds.ac.id

Nomor : 4053/FIKES-UDS/U/XII/2022
Sifat : Penting
Perihal : Permohonan Studi Pendahuluan

Kepada Yth.
Bapak/ Ibu Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Jember
Di

TEMPAT

Assalaamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh.

Teriring doa semoga kita sekalian selalu mendapatkan lindungan dari Allah SWT dan sukses dalam melaksanakan tugas sehari-hari. Aamiin.

Sehubungan dengan adanya kegiatan akademik berupa penyusunan Skripsi sebagai syarat akhir menyelesaikan Pendidikan Tinggi Universitas dr. Soebandi Jember Fakultas Ilmu Kesehatan., dengan ini mohon bantuan untuk melakukan ijin penelitian serta mendapatkan informasi data yang dibutuhkan, adapun nama mahasiswa :

Nama : WIDIA
Nim : 19010178
Program Studi : S1 Keperawatan
Waktu : Desember 2022
Lokasi : SMP Negeri 1 Tempurejo
Judul : Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid (dismenore) Pada Remaja Saat Haid Hari Pertama

Untuk dapat melakukan Studi Pendahuluan pada lahan atau tempat penelitian guna penyusunan dari penyelesaian Tugas Akhir.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya yang baik, disampaikan terima kasih.
Wassalaamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh.

Jember, 19 Desember 2022

Universitas dr. Soebandi
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,


Hella Melda Tursina, S.Kep., Ns., M.Kep.
 NIK-19911006 201509 2 096

Lampiran 3.

9/18/23, 1:23 PM

J-KREP - JEMBER KESBANGPOL REKOMENDASI PENELITIAN - BAKESBANGPOL - KABUPATEN JEMBER

PEMERINTAH KABUPATEN JEMBER
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
 Jalan Letjen S Parman No. 89 Telp. 337853 Jember

Kepada
 Yth. Sdr. Kepala Dinas Pendidikan
 Kabupaten Jember

di -
 Jember

SURAT REKOMENDASI
 Nomor : 074/0509/415/2023

Tentang
STUDI PENDAHULUAN

Dasar : 1. Permendagri RI Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Permendagri RI Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian
 2. Peraturan Bupati Jember No. 46 Tahun 2014 tentang Pedoman Penerbitan Surat Rekomendasi Penelitian Kabupaten Jember

Memperhatikan : Surat DEKAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS dr. SOEBANDI , 09 Februari 2023, Nomor: 4053/FIKES-UDS/U/XII/2022, Perihal: Permohonan Studi Pendahuluan

MEREKOMENDASIKAN

Nama : WIDIA
 NIM : 19010178
 Daftar Tim : -
 Instansi : S1 Keperawatan
 Alamat : Jl. Dr Soebandi No, 99 Jember
 Keperluan : Melaksanakan kegiatan studi pendahuluan dengan judul/terkait Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid (disminore) Pada Remaja Saat Haid Hari Pertama
 Lokasi : SMPN 01 TEMPUREJO
 Waktu Kegiatan : 09 Februari 2023 s/d 09 Maret 2023

Apabila tidak bertentangan dengan kewenangan dan ketentuan yang berlaku, diharapkan Saudara memberi bantuan tempat dan atau data seperlunya untuk kegiatan dimaksud.

1. Kegiatan dimaksud benar-benar untuk kepentingan Pendidikan.
 2. Tidak dibenarkan melakukan aktivitas politik.
 3. Apabila situasi dan kondisi wilayah tidak memungkinkan akan dilakukan penghentian kegiatan.
 Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terimakasih.

Ditetapkan di : Jember
 Tanggal : 09 Februari 2023
KEPALA BAKESBANG DAN POLITIK
KABUPATEN JEMBER
 Ditandatangani secara elektronik



j-krep.jemberkab.go.id

Dr. H. EDY BUDI SUSILO, M.Si
 Pembina Utama Muda
 NIP. 19681214 198809 1 001

Lampiran 4.



**PEMERINTAH KABUPATEN JEMBER
DINAS PENDIDIKAN**

Jl. Dr. Soebandi No. 29 Kotak Pos 181 Telp. (0331) 487028 Fax. 421152 Kode Pos 68118

J E M B E R

REKOMENDASI

Nomor : 074/ 590 /310/2023

**TENTANG
IJIN STUDI PENDAHULUAN**

Dasar : Surat Rekomendasi dari Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Jember nomor : 074/0509/415/2023, tanggal , 09 Pebruari 2023.

MENGIJINKAN :

Nama : WIDIA
NIM/NIP : 19010178
Alamat : Jl. Dr. Soebandi No. 99 Jember
Instansi : Universitas dr. Soebandi Jember/ Fakultas Ilmu Kesehatan dan Ilmu Keperawatan .
Keperluan : Melaksanakan Ijin Studi Pendahuluan dengan Judul “, Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid (Dismenore) pada Remaja Saat Haid Hari Pertama,”

Yang akan dilaksanakan pada :

Waktu : 09 Pebruari s.d. 09 Maret 2023
Tempat : di SMP Negeri 01 Kecamatan Tempurejo, Kabupaten Jember

DENGAN CATATAN :

- 1 Penelitian ini benar – benar untuk kepentingan Pendidikan
- 2.Tidak dibenarkan melakukan aktivitas politik.
3. Apabila situasi dan kondisi wilayah tidak memungkinkan akan dilakukan penghentian Kegiatan.
4. Tidak mengganggu kegiatan belajar mengajar di Sekolah.

Demikian surat ijin ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Jember

Tanggal : 14 Pebruari 2023

a.n. KEPALA DINAS PENDIDIKAN

KABUPATEN JEMBER



Tembusan ; Yth
 1.Kepala Dinas Pendidikan sebagai Laporan

Kes MAIL
 Penata Tk.I

Nip. 19660925 1992 1 007

Lampiran 6.**SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Kepada Yth,

Calon responden penelitian siswi kelas VIII di SMP N 01 TEMPUREJO

Di tempat.

Dengan hormat

Saya yang bertanda-tangan di bawah ini adalah Mahasiswa Program Studi
S1 Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember :

Nama : WIDIA

NIM : 19010178

Dengan ini saya sampaikan akan mengadakan penelitian dengan judul
“Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid
(*Disminore*) Pada Remaja Saat Haid Hari Pertama”. Penelitian ini bertujuan untuk
mengetahui pengaruh pemberian minuman kunyit terhadap penurunan skala nyeri
disminore pada remaja putri kelas VIII di SMPN 01 Tempurejo. Data yang
diperoleh hanya digunakan untuk keperluan peneliti, saya menjamin kerahasiaan
data dan identitas saudara tidak akan disebarluaskan.

Saya sangat menghargai kesediaan saudara untuk meluangkan sedikit waktu menandatangani lembar persetujuan ini, atas kesediaan dan kerja samanya saya ucapkan terima kasih.

Hormat Saya,
Peneliti

Widia

Lampiran 7.

Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid (disminore) Pada Remaja Saat Haid Hari Pertama

Petunjuk : berilah tanda (✓) pada kotak yang ada dibawah ini sesuai dengan jawaban anda !

1. Nama :
2. No.Telepon :
3. Tanggal :
4. Usia :
5. Riwayat kesehatan :

☐ : tidak ☐ : iya

☐ : tumor jinak di Rahim ☐ : kista ovarium

☐ : polip endometrium ☐ : lainnya,.....
6. Berapa lama menstruasi :

☐ : ≤ 7 hari ☐ : ≥ 7 hari
7. Apakah anda merasakan nyeri perut saat menstruasi :

☐ : iya ☐ : tidak
8. Kapan nyeri menstruasi dimulai :

☐ : sebelum menstruasi ☐ : saat menstruasi
9. Berapa lama nyeri mentruasi terjadi :

☐ : 1 hari ☐ : 2 hari ☐ : 3 hari

☐ : > 3 hari

10. Tindakan apa yang dilakukan saat mengalami nyeri :

: dibiarkan : minum obat : minum jamu

Lampiran 8.

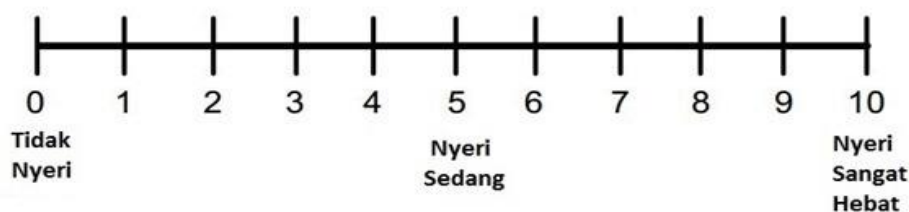
LEMBAR PENGUKURAN SKALA NYERI

Pengukuran skala nyeri NRS (*Numeric Rating Skale*), pre-test (sebelum diberikan minuman kunyit).

Petunjuk pengisian kuesioner :

Di bawah ini terdapat pengukuran skala nyeri NRS (*Numeric Rating Skale*), yang berbentuk garis horizontal dengan menunjukkan angka dari 0 – 10, dimana angka 0 menunjukkan “tidak ada nyeri” angka 10 menunjukkan “nyeri sangat hebat”.

Berilah tanda tingkaran (O) atau silang (X) pada satu titik sepanjang garis yang telah diberikan nomer sesuai dengan nyeri yang saudara rasakan !



Keterangan :

Skala nyeri	Kriteria	Data objektif
0	Tidak nyeri	Dapat berkomunikasi dengan jelas
1-3	Nyeri ringan	Siswi dapat mendeteksi lokasi nyeri
4-6	Nyeri sedang	Kram perut bagian bawah, menyebar ke pinggang, nafsu makan menurun, aktifitas terganggu.
6-9	Nyeri berat	Kram perut bagian bawah, nyeri menyebar ke paha dan pinggang, tidak ada nafsu makan sama sekali, mual, badan lemas, aktifitas terganggu.
10	Nyeri sangat hebat	Kram berat pada bagian perut bawah, nyeri

		pinggang, kaki, hingga menjalar ke punggung, tidak ada nafsu makan, mual, muntah, sakit kepala, badan lemas, tidak bisa beraktifitas, terkadang sampai pingsan.
--	--	---

Lampiran 9.




Universitas dr. Soebandi
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
(KEPK)
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
 dr. Soebandi No. 99 Jember

 kepke@uds.ac.id
 (0331)483 536
  etik.uds.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"

No.453/KEPK/UDS/VIII/2023

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : WIDIA
Principal In Investigator

Nama Institusi : Universitas dr. Soebandi Jember
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

**"PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN KUNYIT TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI HAID
 (DISMINORE) PADA REMAJA SAAT HAID HARI PERTAMA"**

**"THE EFFECT OF GIVING TURMERIC DRINK ON DECREASING THE SCALE OF DISMINORE IN ADOLESCENTS
 DURING THE FIRST DAY OF MENSTRUATION"**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 25 Agustus 2023 sampai dengan tanggal 25 Agustus 2024.

This declaration of ethics applies during the period August 25, 2023 until August 25, 2024.





Rizki Fitrianingtyas, SST, MM, M.Keb

Lampiran 10. Lembar Observasi

No	Nama	Usia	Lama menstruasi	Skala nyeri	
				hari 1	hari 3
1	An.C	15	≥ 7 hari	Berat	Ringan
2	An.D	14	≤ 7 hari	Berat	Ringan
3	An.A	14	≤ 7 hari	Berat	Ringan
4	An.Y	14	≤ 7 hari	Ringan	Tidak
5	An.M	14	≤ 7 hari	Sangat Hebat	Sedang
6	An.Y	14	≥ 7 hari	Sangat Hebat	Sedang
7	An.D	14	≥ 7 hari	Ringan	Tidak
8	An.E	14	≤ 7 hari	Ringan	Tidak
9	An.J	14	≤ 7 hari	Sedang	Tidak
10	An.E	13	≤ 7 hari	Sedang	Ringan
11	An.S	13	≤ 7 hari	Sedang	Ringan
12	An.W	14	≥ 7 hari	Sedang	Tidak
13	An.S	14	≤ 7 hari	Sedang	Tidak
14	An.K	14	≤ 7 hari	Berat	Ringan
15	An.A	14	≥ 7 hari	Sedang	Tidak
16	An.S	14	≤ 7 hari	Sedang	Tidak
17	An.A	14	≤ 7 hari	Ringan	Tidak

Lampiran 11. SOP (Standar Operasional Prosedur) minuman kunyit.

SOP (STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR) MINUMAN KUNYIT	
PENGERTIAN	Suatu terapi yang menggunakan minuman kunyit sebagai media utama, dengan menggunakan metode diminum.
TUJUAN	1. Mengurangi rasa nyeri dismenore saat menstruasi. 2. Memberikan rasa nyaman.
INDIKASI	Pasien dengan keluhan nyeri perut pada saat menstruasi.
PERSIAPAN KLIEN	1. Informed consent (salam terapeutik dan perkenalkan diri). 2. Menjelaskan tujuan dan prosedur terapi yang akan dilakukan.
PERSIAPAN ALAT DAN BAHAN	1. Gelas ukur 100cc 2. Lembar Observasi 3. Bahan minuman kunyit - Kunyit 100 gr - Gula merah 50 gr - Gula pasir 1-2 sendok makan - Air 800 ml Cara pembuatan - Cuci kunyit hingga bersih. - Haluskan kunyit dengan cara di parut atau di tumbuk. - Campurkan hasil parutan kunyit dengan air. - Ambil sari kunyit dengan cara di saring. - Kemudian campurkan semua bahan. - Rebus hingga air mendidih, angkat dan dinginkan. - Minuman kunyit siap disajikan.
PROSEDUR	I. Tahap Persiapan 1. Berikan salam terapeutik dan perkenalkan diri. 2. Menjelaskan tujuan dan prosedur yang akan dilakukan. 3. Menyampaikan kontrak waktu kurang lebih 15-30 menit. II. Tahap Pelaksanaan 1. Dilakukan waktu pagi sebelum makan. 2. Menyiapkan minuman kunyit di botol atau gelas ukur sebanyak 100 cc. 3. Melakukan pemeriksaan skala nyeri di hari pertama menstruasi. 4. Responden dianjurkan meminum minuman kunyit selama 3 hari dari hari pertama menstruasi. 5. Lakukan pemeriksaan skala nyeri kembali setelah 3 hari pemberian minuman kunyit. III. Tahap Terminasi 1. Berpamitan pada klien. 2. Membersihkan alat.

Lampiran 12.**SPSS Uji WILCOXON****Usia**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	13	3	8.8	8.8	8.8
	14	26	76.5	76.5	85.3
	15	5	14.7	14.7	100.0
	Total	34	100.0	100.0	

Munculnyanyeri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	sebelum menstruasi	9	26.5	26.5	26.5
	saat menstruasi	25	73.5	73.5	100.0
	Total	34	100.0	100.0	

Lamamenstruasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	lebih dari 7 hari	8	23.5	23.5	23.5
	kurang dari 7 hari	26	76.5	76.5	100.0
	Total	34	100.0	100.0	

Sebelum

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	nyeri ringan	4	11.8	23.5	23.5
	nyeri sedang	7	20.6	41.2	64.7
	nyeri berat	4	11.8	23.5	88.2
	nyeri sangat hebat	2	5.9	11.8	100.0
	Total	17	50.0	100.0	
Missing	System	17	50.0		
Total		34	100.0		

Sesudah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak nyeri	9	26.5	52.9	52.9
	nyeri ringan	6	17.6	35.3	88.2
	nyeri sedang	2	5.9	11.8	100.0
	Total	17	50.0	100.0	
Missing	System	17	50.0		
Total		34	100.0		

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
sesudah - sebelum	Negative Ranks	17 ^a	9.00	153.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	17		

a. sesudah < sebelum

b. sesudah > sebelum

c. sesudah = sebelum

Test Statistics^b

	sesudah - sebelum
Z	-3.758 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Statistics

	sesudah	sebelum
N Valid	17	17
Missing	17	17
Mean	1.5882	3.2353
Std. Error of Mean	.17276	.23529
Median	1.0000	3.0000
Mode	1.00	3.00
Std. Deviation	.71229	.97014
Variance	.507	.941
Minimum	1.00	2.00
Maximum	3.00	5.00
Sum	27.00	55.00

Lampiran 13. Lembar Bimbingan



UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,

E-mail : info@uts.ac.id Website : http://www.uts.ac.id

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN PROPOSAL SKRIPSI/TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI... UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

Nama Mahasiswa : WIDIA
NIM : 19010178
Judul : Pengaruh Pemberian minuman kunyit terhadap penurunan strob nyeri haid (disminore) pada remaja saat haid hari pertama

No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
1.	21/november 2022	Pembahasan Bab I Msts		1.	18/november 2022	Pembahasan Bab I Msts	
2.	4/12 2022	ACC judul		2.	23/november 2022	ACC judul	



UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,

E-mail : info@uts.ac.id Website : http://www.uts.ac.id

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN PROPOSAL SKRIPSI/TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI... UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

Nama Mahasiswa : WIDIA
NIM : 19010178
Judul : Pengaruh Pemberian minuman kunyit terhadap penurunan strob nyeri haid (disminore) pada remaja saat haid hari pertama

No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
3.	5/12	perhatikan label dg Msts jangan bertele tele point saja, perhatikan pemberian		3.	13/12 2022	latar belakang di revisi	
4	16/12	Revisi Bab 1, promologi terjadinya dismenore lanjut Bab 2		4.	20/12 2022	Capit bab II	



UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax: (0331) 483536,

E-mail: info@uds.ac.id Website: http://www.uds.ac.id

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN PROPOSAL SKRIPSI/TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI... UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

Nama Mahasiswa : Widia
NIM : 19010178
Judul : Dongok Pemberian Minuman Kunyit Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid (Diseminare)
Pada Remaja Saat Haid Hari Pertama

No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
5.	4/1/2023	Konsul Bab 2 takaran kunyit ? Gula kunyit		5	3/2/2023	Revisi Bab II Lampiran Bab III	
6	9/2/2023	Konsul Bab 3, pengelompokan sampel variabel penelitian SOP penelitian		6.	27/2/2023	Revisi Bab III Lampiran Bab IV	



UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax: (0331) 483536,

E-mail: info@uds.ac.id Website: http://www.uds.ac.id

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI... UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

Nama Mahasiswa : Widia
NIM : 19010178
Judul : Dongok Pemberian Minuman Kunyit Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid (Diseminare)
Pada Remaja Saat Haid Hari Pertama

No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
7	27/2/2023	Konsul Bab 4, definisi operasional, alat ukur penelitian sampel		7	1/3/2023	Revisi Bab IV Lampiran Bab V	
8	1/3/2023	Konsul Bab 4 revisi sesuai arahan SOP penelitian minuman kunyit		8.	7/3/2023	Revisi Bab V Lampiran Bab VI	
9	2/3/2023	Ace uji seminar proposal		9.	8/3/2023	Revisi Bab VI Lampiran Bab VII	


UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax: (0331) 483536.

E-mail: info@ubs.ac.id Website: http://www.ubs.ac.id

 LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN PROPOSAL SKRIPSI/TUGAS AKHIR
 PROGRAM STUDI...
 UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

Nama Mahasiswa : WIDIA
 NIM : 19010178
 Judul : Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid (disminore) Pada Remaja Sast Haid Hari Pertama.

No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
10	14/4/2023	Konsul setelah Sempu o. (revisi)		10	19/4/2023	Siapa yang propose	
11	17/7/2023	Konsul Bab 5 perbandingan sistematika penulisan tabel.		11	18/4/2023	Revisi Proposal drac.	

12. 18/4/2023 Konsul Revisi Bab 5 Data klu fur → tujuan khusus


UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax: (0331) 483536.

E-mail: info@ubs.ac.id Website: http://www.ubs.ac.id

 LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR
 PROGRAM STUDI...
 UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

Nama Mahasiswa : WIDIA
 NIM : 19010178
 Judul : Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid (disminore) Pada Remaja Sast Haid Hari Pertama.

No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
13	9/8/2023	Konsul Bab 6 pembaharuan fakta, teori, opini		13	11/8/2023	Dapus kemlin abchell	
14	10/8/2023	Revisi Bab 6		14	17/8/2023	Revisi Bab 6, 1, 2, 3 dan kesimpulan	

15. 11/8/2023 Konsul Bab 7 lanjut abstrak


UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax (0331) 483536,

 E-mail : info@uds.ac.id Website : <http://www.uds.ac.id>
LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR
PROGRAM STUDI
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

Nama Mahasiswa : WIDIA
 NIM : 19010178
 Judul : Pengaruh Pemberian Minuman Kungit Terhadap Penurunan Skor Nyeri Haid
 (diseminore) pada Remaja Saat Haid Hari Pertama

No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
16	24/8/2023	Konsul abstrak ACC rumah		✓	16/8/2023	Pengantar orisinal dan pengantar ke dosen	
				✓	18/8/2023	Konsul di NIDH dibatalkan	


UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax (0331) 483536,

 E-mail : info@uds.ac.id Website : <http://www.uds.ac.id>
LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR
PROGRAM STUDI
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

Nama Mahasiswa : WIDIA
 NIM : 19010178
 Judul : Pengaruh Pemberian Minuman Kungit Terhadap Penurunan Skor Nyeri Haid
 (diseminore) pada Remaja Saat Haid Hari Pertama

No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
					24/8/2023	Tabel dibatalkan	
					26/8/2023	ACC selesai	

Lampiran 14.


Similarity Report ID: oid:20222:41672294

PAPER NAME turnitin.docx	AUTHOR Widia
WORD COUNT 7845 Words	CHARACTER COUNT 48058 Characters
PAGE COUNT 46 Pages	FILE SIZE 547.0KB
SUBMISSION DATE Aug 29, 2023 8:09 AM GMT+7	REPORT DATE Aug 29, 2023 8:10 AM GMT+7

● **20% Overall Similarity**

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

- 20% Internet database
- Crossref database
- 12% Submitted Works database
- 5% Publications database
- Crossref Posted Content database

● **Excluded from Similarity Report**

- Bibliographic material
- Cited material
- Quoted material
- Small Matches (Less than 13 words)

Lampiran 15.**DOKUMENTASI PENELITIAN**





