

**PERBANDINGAN PENURUNAN SKALA NYERI DISMENORE
PADA REMAJA PUTRI DENGAN PEMBERIAN KOMPRES
HANGAT DAN JAMU KUNYIT ASAM
(*LITERATURE REVIEW*)**

SKRIPSI



Oleh :

**Dina Khoirunnisa
18010052**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTASI ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI JEMBER
2023**

**PERBANDINGAN PENURUNAN SKALA NYERI DISMENORE
PADA REMAJA PUTRI DENGAN PEMBERIAN KOMPRES
HANGAT DAN JAMU KUNYIT ASAM
(*LITERATURE REVIEW*)**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Ilmu Keperawatan



Oleh :
Dina Khoirunnisa
NIM.18010052

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

Literature review ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk mengikuti seminar hasil pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi

Jember, 28 Agustus 2023

Pembimbing Utama



Kiswati, S.ST., M.Kes
NIDN. 4017076801

Pembimbing Anggota



Akhmad Efrizal Amrullah, S.Kep.Ns., M.Si
NIDN. 0719128102

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul Perbandingan Penurunan Skala Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Dengan Pemberian Kompres Hangat Dan Jamu Kunyit Asam (*Literature Review*) oleh Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan pada :

Hari : Selasa

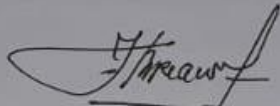
Tanggal : 29 Agustus 2023

Tempat : Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas dr. Soebandi Jember

Tim Penguji

Ketua,



Jamhariyah, S.ST., M.Kes
NIDN. 4011016401

Penguji I



Kiswati, SST., M.Kes
NIDN. 4017076801

Penguji II



Akhmad Efrizal Amirullah, S.Kep.Ns., M.Si
NIDN. 0719128102

Mengesahkan

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas dr. soebandi



Apt. Lindawati Setyaningrum, M.Farm.
NIK. 19890603 201805 2 148

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Dina Khoirunnisa

NIM : 18010052

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahan skripsi *literature review* saya yang berjudul "Perbandingan Penurunan Skala Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Dengan Pemberian Kompres Hangat Dan Jamu Kunyit Asam" adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan suatu perguruan tinggi manapun. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penyusunan skripsi *literature review* ini yang saya kutip dari karya hasil orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Apabila kemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam penyusunan skripsi *literature review* ini, saya bersedia menerima sanksi sesuai atas perbuatan tersebut

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jember, 28 Agustus 2023



Dina Khoirunnisa

18010052

SKRIPSI

PERBANDINGAN PENURUNAN SKALA NYERI DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DENGAN PEMBERIAN KOMPRES HANGAT DAN JAMU KUNYIT ASAM

LITERATURE REVIEW

Oleh :

Dina Khoirunnisa

18010052

Pembimbing :

Pembimbing Utama : Kiswati, S.ST.,M.Kes

Pembimbing Anggota : Akhmad Efrizal Amrullah, S.Kep., Ns.,M.Si

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah subhanahu wa taa'la telah melimpahkan Rahmat dan Hidayahnya sehingga penulis diberikan kemudahan, petunjuk, kelancaran untuk menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik dan selesai.

Karya tulis ilmiah ini penulis persembahkan untuk :

1. Kedua Orang Tua. Ayahanda Samsul Hadi dan Ibunda Nur laili.
2. Terimakasih kepada dosen pembimbing Bapak Ahkmad Efrizal Amrullah, S.Kep.,M.Si dan Ibu Kiswati, S.ST.,M.Kes
3. Terimakasih kepada Almamater Universitas Dr.Soebandi Jember
4. Terimakasih kepada para dosen – dosen Universitas dr.Soebandi yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingan selama masa perkuliahan
5. Terimakasih untuk diri saya sendiri
6. Terimakasih untuk teman- teman kelas 18B Keperawatan

MOTTO

Man Jadda Wa Jadda

“Siapa yang bersungguh-sungguh akan berhasil”

Man Shabara Zahfira

“Barang siapa yang bersabar akan beruntung”

Man Saara Alaa Darbi Washola

“Barang siapa yang berjalan pada jalan-Nya akan sampai”

(A.Fuadi)

Bisa jadi masa lalumu kelam

Bisa jadi kamu melewati masa suram

Tapi percaya!!

Allah lebih peduli bagaimana dirimu dimasa sekarang.

Maka, pilihannya hanya kebaikan dimasa kini,

Agar cerah masa depanmu nanti.

(Ustadzah Halimah Alaydrus)

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur bagi Allah subhanahu wa ta'aala yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penyusunan Skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi dengan judul “ Perbandingan Penurunan Skala Nyeri Dismenore Pada Remaja dengan Pemberian Kompres Hangat dan Jamu Kuyit Asam *Literature Review*”

Selama proses penyusunan penulisan dibantu oleh berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Andi Eka Pranata, S, ST., S.Kep., Ns., M.Kes selaku Rektor Universitas dr. Soebandi
2. Ibu
3. Apt. Linda Setyanigrum, M.Farm selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi.
4. Ibu Prestasianita Putri, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi.
5. Ibu Jamhariyah S.ST., M.Kes selaku ketua penguji
6. Kiswati, S.ST., M.Kes selaku pembimbing utama dan penguji II
7. Akhmad Efrizal Amrullah, S.Kep. Ns., M.Si selaku pembimbing anggota dan penguji III

Penulis tentu menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Penulis mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak demi kesempurnaan ini. Semoga Skripsi ini dapat bermanfaat, akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

Jember , 28 Agustus 2023

Penulis

ABSTRAK

Khoirunnisa, Dina* Kiswati** Amrullah, Akhmad Efrizal***. 2023. **Perbandingan Penurunan Skala Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Dengan Pemberian Kompres Hangat Dan Jamu Kunyit Asam**. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan.

Dismenore salah satu masalah kesehatan penting pada remaja disekolah karena dapat mengganggu aktifitas sehari-hari. Prevalensi data *dismenore* di dunia cukup tinggi yaitu sekitar 16,8%-81%, di Indonesia 64,52% dan di Jawa Timur angka kejadian *dismenore* 64,25%. Penatalaksanaan non farmakologi untuk mengatasi *dismenore* pada remaja putri pemberian kompres hangat dan jamu kunyit asam. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbandingan efektifitas pemberian kompres hangat dan jamu kunyit asam terhadap penurunan *dismenore* pada remaja putri. Design penelitian ini adalah *literature review*, pencarian database menggunakan google scholar, artikel tahun 2017-2022 yang telah dilakukan proses seleksi menggunakan format PICOS dengan kriteria inklusi remaja putri yang mengalami *dismenore* dan diberikan intervensi kompres hangat dan jamu kunyit asam. Hasil identifikasi dari 5 atikel tingkat nyeri *dismenore* sebelum pemberian kompres hangat yaitu sedang-berat dan sesudah pemberian kompres hangat yaitu tidak merasakan nyeri dan nyeri ringan. Hasil identifikasi dari 5 atikel tingkat nyeri *dismenore* sebelum minum jamu kunyit asam yaitu sedang-berat tidak terkontrol dan sesudah minum jamu kunyit asam yaitu tidak merasakan nyeri dan nyeri ringan. Hasil analisis dari 10 artikel keseluruhan menuliskan nilai *p value* <0,05 artinya terdapat pengaruh pemberian kompres hangat dan jamu kunyit asam terhadap penurunan *dismenore* pada remaja putri. Dismenore pada remaja putri dapat menimbulkan gangguan aktifitas fisik karena adanya nyeri abdomen yang dirasakan. Penanganan secara non farmakologi seperti kompres hangat dan minum jamu kunyit asam dapat menjadi solusi untuk menurunkan tingkat nyeri *dismenore* pada remaja putri. Keefektifan kompres hangat dapat merelaksasikan ketegangan otot abdomen saat nyeri *dismenore* dan jamu kunyit asam dapat memberikan rasa segar serta mengandung senyawa analgetik.

Kata Kunci : *Dismenore*, Kompres Hangat, Kunyit Asam

*Peneliti

**Pembimbing 1

***Pembimbing 2

ABSTRACT

Khoirunnisa, Dina* Kiswati** Amrullah, Akhmad Efrizal***. 2023. **Comparison of Reducing Dysmenorrhea Pain Scale in Young Women by Giving Warm Compresses and Turmeric Tamarind.** Nursing Science Study Program, Faculty of Health Sciences.

Dysmenorrhea is one of the important health problems in adolescents at school because it can interfere with daily activities. The data prevalence of dysmenorrhea in the world is quite high, namely around 16.8% -81%, in Indonesia it is 64.52% and in East Java the incidence of dysmenorrhea is 64.25%. Non-pharmacological management to treat dysmenorrhea in young women is giving warm compresses and tamarind turmeric herbs. The purpose of this study was to compare the effectiveness of giving warm compresses and tamarind turmeric herbs to reduce dysmenorrhea in young women. The design of this study was a literature review, database search using Google Scholar, articles in 2017-2022 which had been carried out by a selection process using the PICOS format with inclusion criteria for young women who experienced dysmenorrhea and were given interventions by warm compresses and tamarind turmeric herbs. The identification results of 5 articles on the level of dysmenorrhea pain before giving warm compresses, namely moderate-severe and after giving warm compresses, namely feeling no pain and mild pain. The results of the identification of 5 articles on the level of dysmenorrhea pain before drinking herbal turmeric tamarind were moderate-severe uncontrolled and after drinking herbal turmeric tamarind, they did not feel pain and mild pain. an analysis of the 10 overall articles wrote a p value <0.05 , meaning that there was an effect of giving warm compresses and tamarind turmeric herbs on reducing dysmenorrhea in young women. Dysmenorrhea in young women can cause disruption of physical activity because of abdominal pain that is felt. Non-pharmacological treatment such as warm compresses and drinking tamarind and turmeric herbs can be a solution to reduce the level of dysmenorrhea pain in young women. The effectiveness of warm compresses can relax abdominal muscle tension during dysmenorrhea and tamarind and turmeric herbs can provide a fresh feeling and contain analgesic compounds.

Keywords : *Dysmenorrhea, Warm Compress, Tamarind Turmeric*

*Researcher

**Supervisor 1

***Supervisor 2

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERSYARATAN ORISINALITAS	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR.....	xii
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
DAFTAR SINGKATAN.....	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Peneliti	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat Peneliti	4
1.4.1 Bagi Peneliti.....	4
1.4.2 Bagi Masyarakat.....	4
1.4.3 Bagi Institusi	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Konsep Remaja	5

2.1.1 Definisi Remaja.....	5
2.1.2 Perubahan Pada Remaja	5
2.1.3 Perkembangan Remaja dan Ciri-cirinya	6
2.2 Konsep Dismenore	8
2.2.1 Pengertian Dismenore	8
2.2.2 Penyebab Dismenore.....	8
2.2.3 Patofisiologi Dismenore	10
2.2.4 Klasifikasi Dismenore	11
2.2.5 Penatalaksanaan Penanganan Dismenore	12
2.3 Konsep Kompres Hangat	15
2.3.1 Definisi Kompres Hangat.....	15
2.3.2 Tujuan Kompres Hangat	15
2.3.3 Manfaat Kompres Hangat.....	16
2.3.4 Mekanisme Kompres Hangat	17
2.4 Konsep Kunyit	17
2.4.1 Definisi Kunyit.....	17
2.4.2 Kandungan Kunyit	18
2.4.3 Manfaat Kunyit	18
2.5 Konsep Asam	19
2.5.1 Definisi Asam.....	19
2.5.2 Kandungan Asam	19
2.5.3 Manfaat Asam	20
2.5.4 Cara Membuat Minuman Kunyit Asam.....	21
2.6 Efektifitas Kompres Hangat Dan Jamu Kunyit Asam Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri	23
2.6.1 Efektifitas Kompres Hangat Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri Dismenore	23
2.6.2 Efektifitas Jamu Kunyit Asam Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri Dismenore	23
2.7 Skala Pengukuran Nyeri Dismenore.....	24
2.8 Kerangka Konsep	27
BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN	28

3.1 Strategi Pencarian Literature	28
3.1.1 Protokol dan Regrestrasi	28
3.1.2 Database Pencarian	28
3.1.3 Kata Kunci	28
3.2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	29
3.3 Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas	30
3.3.1 Hasil Pencarian dan Seleksi Studi	30
3.3.2 Tabel Hasil Pencarian Jurnal	32

BAB 4 HASIL DAN ANALISA

4.1 Hasil	33
4.1.1 Hasil pencarian Literature Karateristik Studi	33
4.2 Karateristik Responden Studi	44
4.2.1 Usia	46
4.2.2 Pendidikan	48
4.3 Karateristik Perlakuan Pemberian Kompres Hangat	50
4.3.1 Waktu, Suhu, Pemberian Kompres Hangat	50
4.3.2 Siklus Menstruasi	51
4.3.3 Lama Menstruasi	52
4.3.4 Hari Nyeri Menstruasi	53
4.3.5 Skala Nyeri Sebelum Pemberian Kompres Hangat	54
4.3.6 Skala Nyeri Sesudah Pemberian Kompres Hangat	55
4.3.7 Tabulasi Silang Pemberian Kompres Hangat Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri.....	56
4.4 Karateristik Perlakuan Pemberian Jamu Kunyit Asam	57
4.4.1 Pemberian Jamu Kunyit Asam, Takaran Minum, Lama Pemberian Jamu	57

4.4.2	Skala Nyeri Sebelum Pemberian Jamu Kunyit Asam	58
4.4.3	Skala Nyeri sesudah pemberian Jmau Kunyit Asam	59
4.4.4	Tabulasi silang Pemberian Jamu Kunyit Asam Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri	61
4.4.5	Perbandingan Kompres Hangat Dan Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri	62

BAB 5 PEMBAHASAN

5.1	Tingkat Nyeri Dismenore Sebelum Diberikan Kompres Hangat	63
5.2	Tingkat Nyeri Dismenore Sesudah Diberikan Kompres Hangat	64
5.3	Tingkat Nyeri Dismenore Sebelum Diberikan Jamu Kunyit Asam	65
5.4	Tingkat Nyeri Dismenore Sesudah Diberikan Jamu Kunyit Asam	67
5.5	Efektifitas Kompres Hangat dan Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri	68

BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN

6.1	Kesimpulan	72
6.2	Saran	73

DAFTAR TABEL

3.1 Tabel Kata Literature Review	29
3.2 Tabel Kriteria Inklusi dan Eksklusi Literature Review.....	30
3.3.2 Tabel Hasil Pencarian Jurnal.....	33
Tabel Karakteristik Studi	44
Tabel Karakteristik Usia Responden Studi	46
Tabel pendidikan	48
Tabel Karakteristik Perlakuan Pemberian Kompres Hangat	50
Tabel Siklus Menstruasi	51
Tabel Lama Menstruasi	52
Tabel Hari Nyeri Menstruasi	53
Tabel Skala Nyeri Sebelum Pemberian Kompres Hangat	54
Tabel Skala Nyeri Sesudah Pemberian Kompres Hangat	55
Tabel Tabulasi Silang Pemberian Kompres Hangat Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri	56
Tabel Karakteristik Perlakuan Pemberian Jamu Kunyit Asam	57
Tabel Skala Nyeri Sebelum Pemberian Jamu Kunyit Asam	58
Tabel Skala Nyeri Sesudah Pemberian Jamu Kunyit Asam	59
Tabel tabulasi Silang Pemberian Jamu Kunyit Asam Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri	61
Tabel Perbandingan Kompres Hangat Dan Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Gambar Kunyit Kuning.....	19
Gambar 2. 2 Gambar Asam Jawa.....	21
Gambar 2. 3 Gambar Jamu Kunyit Asam	22
Gambar 2. 4 Gambar Skala Intensitas Nyeri Deskriptif	25
Gambar 2. 5 Gambar Skala Intensitas Nyeri Numerik	25
Gambar 2. 6 Gambar Skala Intensitas Nyeri Analog Visual	26
Gambar 2.9 Kerangka Konsep	27
Gambar 3. 1 Diagram <i>Flow</i>	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Rencana Penyusunan Skripsi	87
Lampiran 2. Artikel –artikel	88

DAFTAR SINGKATAN

COX	: Cyclooxygenase
Kemenkes	: Kementrian Kesehatan
MeSH	: Medical Subject Heading
NRS	: Numeric Rating Scala
PGF2	: Progesteron
PG	: Prostaglandin
RI	: Republik Indonesia
VDS	: Visual Deskriptor Scala
VAS	: Visual Analog Scala
WHO	: World Health Organization

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perubahan baik fisik maupun psikis (asroyo, 2019). Pubertas merupakan periode seorang remaja yang mengalami kematangan pada organ-organ reproduksinya. Pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat, baik laki-laki maupun perempuan, pada remaja putri khususnya dimasa ini akan mengalami periode yang ditandai dengan *menarche*. perubahan organ reproduksi juga terdapat berbagai masalah kesehatan yaitu salah satunya gangguan ginekologi. Gangguan ginekologi yang sering terjadi pada remaja adalah gangguan yang berkaitan dengan siklus menstruasi seperti dismenore (judha,2012).

Dismenore salah satu masalah kesehatan penting pada remaja disekolah karena dapat mengganggu aktifitas sehari-hari (Gebeyehu., 2017). Dampak yang ditimbulkan dari dismenore adalah penurunan aktifitas, gangguan aktifitas fisik, gangguan fisik timbul karena adanya nyeri dibagian perut bawah dapat menghambat aktifitas pada remaja untuk melakukan kegiatan- kegiatan sekolah.

Menurut data World Health Organization (WHO, 2019) Angka kejadian dismenore cukup tinggi diseluruh dunia. Rata – rata insiden terjadinya dismenore terjadi pada wanita muda antara 16,8 – 81%. Rata-rata di negara-negara Eropa dismenore terjadi pada 45%-97% wanita. Dengan prevalensi terendah di Bulgaria (8,8) dan tertinggi mencapai 94% di negara Finlandia. Sementara untuk dindonesia prevalensi ini dapat mencapai 64,52% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36 % dismenore sekunder (Kemenkes RI, 2017). Di Jawa Timur angka kejadian dismenore sebesar 64,25 % diantara 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder (Syaiful dan Naftalin, 2018).

Meskipun kejadian dismenore cukup tinggi akan tetapi masih banyak yang belum mengetahui cara mengatasi nyeri dismenore, saat rasa nyeri muncul pada dasarnya nyeri haid dapat diatasi dengan melakukan berbagai alternatif dengan menggunakan kompres hangat dan jamu kunyit asam.

Penanganan dismenore dapat dilakukan secara farmakologi dan nonfarmakologi. Keduanya bertujuan untuk mengurangi nyeri dismenore. Secara farmakologis nyeri dapat ditangani dengan terapi analgesik yang merupakan metode paling umum digunakan untuk menghilangkan nyeri. Walaupun analgesik dapat menghilangkan nyeri dengan efektif, namun penggunaan analgesik terlalu sering akan berdampak ketagihan dan akan memberikan efek samping obat yang berbahaya bagi pasien. Salah satu pengobatan secara nonfarmakologi yaitu melakukan kompres hangat pada bagian yang terasa nyeri. *Dysmenorrhea* dapat berkurang dengan memberikan terapi non farmakologi berupa kompres hangat dengan suhu 40°C dan waktu pengompresan selama 15 – 20 menit pada bagian perut bawah yaitu pada daerah yang nyeri akibat ketegangan otot sehingga dengan menggunakan kompres hangat ini dapat melancarkan sirkulasi darah dan menurunkan ketegangan otot pada wanita dismenore (Lowdermilk, et al, 2013).

Telah banyak penelitian sebelumnya yang mendukung pernyataan bahwa kompres hangat sangat berpengaruh terhadap penurunan nyeri *dysmenorrhea*. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Adel vita masya dupa dkk pada tahun 2020 didapatkan hasil bahwa dari 38 responden sebagian responden mengalami nyeri menstruasi pada hari ke-1 (65,8%). Sebelum diberikan kompres hangat, mayoritas tingkat nyeri adalah sedang (73,7%) sedangkan sesudah diberikan kompres hangat mayoritas responden tidak mengalami nyeri menstruasi lagi (44,7%). (Adel et. al 2020)

Jamu merupakan produk herbal yang aman dikonsumsi oleh wanita saat menstruasi, terutama kunyit asam. senyawa aktif yang terkandung dalam kunyit yaitu curcumine, begitu juga asam jawa yang memiliki kandungan aktif yaitu anthocyanin yang dapat digunakan sebagai antipiretik dan anti-inflamasi. Hasil dari penelitian

sebelumnya, menunjukkan bahwa kandungan curcumine pada kunyit aman jika dikonsumsi manusia. Jumlah curcumin yang aman dikonsumsi manusia adalah 100mg/hari, begitu juga dengan asam jawa (Widiatami et. al. 2018)

Salah satu diantaranya adalah dengan minum kunyit asam. Secara alamiah, kunyit mengandung senyawa fenolik yang dipercaya dapat digunakan sebagai antioksidan, analgetik, antimikroba, anti-inflamasi dan dapat membersihkan darah. Senyawa aktif yang terkandung dalam kunyit yaitu curcumine. Asam jawa memiliki kandungan aktif yaitu anthocyanin yang dapat digunakan sebagai antipiretik dan anti-inflamasi. Secara lebih spesifik kandungan curcumine dan anthocyanin dapat menghambat terjadi reaksi cyclooxygenase (COX) yang berfungsi menghambat dan mengurangi terjadinya inflamasi. Sehingga produk herbal tersebut akan mengurangi serta menghambat kontraksi uterus yang menyebabkan nyeri menstruasi. Berdasarkan masalah diatas peneliti tertarik untuk melakukan *literature review* bagaimana efektifitas kompres hangat dan jamu kunyit asam terhadap penurunan nyeri haid (*dismenore*) pada remaja.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana efektifitas dari pemberian kompres hangat dan jamu kunyit asam terhadap penurunan dismenore pada remaja putri ?

1.3 Tujuan Peneliti

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui perbandingan efektifitas pemberian kompres hangat dan jamu kunyit asam terhadap penurunan tingkat nyeri dismenore pada remaja putri secara literature review.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat nyeri dismenore sebelum diberikan kompres hangat
- b. Mengidentifikasi tingkat nyeri dismenore sesudah diberikan kompres hangat

- c. Mengidentifikasi tingkat nyeri dismenore sebelum diberikan jamu kunyit asam
- d. Mengidentifikasi tingkat nyeri dismenore sesudah diberikan jamu kunyit asam
- e. Mengidentifikasi perbandingan efektifitas kompres hangat dan jamu kunyit asam terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja putri. *literature review*

1.4 Manfaat Peneliti

1.4.1 Bagi Peneliti

Hasil dari penelitian ini dapat menambah wawasan baru dan ilmu pengetahuan baru dalam bidang ilmu keperawatan khususnya dalam pemberian informasi tentang terapi non-farmakologi untuk *dismenore*.

1.4.2 Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tentang terapi non-farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri dismenore

1.4.3 Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat menjadikan tambahan sumber kepustakaan dibidang ilmu keperawatan maternitas khususnya tentang terapi alternative non-farmakologi kompres hangat dan jamu kunyit asam untuk -menurunkan nyeri dismenore.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Remaja

2.1.1 Definisi Remaja

Remaja merupakan suatu masa kehidupan individu dimana terjadi eksplorasi psikologis untuk menemukan identitas diri. Pada masa transisi dari masa anak-anak ke masa remaja, Individu mulai mengembangkan ciri-ciri abstrak dan konsep diri menjadi lebih berbeda. Remaja mulai memandang diri dengan penilaian dan standart pribadi, tetapi kurang dalam interpretasi perbandingan sosial (Eny Kusmiran, 2014).

Remaja (*adolescence*) menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) adalah periode usia antara 10 sampai 19 tahun, menurut Perserikatan Bangsa-Bangsa menyebut bahwa kaum muda (*youth*) untuk usia antara 15 sampai 24 tahun. Sementara itu Menurut The Health Resources and Services Administration Guidelines Amerika Serikat rentang usia remaja adalah 11 – 12 tahun dan terbagi menjadi tiga tahap, yaitu remaja awal (11-14 tahun), remaja menengah (15-17 tahun) dan remaja akhir (18-21 tahun). Definisi ini kemudian disatukan dalam terminolog kaum muda (*young people*) yang mencakup usia 10-24 tahun.

2.1.2 Perubahan Pada Remaja

Masa remaja terjadi ketika seseorang mengalami perubahan struktur tubuh dari anak-anak menjadi dewasa (pubertas). Pada masa ini terjadi suatu perubahan fisik yang cepat disertai dengan banyak perubahan, termasuk didalamnya pertumbuhan organ-organ reproduksi (organ seksual) untuk mencapai kematangan yang ditunjukkan dengan kemampuan melakukan fungsi reproduksi. Perubahan yang terjadi pada pertumbuhan tersebut diikuti munculnya tanda-tanda sebagai berikut :

a. Remaja wanita

Pada remaja wanita sebagai tanda kematangan organ reproduksi adalah ditandai dengan datangnya menstruasi (*menarche*). Menstruasi adalah

proses peluruhan lapisan dalam atau endometrium yang banyak mengandung pembuluh darah dari uterus melalui vagina. hal ini berlangsung terus sampai menjelang masa menopause yaitu ketika seseorang berumur 40-50 tahun.

1. Tanda-tanda seks sekunder

a. Remaja wanita

1. Lengan dan tungkai kaki bertambah panjang, tangan dan kaki bertambah besar.
2. Pinggul lebar, bulat dan membesar
3. Tumbuh bulu-bulu halus disekitar ketiak dan vagina
4. Tulang-tulang wajah mulai memanjang dan membesar
5. Pertumbuhan payudara, punting susu membesar dan menonjol, kelenjar susu berkembang, payudara menjadi lebih besar dan bulat
6. Kulit menjadi lebih kasar, lebih tebal, agak pucat, lubang pori-pori bertambah besar, kelenjar lemak, dan kelenjar keringat menjadi lebih aktif.
7. Otot semakin besar dan semakin kuat, terutama pada pertengahan dan menjelang akhir masa puber, sehingga memberikan bentuk pada bahu, lengan, dan tungkai.
8. Suara menjadi lebih penuh dan semakin merdu.

2.1.3 Perkembangan Remaja dan Ciri-cirinya

a. Usia remaja muda (12-15 Tahun)

1. Sikap protes remaja terhadap orang tua.

Remaja pada usia ini cenderung tidak menyukai nilai-nilai hidup orang tuanya, sehingga sering menunjukkan sikap protes terhadap orang tua. Mereka berusaha mencari identitas diri dan sering kali disertai dengan menjauhkan diri dari orangtuanya. Dalam upaya pencarian identitas diri,

remaja cenderung melihat kepada tokoh-tokoh diluar lingkungan keluarganya yaitu : guru, figure, ideal yang terdapat difilm atau tokoh idola.

2. Preokupasi dengan badan sendiri

Tubuh seseorang remaja pada usia ini mengalami perubahan yang cepat sekali. Perubahan-perubahan ini menjadi perhatian khusus bagi diri remaja.

3. Kesetiakawanan dengan kelompok seusia.

Para remaja pada kelompok umur ini merasakan ketertarikan dengan kebersamaan dengan kelompok seusia dalam upaya mencari kelompok sebaya. Hal ini tercermin dalam cara berperilaku sosial.

4. Kemampuan untuk berfikir secara abstrak.

Daya kemampuan berfikir seorang remaja mulai berkembang dan dimanifestasikan dalam bentuk diskusi untuk mempertajam kepercayaan diri

b. Usia remaja penuh (16-19 Tahun)

1. Kebebasan dari orangtua

Dorongan untuk menjauhkan diri dari orang tua menjadi realitas. Remaja mulai merasakan kebebasan, tetapi juga merasa kurang menyenangkan. Pada diri remaja timbul kebutuhan untuk terikat dengan orang lain melalui ikatan cinta yang stabil.

2. Ikatan terhadap pekerjaan atau tugas

Sering kali remaja menunjukkan minat pada suatu tugas tertentu yang ditekankan secara mendalam. Terjadi pengembangan akan cita-cita masa depan yaitu mulai memikirkan melanjutkan sekolah atau langsung bekerja untuk mencari nafkah.

3. Perkembangan nilai moral dan etis yang matang.

Remaja mulai menyusun nilai-nilai moral dan etis sesuai dengan cita-cita.

4. Perkembangan hubungan pribadi yang labil

5. Adanya tokoh panutan atau hubungan cinta yang stabil menyebabkan terbentuknya kesetbilan diri remaja.
6. Penghargaan kembali pada orang tua dalam kedudukan yang sejajar.

2.2 Konsep Dismenore

2.2.1 Definisi Dismenore

Penyebab Dismenore Primer (Icemi Sukarni dan Wahyu, 2013) Setiap bulan pada lapisan dalam dari kandungan (endometrium) terbentuk dalam persiapan untuk suatu kemungkinan kehamilan. Setelah ovulasi, jika telur tidak dibuahi oleh sebuah sperma, tidak ada kehamilan yang berakibat dan lapisan dan akan diganti dengan suatu lapisan baru pada siklus bulanan berikutnya. Ketika lapisan kandungan yang lama mulai terurai, senyawa-senyawa molekul yang disebut prostaglandins dilepaskan. Senyawa-senyawa ini menyebabkan otot-otot kandungan untuk berkontraksi. Ketika otot-otot kandungan berkontraksi, mereka menyempit suplai darah (vasoconstriction) ke endometrium. Penyempitan ini menghalangi penyerahan oksigen ke jaringan endometrium yang, pada gilirannya, terurai dan mati. Setelah kematian jaringan ini, kontraksi-kontraksi kandungan secara hafafiah memeras jaringan endometrial lama melalui leher Rahim (cervix) dan keluar dari tubuh dengan jalan dari vagina senyawa-senyawa lain yang dikenal dengan leukotrienes, yang kimia-kimia yang memainkan suatu peran pada respon peradangan, juga meninggi pada saat ini dan mungkin dihubungkan dengan perkembangan dari kejang-kejang menstruasi.

2.2.2 Penyebab Dismenore

Penyebab Dismenore Primer (Icemi Sukarni dan Wahyu, 2013) Setiap bulan pada lapisan dalam dari kandungan (endometrium) terbentuk dalam persiapan untuk suatu kemungkinan kehamilan. Setelah ovulasi, jika telur tidak dibuahi oleh sebuah sperma, tidak ada kehamilan yang berakibat dan lapisan dan akan diganti dengan suatu lapisan baru pada siklus bulanan berikutnya. Ketika lapisan kandungan yang

lama mulai terurai, senyawa-senyawa molekul yang disebut prostaglandins dilepaskan. Senyawa-senyawa ini menyebabkan otot-otot kandung untuk berkontraksi. Ketika otot-otot kandung berkontraksi, mereka menyempit suplai darah (vasoconstriction) ke endometrium. Penyempitan ini menghalangi penyerahan oksigen ke jaringan endometrium yang, pada gilirannya, terurai dan mati. Setelah kematian jaringan ini, kontraksi-kontraksi kandung secara hafafiah memeras jaringan endometrial lama melalui leher Rahim (cervix) dan keluar dari tubuh dengan jalan dari vagina senyawa-senyawa lain yang dikenal dengan leukotrienes, yang kimia-kimia yang memainkan suatu peran pada respon peradangan, juga meninggi pada saat ini dan mungkin dihubungkan dengan perkembangan dari kejang-kejang menstruasi.

Ada beberapa penyebab terjadinya dismenore primer :

1. Faktor kejiwaan

Pada gadis-gadis yang secara emosional tidak stabil, apalagi jika merasa tidak mendapat penerangan yang baik tentang proses haid, mudah timbul dismenore.

2. Faktor konstitusi

Faktor ini yang erat hubungannya dengan faktor tersebut diatas, dapat juga menurunkan ketahanan terhadap rasa nyeri. Faktor-faktor seperti anemia, penyakit menahun, dan sebagainya dapat mempengaruhi timbulnya dismenorrea.

3. Faktor obstruksi kanalis servikalis (leher Rahim)

Salah satu teori yang paling tua untuk menerangkan terjadinya dismenorrea primer ialah stenosis kanalis servikalis . pada wanita dengan uterus dalam hiperantefleksi mungkin dapat terjadi stenosis kanalis servikalis, akan tetapi hal ini tidak dianggap penting sebagai faktor yang penting sebagai penyebab dismenorrea. Banyak wanita yang menderita dismenorrea tanpa stenosis servikalis dan tanpa uterus hiperantefleksi. Sebaliknya, terdapat banyak wanita tanpa keluhan dismenorrea, walaupun ada stenosis servikalis dan

uterus terletak dalam hiperantefleksi atau hiperretrofleksi. Mioma submukosum bertangkai atau poli endometrium dapat menyebabkan dismenorrea karena otot-otot uterus berkontraksi keras dalam usaha untuk mengeluarkan kelenjar tersebut.

4. Faktor endokrin

Pada umumnya ada anggapan bahwa kejang yang terjadi pada dismenorrea primer disebabkan oleh kontraksi uterus yang berlebihan. Faktor endokrin mempunyai hubungan dengan tonus dan kontraktilitas otot usus. Novak dan Reynolds yang melakukan penelitian pada uterus berkesimpulan bahwa hormon estrogen merangsang kontraktilitas uterus, sedang hormon progesterone menghambat dan mencegahnya.

5. Faktor alergi

Teori ini dikemukakan setelah adanya asosiasi antara dismenore dengan urtikaria, migraine atau asma bronchial. Smith menduga bahwa sebab alergi ialah toksin haid, penyelidikan dalam tahun-tahun terakhir menunjukkan bahwa peningkatan kadar prostagaldin memegang peranan penting dalam etiologi dismenorrea primer. Kemudian satu jenis dismenorrea yang jarang terdapat ialah pada waktu haid tidak mengeluarkan endometrium dalam fragmen-fragmen kecil, melainkan dalam keseluruhan. Pengeluaran tersebut disertai dengan rasa nyeri kejang yang keras. Dismenorrea tersebut dinamakan dismenorrea membranacea.

2.2.3 Patofisiologi Dismenore

Penyebab terjadinya dismenore karena terdapat peningkatan dan ketidakseimbangan pada saat produksi prostaglandin (PG) didalam endometrium selama siklus ovulasi terjadi. Wanita yang mengalami dismenore memiliki kadar prostaglandin yang lebih tinggi dalam plasma dibandingkan dengan wanita yang tidak mengalami dismenore (Sukini et al, 2017)

Peningkatan produksi prostaglandin yang berlebih akan mengakibatkan terjadinya kontraksi uterus dan vasokonstriksi di dalam pembuluh darah, maka aliran darah yang akan menuju ke uterus menurun sehingga tidak mendapatkan suplai oksigen yang adekuat, maka hal ini dapat menyebabkan terjadinya nyeri (Sukini et al, 2017 ; Rahmawati, 2015)

Prostaglandin akan merangsang otot-otot halus pada dinding rahim berkontraksi. Makin tinggi kadar prostaglandin, kontraksi akan semakin kuat, sehingga rasa nyeri yang dirasa semakin kuat, biasanya terjadi pada menstruasi hari pertama menstruasi kadar prostaglandin semakin tinggi. Pada hari kedua dan selanjutnya. Lapisan dinding rahim akan terlepas, dan kadar prostaglandin akan menurun. Maka rasa sakit dan nyeri haid pun akan berkurang seiring dengan menurunnya kadar prostaglandin (Lestari, 2015).

2.2.4 Klasifikasi Dismenore

Menurut icemi Sukarni dan Wahyu (2013) ada dua tipe – tipe dari dismenore yaitu :

a. Dismenore Primer

Dismenore primer adalah nyeri haid yang dijumpai tanpa adanya kelainan pada alat-alat reproduksi, Dismenore primer terjadi beberapa waktu setelah menarche biasanya setelah 12 bulan atau lebih. Bukti saat ini menunjukkan bahwa progesterone $F2\alpha$ ($PGF2\alpha$), suatu stimulan miometrium kuat atau vasokonstriktor diendometrium peningkatan kadar prostaglandin ditemukan dalam cairan endometrium pada wanita dengan dismenore dan berkorelasi dengan baik dan meningkat 3 kali lipat prostaglandin endometrium terjadi dari fase folikuler pada fase luteal, dengan peningkatan lebih lanjut terjadi selama menstruasi. peningkatan pada endometrium berikut penurunan progesterone dalam hasil akhir fase luteal dalam nada.

b. Dismenore Sekunder

Dismenore sekunder adalah nyeri saat menstruasi yang disebabkan oleh kelainan ginekologi atau kandungan. Pada umumnya terjadi pada wanita yang berusia lebih dari 25 tahun. Tipe nyeri dapat menyerupai Dismenore primer, namun lama nyeri dismenore sekunder dirasakan melebihi periode menstruasi dan dapat terjadi bukan pada saat masa menstruasi. pemberian terapi NSAIDs dan pil kontrasepsi tidak memberikan banyak manfaat. Nyeri haid yang disebabkan oleh patologi pelvis secara anatomis atau makroskopis dan terutama terjadi pada wanita berusia 30-45 tahun (Widjarnarko, 2006 dalam icemi sukarni et al, 2013) pengertian yang lain menyebutkan definisi dismenore sekunder sebagai nyeri yang muncul saat menstruasi namun disebabkan oleh adanya penyakit lain. Penyakit lain yang sering menyebabkan dismenore sekunder antara lain endometriosis, fibroid uterin, adenomyosis uterin, dan inflamasi pelvis kronis.

2.2.5 Penatalaksanaan Penanganan Dismenore

Penatalaksanaan dismenore primer diantaranya : penatalaksanaan secara farmakologi dan penatalaksanaan secara non farmakologi.

A. Penatalaksanaan Farmakologi

1) Pemberian obat analgesik

Dewasa ini banyak beredar obat-obat analgesik yang dapat diberikan sebagai terapi simptomatik, jika rasa nyeri hebat diperlukan istirahat ditempat tidur dan kompres panas pada perut bawah untuk mengurangi penderita. Obat analgesik yang sering diberikan adalah preparat kombinasi aspirin, fansetin dan kafein. Obat-obatan paten yang beredar dipasaran antara lain novlgin, postan, acetaminophen dan lain sebagainya.

2) Terapi Hormonal

Terapi hormonal ialah menekan ovulasi yang bersifat sementara untuk membuktikan bahwa gangguan benar-benar dismenore primer atau untuk memungkinkan penderita melakukan pekerjaan penting waktu haid tanpa gangguan. Tujuan ini dapat dicapai dengan memberikan salah satu jenis pil kombinasi kontrasepsi.

3) Terapi dengan obat non steroid anti prostaglandin

Endometasin, ibuprofen, dan naproksen, dalam kurangnya lebih 70% penderita dapat disembuhkan atau mengalami banyak perbaikan pengobatan dapat diberikan sebelum haid mulai satu sampai tiga hari sebelum haid dan dapat hari pertama haid.

4) Dilatasi kanalis servikalis

Dilatasi kanalis servikalis dapat memberikan keringanan karena dapat memudahkan pengeluaran darah dengan haid dan prostaglandin didalamnya. Neurektomi prasakral (pemotongan urat saraf sensorik antara uterus dan susunan saraf pusat) ditambah dengan neurektomi ovarial (pemotongan urat saraf sensorik pada diligamentum infundibulum) merupakan tindakan terakhir apabila usaha lainnya mengalami gagal. Menurut Bare & Smelzer (dalam tamsuri, 2009), penanganan nyeri yang dialami oleh individu dapat melalui intervensi farmakologi, dilakukan kolaborasi dengan dokter atau pemberian perawatan utama lainnya pada pasien. Obat-obatan ini dapat menurunkan nyeri dan menghambat produksi prostaglandin dari jaringan-jaringan yang mengalami trauma dan inflamasi yang menghambat reseptor nyeri untuk menjadi sensitive terhadap stimulus menyakitkan sebelumnya, contoh obat anti inflamasi nonsteroid adalah aspirin, ibuprofen dan sebagainya.

B. Penatalaksanaan Non farmakologi

1) Kompres hangat

Kompres hangat adalah pengompresan yang dilakukan dengan menggunakan buli-buli panas kain yaitu secara konduksi dimana terjadi pemindahan panas dari buli-buli ke dalam tubuh sehingga akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan akan terjadi penurunan ketegangan otot sehingga nyeri haid yang dirasakan akan berkurang atau hilang (Perry & Potter, 2005)

2) Jamu

Jamu merupakan olahan ekstrak dari berbagai macam tumbuhan obat yang berfungsi untuk mencegah ataupun menobati penyakit. Dan jamu herbal memiliki khasiat untuk menurunkan nyeri saat menstruasi, demam, batuk pilek, dan mengobati penyakit lainnya.

3) Olahraga

Olahraga secara teratur dapat menimbulkan aliran sirkulasi darah pada otot Rahim menjadi lancar sehingga dapat mengurangi rasa nyeri saat menstruasi. Pelepasan endorfin alami dapat meningkat dengan olah raga teratur yang akan menekan pelepasan prostaglandin, selain itu mampu menguatkan kadar beta endorphin yaitu suatu zat kimia otak yang berfungsi meredakan rasa sakit.

4) Relaksasi

Relaksasi merupakan teknik pengendoran atau pelepasan ketegangan, contoh bernapas dalam – dalam dan pelan (Depi Seprina, 2021).

2.3 Konsep Kompres Hangat

2.3.1 Definisi Kompres Hangat

Kompres hangat merupakan memberikan rasa hangat untuk memenuhi kebutuhan nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah spasme otot dan memberikan rasa hangat pada daerah tertentu (Uliyah & Hidayat, 2010). kompres hangat adalah suatu prosedur menggunakan kain atau handuk yang telah dibasahi dengan air hangat dan ditempelkan pada bagian tubuh tertentu. (Yulian, 2010). Kompres hangat berfungsi untuk mengatasi atau mengurangi nyeri, dimana panas dapat meredakan iskemia dengan menurunkan kontraksi uterus dan melancarkan pembuluh darah sehingga dapat meredakan nyeri dengan mengurangi ketegangan dan meningkatkan perasaan sejahtera, meningkatkan aliran menstruasi, dan meredakan vasokongesti pelvis. (Setyaningrum, 2012). Kompres hangat sebagai metode yang sangat efektif untuk mengurangi nyeri dan otot. (Price & Wilson, 2010).

2.3.2 Tujuan Kompres Hangat

Tujuan dari kompres hangat ini untuk menurunkan intensitas nyeri dengan manfaat pemberian kompres hangat secara biologis yang menyebabkan dilatasi pembuluh darah yang mengakibatkan peningkatan sirkulasi darah. Pemberian kompres hangat memakai prinsip pengantar panas melalui cara konduksi dimana panas ditempelkan pada daerah yang sakit untuk melancarkan sirkulasi darah dan menurunkan ketegangan otot sehingga akan menurunkan nyeri pada wanita dengan dismenore primer, karena pada wanita dengan dismenore ini mengalami kontraksi uterus dan kontraksi otot polos (Anugraheni dan Wahyuningsih, 2013).

2.3.3 Manfaat Kompres Hangat

Menurut Koizer, (2009) kompres hangat digunakan secara luas dalam pengobatan karena memiliki efek dan manfaat yang besar. Adapun manfaat efek kompres hangat adalah efek fisik, efek kimia, efek biologis.

1. Efek fisik

Panas dapat menyebabkan zat cair, padat, dan gas mengalami pemuaian ke segala arah.

2. Efek kimia

Sesuai dengan Van Holf (dalam Gabriel, 2009) bahwa rata-rata kecepatan reaksi kimia didalam tubuh tergantung pada temperatur. Menurunnya reaksi kimia tubuh seiring dengan menurunnya temperatur tubuh. Permeabilitas membrane sel akan meningkat sesuai dengan peningkatan pertukaran antara zat kimia tubuh dengan cairan tubuh.

3. Efek biologis

Panas dapat menyebabkan dilatasi pembuluh darah yang mengakibatkan peningkatan sirkulasi darah. Secara fisiologis respon tubuh terhadap panas yaitu menyebabkan pembuluh darah, menurunkan kekentalan darah, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan dan meningkatkan permeabilitas kapiler. Respon dari panas inilah yang digunakan untuk keperluan terapi pada berbagai kondisi dan keadaan yang terjadi dalam tubuh. Panas menyebabkan vasodilatasi maksimum dalam waktu 15-20 menit, melakukan kompres lebih dari 20 menit akan mengakibatkan kongesti jaringan dan klien akan beresiko mengalami luka bakar karena pembuluh darah yang berkontraksi tidak mampu membuang panas secara adekuat melalui sirkulasi darah (Koizer, 2009).

2.3.4 Mekanisme Kompres Hangat

Energi panas yang hilang atau masuk kedalam tubuh melalui kulit dengan empat cara secara konduksi, konveksi, radiasi dan evaporasi. Kompres hangat merupakan pengompresan yang dilakukan dengan menggunakan botol air panas yang dibungkus dengan kain yaitu secara konduksi dimana terjadi pemindahan panas dari botol air panas yang dibungkus kain ke dalam tubuh sehingga menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan terjadi penurunan ketegangan otot sehingga nyeri haid yang dirasakan akan berkurang ataupun hilang. Dalam buku yang dituliskan oleh lowdermilk (2013) menyebutkan bahwa dismenore dapat dikurangi dengan terapi farmakologi berupa kompres hangat dengan menggunakan suhu 40°C dan waktu pengompresan selama 15-20 menit pada bagian perut yang terasa nyeri. Pemberian kompres hangat meningkatkan relaksasi otot serta mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan otot dan memberikan rasa hangat. Terapi panas bekerja dengan mengendurkan otot-otot Rahim yang tegang dapat meningkatkan aliran darah dan mengurangi rasa nyeri saat dismenore.

2.4 Konsep Kunyit

2.4.1 Definisi Kunyit

Kunyit merupakan tanaman yang tergolong dalam kelompok jahe-jahean dengan warna yang khas yaitu kuning. Tanaman ini berbatang basah dengan batang berwarna hijau atau keunguan, tinggi batangnya sampai 0,75 m, berdaun 4 sampai 8 helai dan berbentuk lonjong, bunga majemuk berbentuk merah atau merah muda. Bunga kunyit berwarna coklat dan ditengahnya berwarna kemerah-merahan dan kuning.

Kunyit menghasilkan umbi utama berbentuk rimpang berwarna kuning tua atau jingga terang. Keseluruhan rimpang membentuk rumpun yang rapat, berwarna coklat

muda. Bagian tanaman yang digunakan adalah rimpang atau akarnya. (Recci Labesa, 2019)

2.4.2 Kandungan Kunyit

Kunyit mengandung senyawa fenolik yang di percaya sebagai antioksidan, analgetik, antimikroba, antiinflamasi dan dapat membersihkan darah. Senyawa aktif yang terkandung dalam kunyit yaitu curcumine (Widiatami, 2018)

Kunyit merupakan suplemen nutrisi yang mengandung senyawa curcumin yang berkerja menghambat reaksi cyclooxygenase sehingga dapat mengurangi terjadinya kontraksi uterus. Kontraksi uterus yang dihambat oleh prostaglandin melalui jaringan epital uterus oleh curcumin mampu mengurangi terjadinya dismenore pada remaja (Mustika, 2020). Kuyit memiliki kandungan senyawa aktif yaitu curcumin yang berkhasiat untuk mengurangi rasa nyeri saat terjadinya Dismenore, kandungan curcumin yang ada didalam kunyit yang aman untuk dikonsumsi oleh manusia adalah 100 mg/hari.

2.4.3 Manfaat Kunyit

Secara umum rimpang kunyit sebagai pewarna makanan dan minuman, bumbu dapur, untuk kecantikan seperti lulur dan kosmetik serta penambah nafsu makan untuk anak. Pada bidang kesehatan kunyit mempunyai peran sebagai antioksidan, amtitumor, antikanker, antimekroba, antipikun dan antiinfamasi.

Curcumine didalam kunyit dapat mengurangi kadar histamine dan menaikkan kortison yang diproduksi oleh kelenjar adrenal. Mekanisme curcumin sebagai antiinflamsi adalah dengan menghambat reproduksi prostaglandin yang dapat diperantarai melalui penghambatan aktivitas enzim siklooksigenase. Kandungan curcumine pada kunyit dan anthocyanin akan mneghambat proses inflamasi yang berperan sebagai inhibitor enzim sikloosigenase (COX) (Hartati, 2013)

Secara tradisional kunyit juga dimanfaatkan untuk penyakit diabetes mellitus, demam, tifoid, apendisitis, disentri, leukorea, obat luka, sakit perut, melancarkan

perdarahan darah, sakit maag, hepatitis, sariawan, rematik, haid tidak lancar, dismenore, dan dapat menurunkan kolestrol.

Terapi tradisional tumbuhan kunyit dapat dijadikan ramuan jamu kunyit asam (kunyit dan asam jawa) dengan gula merah dapat menurunkan skala nyeri dismenore pada saat menstruasi (Recci Labesa, 2019).



Gambar 2. 1 Kunyit Kuning

2.5 Konsep Asam

2.5.1 Definisi Asam

Asam jawa merupakan tumbuhan yang daunnya bersirip genap dan berbuah polong. Batang pohonnya dapat tumbuh menjadi besar dan daunnya rindang. Daun asam jawa panjang tangkainya sekitar 17 cm dengan sirip genap. Memiliki bunga berwarna kuning kemerah-merahan. Buah polongnya berwarna coklat dengan khas asam. didalam buah polong terdapat biji berjumlah 2-5 yang berbentuk pipih dengan warna coklat kehitaman. Selain itu terdapat kulit yang membungkus daging buah polong ini. Daging buah berwarna putih kehijauan ketika muda, saat sudah masuk menjadi merah kecoklatan sampai kehitaman, asam manis dan melengket. Biji berwarna coklat kehitaman, mengkilap dan keras agak persegi.

2.5.2 Kandungan Asam

Kandungan yang terdapat dalam asam jawa cukup banyak, diantaranya yaitu kandungan tanin, saponin, seskuiterpen, alkaloid dan flobatmin. Selain itu daging

buah asam jawa ini juga memiliki berbagai kandungan, seperti asam tartrat, asam sitrat, asam suksinat dan asam asetat. Kandungan asam tersebut mempunyai khasiat sebagai laksatif (melancarkan buang air besar), melancarkan peredaran darah, dan mendinginkan. Selain itu pada buahnya juga terdapat kandungan kimia berupa vitamin A, zat gula, selulosa, dan pectin. Sedangkan kandungan daun asam jawa mengandung flavonoid. Kandungan anthocyanin didalam kunyit memiliki khasiat untuk mengurangi nyeri saat terjadinya Dismenore, kandungan anthocyanin didalam daging asam jawa yang aman saat dikonsumsi manusia adalah 100mg/hari.

2.5.3 Manfaat Asam

Asam jawa dapat dimanfaatkan sebagai obat tradisional yang dipercaya untuk penyakit, asma, batuk, demam, rematik, sakit perut, alergi, sariawan, obat luka, bisul, bengkak disengat lebah, gigitan ular berbisa, rambut rontok, jerawat, keputihan dan juga nyeri haid. (Recci Labesa, 2019)

Daging buah asam jawa dapat dimanfaatkan untuk melancarkan peredaran darah, mendinginkan, berkhasiat sebagai laksatif (melancarkan buang air besar). Selain itu daun asam jawa juga dapat menghilangkan rasa sakit karena kandungan flavonoid, sebagai antiradang dan diaforetik. Buah asam jawa memiliki agen aktif yaitu anthocyanin sebagai *antiinflamasi*, *Tannins*, *Saponins*, *Sesquiterpenes*, *Alkaloid*, dan *Phlobotamins* yang dapat mempengaruhi sistem saraf otonom sehingga dapat mempengaruhi otak untuk mengurangi kontraksi uterus dan sebagai agen analgetik (Novi dan Ayu, 2012). Sifat anti oksidan buah asam dapat ditingkatkan apabila dipadukan dengan bahan rempah lainnya seperti salah satunya dengan rimpang kunyit. Asam jawa memiliki khasiat untuk melancarkan peredaran darah sehingga dapat mencegah terjadinya kontraksi pembuluh darah saat *dismenore*.



Gambar 2. 2 Asam Jawa

Pemberian minuman kunyit asam jawa lebih aman karena dapat mengatasi dismenore tanpa efek samping. Kunyit asam jawa merupakan obat alami yang mengandung penghilang rasa sakit saat menstruasi. Selain itu kunyit asam juga membantu melancarkan aliran darah terutama ketika menstruasi. Pengeluaran *prostaglandin* dan *leukotrin* pada *endometrium* yang mengakibatkan kontraksi uterus menjadi kuat sehingga menyebabkan nyeri menstruasi dapat dikurangi dengan mengkonsumsi kunyit asam jawa (Amelia, 2020).

2.5.4 Cara Membuat Minuman Kunyit Asam

1. Bahan – bahan

- 1) ½ Kg kunyit
- 2) ½ Kg asam jawa
- 3) ¼ Kg gula jawa
- 4) 2 sendok madu
- 5) ½ sdt garam
- 6) 2 liter Air

2. Cara membuat minuman kunyit asam

Bersihkan kulit kunyit kemudian parut, sisir halus gula jawa, panaskan air hingga mendidih, masukan kunyit yang telah diparut, asam jawa, dan garam secukupnya. Aduk hingga semuanya larut 5 menit . Jika sudah, didiamkan hingga hangat lalu saring dan masukan ke dalam gelas. Tambahkan madu dan aduk hingga tercampur rata.

3. Aturan Minum

- 1) Minumlah secara teratur 1 kali (100 ml) dalam sehari.
 - 2) Sebelum makan pada pagi hari.
 - 3) Diminum saat haid hari ke 1,2,3
- (Ulfa, 2018).



Gambar 2. 3 Jamu Kunyit Asam

2.6 Efektifitas Kompres Hangat Dan Jamu Kunyit Asam Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri

2.6.1 Efektifitas Kompres Hangat Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri Dismenore

Energi panas yang hilang atau masuk kedalam tubuh melalui kulit dengan empat cara secara konduksi, konveksi, radiasi dan evaporasi. Kompres hangat merupakan pengompresan yang dilakukan dengan menggunakan botol air panas yang dibungkus dengan kain yaitu secara konduksi dimana terjadi pemindahan panas dari botol air panas yang dibungkus kain ke dalam tubuh sehingga menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan terjadi penurunan ketegangan otot sehingga nyeri haid yang dirasakan akan berkurang ataupun hilang. Dalam buku yang dituliskan oleh lowdermilk (2013) menyebutkan bahwa dysmenorrhoea dapat dikurangi dengan terapi farmakologi berupa kompres hangat dengan menggunakan suhu 40°C dan waktu pengompresan selama 15-20 menit pada bagian perut yang terasa nyeri. Pemberian kompres hangat meningkatkan relaksasi otot serta mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan otot dan memberikan rasa hangat. Terapi panas bekerja dengan mengendurkan otot-otot Rahim yang tegang dapat meningkatkan aliran darah dan mengurangi rasa nyeri saat dismenore.

2.6.2 Efektifitas Jamu Kunyit Asam Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri Dismenore

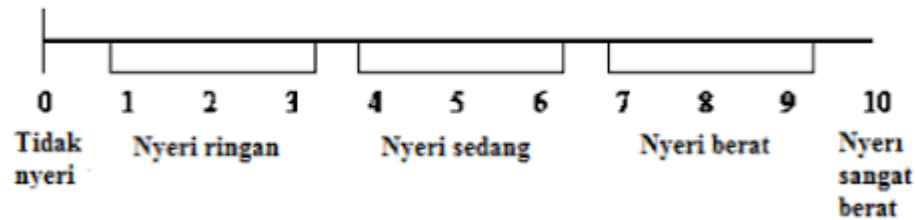
Pada saat menstruasi, ketika tidak terjadi pembuahan di ovum pasca ovulasi, hormon-hormon reproduksi pada wanita akan turun drastis karena korpus luteum berinvolusi. Hal ini berakibat segala kondisi endometrium yang telah disiapkan sebelumnya untuk implanisasi hasil fertilisasi menjadi luruh. Semua kelenjar meluruh, terjadi penurunan nutrisi dan vasopasme pembuluh darah di endometrium. Vasopasme akan menyebabkan reaksi inflamasi yang akan mengaktifkan

metabolisme asam arakhidonat dan pada akhirnya akan melepaskan prostaglandin. Terutama $PGF2\alpha$ yang akan menyebabkan vasokonstriksi dan hipertonus pada meometrium. Hipertonus inilah yang menyebabkan dismenore primer. Kandungan bahan alami minuman kunyit asam dapat mengurangi keluhan dismenore primer. Dalam kunyit dan asam jawa ada kandungan *Curcumine* dan *Anthocyanin* yang dapat menghambat reaksi *cycoolxygenase* sehingga menghambat atau bahkan dapat mengurangi terjadinya kontraksi uterus. Mekanisme penghambat kontraksi uterus. Mekanisme penghambat kontraksi uterus melalui *curcumine* adalah dengan mengurangi influks ion kalsium (Ca^{2+}) k dalam kanal kalsium pada sel-sel epitel uterus. Kandungan *tannins*, *saponins*, *sesquiterpenes*, *alkaloid* dan *phlobotamins* akan mempengaruhi sistem saraf otonom sehingga bisa mempengaruhi kontraksi uterus dan sebagai agen analgetik, curcumenol akan menghambat pelepasan prostaglandin yang berlebih (Almanda dalam ulfa, 2018).

2.7 Skala Pengukuran Nyeri Dismenore

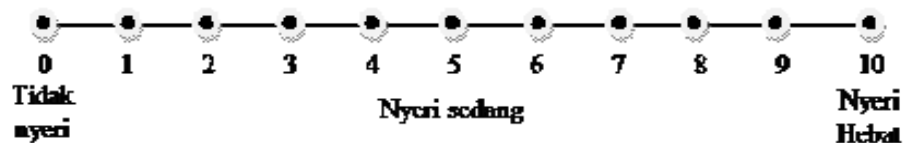
Menurut smeltzer dalam Depi seprina (2021) ada tiga metode yang umumnya digunakan untuk memeriksa intensitas nyeri yaitu *Verbal Deskriptor Scala* (VDS), *Visual Analog Scala* (VAS), dan *Numrical Rating scala* (NRS).

- a. Skala deskriptif merupakan alat pengukuran tingkat keparahan nyeri yang lebih objektif. Skala pendeskripsi verbal (*Verbal Deskriptor Scala*, VDS) merupakan sebuah garis yang terdiri dari tiga sampai lima kata deskripsi yang tersusun dengan jarak yang sama di sepanjang garis. Pendeskripsian ini dirangking dari “tidak terasa nyeri” sampai “nyeri yang tidak tertahankan”. Perawat menunjukkan klien skala tersebut dan meminta klien untuk memilih intensitas nyeri terbaru yang dirasakan. Perawat juga menanyakan seberapa jauh nyeri terasa paling menyakitkan dan seberapa jauh nyeri terasa paling menyakitkan. Alat VDS ini memungkinkan klien memilih sebuah kategori untuk mendeskripsikan nyeri.



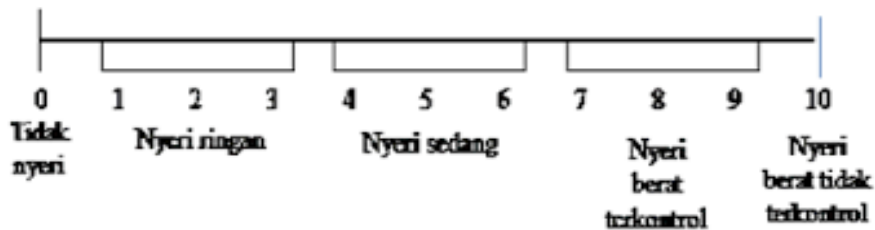
Gambar 2. 4 Skala Intensitas Nyeri Deskriptif

- b. Skala penilaian numerik (Numerical Rating Scala, NRS) lebih digunakan sebagai pengganti alat pedeskripsi kata. Dalam hal ini, klien menilai nyeri dengan menggunakan skala 0-10. Skala paling efektif digunakan saat mengkaji intensitas nyeri sebelum dan setelah intervensi terapeutik. Apabila digunakan skala untuk menilai nyeri, maka direkomendasi patokan 10 cm.



Gambar 2. 5 Gambar Skala Intensitas Nyeri Numerik

- c. Skala analog visual (Visual analog scala, VAS) tidak melebihi subdivisi. VAS adalah suatu garis lurus, yang mewakili intensias nyeri yang terus menerus dan pendeskripsi verbal pada setiap ujungnya. Skala ini memberikan klien kebebasan penuh untuk mengidentifikasi keparahan nyeri yang lebih sensitive karena klien dapat mengidentifikasi setiap titik pada rangkian dari pada dipaksa memilih satu kata atau satu angka.



Gambar 2. 6 Gambar Skala Intensitas Nyeri Analog Visual

Keterangan :

0 : Tidak nyeri

1-3 : Nyeri ringan, secara objektif klien dapat berkomunikasi dengan baik

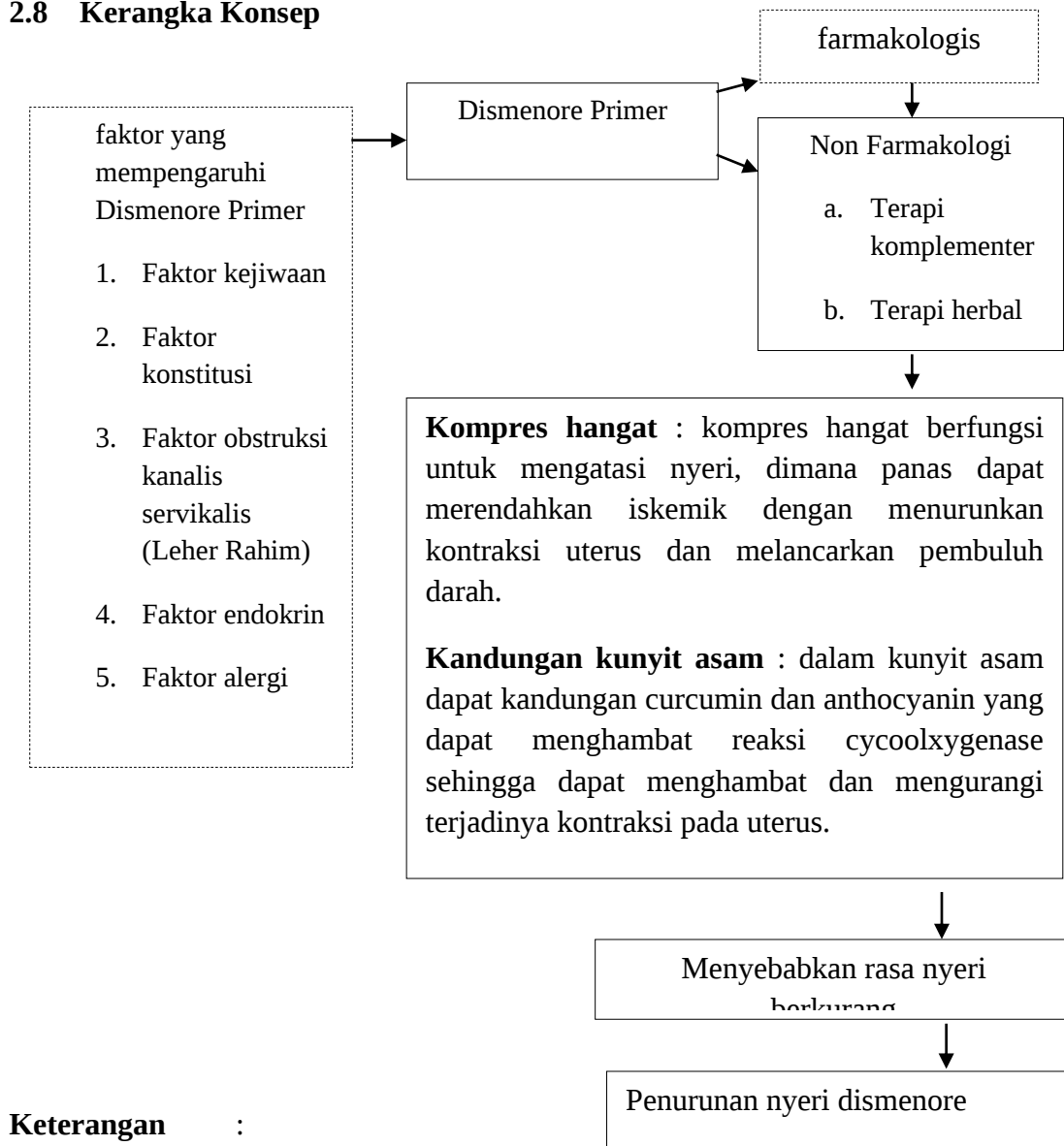
4-6 : Nyeri sedang, secara objektif klien mendesis, menyerangi, dapat mengikuti perintah dengan baik

7-9 : Nyeri berat, secara objektif klien terkadang tidak dapat mengikuti perintah tapi masih respon terhadap tindakan, dapat menunjukkan lokasi nyeri, tidak dapat mendeskripsikannya, tidak dapat diatasi dengan alih posisi, nafas panjang dan distraksi

10 : Nyeri sangat berat, pasien sudah tidak mampu lagi berkomunikasi memukul

Menurut Wong-Baker dalam Kozier (2009), tidak semua klien dapat mengerti atas menghubungkan nyeri yang dirasakan ke skala intensitas nyeri berdasarkan angka. Termasuk di dalamnya adalah anak-anak yang tidak dapat mengomunikasikan ketidaknyamanan secara verbal, klien lansia yang mengalami kerusakan kognitif atau komunikasi, dan orang yang tidak dapat berbahasa inggris, untuk klien tersebut, menggunakan skala nyeri wajah.

2.8 Kerangka Konsep



Gambar 2.9 Keefektifan pemberian kompres hangat dan jamu kunyit asam dalam menurunkan tingkat nyeri dismenore pada remaja putri.

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Strategi Pencarian Literature

3.1.1 Protokol dan Regrestrasi

Rangkuman menyeluruh dalam bentuk *literature review* mengenai pemberian kompres hangat dalam menurunkan tingkat nyeri dismenore pada remaja. Protokol dan evaluasi dari *literature review* akan menggunakan checklist PRISMA untuk menyelesaikan penyelesaian studi yang sudah ditemukan dan disesuaikan dengan tujuan dari literature review (Nursalam, 2020).

3.1.2 Database Pencarian

Literature review yang merupakan rangkuman menyeluruh beberapa studi penelitian yang ditentukan berdasarkan tema tertentu. Pencarian literature review dilakukan pada bulan September sampai November 2021. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder yang diperoleh bukan dari pengalaman langsung. Akan tetapi diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu. Sumber data sekunder yang didapat berupa artikel jurnal bereputasi baik nasional maupun internasional dengan tema yang sudah ditentukan (Nursalam, 2021). Pencarian literature review ini menggunakan dua data base dengan kriteria kualitas tinggi dan sedang, yaitu Googel Scholar.

3.1.3 Kata Kunci

Pencarian artikel atau jurnal menggunakan *keyword* dan booleanoperator (AND, OR, NOT , atau AND NOT) yang digunakan penelitian untuk memperluas dan menspesifikkan hasil pencarian, sehingga mudah dalam menentukan artikel yang digunakan. Kata kunci dalam *literature review* ini terdiri dari sebagai berikut :

Tabel 3.1 Kata <i>Literature Review</i>			
Kompres hangat	Dismenore	Remaja	Kunyit asam
AND	AND	AND	AND
Warm compress	Dysmenorrhea	Childhood	Turmeric Acid

3.2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Strategi yang digunakan dalam mencari artikel menggunakan PICOS *framework*, yang terdiri dari :

1. *Populasi problem* merupakan populasi atau masalah yang akan dianalisis sesuai tema yang sudah ditentukan dalam *literature review*.
2. *Intervention* merupakan tindakan penatalaksanaan terhadap kasus baik individu atau kelompok masyarakat serta pemaparan tentang penatalaksanaan study sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *literature review*
3. *Comparison* merupakan penatalaksanaan atau intervensi lainnya yang digunakan sebagai pembandingan, namun jika tidak bisa menggunakan kelompok kontrol pada artikel yang dipakai
4. *Outcome* merupakan hasil atau luaran yang diperoleh pada study terdahulu yang sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *literature review*
5. *Study design* merupakan desain penelitian yang digunakan dalam artikel-artikel yang akan direview.

Tabel 3.2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi *Literature Review*

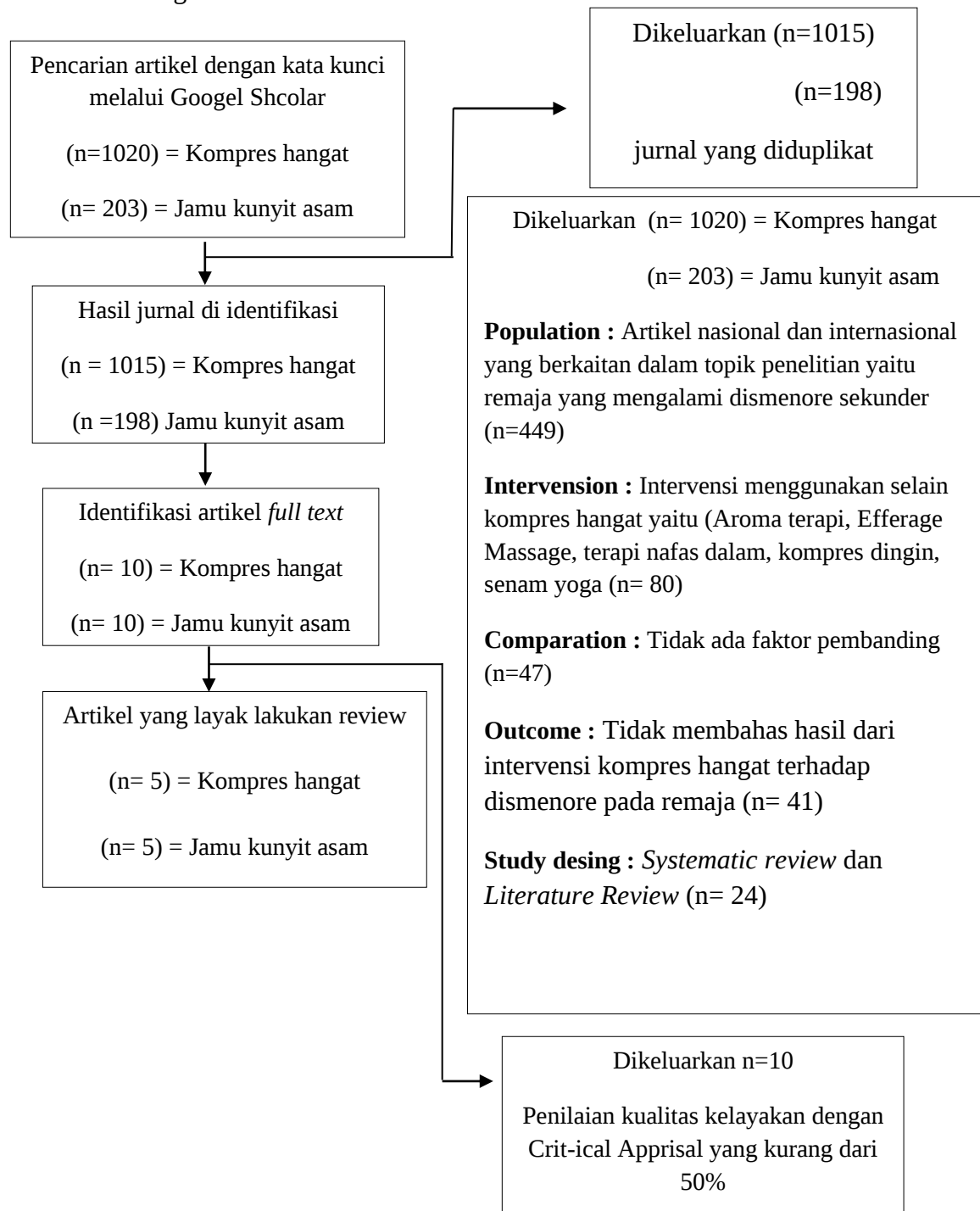
Kriteria	Inklusi	Eksklusi
<i>Populasi</i>	Artikel nasional dan internasional yang berkaitan dalam topik penelitian yaitu remaja yang mengalami dismenore primer	Artikel nasional dan internasional yang berkaitan dalam topik penelitian yaitu remaja yang mengalami dismenore sekunder
<i>Intervention</i>	Intervensi yang digunakan adalah pemberian kompres hangat dan jamu kunyit asam	Intervensi menggunakan selain kompres hangat yaitu (Aroma terapi, <i>Efferage Massage</i> , terapi nafas dalam, kompres dingin, senam yoga).
<i>Comparison</i>	Ada faktor pembanding	Tidak ada faktor pembanding
<i>Outcomes</i>	Hasil dari artikel menjelaskan ada perbandingan antara kompres hangat dan jamu kunyit asam terhadap dismenore pada remaja	Tidak membahas hasil dari intervensi kompres hangat dan jamu kunyit asam terhadap dismenore pada remaja
<i>Study design</i>	Quasi eksperimen desing pre-test and post test design with control group	<i>Systematic review</i> dan <i>Literature Review</i>
<i>Publication</i>	Tahun 2017 – tahun 2021	Sebelum tahun 2017
<i>language</i>	Bahasa Indonesia dan bahasa Inggris	Selain bahasa Indonesia dan bahasa Inggris

3.3 Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas

3.3.1 Hasil Pencarian dan Seleksi Studi

Berdasarkan hasil pencarian *Literature review* melalui publikasi di satu database dan menggunakan kata kunci yang sudah disesuaikan dengan MeSH (Medical Subject Heading), peneliti mendapatkan 1020 artikel yang sesuai dengan kata kunci tersebut yaitu kompres hangat dan 203 artikel sesuai dengan kata yaitu

kunci jamu kunyit asam . Hasil pencarian yang sudah didapatkan kemudian diperiksa duplikat, ditemukan terdapat 5 artikel yang sama sehingga masing-masing artikel dikeluarkan dengan tersisa 1015 artikel kompres hangat dan 198 artikel jamu kunyit asam. Kemudian dilakukan skrining berdasarkan PICOS dan full text sehingga didapatkan 10 hasil seleksi artikel. Hasil seleksi artikel studi digambarkan dalam Diagram *flow*.

Gambar 3. 1 Diagram *Flow*Gambar 3.1 Diagram *flow* berdasarkan PRISMA 2009 (Polit and Beck, 2013)

BAB 4

HASIL DAN ANALISA

4.1 Hasil

4.1.1 Hasil dan Analisa

Setelah dilakukan pencarian artikel dengan menggunakan googel scholar dilakukan analisa dan hasil akhir ditemukan 10 artikel untuk dilakukan analisa dengan rincian sebagai berikut.

Tabel 4.1 Hasil Temuan Artikel

NO	PENULIS	NAMA JURNAL	JUDUL	METODE DSVIA (Desain, sampel sampling, Variabel, Instrumen, Analisis)	HASIL PENELITIAN	DATA BASE
1.	Adel Vita Masya Dupa, Lili Suryani, Kadar Ramadhan i (2021)	Jurnal Bidan Cerdas volume. 3 Nomor.1 2021 Tahun 2021 e- ISSN : 2654-9352 dan p-ISSN : 27159965 DOI: 10.33860/jbc.v3il. 130	Penurunan Intensitas Nyeri Menstruasi (<i>Dysmenorrhoe</i>) dengan Kompres Hangat.	D : <i>pra-experiment (one group pretest posttest design)</i> S : remaja putri kelas X 38 orang. V : kompres hangat pada remaja putri yang mengalami <i>dysmenorrhoe</i> , dan penurunan <i>dysmenorrhoe</i> I : kuesioner	Hasil penelitian menunjukkan pemberian kompres air hangat dapat menurunkan 15,8% nyeri berat, 60,4% nyeri sedang dan hampir setengah responden sesudah pemberian terapi ini sudah tidak	<i>Googel Scholar</i>

				A : Wilcosxon Signed Rank	mengalami nyeri lagi. Hasil uji <i>Wilcoxon signed rank</i> didapatkan nilai $p < 0.001$. Kesimpulan pemberian kompres hangat dapat menurunkan tingkat nyeri menstruasi (<i>dysmenorrhea</i>).	
2.	Waythelis Apriani, Suhita Tri Oklaini, Tria Nopi Herdiani, Ifva Triana (2021)	Journal of Midwifery Vol. 9 No. 2 Oktober 2021 P-ISSN: 2338-7068	Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 17 Kecamatan Enggano	D : <i>pre-experiment (one group pretest posttest design)</i> S : <i>Purposive Sampling</i> Variabel kompres hangat pada remaja putri yang mengalami dismenore, Variabel dan penurunan dismenore I : lembar observasi. A : <i>univariat, bivariate , normalitas dan analisis bivariat</i>	Dari hasil penelitian didapatkan :13 siswa yang mengalami dismenore sebelum dilakukan terapi kompres hangat didapatkan 5 orang mengalami nyeri sedang dan 8 orang mengalami nyeri berat : Dari 13 siswa yang mengalami dismenore setelah dilakukan terapi kompres hangat didapatkan 8 siswa mengalami nyeri ringan dan 5 orang mengalami nyeri sedang : Terdapat	<i>Googel Scholar</i>

					pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri dismanore di Sekolah Menengah Pertama Negri 17 Kecamatan Enggano oktober 2021.	
3.	Lijah Munthe, Rizki Noviyanti Harahap (2021)	Jurnal Ilmiah Kebidanan e- ISSN 27744671 Vol. 1 No. 1 Tahun 2021	Pengaruh Pemberian Komres Hangat Terhadap Nyeri Dismenore Pada Remaja Di wilayah Puskesmas Simalangalam	D : Quasy experiment S : teknik purposive sampling. V : kompres hangat dan nyeri dismenore. I : kuesioner A : uji <i>Paired sampel-Test</i> .	Hasil penelitian didapat bahwa Nyeri Dismenore pada remaja sebelum diberikan Kompres Air Hangat di Wilayah Puskesmas Simangalam Kabupaten Labuhanbatu Utara Tahun 2020 adalah sebagian besar nyeri sedang, Nyeri ringan. Hasil uji Paired Sampel- Test didapatkan nilai $P-0,0001 < \alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak artinya secara simulatan	<i>Googel Scholar</i>

					terdapat Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat terhadap Nyeri Dismenore pada Remaja Di Wilayah Puskesmas Simangalam Kabupaten Labuhanbatu Utara Tahun 2021	
4.	A.Ridha Al Shifa, Nur Ulmy Mahmud, Sartika (2021)	Window of Healh Journal, Vol. 2 (Agustus 2021) : 1086-1094 E-ISSN 2721-2920	Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore pada remaja putri Di Madrasah Aliyah DDI Mangkoso Kabupaten Barru	D : Quasy eksperiment S : Teknik purposive sampling V : kompres hangat dan penurunan intensitas nyeri dismenre I : lembar observasi skala nyeri haid A : Analisis univariat dan bivariate	Hasil Penelitian ini menggunakan uji <i>Mann Whitney</i> menunjukkan <i>p-value</i> sebesar 0,011 dan karena <i>p-value</i> $0,001 < \alpha = 0,05$ maka H_0 diterima yang berarti ada Pengaruh Kompres hangat terhadap Penurunan Intensitas Dismenore Pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah DDI Mangkoso Kkabupaten Barru, sehingga kompres hangat dapat digunakan sebagai	<i>Googel Scholar</i>

					alternative terapi non farmakologi untuk penatalaksanaan dismenore.	
5.	Oktavia S Ratu, Maritje S J. Malisngor ar, Erhana Tri Nastiti (2021)	Global Health Science Vol. 5 No.3 september 2020 ISSN 2503-5088 (p) 26622-1055(e) DOI : http://dx.org/10.3346/ghs5310	Pengaruh Terapi Kompres Hangat terhadap Dismenore pada Remaja Putri di Kepulauan Kelang Tahun 2020	D : <i>Quasi Eksperimenn Pre- Test Design with Control Group.</i> S : <i>purposive sampling</i> dengan responden 40 orang. V : terapi kompres hangat dan dismenore remaja putri I : kuesioner A : analisa univariat dan bivariat dan menggunakan uji statistik <i>Shopir Wilk Test</i>	Hasil penelitian menunjukkan rata-rata dismenore sebelum kompres hangat dan setelah kompres hangat adalah 3.65 dengan nilai p-value – $0.000 < \alpha (0.05)$ hal ini berarti bahwa ada perbedaan nyeri dismenore antara sebelum diberikan kompres hangat dan setelah diberikannya kompres hangat. Hasil uji Independent sampel t-test didapatkan rata-rata dismenore kelompok eksperimen 3.65 dan kelompok control 5.15 dengan nilai p-value $= 0.003 < \alpha (0.05)$ ini berarti bahwa ada Pengaruh Terapi	<i>Googel Scholar</i>

					Kompres Hangat terhadap Dismnore. Ada pengaruh terapi kompres hangat terhadap dismenore pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Masohi	
6.	Selvy Afrioza, Siti Srimulyati	JOURNAL OF NURSING PRACTICE AND EDUCATION VOL. 02 NO.02 , JUNI 2022 DOI : 10.34305/JNPE.V 2I2.463	Pengaruh Minuman Kunyit Asam untuk Mengatasi Nyeri Haid pada Remaja di Desa Sukasari.	D : metode kuantitatif dan desain penelitian <i>Quasi Eksperimen. "one group pretest and posttest"</i> Sampel 46 remaja putri yang mengalami nyeri haid V : pemberian minuman kunyit asam dan skala nyeri haid I : Lembar observasi A : uji Wilcoxon	Berdasarkan hasil penelitian bahwa skala nyeri setelah dilakukan intervensi minuman kunyit asam mengalami penurunan dari 3,43 menjadi 1,84. Hasil uji <i>Wilcoxon signed rank test</i> adalah terdapat pengaruh signifikan antara skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pemberian minuman kunyit asam pada remaja di Desa Sukasari.	<i>Googel Scholar</i>
7.	Mar'atun	Jurnal Ilmu	Pengaruh	D : <i>Quasi Eksperimen</i>	Hasil : Dari uji	<i>Googel</i>

	Ulaa, Dhora Surya Amanda, Muribah. (2022)	Keperawatan dan Kebidanan Vol. 13 No.1 (2022)	Minuman Kunyit Asam Jawa Terhadap Dismnore Primer Pada Remaja Putri.	dengan <i>non equivalent control</i> S : <i>simple random sampling</i> V : pemberian minuman kunyit asam dan dismenore primer I : <i>Numerik Rating Scale</i> A : Analisa univariat, bivariate, uji wilcoxon	Statistik median pretest kelompok eksperimen 36 responden kelompok kontrol sama yaitu 5.00 dan median posttest kelompok eksperimen 1.00 sedangkan median posttest kelompok kontrol 3.00. perbedaan pretest dan posttest kelompok eksperimen 1.00 sedangkan median posttest kelompok kontrol sama yaitu p-value (0.000) < 0,05. Perbedaan pengaruh intervensi pada kelompok eksperimen dan kelompok control p value (0.000) <0,05. Simpulan : Terdapat pengaruh pemberian minuman kunyiti asam jawa terhadap dismenore primer pada remaja putri	<i>Scholar</i>
--	--	---	---	--	--	----------------

					SMA Negri 10 Palembang.	
8.	Ambika Kurnia Mustikawati (2020)	Jurnal Bidan Pintar Vol. 1 No.1, bualn april Tahun 2020 P-ISSN : 22721-3544 DOI : 10.30737/JUBIT AR.VLIL.699	Pengaruh Konsumsi Kunyit Asam Terhadap Dysmenorrhoea	D : <i>pre-eksperimental design</i> S : 11 orang pada setiap kelompok V : pengaruh konsumsi kunyit asam dan Dysmenorrhea I : lembar observasi dan lembar penilaian skala nyeri <i>Bourbinna</i>s A : hasil uji statistik <i>wilcoxon</i>	Hasil penelitian hampir sebagian besar responden yaitu 7 (63.6%) mengalami nyeri sedang, sedangkan pada kelompok intervensi sesudah diberikan kunyit asam didapatkan bahwa sebagian besar responden yaitu 6 (54.5) mengalami nyeri ringan. Hasil uji statistik Wilcoxon dengan taraf signifikan 0,005 yaitu $p < 0,001$ sehingga $p < \alpha$ 0,05 maka H_0 ditolak. Saran bagi mahasiswa diharapkan untuk mengonsumsi kunyit asam sebagai salah satu upaya meringankan dysmenorrhea secara alami sehingga	<i>Googel Scholar</i>

					meminimalkan apabila terjadi efek samping	
9.	Lilis Fatimawati, Yunita Syaiful, Kusrotin Nikmah (2020)	Journal of Ners Community Vol.11 No. 01, Juni 2020.	Kunyit Asam (Curcuma Doemistica Val) Menurunkan Intensitas Nyeri Haid	D : Pra- Eksperimental dengan one group pre-post test desing S : purposive sampling V : tingkat nyeri haid dan pemberian jamu kunyit asam I : <i>Standart Oprasional Prosedur (SOP)</i> A : Uji wilcoxon	Hasil uji statistik WilcoxonSigned Rank Test menunjukkan bahwa nilai rata-rata sebelum diberikan jamu kunyiti asam adalah 3.2188 dan nilai standart deviasinya 1.03906 sedangkan nilai rata-rata sesudah diberikan jamu kunyit asam adalah 1.4062 dan nilai standart deviasinya 0.66524. dengan nilai signifikan = 0.000 berarti $p < 0,05$ maka H_1 diterima artinya ada potensi jamu kunyit asam terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri.	<i>Googel Scholar</i>
10.	Teguh Asroyo, Tiyas Putri Nugraheni	Indonesia Junal Farmasi Vol.4 No.1 Hal. 25-29	Pengaruh Pemberin Minuman Kunyit Asam	D : Quasi Eksperimen dengan one grup Pretest-Posttest S : Purposif Sampling	Berdasarkan hasil penelitian : skala nyeri sebelum pemberian terapi dengan	<i>Googel Scholar</i>

	, Meta Ayu Masfiroh (2019)		Sebagai Terapi Dismenore Terhadap Penurunan Skala Nyeri	V : pengaruh pemberian minuman kunyit asam sebagai terapi dismenore dan penurunan skala nyeri I : lembar observasi skala nyeri dismenore A : hasil ada penurunan skala dismenore	menggunakan pengukuran skala nyeri NRS (Numeric Rate Scale) pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah Kudus dapat diketahui tanda objektif dari responden dengan rata-rata nyeri 6,27 kram perut bagian bawah sampai ke pinggang terkadang sampai ke lutut menurunnya nafsu makan, lebih sulit dalam mengontrol emosi , dan mengganggu konsentrasi belajar maupun aktivitas. Hasil penelitian berdasarkan umur responden, kebanyakan usia mereka adalah 17 tahun sebanyak 42 siswa (87,5%) dan sisanya yaitu umur 16	
--	----------------------------	--	---	--	---	--

					tahun sebanyak 6 siswa (12,5%) sedangkan untuk hasil penelitian berdasarkan lama menstruasi pada responden sebagian besar lebih dari 7 hari sebanyak 27 siswa (56,3%) dan sebagian kecil ≤ 7 hari berjumlah 21 siswa (43,7%). Dari hasil diatas dapat diketahui bahwa lama menstruasi menjadi salah satu faktor resiko terjadinya dismenore Kesimpulan : ada perubahan skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan minuman kunyit asam.	
--	--	--	--	--	---	--

4.1.2 Karakteristik Studi

Hasil penelusuran artikel pada penelitian ini berdasarkan topik literature review “Perbandingan Penurunan Skala Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Dengan Pemberian Kompres Hangat dan Jamu Kunyit Asam”. Didapatkan artikel penelitian yang diidentifikasi dari data umumnya. Berikut hasil analisa penelitian yang ditampilkan dalam bentuk tabel sebagai berikut.

Tabel 4.2 Karakteristik Studi

No.	Data Umum	<i>f</i>
1.	Berdasarkan jurnal :	
	a. Jurnal Internasional	0
	b. Jurnal Nasional	10
	Jumlah	
2.	Berdasarkan Data Base :	
	a. Google Scholar	10
	Jumlah	10
3.	Berdasarkan Desain Penelitian	
	a. Pra Eksperiment	2
	b. Pre Ekperiment	2
	c. Quasy Experiment	6
	Jumlah	10
4.	Berdasarkan Analisa Data :	
	a. Wilcoxon Signed Rank Test	1
	b. Univariat & Bivariat Test	3
	c. Paried Sampel Test	1
	d. Shapiro Wilk Test	1
	e. Uji Wilcoxon Test	3

Jumlah	10
--------	----

Berdasarkan tabel 4.2 karakteristik Studi, “Perbandingan Penurunan Skala Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Dengan Pemberian Kompres Hangat dan Jamu Kunyit Asam” menunjukkan bahwa mayoritas artikel yang digunakan yaitu artikel nasional. Berdasarkan data base menunjukkan bahwa sebagian besar menggunakan data base dari google scholar. Desain penelitian menggunakan Pra Eksperiment, Pre Eksperiment, Qusy Exsperiment. Berdasarkan analisa data menunjukkan masing-masing artikel menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test, Univariat Test & Bivariat Test, Paired Sampel Test, Shapiro Wilk Test, Uji Wlicoxon.

4.2 Karakteristik Responden Studi

Tabel 4.3 Karakteristik Usia Responden Studi

4.2.1 Usia

No.	Penulis	Usia Responden	Jumlah	Presentase
1.	Adel Vita Masya, Lili Suryani, Kadar Ramadhani (2021)	14 Tahun 15 Tahun 16 Tahun 17 Tahun	2 9 26 1	5,3 % 23,6 % 68,5 % 2,6 %
2.	Waythelis Apriani, Suhita Tri Oklaini, Tria Nopi Herdiani, Ifva Triana (2021)	12-15 Tahun	13	0
3.	Lijah Munthe, Rizki Noviyanti Harahap (2021)	15 Tahun 16 Tahun 17 Tahun	3 8 4	20 % 53,3 % 26,7 %
4.	A.Ridha Al-Shifa, Nur Ulmy Mahmud, Sartika (2021)	16 Tahun 17 Tahun 18 Tahun	4 8 4	25,0 % 50,0 % 25,0 %
5.	Oktavisa S Ratu, Maritje S J. Malisngorar, Erhana Tri Nastiti (2021)	15 Tahun 16 Tahun 17 Tahun	19 10 11	47,5 % 25 27,5 %

6.	Selvy Afrioza, Siti Srimulyati (2022)	13-15 Tahun 16-18 Tahun 19-21 Tahun	8 12 12	17,4 % 30,4 % 52,2 %
7.	Mar'atun Ulaa, Dhora Surya Amanda, Muribah (2022)	15 Tahun 16 Tahun 17 Tahun	5 25 6	13 % 69,4 % 16,7 %
8.	Ambika Kurnia Mustikawati (20202)	18-21 Tahun	11	0
9.	Lilis Ftmawati, Yunita Syaiful, Kusrotin Nikmah (2020)	12-18 Tahun	32	0
10.	Teguh Asroyo, Tyias Putri Nugraheni, Meta Masfiroh (2019)	16 Tahun 17 Tahun	6 42	12,5 % 87,5 %

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan rentang usia responden dari beberapa artikel yang berusia 15 Tahun (47,5%), 16 Tahun (69,4%), 17 Tahun (87,5%), dan 3 artikel yang hanya menyebutkan jumlah responden tanpa menjelaskan persentasenya.

4.2.2 Pendidikan

Tabel 4.4 Pendidikan

No.	Penulis	Pendidikan	Jumlah	Presentase
1.	Adel Vita Masya, Lili Suryani, Kadar Ramadhani (2021)	Man	38	0
2.	Waythelis Apriani, Suhita Tri Oklaini, Tria Nopi Herdiani, Ifva Triana (2021)	SMP	17	0
3.	Lijah Munthe, Rizki Noviyanti Harahap (2021)	SD SMP SMA	1 13 1	6,7 % 86,6 % 6,7 %
4.	A.Ridha Al-Shifa, Nur Ulmy Mahmud, Sartika (2021)	MAN	16	0
5.	Oktavina S Ratu, Maritje S J. Malisngorar, Erhana Tri Nastiti (2021)	-	-	0

6.	Selvy Afrioza, Siti Srimulyati (2022)	SMP SMA	10 34	21,7 % 73,9 %
7.	Mar'atun Ulaa, Dhora Surya Amanda, Muribah (2022)	SMA	36	0
8.	Ambika Kurnia Mustikawati (20202)	Perguruan Tinggi	11	0
9.	Lilis Ftmawati, Yunita Syaiful, Kusrotin Nikmah (2020)	-	-	-
10.	Teguh Asroyo, Tyias Putri Nugraheni, Meta Masfiroh (2019)	SMA	48	0

Berdasarkan penelitian didapatkan rata-rata pendidikan responden yang mencantumkan tingkat pendidikan terdiri dari SD (6,7 %), SMP (86,6%), SMA (73,9 %), dan 7 artikel lainnya hanya menyebutkan jumlah responden tanpa menjelaskan presentasenya.

4.3 Karakteristik Perlakuan Pemberian Kompres Hangat

4.3.1 Waktu, Suhu Pemberian Kompres Hangat

Tabel 4.5 Karakteristik Perlakuan Pemberian Kompres Hangat

Artikel	Lama Kompres	Suhu	Skala Nyeri
Adel Vita, Dupa, Lili Suryani, Kadar Ramadhan (2021)	15-20 Menit	40 °C	Ringan Sedang Berat
Waythelis Apriyani, suhita Tri Oklani, Tria Nopi Herdiani, Ifva Triana (2021)	Tidak mencantumkan	40-45 °C	Ringan Sedang Berat
Lijah Munthe, Rizki Noviyanti Harahap (2021)	Tidak mencantumkan	40-45°C	Ringan Sedang Berat
A.Ridha Al Shifa, Nur Ulmy Mahmud, Sartika (2021)	60 menit dengan selang waktu 15 menit	40-52°C	Ringan Sedang Berat
Oktavina S Rattu Maritje S J. Malisngorar, Erhana Tri Nastiti (2021))	30 Menit	40-45°C	Ringan Sedang Berat

Berdasarkan hasil penelitian lama pemberian kompres hangat sebanyak 20% selama 15-20 menit, 20% selama 30 menit, 20% selama 60 menit dan 2 artikel tidak mencantumkan lama pemberian kompres hangat.

Sedangkan suhu air untuk pengompresan dari ke 3 artikel (60%) 40-45° C, satu artikel (20%) 40°C dan 1 artikel (20%), 40-52°. Adapun skala nyeri yang digunakan seluruhnya menggunakan sedang, ringan dan berat.

4.3.2 Siklus Menstruasi

Tabel 4.6 Siklus Menstruasi

Artikel	Siklus Menstruasi
Adel Vita, Dupa, Lili Suryani, Kadar Ramadhan (2021)	< 21 Hari 28 Hari
Waythelis Apriyani, suhita Tri Oklani, Tria Nopi Herdiani, Ifva Triana (2021)	- -
Lijah Munthe, Rizki Noviyanti Harahap (2021)	- -
A.Ridha Al Shifa, Nur Ulmy Mahmud, Sartika (2021)	< 25 Hari 25-35 Hari >35 Hari
Oktavina S Rattu Maritje S J. Malisngorar, Erhana Tri Nastiti (2021)	- -

Hasil analisa berdasarkan dari 5 artikel diatas didapatkan 2 jurnal yang menyertakan siklus menstruasi responden , didapatkan hasil siklus menstruasi responden kurang lebih 21 hari sampai dengan 35 hari.

4.3.3 Lama Menstruasi

Tabel 4.7 Lama Menstruasi

Artikel	Lama Menstruasi
Adel Vita, Dupa, Lili Suryani, Kadar Ramadhan (2021)	< 7 Hari 7 Hari
Waythelis Apriyani, suhita Tri Oklani, Tria Nopi Herdiani, Ifva Triana (2021)	- -
Lijah Munthe, Rizki Noviyanti Harahap (2021)	- -
A.Ridha Al Shifa, Nur Ulmy Mahmud, Sartika (2021)	<7 hari 7 hari
Oktavina S Rattu Maritje S J. Malisngorar, Erhana Tri Nastiti (2021)	- -

Hasil analisa data artikel diatas 2 jurnal menyertakan lama mestruasi reponden. artikel dari Adel Vita dkk menjelaskan lama menstruasi responden kurang lebih 7 hari dan artikel A.Ridha Al-Shifa lama menstruasi responden kurang lebih 7 hari.

4.3.4 Hari Nyeri Menstruasi

Tabel 4.8 Hari Nyeri Menstruasi

Artikel	Hari Nyeri Menstruasi
Adel Vita, Dupa, Lili Suryani, Kadar Ramadhan (2021)	Hari Ke-1 Hari Ke- 2
Waythelis Apriyani, suhita Tri Oklani, Tria Nopi Herdiani, Ifva Triana (2021)	Berlangsung 2 hari atau lebih
Lijah Munthe, Rizki Noviyanti Harahap (2021)	-
A.Ridha Al Shifa, Nur Ulmy Mahmud, Sartika (2021)	Hari ke-1 Hari ke-2 Hari ke-3
Oktavina S Rattu Maritje S J. Malisngorar, Erhana Tri Nastiti (2021)	Hari ke -1 Hari ke 2

Hasil analisa data artikel diatas hari nyeri menstruasi kurang lebih selama hari ke-1 menstruasi sampai hari ke 3 menstruasi 1 artikel tidak menyebutkan hari nyeri menstruasi.

4.3.5 Skala Nyeri Sebelum Pemberian

Tabel. 4.9 Skala Nyeri Sebelum Pemberian

Artikel	Skala Nyeri Sebelum Perlakuan	Frekuensi Nyeri	Presentase (%)
Adel Vita, Dupa, Lili	Ringan	3	7,9
Suryani, Kadar Ramadhan (2021)	Sedang	28	73,7
	Berat	7	18,4
Waythelis Apriyani, suhita	Ringan	0	0
Tri Oklani, Tria Nopi	Sedang	5	38,5
Herdiani, Ifva Triana (2021)	Berat	8	61,5
Lijah Munthe, Rizki	Sedang	8	53,3
Noviyanti Harahap (2021)	Berat	7	46,7
A.Ridha Al Shifa, Nur Ulmy	Tidak Nyeri	0	0
Mahmud, Sartika (2021)	Ringan	6	37,5
	Sedang	7	43,8
	Berat	1	6,3
	Sangat berat	2	12,5
Oktavina S Rattu Maritje S J. Malisngorar, Erhana Tri Nastiti (2021)	Kelompok eksperimen	6.00	0.000

Hasil analisa dari 5 artikel didapatkan skala nyeri dismenore responden sebelum pemberian kompres hangat diskala nyeri sedang dan berat.

4.3.6 Skala Nyeri Sesudah Pemberian

Tabel 4.10 Skala Nyeri Sesudah Pemberian

Artikel	Skala Nyeri Sesudah Menstruasi	Frekuensi Nyeri	Presentase (%)
Adel Vita, Dupa, Lili	Tidak Nyeri	17	44
Suryani, Kadar Ramadhan (2021)	Ringan	15	39,4
	Sedang	5	13,3
	Berat	1	2,6
Waythelis Apriyani, suhita	Ringan	8	61,5
Tri Oklani, Tria Nopi	Sedang	5	38,5
Herdiani, Ifva Triana (2021)	Berat terkontrol	0	0
	Berat tidak terkontrol	0	0
Lijah Munthe, Rizki	Ringan	11	73,3
Noviyanti Harahap (2021)	Sedang	4	26,7
A.Ridha Al Shifa, Nur Ulmy	Tidak Nyeri	9	53,3
Mahmud, Sartika (2021)	Ringan	4	25,0
	Sedang	1	6,3
	Berat	2	12,5
	Sangat Berat	0	0
Oktavina S Rattu Maritje S J. Malisngorar, Erhana Tri Nastiti (2021)	Kelompok Kontrol	6.05	0.000

Hasil analisa dari 5 artikel didapatkan skala nyeri dismenore responden sesudah pemberian kompres hangat diskala tidak nyeri.

Oktavina, 2021	Kelompok eksperimen	6.00	0.000	Kelompok Kontrol	6.05	0.000	<i>Shopir Wilk Test</i> <i>P value 0,003 < 0,05</i>
-------------------	------------------------	------	-------	------------------	------	-------	---

4.4 Karakteristik Perlakuan Pemberian Jamu Kunyit Asam

4.4.1 Pemberian Jamu, Takaran Minum, Lama Pemberian Jamu

Tabel 4.12 Karakteristik Perlakuan Pemberian Jamu Kunyit Asam

Artikel	Pemberian jamu	Takaran Minum	Lama pemberian jamu
Selvy Afrioza, Siti Srimulyati (2022)	1x sehari	-	Selama 3 hari
Mar'atun Ulaa, Dhora Surya Amanda, Muribah. (2022)	-	-	-
Ambika Kurnia Mustikawati (2020)	-	-	-
Lilis Fatimawati, Yunita Syaiful, Kusrotin Nikmah (2020)	1x sehari	150 ml	4 hari yang dilakukan 2 hari sebelum menstruasi sampai hari ke 2 menstruasi
Teguh Asroyo, Tiya Putri Nugraheni, Meta Ayu Masfiroh (2019)	-	-	-

Hasil analisa dari ke lima artikel diatas, artikel Lilis Fatmawati, Yunita Syaiful, Kusrotin Nikmah (2020) menjelaskan pemberian jamu, takaran, lama pemberian jamu dan skala nyeri. Empat artikel tidak menjelaskan.

4.4.2 Skala Nyeri Sebelum Pemberian Jamu Kunyit Asam

Tabel 4.13 Skala Nyeri Sebelum pemberian Jamu Kunyit Asam

Artikel	Skala Nyeri Sebelum Perlakuan	Frekuensi Nyeri	Presentase (%)
Selvy Afrioza, Siti Srimulyati (2022)	Ringan	1	2,2
	Sedang	25	54,3
	Berat	20	43,5
Mar'atun Ulaa, Dhora Surya Amanda, Muribah. (2022)	Ringan	0	0%
	Sedang	0	0%
	Berat	36	100%
Ambika Kurnia Mustikawati (2020)	Ringan	4	37,4
	Sedang	7	63,6
	Berat	0	0
Lilis Fatimawati, Yunita Syaiful, Kusrotin Nikmah (2020)	Ringan	10	31
	Sedang	9	28
	Berat terkontrol	9	28
	Berat tidak terkontrol	4	13
Teguh Asroyo, Tiyas Putri Nugraheni, Meta Ayu Masfiroh	Ringan	0	0%
	Sedang	48	100%
	Berat	0	0%

(2019)

Hasil analisa dari 5 artikel pada tabel 4.12 skala nyeri sebelum pemberian jamu kunyit asam skala nyeri dismenore responden berada pada skala sedang dan berat.

4.4.3 Skala Nyeri Sesudah Pemberian Jamu Kunyit Asam

Tabel 4.14 Skala Nyeri Sesudah Pemberian Jamu Kunyiti Asam

Artikel	Skala Nyeri Sesudah Menstruasi	Frekuensi Nyeri	Presentase (%)
Selvy Afrioza, Siti Srimulyati (2022)	Tidak nyeri	9	19,6
	Nyeri ringan	34	73,9
	Nyeri sedang	3	6,5
	Nyeri berat	0	0
Mar'atun Ulaa, Dhora Surya Amanda, Muribah. (2022)	Ringan	36	100%
	Sedang	0	0%
	Berat	0	0%
Ambika Kurnia Mustikawati (2020)	Tidak nyeri	3	27,3
	Ringan	6	54,5
	Sedang	2	18,2
Lilis Fatimawati, Yunita Syaiful, Kusrotin Nikmah (2020)	Tidak nyeri	22	69
	Ringan	7	22
	Sedang	3	9
	Berat terkontrol	0	0
	Berat tidak terkontrol	0	0

Teguh Asroyo, Tiyas Putri	Ringan	48	100%
Nugraheni, Meta Ayu	Sedang	0	0%
Masfiroh	Berat	0	0%
(2019)			

Hasil analisa dari tabel 4.13 skala nyeri sesudah pemberian jamu kunyit asam skala nyeri dismenore responden berada pada skala nyeri berat, nyeri sedang mulai menurun hingga tidak merasakan nyeri saat menstruasi.

4.4.4 Tabulasi Silang Pemberian Jamu Kunyit Asam Terhadap Tingkat Nyeri *Dismenore* Pada Remaja Putri

Hasil review dari 5 artikel tentang tabulasi silang pemberian jamu kunyit asam terhadap tingkat nyeri *dismenore* pada remaja putri dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.15 Tabulasi Silang Pemberian Jamu Kunyit Asam Terhadap Tingkat Nyeri *Dismenore* Pada Remaja Putri

Penulis	Sebelum Kompres Hangat			Sesudah Kompres Hangat			Uji dan Nilai
	Kategori	N	%	Kategori	N	%	
Selvy, 2022	Ringan	1	2,2	Tidak nyeri	9	19,6	<i>Wilcosxon Signed Rank</i> <i>P value</i> < 0,05
	Sedang	25	54,3	Nyeri ringan	34	73,9	
	Berat	20	43,5	Nyeri sedang	3	6,5	
				Nyeri berat	0	0	
Mar'atun, 2022	Ringan	0	0%	Ringan	36	100%	<i>Wilcosxon Signed Rank.</i> <i>P value</i> 0,000 < 0,05
	Sedang	0	0%	Sedang	0	0%	
	Berat	36	100%	Berat	0	0%	
Ambika, 2020	Ringan	4	37,4	Tidak nyeri	3	27,3	<i>Wilcosxon Signed Rankt</i> <i>P value</i> 0,001 < 0,05
	Sedang	7	63,6	Ringan	6	54,5	
	Berat	0	0	Sedang	2	18,2	
Lilis, 2020	Ringan	10	31	Tidak nyeri	22	69	<i>Wilcosxon Signed Rank</i> <i>P value</i> 0,000< 0,05
	Sedang	9	28	Ringan	7	22	
	Berat terkontrol	9	28	Sedang	3	9	
	Berat tidak terkontrol	4	13	Berat terkontrol	0	0	
				Berat tidak terkontrol	0	0	
Teguh, 2019	Ringan	0	0%	Ringan	48	100%	<i>Wilcosxon Signed Rank</i> <i>P value</i> < 0,05
	Sedang	0	100%	Sedang	0	0%	
	Berat	0	0%	Berat	0	0%	

4.5 Perbandingan Kompres Hangat Dan Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri *Dismenore* Pada Remaja Putri

Hasil review dari 10 artikel perbandingan kompres hangat dan jamu kunyit asam terhadap penurunan nyeri *dismenore* pada remaja putri dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.8 Perbandingan Kompres Hangat Dan Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri *Dismenore* Pada Remaja Putri

Kompres Hangat			Jamu Kunyit Asam		
Penulis	P-Value	Kesimpulan	Penulis	P-Value	Kesimpulan
Adel, 2021	$0,001 < 0,05$	Terdapat pengaruh pemberian kompres hangat terhadap tingkat nyeri <i>dismenore</i> remaja putri	Selvy, 2022	$0,000 < 0,05$	Terdapat pengaruh pemberian jamu kunyit asam terhadap tingkat nyeri <i>dismenore</i> remaja putri
Waythelis, 2021	$0,000 < 0,05$	Terdapat pengaruh pemberian kompres hangat terhadap tingkat nyeri <i>dismenore</i> remaja putri	Mar'atun, 2022	$0,000 < 0,05$	Terdapat pengaruh pemberian jamu kunyit asam terhadap tingkat nyeri <i>dismenore</i> remaja putri
Lijah, 2021	$0,000 < 0,05$	Terdapat pengaruh pemberian kompres hangat terhadap tingkat nyeri <i>dismenore</i> remaja putri	Ambika, 2020	$0,001 < 0,05$	Terdapat pengaruh pemberian jamu kunyit asam terhadap tingkat nyeri <i>dismenore</i> remaja putri
A.Ridha, 2021	$0,001 < 0,05$	Terdapat pengaruh pemberian kompres hangat terhadap tingkat nyeri <i>dismenore</i> remaja putri	Lilis, 2020	$0,000 < 0,05$	Terdapat pengaruh pemberian jamu kunyit asam terhadap tingkat nyeri <i>dismenore</i> remaja putri
Oktavina, 2021	$0,003 < 0,05$	Terdapat pengaruh pemberian kompres hangat terhadap tingkat nyeri <i>dismenore</i> remaja putri	Teguh, 2019	$0,000 < 0,05$	Terdapat pengaruh pemberian jamu kunyit asam terhadap tingkat nyeri <i>dismenore</i> remaja putri

BAB 5

PEMBAHASAN

5.1 Tingkat Nyeri Dismenore Sebelum Diberikan Kompres Hangat

Berdasarkan tabel 4.9 skala nyeri dismenore sebelum diberikan pemberian kompres hangat, tingkat nyeri dismenore berada pada skala sedang (4-6) dan berat (7-9).

Dismenore terjadi karena terdapat peningkatan dan ketidakseimbangan pada saat produksi prostaglandin (PG) didalam endometrium selama siklus ovulasi terjadi. Wanita yang mengalami dismenore memiliki kadar prostaglandin yang lebih tinggi dalam plasma dibandingkan dengan wanita yang tidak mengalami dismenore (Sukini et al, 2017) peningkatan produksi prostaglandin yang berlebih didalam pembuluh darah mengakibatkan kontraksi uterus dan vasokonstriksi didalam pembuluh darah, maka aliran darah yang akan menuju ke uterus menurun sehingga tidak mendapatkan suplai oksigen yang adekuat, maka hal ini dapat menyebabkan terjadinya nyeri (Sukini et al, 2017 : Rhmawati, 2015).

Prostaglandin akan merangsang otot-otot halus pada dinding Rahim berkontraksi. Makin tinggi kadar prostaglandin, kontraksi akan semakin kuat, sehingga nyeri yang dirasa semakin kuat, biasanya terjadi pada menstruasi hari pertama menstruasi kadar prostaglandin semakin tinggi. Pada hari ke dua dan selanjutnya. Lapisan dinding Rahim akan terlepas, dan kadar prostaglandin akan menurun. Maka rasa sakit dan nyeri pun akan berangsur-angsur berkurang seiring dengan menurunnya kadar prostaglandin (Lestari, 2015).

. Menurut penulis, remaja putri sering sekali mengalami fenomena nyeri *dismenore*. Usia pada remaja putri merupakan salah satu faktor terjadinya nyeri *dismenore*, sebagaimana terletak pada tabel 4.3, keseluruhan artikel menyebutkan bahwa usia > 12 tahun mengalami nyeri *dismenore*, hal ini berkaitan dengan menstruasi pertama yang biasa terjadi pada masa awal remaja ditengah masa pubertas. Intensitas nyeri yang dirasakan remaja putri tentu berbeda sebagaimana

terletak pada tabel 4.9 sebelum pemberian kompres hangat yaitu dari nyeri sedang sampai berat, hal ini berkaitan dengan masa ambang nyeri dari masing-masing remaja putri. Pada saat remaja putri mengalami nyeri *dismenore* biasanya akan merasa cepat lelah, nyeri abdomen, mual, pusing dan beberapa juga ada yang jatuh pingsan, sehingga dampak tersebut tentu sangat mengganggu aktifitas produktif remaja putri karena membutuhkan waktu untuk beristirahat atau bed rest sedang meskipun hanya bersifat sementara. Dampak yang dirasakan remaja putri seharusnya bisa diberikan intervensi atau cara mengatasi nyeri *dismenore* tersebut. Penatalaksanaan nyeri *dismenore* pada remaja putri dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi. Salah satu contoh cara non farmakologi yaitu dengan kompres hangat.

5.2 Tingkat Nyeri Dismenore Sesudah Diberikan Kompres Hangat

Berdasarkan tabel 4.10 skala nyeri sesudah pemberian kompres hangat, tingkat nyeri dismenore berada pada skala ringan (1-3) dan tidak merasakan nyeri dismenore (0). Kompres hangat terapi yang bertujuan untuk merilekskan otot-otot pada dinding Rahim yang mengalami kontaksi, karena peningkatan kadar prostaglandin didalam tubuh.

Hasil penelitian didukung dengan Hardensi (2020) dimana nyeri dismenore dapat berkurang dengan terapi non-farmakologi berupa kompres hangat yaitu memberikan rasa aman pada responden dengan menggunakan cairan atau alat yang menimbulkan hangat pada bagian tubuh yang memerlukan. Hal ini berakibat terjadi pemindahan panas keperut sehingga perut yang dikompres menjadi hangat, terjadi pelebaran pembuluh darah dibagian yang mengalami nyeri serta meningkatnya aliran darah pada daerah tersebut sehingga nyeri dismenore yang dirasakan akan berkurang atau hilang. Secara non farmakologi kompres hangat sangat bermanfaat dalam penurunan nyeri dismenore dimana terjadi relaksasi otot serta mengurangi iskemia uterus sehingga dapat berkurang

atau hilang. Penurunan skala nyeri dismenore kemungkinan disebabkan dampak dari fisiologi kompres hangat. Mudyatiningsih (2018).

Energi panas yang hilang atau masuk kedalam tubuh melalui kulit dengan empat cara secara konduksi, konveksi, radiasi dan evaporasi. Kompres hangat pengompresan yang dilakukan dengan menggunakan botol air panas yang dibungkus kain ke dalam tubuh sehingga menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan terjadi penurunan ketegangan otot sehingga nyeri yang dirasa berkurang ataupun hilang. Dalam buku yang dituliskan oleh Lowdermilk (2013) menyebutkan bahwa dismenore dapat berkurang dengan terapi non-farmakologi berupa kompres hangat dengan menggunakan suhu 40° C dan waktu pengompresan selama 15-20 menit pada bagian perut yang terasa nyeri akibat spasme atau kekakuan otot dan memberikan rasa hangat. Terapi panas bekerja dengan menggendurkan otot-otot Rahim yang tegang dan dapat meningkatkan aliran darah dan mengurangi rasa nyeri saat dismenore.

Menurut penulis, penatalaksanaan secara non farmakologi seperti kompres hangat sangat dibutuhkan karena aman dan tidak menimbulkan efek samping yang berbahaya apabila dilakukan secara terus menerus. Pemberian kompres hangat sangat mudah karena remaja putri hanya perlu menyiapkan sebuah waslap dan air hangat saja. Kompres hangat efektif untuk menurunkan nyeri *dismenore* pada remaja putri, karena dapat merelaksasikan ketegangan otot. Berdasarkan data analisis sebelum dan setelah diberikan kompres hangat tingkat nyeri *dismenore* pada remaja putri mengalami penurunan, sebagaimana terletak pada tabel 4.10 dimana responden mengalami penurunan skala nyeri yaitu nyeri ringan dan juga terdapat responden yang tidak mengalami nyeri *dismenore*.

5.3 Tingkat Nyeri Dismenore Sebelum Diberikan Jamu Kunyit Asam

Berdasarkan tabel 4.12 skala nyeri sebelum pemberian jamu kunyit asam tingkat nyeri dismenore berada pada skala nyeri sedang (4-6), skala nyeri berat (7-9) hingga skala nyeri berat tidak terkontrol.

Menstruasi terjadi akibat terlepasnya lapisan endometrium. Salah satunya gangguan menstruasi yang sering terjadi adalah dismenore. Dismenore primer merupakan nyeri menstruasi tanpa ditemukannya patologi pada panggul atau alat kandungan, penderita dismenore lebih banyak terjadi pada hari pertama dan meningkat dihari kedua dan ketiga karena produksi prostaglandin mengalami peningkatan pada saat menstruasi. Dismenore terjadi karena peningkatan prostaglandin (PG) F2-alfa yang merupakan suatu cyclooxygenase (COX-2) yang mengakibatkan hipertonus dan vasokonstriksi pada miometrium sehingga terjadi iskemia dan nyeri haid. Penyebab gangguan haid dapat karena kelainan biologik (*organic* atau *disfungsional*) dapat pula karena psikologik seperti keadaan stress atau keadaan emosi dan gabungan biologik dan psikologik. Dismenore adalah nyeri menstruasi. (Andre, 2009).

Menurut penulis, kejadian nyeri *dismenore* bukan disebabkan karena adanya penyakit pada panggul, melainkan karena siklus ovulasi pada remaja putri. Pada saat ovulasi terjadi dan sel telur tidak dibuahi maka terjadilah siklus menstruasi. Pada remaja putri siklus menstruasinya berbeda-beda sebagaimana terletak pada tabel 4.6, dimana siklus menstruasi terjadi < 21 hari sampai < 25 hari. Pada umumnya remaja putri yang mengalami nyeri *dismenore* terjadi di hari ke 1-2, sebagaimana terletak pada tabel 4.8, hampir keseluruhan artikel menyebutkan bahwa nyeri *dismenore* terjadi di hari ke 1-2, hal ini terjadi karena pada umumnya nyeri yang dirasakan mencapai puncaknya dalam waktu 24 jam dan setelah 2 hari akan berangsur menghilang. Salah satu dampak resiko jika remaja putri mengalami nyeri *dismenore* yaitu tidak fokus saat mengikuti kegiatan disekolah atau harus absen untuk tidak masuk sekolah, sebagaimana terletak pada tabel 4.4, dimana sebagian besar artikel menyebutkan bahwa responden memiliki pendidikan tingkat SMP-SMA. Remaja putri yang mengalami nyeri *dismenore* tingkat emosionalnya meningkat karena merasa tidak nyaman dengan nyeri yang ia rasakan, sehingga butuh penatalaksanaan secara non farmakologi seperti jamu kunyit asam.

5.4 Tingkat Nyeri Dismenore Sesudah Diberikan Jamu Kunyit Asam

Berdasarkan tabel 4.13 skala nyeri sesudah pemberian jamu kunyit asam skala nyeri mengalami penurunan nyeri berat, nyeri sedang mulai menurun hingga tidak merasakan nyeri saat menstruasi.

Dari hasil artikel diatas. Hal ini dikarenakan jamu kunyit asam dapat membantu untuk menurunkan skala nyeri dismenore. Hasil penelitian ini didukung dengan Aryoso *et al* (2019) bahwa skala nyeri setelah pemberian minuman jamu kunyit asam tersebut menunjukkan bahwa perubahan skala nyeri setelah pemberian jamu kunyit asam sangat berpengaruh terhadap skala nyeri siswa dengan dismenore. Minuman kunyit asam adalah minuman yang diolah dengan bahan utama kunyit dan asam. secara alamiah kunyit dipercaya memiliki kandungan bahan aktif yang dapat berfungsi sebagai analgetik . kandungan bahan alami minuman kunyit asam dapat mengurangi keluhan dismenore primer. Dalam kunyit dan asam jawa ada kandungan curcumin dan Anthocyanin yang dapat menghambat reaksi cyclooxygenase sehingga menghambat atau bahkan dapat mengurangi terjadinya kontraksi uterus. Mekanisme penghambat kontraksi uterus melalui curcumin adalah dengan mengurangi influks ion kalsium (Ca^{2+}) dalam kanal kalsium pada sel epitel uterus. Kandungan *tannins*, *saponins*, *sesquiterpenes*, *alkaloid* dan *phlobotamins* akan mempengaruhi sistem saraf otonom sehingga bisa mempengaruhi kontraksi uterus dan sebagai agen analgetik, curcumin akan menghambat pelepasan prostaglandin yang berlebih pada saat menstruasi. (Alamanda dalam ulfa, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian jamu kunyit asam dapat menurunkan skala nyeri dismenore pada remaja putri dengan kandungan yang terdapat pada kunyit dan asam jawa yaitu *Cucumine* dan *Anthocyanin*. Pemberian jamu kunyit asam lebih aman karena dapat mengatasi dismenore tanpa efek samping. Kunyit asam jawa merupakan obat alami yang mengandung penghilang rasa sakit saat menstruasi. Selain itu kunyit asam dapat membantu memperlancar aliran darah terutama

ketika menstruasi. Namun, remaja putri juga harus menjaga pola makan, mengelolah manajemen stress dan memperhatikan kecukupan gizi dan nutrisi.

Menurut penulis, kunyit digunakan sebagai terapi herbal seperti jamu karena memiliki aroma yang khas, begitu juga dengan penggunaan asam dalam pembuatan jamu kunyit dapat menambah rasa segar saat dikonsumsi. Jamu kunyit asam mudah untuk diaplikasikan, karena rempah tersebut sangat familiar, mudah didapatkan, harga yang relatif murah serta proses pembuatannya yang sangat mudah seperti menghaluskan kunyit lalu masukkan kunyit dan asam jawa ke air panas lalu disaring dan diambil sarinya. Remaja putri dapat minum jamu kunyit asam sesuai dengan porsi atau takaran yaitu 1 kali (100 ml) dalam sehari dan diminum saat haid di hari ke 1-3. Berdasarkan data analisis sebelum dan setelah minum jamu kunyit asam tingkat nyeri *dismenore* pada remaja putri mengalami penurunan, sebagaimana terletak pada tabel 4.13 dimana responden mengalami penurunan skala nyeri yaitu tidak mengalami nyeri dan nyeri ringan.

5.5 Perubahan tingkat nyeri dismenore pada remaja putri dengan pemberian kompres hangat dan jamu kunyit asam

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Adel et., al, 2021) menunjukkan bahwa 38 responden, sebelum diberikan terapi kompres hangat skala nyeri dismenore pada remaja sebagian besar berada pada kategori nyeri sedang sebanyak 28(73,7%) responden. Setelah dilakukan terapi kompres hangat terdapat penurunan skala nyeri dismenore pada remaja sebagian besar masuk pada kategori skala nyeri ringan sebanyak 15 responden (39,4%). Berdasarkan hasil dari uji Wilcoxon didapatkan hasil skala nyeri dismenore dengan pemberian kompres hangat nilai $p < 0,001$, artinya ada penurunan intensitas nyeri dismenore dengan kompers hangat.

Hasil analisa dari lima artikel yang direview secara keseluruhan menunjukkan nilai $p < 0,001$ yang artinya ada perubahan tingkat nyeri dismenore pada pemberian kompres hangat pada remaja putri. Hasil penelitian yang dilakukan

oleh (Waythelis Apriani et., al, 2021) menunjukkan bahwa 50 responden, sebelum diberikan terapi kompres hangat skala nyeri dismenore pada remaja berada pada kategori nyeri berat sebanyak 8(61,5%) responden. Setelah dilakukan terapi kompres hangat terdapat penurunan skala nyeri dismenore pada remaja dengan kategori ringan sebanyak 8(61,5%) responden . Berdasarkan hasil uji Wilcoxon didapatkan hasil skala nyeri dismenore dengan terapi kompres hangat nilai $p < 0,05$, artinya ada perubahan penurunan intensitas nyeri pada remaja putri yang mengalami dismenore.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Lijah Muthe & Rizki Noviyanti Harahap) menunjukkan bahwa dari 15 Responden, sebelum diberikan terapi kompres hangat nyeri dismenore pada remaja sebagian besar berada pada kategori nyeri sedang sebanyak 8 (53,3%) responden. Setelah dilakukan terapi kompres hangat terdapat penurunan skala nyeri dismenore pada remaja putri masuk pada kategori skala nyeri ringan 11 (73,3%) responden. Berdasarkan uji Wilcoxon significancy didapatkan hasil skala nyeri dengan terapi kompres hangat nilai $p < 0,05$, artinya ada perubahan penurunan intensitas nyeri dismenore dengan terapi kompres hangat.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (A.Ridha Al Shifa at al., 2021) menunjukkan bahwa dari 32 responden, sebelum diberikan terapi kompres hangat skala nyeri dismenore berada pada kategori nyeri sedang sebanyak 7(43,8) responden dari 16 kelompok eksperimen. Setelah dilakukan terapi kompres hangat, terdapat penurunan skala nyeri dismenore pada remaja, sebagian besar remaja dismenore tidak mengalami nyeri sebanyak 9(53,3) responden dari 16 kelompok eksperimen. Berdasarkan hasil dari uji man whitwney didapatkan hasil skala nyeri dismenore dengan terapi kompres hangat nilai $P < 0,001$ artinya ada penurunan intensitas nyeri dismenore dengan kompres hangat .

Hasil analisis dari ke lima artikel yang direview secara keseluruhan menunjukkan nilai $P < 0,05$ yang artinya ada perubahan tingkat nyeri dismenore pada remaja putri dengan pemberian terapi kompres hangat. Hasil penelitian

yang dilakukan oleh (Oktavina S Rattu et., al, 2021) menunjukkan bahwa 40 responden, menunjukkan rata-rata dismenore sebelum kompres hangat 6.00 dan setelah dilakukan terapi kompres hangat 3.65 dengan $P\text{-value}=0,001(0,05)$ artinya, ada penurunan intensitas nyeri dismenore dengan kompres hangat.

Hasil analisa dari lima artikel jamu kunyit asam yang direview secara keseluruhan menunjukkan nilai $p<0,05$ yang artinya ada perubahan tingkat nyeri dismenore pada remaja dengan pemberian jamu kunyit asam. hasil penelitian yang dilakukan (Selvy Afrioza & Siti Srimulyati, 2022) menunjukkan bahwa 46 responden, sebelum diberikan jamu kunyit asam berada pada kategori nyeri sedang 25(54,3%) responden. Setelah diberikan jamu kunyit asam erdapat penurunan skala nyeri dismenore pada remaja masuk pada kategori nyeri ringan sebanyak 34 (73,9) responden. Berdasarkan hasil dari uji Wilcoxon signed rank test didapatkan hasil skala nyeri dismenore dengan minuman jamu kunyit asam. sehingga didapatkan ada perubahan tingkat nyeri dismenore pada remaja putri.

Hasil analisa dari ke lima artikel jamu kunyit asam yang direview secara keseluruhan menunjukkan nilai $p < \text{value } (0,000)<0,05$ yang artinya ada perubahan tingkat nyeri dismenore pada remaja putri dengan pemberian jamu kunyit asam. Hasil penelitian yang dilakukan (Mar'atun Ulaa et.,al, 2022) menunjukkan bahwa 72 responden. Berdasarkan hasil dari statistik median pretest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama yaitu 5.00 dan median posttest kelompok eksperimen 1.00 sedangkan median posttest kelompok kontrol 3.00, perbedaan pretest dan posttest kelompok eksperimen dan kontrol sama yaitu $p \text{ value}(0,000)<0,05$. Sehingga didapatkan ada perubahan intensitas skala nyeri terhadap pemberian jamu kunyit asam.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Ambika Kurnia Mustikawati) dari 11 responden, sebelum diberikan jamu kunyit asam skala nyeri dismenore pada remaja putri berada pada kategori nyeri sedang 7(63,6%) responden. Setelah diberikan jamu kunyit asam terdapat penurunan skala nyeri dismenore pada remaja masuk pada kategori nyeri ringan 6(54,5%) responden. Berdasarkan uji

statistik Wilcoxon dengan taraf signifikan dengan nilai 0,05 yaitu diperoleh $p=0,001$ artinya ada perubahan intensitas nyeri dismenore dengan pemberian jamu kunyit asam.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Lilis Fatmawati et., al, 2020) dari 32 responden, sebelum diberikan jamu kunyit asam skala nyeri dismenore pada remaja sebagian besar berada pada skala nyeri sedang 9(28%) responden. Setelah diberikan jamu kunyit asam terdapat penurunan skala nyeri dismenore pada remaja sebagian besar masuk pada kategori skala nyeri ringan sebanyak 22(69%) responden. Berdasarkan hasil uji statistik Wilcoxon signed rank test didapatkan hasil skala nyeri dismenore dengan terapi jamu kunyit asam dengan nilai $p<0,001$, artinya ada perubahan intensitas nyeri dismenore dengan jamu kunyit asam.

Hasil analisa dari ke lima artikel yang dilakukan secara keseluruhan menunjukkan nilai $p<0,000(<0,05)$ artinya ada perubahan tingkat nyeri dismenore pada remaja dengan pemberian jamu kunyit asam. Hasil penelitian yang dilakukan (Teguh Asroyo et., al,2019) menunjukkan bahwa 48 responden berdasarkan hasil dari uji Wilcoxon singned rank test. Sebelum diberikan jamu kunyit asam skala nyeri terdapat penurunan 2,85. Sehingga didapatkan adanya penurunan intensitas nyeri dismenore dengan pemberian jamu kunyit asam.

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

6.1.1 Skala Nyeri Dismenore Sebelum Diberikan Kompres Hangat

Sebelum diberikan kompres hangat dari ke lima artikel skala nyeri dismenore berada pada skala nyeri sedang (4-6), nyeri berat (7-9), nyeri berat terkontrol dan nyeri berat tidak terkontrol.

6.1.2 Skala Nyeri Dismenore Sesudah Diberikan Kompres Hangat

Sesudah diberikan kompres hangat dari ke lima artikel skala nyeri dismenore berada pada skala nyeri ringan (1-3) hingga tidak merasakan nyeri saat menstruasi.

6.1.3 Skala Nyeri Dismenore Sebelum Diberikan Jamu Kunyit Asam

Sebelum diberikan minuman jamu kunyit asam dari ke lima artikel skala nyeri dismenore berada pada skala nyeri berat (7-9), nyeri sedang (4-6), nyeri berat terkontrol dan nyeri berat tidak terkontrol.

6.1.4 Skala Nyeri Dismenore Sesudah Diberikan Jamu Kunyit Asam

Sesudah diberikan minuman jamu kunyit asam dari ke lima artikel skala nyeri berada pada nyeri ringan (1-3) hingga tidak merasakan nyeri setelah diberikan minuman jamu kunyit asam.

6.1.5 Efektifitas Kompres Hangat dan Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Skala Nyeri

Dari ke sepuluh artikel menunjukkan ada pengaruh terhadap penurunan skala nyeri dismenore pada remaja putri yang artinya kompres hangat dan jamu kunyit asam berpengaruh untuk menurunkan skala nyeri saat dismenore.

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian diatas maka penelitian menyarankan hal sebagai berikut :

5.6 Bagi Peneliti

Hasil *literature review* ini dapat dijadikan rujukan, sumber informasi, dan bahan refrensi penelitian selajutnya agar bisa lebih detail menjelaskan mengenai penurunan skala nyeri dismenore dengan pemberian kompres hangat dan jamu kunyit asam.

5.7 Bagi institusi

Hasil literature review ini dapat menambah bahan refrensi bagi institusi pendidikan mengenai penurunan skala nyeri dengan kompres hangat dan jamu kunyit asam sebagai terapi nonfarmakologi.

5.8 Bagi Masyarakat

Hasil literature review ini dapat memberikan kontribusi positif bagi masyarakat, khususnya para remaja putri dalam menurunkan skala nyeri saat dismenore.

5.8.1 Tabel Hasil Pencarian Jurnal

NO	PENULIS	NAMA JURNAL	JUDUL	METODE DSVIA (Desain, sampel sampling, Variabel, Instrumen, Analisis)	HASIL PENELITIAN	DATA BASE
1.	Adel Vita Masya Dupa, Lili Suryani, Kadar Ramadhan i (2021)	Jurnal Bidan Cerdas volume. 3 Nomor.1 2021 Tahun 2021 e- ISSN : 2654-9352 dan p-ISSN : 27159965 DOI: 10.33860/jbc.v3il. 130	Penurunan Intensitas Nyeri Menstruasi (<i>Dysmenorrhoe</i>) dengan Kompres Hangat.	D : <i>pra-experiment (one group pretest posttest design)</i> S : remaja putri kelas X 38 orang. V : kompres hangat pada remaja putri yang mengalami <i>dysmenorrhoe</i> , dan penurunan <i>dysmenorrhoe</i> I : kuesioner A : Wilcoxon Signed Rank	Hasil penelitian menunjukkan pemberian kompres air hangat dapat menurunkan 15,8% nyeri berat, 60,4% nyeri sedang dan hampir setengah responden sesudah pemberian terapi ini sudah tidak mengalami nyeri lagi. Hasil uji <i>Wilcoxon signed rank</i> didapatkan nilai $p < 0.001$. Kesimpulan pemberian kompres hangat dapat menurunkan tingkat nyeri menstruasi (<i>dysmenorrhea</i>).	<i>Googel Scholar</i>
2.	Waythelis Apriani,	Journal of Midwifery Vol. 9	Pengaruh Kompres	D : <i>pre-experiment (one group pretest posttest</i>	Dari hasil penelitian didapatkan :13 siswa	<i>Googel Scholar</i>

	Suhita Tri Oklaini, Tria Nopi Herdiani, Ifva Triana (2021)	No. 2 Oktober 2021 P-ISSN: 2338-7068	Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 17 Kecamatan Enggano	<i>design)</i> S: Purposive Sampling Variabel kompres hangat pada remaja putri yang mengalami dismenore, Variabel dan penurunan dismenore I : lembar observasi. A : <i>univariat, bivariate , normalitas dan analisis bivariat</i>	yang mengalami dismenore sebelum dilakukan terapi kompres hangat didapatkan 5 orang mengalami nyeri sedang dan 8 orang mengalami nyeri berat : Dari 13 siswa yang mengalami dismenore setelah dilakukan terapi kompres hangat didapatkan 8 siswa mengalami nyeri ringan dan 5 orang mengalami nyeri sedang : Terdapat pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri dismanore di Sekolah Menengah Pertama Negeri 17 Kecamatan Enggano oktober 2021.	
3.	Lijah Munthe,	Jurnal Ilmiah Kebidanan e-	Pengaruh Pemberian	D : Quasy experiment S : teknik purposive	Hasil penelitian didapat bahwa Nyeri	<i>Googel Scholar</i>

	Rizki Noviyanti Harahap (2021)	ISSN 27744671 Vol. 1 No. 1 Tahun 2021	Komres Hangat Terhadap Nyeri Dismenore Pada Remaja Diwilayah Puskesmas Simalangalam	sampling. V : kompres hangat dan nyeri dismenore. I : kuesioner A : uji <i>Paired sampel-Test</i> .	Dismenore pada remaja sebelum diberikan Kompres Air Hangat di Wilayah Puskesmas Simangalam Kabupaten Labuhanbatu Utara Tahun 2020 adalah sebagian besar nyeri sedang, Nyeri ringan. Hasil uji Paired Sampel- Test didapatkan nilai $P-0,0001 < \alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak artinya secara simulatan terdapat Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat terhadap Nyeri Dismenore pada Remaja Di Wilayah Puskesmas Simangalam Kabupaten Labuhanbatu Utara Tahun 2021	
4.	A.Ridha Al Shifa,	Window of Healh Journal, Vol. 2	Pengaruh Kompres	D : Quasy eksperiment S : Teknik purposive	Hasil Penelitian ini menggunakan uji	<i>Googel Scholar</i>

	Nur Ulmy Mahmud, Sartika (2021)	(Agustus 2021) : 1086-1094 E-ISSN 2721-2920	Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore pada remaja putri Di Madrasah Aliyah DDI Mangkoso Kabupaten Barru	sampling V : kompres hangat dan penurunan intensitas nyeri dismenre I : lembar observasi skala nyeri haid A : Analisis univariat dan bivariate	<i>Mann Whitney</i> menunjukkan <i>p-value</i> sebesar 0,011 dan karena <i>p-value</i> $0,001 < \alpha = 0,05$ maka H_a diterima yang berarti ada Pengaruh Kompres hangat terhadap Penurunan Intensitas Dismenore Pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah DDI Mangkoso Kkabupaten Barru, sehingga kompres hangat dapat digunakan sebagai alternative terapi non farmakologi untuk penatalaksanaan dismenore.	
5.	Oktavia S Ratu, Maritje S J. Malisngor ar, Erhana Tri Nastiti (2021)	Global Health Science Vol. 5 No.3 september 2020 ISSN 2503-5088 (p) 26622-1055(e) DOI : http://dx.org/10.3346/ghs5310	Pengaruh Terapi Kompres Hangat terhadap Dismenore pada Remaja Putri di	D : <i>Quasi Eksperimenn Pre- Test Design</i> with <i>Control Group</i> . S : <i>purposive sampling</i> dengan responden 40 orang. V : terapi kompres hangat dan dismenore	Hasil penelitian menunjukkan rata-rata dismenore sebelum kompres hangat dan setelah kompres hangat adalah 3.65 dengan nilai <i>p-value</i> – $0.000 < \alpha (0.05)$ hal ini	<i>Googel Scholar</i>

			Kepulauan Kelang Tahun 2020	remaja putri I : kuesioner A : analisa univariat dan bivariat dan menggunakan uji statistik <i>Shopir Wilk Test</i>	berarti bahwa ada perbedaan nyeri dismenore antara sebelum diberikan kompres hangat dan setelah diberikannya kompres hangat. Has ail uji Independent sampel t-test didapatkan rata-rata dismenore kelompok eksperimen 3.65 dan kelompok control 5.15 dengan nilai p-value $=0.003 < \alpha (0.05)$ ini berarti bahwa ada Pengaruh Terapi Kompres Hangat terhadap Dismnore. Ada pengaruh terapi kompres hangat terhadap dismenore pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Masohi	
6.	Selvy Afrioza,	JOURNAL OF NURSING	Pengaruh Minuman	D : metode kuantitatif dan desain penelitian	Berdasarkan hasil penelitian bahwa skala	<i>Googel Scholar</i>

	Siti Srimulyati (2022)	PRACTICE AND EDUCATION VOL. 02 NO.02 , JUNI 2022 DOI : 10.34305/JNPE.V 2I2.463	Kunyit Asam untuk Mengatasi Nyeri Haid pada Remaja di Desa Sukasari.	<i>Quasi Eksperimen. "one group pretest and posttest"</i> Sampel 46 remaja putri yang mengalami nyeri haid V : pemberian minuman kunyit asam dan skala nyeri haid I : Lembar observasi A : uji Wilcoxon	nyeri setelah dilakukan intervensi minuman kunyit asam mengalami penurunan dari 3,43 menjadi 1,84. Hasil uji <i>Wilcoxon signed rank test</i> adalah terdapat pengaruh signifikan antara skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pemberian minuman kunyit asam pada remaja di Desa Sukasari.	
7.	Mar'atun Ulaa, Dhora Surya Amanda, Muribah. (2022)	Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan Vol. 13 No.1 (2022)	Pengaruh Minuman Kunyit Asam Jawa Terhadap Disminore Primer Pada Remaja Putri.	D : <i>Quasi Eksperimen dengan non equivalent control</i> S : <i>simple random sampling</i> V : pemberian minuman kunyit asam dan dismenore primer I : <i>Numerik Rating Scale</i> A : Analisa univariat, bivariate, uji wilcoxon	Hasil : Dari uji Statistik median pretest kelompok eksperimen 36 responden kelompok kontrol sama yaitu 5.00 dan median posttest kelompok eksperimen 1.00 sedangkan median posttest kelompok kontrol 3.00. perbedaan pretest dan	<i>Googel Scholar</i>

					posttest kelompok eksperimen 1.00 sedangkan median posttest kelompok kontrol sama yaitu p-value (0.000) < 0,05. Perbedaan pengaruh intervensi pada kelompok eksperimen dan kelompok control p value (0.000) < 0,05. Simpulan : Terdapat pengaruh pemberian minuman kunyit asam jawa terhadap dismenore primer pada remaja putri SMA Negeri 10 Palembang.	
8.	Ambika Kurnia Mustikawati (2020)	Jurnal Bidan Pintar Vol. 1 No.1, bulan april Tahun 2020 P-ISSN : 22721-3544 DOI : 10.30737/JUBIT AR.VLIL.699	Pengaruh Konsumsi Kunyit Asam Terhadap Dysmenorrhoea	D : <i>pre-eksperimental design</i> S : 11 orang pada setiap kelompok V : pengaruh konsumsi kunyit asam dan Dysmenorrhea I : lembar observasi dan lembar penilaian skala nyeri <i>Bourbinna's</i>	Hasil penelitian hampir sebagian besar responden yaitu 7 (63.6%) mengalami nyeri sedang, sedangkan pada kelompok intervensi sesudah diberikan kunyit asam didapatkan bahwa	<i>Googel Scholar</i>

				A : hasil uji statistik <i>wilcoxon</i>	sebagian besar responden yaitu 6 (54.5) mengalami nyeri ringan. Hasil uji statistik Wilcoxon dengan taraf signifikan 0,005 yaitu $p < 0,001$ sehingga $p < \alpha$ 0,05 maka H_0 ditolak. Saran bagi mahasiswa diharapkan untuk mengonsumsi kunyit asam sebagai salah satu upaya meringankan dysmenorrhea secara alami sehingga meminimalkan apabila terjadi efek samping	
9.	Lilis Fatimawati, Yunita Syaiful, Kusrotin Nikmah (2020)	Journal of Ners Community Vol.11 No. 01, Juni 2020.	Kunyit Asam (Curcuma Doemistica Val) Menurunkan Intensitas Nyeri Haid	D : Pra- Eksperimental dengan one group pre-post test desing S : purposive sampling V : tingkat nyeri haid dan pemberian jamu kunyit asam I : <i>Standart Oprasional Prosedur (SOP)</i> A : Uji wilcoxon	Hasil uji statistik Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan bahwa nilai rata-rata sebelum diberikan jamu kunyit asam adalah 3.2188 dan nilai standart deviasinya 1.03906 sedangkan nilai rata-	<i>Googel Scholar</i>

					rata sesudah diberikan jamu kunyit asam adalah 1.4062 dan nilai standart deviasinya 0.66524. dengan nilai signifikan = 0.000 berarti $p < 0,05$ maka H_1 diterima artinya ada potensi jamu kunyit asam terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri.	
10.	Teguh Asroyo, Tiyas Putri Nugraheni, Meta Ayu Masfiroh (2019)	Indonesia Junal Farmasi Vol.4 No.1 Hal. 25-29	Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Sebagai Terapi Dismenore Terhadap Penurunan Skala Nyeri	D : Quasi Eksperimen dengan one grup Pretest-Posttest S : Purposif Sampling V : pengaruh pemberian minuman kunyit asam sebagai terapi dismenore dan penurunan skala nyeri I : lembar observasi skala nyeri dismenore A : hasil ada penurunan skala dismenore	Berdasarkan hasil penelitian : skala nyeri sebelum pemberian terapi dengan menggunakan pengukuran skala nyeri NRS (Numeric Rate Scale) pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah Kudus dapat diketahui tanda objektif dari responden dengan rata-rata nyeri 6,27 kram perut bagian bawah sampai ke	<i>Googel Scholar</i>

					pinggang terkadang sampai ke lutut menurunnya nafsu makan, lebih sulit dalam mengontrol emosi , dan mengganggu konsentrasi belajar maupun aktivitas. Hasil penelitian berdasarkan umur responden, kebanyakan usia mereka adalah 17 tahun sebanyak 42 siswa (87,5%) dan sisanya yaitu umur 16 tahun sebanyak 6 siswa (12,5%) sedangkan untuk hasil penelitian berdasarkan lama menstruasi pada responden sebagian besar lebih dari 7 hari sebanyak 27 siswa (56,3%) dan sebagian kecil ≤ 7 hari berjumlah 21 siswa (43,7%). Dari hasil	
--	--	--	--	--	--	--

					diatas dapat diketahui bahwa lama menstruasi menjadi salah satu faktor resiko terjadinya dismenore Kesimpulan : ada perubahan skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan minuman kunyit asam.	
--	--	--	--	--	---	--

DAFTAR PUSTAKA

- A, Dahlan., & V.T, Syahminan. (2017). Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Nyeri Haid (Dismenorea) pada Siswa SMK Perbankan Simpang Haru Padang. *Journal Endurance*, 37-44.
- Afioza, S., & Srimulyati, S. (2022). Pengaruh Minuman Kunyit Asam Untuk Mengatasi Nyeri Haid Pada Remaja Di Desa Sukasari. *Journal of Nursing Practice and Education*, 99-108.
- Al-Shifa, R. A., Mahmud, N. U., & Sartika. (2021). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Dismenore Pada Remaja Putri Di Madrasah Aliyah DDI Mangkoso Kabupaten Barru. *Window of Public Helath Journal*, 10861094.
- Apriani, W., Oklaini, S. T., Herdiani, T. N., & Triana , I. (2021). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurnan Nyeri Dismenore Di Sekolah Pertama Negri 17 Kecamatan Enggan. *Journal Of Midwifery*, 8-15.
- Baiti , U. N. (2018). Pengaruh Pemberian Kunyit Asam Terhadap Perbahan Skala Nyeri Pada Siswi Kelas VIII Ddengan Dismnore Primer Di Mtsn 6 Madiun. *Journal of Chemical Information and Modeling* , 1689-1699.
- Dupa, A. V., Suryani, L., & Ramadhan, K. (2021). Penurunan Intensitas Nyeri Menstruasi (Dysmenorrhoe) Ddengan Kompres Hangat. *Jurnal Bidan Cerdas*, 31-37.
- Fatimawati, L., Syaiful, Y., & Nikmah, K. (2020). Kunyit Asam Menurunkan Intensitas Nyeri Haid. *Jurnal of Ners Comunnity*, 10-17.
- Gebeyehu, M. B., Mekuria, A. B., Tefera, Y. G., Andarge, D. A., Debay, Y. B., Bejiga, G. S., et al. (21017). Prevalence, Impact, and Management Practice of Dysmenorrhea among University of Gondar Students, Northwestern Ethiopia: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Reproductive Medicine*, 1-8.
- Judha, M., Sudarti, & Fuziah, A. (2012). *Teri Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- K, Icemi. Sukarni., & P, Wahyu. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas* . Yogyakarta: Nuha Medika.

- Kusmiran , E. (2014). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita* . Jakarta: Salemba Medika.
- L, Lowdermilk. Deitra., Elsevier, Perry. Shannon., & Kity, C. Cashion. (2013). *Buku Keperawatan Maternitas Edisi 8*.
- Munthe, L., & Harahap, R. N. (2021). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Nyeri Dismenore Pada Remaja DI Wilayah Puskesmas Simalangalam. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 36-43.
- Mustikawati, A. K. (2020). Pengaruh Konsumsi Kunyit Asam Terhadap Dysmenorrhoea. *Jurnal Bidan Pintar*, 21-28.
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Renika Cipta.
- Ratu, O. S., Malisngorar, M. S., & Nastini, E. T. (2020). Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Dismenore Pada Remaja Di Kepulauan Kelang Tahun 2020. *Global Health Science*, 151-154.
- Ulaa, M., & Amanda, D. S. (2022). Pengaruh Minuman Kunyit Asam Jawa Terhadap Dismenore Primer Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan* , 21-26.
- Syaiful, Y., & Naftalin, S. V. (2018). Abdominal Stretching Exercise Menurunkan Intensitas Dismenorea Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(1).
- Huda, A. I., & Ningtyias, F. W. (2020). Hubungan Antara Status Gizi, Usia Menarche dengan Kejadian Dysmenorrhea Primer pada Remaja Putri di SMPN 3 Jember. *Pustaka Kesehatan*, 8(2), 123-130.
- Alden, K. R., Lowdermilk, D. L., Cashion, M. C., & Perry, S. E. (2013). *Maternity and women's health care-E-book*. Elsevier Health Sciences.

Kegiatan	Ganjil 2021/2022							Genap 2021/2022				
	Sep	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Agts
Pengajuan Judul dan Pembimbing												
Penyusunan Skripsi												
Sidang Skripsi												
Penyusunan Hasil dan Pembahasan												
Sidang Akhir Skripsi												

Referensi Artikel

Lampiran 2



Jurnal Bidan Cerdas
e-ISSN: 2654-9352 dan p-ISSN: 2715-9965
Volume 3 Nomor 1 2021
DOI: 10.33860/jbc.v3i1.130
Website: <http://jurnal.poltekkespalu.ac.id/JBC>
Penerbit: Poltekkes Kemenkes Palu



Penurunan Intensitas Nyeri Menstruasi (*Dysmenorrhoe*) dengan Kompres Hangat

Sumiaty[✉], Adel Vita Masya Dupa, Lili Suryani[✉], Kadar Ramadhan[✉]
Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Palu
Email korespondensi: sumiaty.akbid@gmail.com




ARTICLE INFO

Article History:
Received: 2020-07-15
Accepted: 2020-12-03
Published: 2021-03-07

Kata Kunci:
Kompres Hangat;
Nyeri Haid;
Remaja putri;

Keywords:
Warm Compress;
Dysmenorrhea;
Adolescent girl

ABSTRAK
Pendahuluan: *Dysmenorrhoe* merupakan rasa nyeri yang terjadi saat menstruasi, dimana hal ini disebabkan karena adanya kontraksi otot uterus sewaktu pengeluaran darah menstruasi yang dapat berlangsung antara 32-48 jam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penurunan intensitas nyeri sebelum dan setelah pemberian kompres hangat pada remaja putri. **Metode:** Jenis penelitian menggunakan desain penelitian *pre-experiment* dengan *one group pretest posttest design* dengan sampel 38 responden. Variabel independent dalam penelitian ini adalah kompres hangat pada remaja putri yang mengalami *dysmenorrhoe*, Variabel dependent dalam penelitian ini adalah penurunan *dysmenorrhoe*. **Hasil penelitian** menunjukkan pemberian kompres air hangat dapat menurunkan 15,8% nyeri berat, 60,4% nyeri sedang, dan hampir setengah responden sesudah pemberian terapi ini sudah tidak mengalami nyeri lagi. Hasil uji *wilcoxon signed rank* didapatkan nilai $p < 0.001$. **Kesimpulan** pemberian kompres hangat dapat menurunkan tingkat nyeri menstruasi (*dysmenorrhea*) pada remaja putri.

ABSTRACT
Introduction: Dysmenorrhea is a pain that occurs during menstruation, caused by the contraction of the uterine muscles during menstrual bleeding which can last between 32-48 hours. This study aims to determine the decrease in pain intensity before and after giving warm compresses. **Method:** This study used pre-experimental study design with one group pre-test and post-test design with sample of 38 respondents. The independent variable in this study was warm compress on adolescent girls who have menstrual pain (dysmenorrhea). The dependent variable in this study was the reduction of menstrual pain (dysmenorrhea). **Results:** This study found giving warm water compresses can reduce 15.8% of severe pain, 60.4% of moderate pain, and almost half of the respondents after this therapy have no more pain. Wilcoxon signed-rank test results obtained p-value < 0.001 . **Conclusion;** giving warm compresses can reduce the level of menstrual pain (dysmenorrhea) among adolescent girls.



© 2021 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).



JM

Volume 9 No. 2 (Oktober 2021)

© The Author(s) 2021

**PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMINORE
DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 17 KECAMATAN ENGGANO**

**THE EFFECT OF WARM COMPRESSES ON REDUCING DYSMENORRHEA PAIN
IN 17 STATE JUNIOR HIGH SCHOOLS IN ENGGANO DISTRICT**

**WAYTHERLIS APRIANI, SUHITA TRI OKLAINI,
TRIA NOPI HERDIANI, IFVA TRIANA
PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA TERAPAN
STIKES TRI MANDIRI SAKTI BENGKULU
Email: iterapriani12@gmail.com, No. HP: 0821 8259 5938**

ABSTRAK

Masalah kesehatan reproduksi seperti salah satunya *dismenore*. *Dismenore* adalah nyeri perut yang berasal dari kram rahim dan terjadi selama menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri *Dismenore* di Sekolah Menengah Pertama Negeri 17 Kecamatan Enggano. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain pra-eksperimental menggunakan *the one group pretest posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII, VIII dan IX di SMP Negeri 17 Kecamatan Enggano sebanyak 50 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Purposive sampling* diperoleh sampel sebanyak 13 orang. Penelitian ini menggunakan data primer. Analisis data dilakukan secara univariat, bivariat dengan *Uji Wilcoxon Match Pair Test*. Hasil penelitian didapatkan: Dari 13 siswi yang mengalami *dismenore* sebelum dilakukan terapi kompres hangat didapatkan 5 orang mengalami nyeri sedang dan 8 orang mengalami nyeri berat; Dari 13 siswi yang mengalami *dismenore* setelah dilakukan terapi kompres hangat didapatkan 8 orang mengalami nyeri ringan dan 5 orang mengalami nyeri sedang; Terdapat pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri *dismenore* di Sekolah Menengah Pertama Negeri 17 Kecamatan Enggano. Diharapkan sekolah hendaknya menyediakan peralatan kompres hangat di Ruang UKS jika pada saat jam sekolah ada siswi siswi SMP Negeri 17 Kecamatan Enggano mengalami nyeri *dismenore*, dapat melakukan kompres hangat di ruang UKS sebagai langkah utama untuk mengurangi nyeri *dismenore* selama berda di jam sekolah.

Kata Kunci: Kompres Hangat, Nyeri *Dismenore*

ABSTRACT

Reproductive health problems such as dysmenorrhea. Dysmenorrhea is abdominal pain that comes from uterine cramps and occurs during menstruation. This study aims to determine the

Pengaruh Terapi Kompres Hangat terhadap *Dismenore* pada Remaja Putri di Kepulauan Kelang Tahun 2020

Oktovina S Rattu (koresponden)

(DIII Kebidanan, STIKes Maluku Husada)

Maritje S J. Malisngorar

(Ilmu Keperawatan, STIKes Maluku Husada; ichemalisngorar@gmail.com)

Erhana Tri Nastiti

(DIII Kebidanan, STIKes Maluku Husada)

ABSTRAK

Menstruasi dapat menimbulkan gangguan yang cukup berarti bagi perempuan. Gangguan menstruasi yang sering terjadi pada kebanyakan perempuan adalah *dismenore*. Tujuan: untuk mengetahui pengaruh terapi kompres hangat terhadap *dismenore* pada remaja putri di wilayah kerja puskesmas Masohi. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasi eksperimen* (eksperimen semu), dengan pendekatan *pre-test and post-test design with control group*. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan remaja putri yang mengalami *dismenore* di wilayah kerja puskesmas masohi dengan jumlah sampel 40 responden diambil dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dengan cara observasi. Analisis bivariat menggunakan uji statistik parametrik dengan uji *paired sample t-test* dan uji *independent sample t-test*. Hasil penelitian ini menunjukkan rata-rata *dismenore* sebelum kompres hangat adalah 6.00 dan setelah kompres hangat adalah 3.65 dengan nilai $p\text{-value} = 0.000 < \alpha$ (0.05) hal ini berarti bahwa ada perbedaan *dismenore* antara sebelum diberikannya kompres hangat dan setelah diberikannya kompres hangat. Hasil uji *independent sample t-test* didapatkan rata-rata *dismenore* kelompok eksperimen 3.65 dan kelompok kontrol 5.15 dengan nilai $p\text{-value} = 0.003 < \alpha$ (0.05) ini berarti bahwa ada pengaruh terapi kompres hangat terhadap *dismenore*. Ada pengaruh terapi kompres hangat terhadap *dismenore* pada remaja putri di wilayah kerja puskesmas Masohi.

Kata kunci: kompres hangat; *dismenore*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan suatu masa peralihan dari pubertas ke dewasa atau suatu proses tumbuh ke arah kematangan yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik.⁽¹⁾ Salah satu perubahan yang menjadi tanda telah memasuki masa pubertas mulai berfungsinya alat-alat reproduksi (ditandai dengan menstruasi pada wanita).⁽²⁾ Menstruasi dapat menimbulkan gangguan yang cukup berarti bagi perempuan. Gangguan menstruasi yang sering terjadi pada kebanyakan perempuan adalah *dismenore*. *Dismenore* adalah rasa tidak enak di perut bagian bawah sebelum dan selama haid. *Dismenore* terjadi karena pelepasan prostaglandin yang berlebihan mengakibatkan kenaikan kontraksi uterus sehingga terjadi rasa nyeri.⁽¹⁾

Di Amerika prevalensi *dismenore* sekitar 60% dan Swedia sekitar 72%. Prevalensi *dismenore* di Asia lebih tinggi, seperti di Taiwan mencapai sebesar 75,2%, di Malaysia 50,9%.⁽³⁾ Di Indonesia angka kejadian *dismenore* sebesar 107.673 jiwa (64,25%), yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89%) mengalami *dismenore* primer dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami *dismenore* sekunder. Sedangkan, di Jawa Timur angka kejadian *dismenore* sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% *dismenore* primer dan 9,36% *dismenore*, sedangkan di Aceh di dapatkan 1,07% sampai 1,31% dari jumlah penderita *dismenore* datang ke bagian kebidanan.⁽⁴⁾ Berdasarkan Data Survei Kesehatan Reproduksi Remaja (SKRR) Provinsi Maluku pada Tahun 2015 ditemukan sekitar 3.653 remaja mengalami *dismenore*. Angka kejadian *dismenore* Primer sebanyak 3.297 (90,25%) dan yang lainnya mengalami *dismenore* sekunder sebanyak 365 orang (9,75%).⁽⁵⁾

Dismenore pada remaja putri dapat menimbulkan gangguan aktifitas fisik. Gangguan fisik ditimbulkan karena adanya nyeri. Remaja putri dapat mengalami nyeri saat menstruasi (*dismenore*) dengan tingkatan sakit berat hampir setengah dari *dismenore* (47,0%), sedangkan tingkatan sakit sedang dan ringan terdapat 47,7%. Hasil studi akibat *dismenore* menyatakan bahwa 10% sampai 18% remaja putri tidak masuk sekolah dikarenakan dampak lanjut dari *dismenore* yaitu dapat mengganggu proses kegiatan belajar remaja putri dan tidak optimal hasil atau prestasi belajarnya.⁽⁴⁾

Kejadian *dismenore* dan dampaknya hendaknya mendapatkan perhatian untuk penanganan yang efektif. *Dismenore* dapat diatasi dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Pemakaian



Window of Public Health
JOURNAL

Journal homepage : <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph>



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph2215>

PENGARUH KOMPRES HANGAT TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI MADRASAH ALIYAH DDI MANGKOSO KABUPATEN BARRU

^KA. Ridha Al Shifa¹, Nur Ulmy Mahmud², Sartika³

^{1,2,3} Peminatan Epidemiologi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi (^K): ridhaassyifa97@gmail.com

ridhaassyifa97@gmail.com¹, nurululmyahmud@yahoo.com², sars_fkm@yahoo.co.id³
(08255193393)

ABSTRAK

Dismenore merupakan nyeri menusuk yang terasa di perut bagian bawah sebelum dan selama menstruasi akibat ketidak seimbangan hormon progesterone, stress dan aktifitas berlebih. Angka kejadian *dismenore* cukup tinggi diseluruh dunia. Rata-rata insidensi terjadinya *dismenore* pada wanita muda antara 16,8 – 81%. Sementara di Indonesia angka kejadian *dismenore* tipe primer adalah sekitar 54,89% sedangkan sisanya penderita dengan *dismenore* sekunder Hasil penelitian yang dilakukan Azrida M, Sharrif dan Thamrin (2018) di Universitas Muslim Indonesia Makassar ditemukan sebesar 63,4% responden mengalami *dismenore* dengan tingkatan nyeri yang berbeda-beda. Berdasarkan data awal didapatkan 29% atau 52 siswi Madrasah Aliyah DDI Mangkoso mengalami *dismenore* setiap bulannya. *Dismenore* dapat ditangani secara farmakologi dan nonfarmakologi salah satunya dengan terapi kompres hangat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis adanya pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan intensitas *dismenore* pada remaja di Madrasah Aliyah DDI Mangkoso Barru. Metode penelitian yang digunakan adalah *quasy eksperiment* dengan rancangan *nonequivalent with control group*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi Madrasah Aliyah DDI Mangkoso dan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* dengan jumlah sampel yang didapatkan sebanyak 32 responden dengan 16 responden pada masing-masing kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Analisa data dilakukan dengan bantuan *software* SPSS dengan uji nonparametrik *Mann Whitney*. Hasil penelitian ini menggunakan uji *Mann Whitney* menunjukkan *p-value* sebesar 0,011 dan karena *p-value* 0,011 < $\alpha=0,05$, maka H_a diterima yang berarti ada pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan intensitas *dismenore* pada remaja putri di Madrasah Aliyah DDI Mangkoso Kabupaten Barru, sehingga kompres hangat dapat digunakan sebagai alternative terapi non farmakologi untuk penatalaksanaan *dismenore*.

Kata kunci : *Dismenore*; Menstruasi; Kompres Hangat

Article history :

PUBLISHED BY :

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal

Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnal.woph@umi.ac.id

Phone :

+62 853 9504 1141

Received : 28 Agustus 2020

Received in revised form : 4 September 2020

Accepted : 6 Maret 2021

Available online : 30 Agustus 2021

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International license](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



e-ISSN 2774-4671

Vol 1 Nomor 1

Tahun 2021

Hal. 36 - 43

JIDAN
JURNAL ILMIAH KEBIDANAN



**PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES AIR HANGAT TERHADAP NYERI
DISMENOREA PADA REMAJA DI WILAYAH
PUSKESMAS SIMALANGALAM**

Lijah Munthe¹, Rizki Noviyanti Harahap²

Universitas Haji Sumatera Utara, Medan, Indonesia

¹Lijahmunthe86@gmail.com, ²kikiharahap91@gmail.com

ABSTRAK

Gangguan menstruasi yang sering terjadi pada kebanyakan perempuan adalah *dismenoreia*. Penanganan untuk mengurangi atau menghilangkan nyeri haid (*dismenoreia*) bisa dilakukan dengan terapi nonfarmakologi yaitu kompres hangat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat terhadap Nyeri *Dismenoreia* pada Remaja di Wilayah Puskesmas Simangalam Kabupaten Labuhanbatu Utara Tahun 2020.

Penelitian ini menggunakan *Quasy Experiment* dengan pendekatan *one-group pretest-posttest design*. Penelitian ini telah dilaksanakan pada 01 Agustus 2020 sampai dengan 31 Agustus 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja di Wilayah Puskesmas Simangalam Kabupaten Labuhanbatu Utara sebanyak 2412 orang. Pengambilan sampel menggunakan *Purposive sampling* berjumlah 15 orang.

Hasil Penelitian didapat bahwa Nyeri *Dismenoreia* pada Remaja sebelum diberikan Kompres Air Hangat di Wilayah Puskesmas Simangalam Kabupaten Labuhanbatu Utara Tahun 2020 adalah sebagian besar nyeri sedang, Nyeri *Dismenoreia* pada Remaja sebelum diberikan Kompres Air Hangat di Wilayah Puskesmas Simangalam Kabupaten Labuhanbatu Utara Tahun 2020 adalah sebagian besar nyeri ringan. hasil uji *Paired Sample -Test* didapat nilai $p < 0,0001 < \alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak artinya secara simultan terdapat Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat terhadap Nyeri *Dismenoreia* pada Remaja di Wilayah Puskesmas Simangalam Kabupaten Labuhanbatu Utara Tahun 2020.

Saran dalam penelitian ini kader kesehatan yang ada di Wilayah Puskesmas Simangalam Kabupaten Labuhanbatu Utara turut serta memberikan edukasi tentang pentingnya pemberian kompres hangat dalam pengurangan nyeri.

Kata Kunci : Kompres Air Hangat, Nyeri Haid



PENGARUH MINUMAN KUNYIT ASAM UNTUK MENGATASI NYERI HAID PADA REMAJA DI DESA SUKASARI

Selvy Afrioza, Siti Srimulyati

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yatsi

selvyafrioza6@gmail.com

Abstrak

Berdasarkan hasil observasi di Desa Sukasari didapatkan 46 pasien berusia 13 sampai 21 tahun mengalami nyeri haid, dengan terbiasa mengkonsumsi obat warung (farmakologi). Namun pengobatan tersebut memiliki efek samping seperti rusaknya saluran cerna, ginjal, dan hati. Untuk itu peneliti memperkenalkan pengobatan nonfarmakologi diantaranya kunyit asam. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian kunyit asam dalam mengatasi nyeri haid pada remaja. Metode Penelitian sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi berjumlah 46 pasien dengan instrument lembar observasi, metode kuantitatif dan desain *pretest-intervensi-posttest*. Kemudian dilakukan uji normalitas menggunakan *shapiro wilk* dan uji *statistic wilcoxon signed rank test*. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa skala nyeri setelah dilakukan intervensi minuman kunyit asam mengalami penurunan dari 3,41 menjadi 1,86. Hasil uji *wilcoxon signed rank test* adalah terdapat pengaruh signifikan antara skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pemberian minuman kunyit asam pada remaja di Desa Sukasari. Kesimpulannya pemberian intervensi kunyit asam dapat menjadi alternatif terhadap penurunan skala nyeri haid pada usia remaja di Desa Sukasari, sehingga kader desa dapat mensosialisasikannya kepada remaja, orang tua dan masyarakat, serta dapat dikembangkan untuk membudidayakan tanaman kunyit sebagai tanaman obat keluarga dipekarangan rumah masyarakat setempat.

Kata Kunci: Kunyit, Asam, Nyeri, Haid, Remaja

Pendahuluan

Berdasarkan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 61 Tahun 2014 Tentang Kesehatan Reproduksi adalah

keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan yang berkaitan



PENGARUH MINUMAN KUNYIT ASAM JAWA TERHADAP DISMENORE PRIMER PADA REMAJA PUTRI

Mar'atun Ulaa, Dhora Surya Amanda, Murbiah

Fakultas Ilmu Kesehatan, Institut Ilmu Kesehatan dan Teknologi Muhammadiyah Palembang

Email: maratunulaa@gmail.com

abstrak

Latar Belakang: Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perubahan baik fisik maupun psikis, salah satu perubahan fisik pada remaja adalah menstruasi. Menstruasi terjadi akibat terlepasnya lapisan endometrium. Salah satu gangguan menstruasi yang sering terjadi adalah dismenore. Dismenore primer adalah nyeri menstruasi tanpa ditemukan keadaan patologi pada panggul atau alat kandungan. Dismenore primer menimbulkan dampak emosional, meningkatkan angka ketidakhadiran siswi di kelas, aktivitas belajar terganggu dan konsentrasi belajar menurun. Dismenore primer dapat diatasi dengan terapi non farmakologi salah satunya dengan memberikan minuman kunyit asam jawa. Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui pengaruh minuman kunyit asam jawa terhadap dismenore primer pada remaja putri di SMA Negeri 10 Palembang. Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan *quasy eksperimen*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 72 responden yang terbagi kedalam 2 kelompok 36 responden kelompok eksperimen 36 responden kelompok kontrol, menggunakan teknik *simple random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Hasil: Dari uji statistik median pretest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama yaitu 5.00 dan median posttest kelompok eksperimen 1.00 sedangkan median posttest kelompok kontrol 3.00. Perbedaan pretest dan posttest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama yaitu *p value* (0.000)<0,05. Perbedaan pengaruh intervensi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol *p value* (0.000)<0,05. Simpulan: Terdapat pengaruh pemberian minuman kunyit asam jawa terhadap dismenore primer pada remaja putri SMA Negeri 10 Palembang.

Kata Kunci : Remaja, Minuman Kunyit Asam Jawa, Dismenore Primer

Abstract

Background: Adolescence is a period of transition or transition from childhood to adulthood which is marked by changes both physically and psychologically, one of the physical changes in adolescents is menstruation. Menstruation occurs as a result of the shedding of the endometrial lining. One of the most common menstrual disorders is dysmenorrhea. Primary dysmenorrhea is menstrual pain without any pathology found in the pelvis or uterus. Primary dysmenorrhea has an emotional impact, increasing student absenteeism in class, disrupting learning activities and decreasing learning concentration. Primary dysmenorrhea can be overcome by non-pharmacological therapy, one of which is by giving tamarind turmeric drink. Objectives: To determine the effect of tamarind turmeric drink on primary dysmenorrhea in adolescent girls at SMA Negeri 10 Palembang. Methods: This research was a quantitative research with *quasy-experimental*. The population in this study were 72 respondents who were divided into 2 groups, 36 respondents in the experimental group, 36 respondents in the control group, using simple random sampling technique. The research instrument used the *Numeric Rating Scale* (NRS). Results: From the statistical test the median pretest of the experimental group and the control group was the same, namely 5.00 and the median posttest of the experimental group was 1.00 while the median of the posttest of the control group was 3.00. The difference between the pretest and posttest of the experimental group and the control group was the same, namely *p value* (0.000) <0.05. The difference in the effect of the intervention on the experimental group and the control group *p value* (0.000) <0.05. Conclusion: There is an effect of giving tamarind turmeric drink to primary dysmenorrhea in adolescent girls at SMA Negeri 10 Palembang.

Keywords: Adolescents, Tamarind Turmeric Drink, Primary Dysmenorrhea



KUNYIT ASAM (*CURCUMA DOEMSTICA VAL*) MENURUNKAN INTENSITAS NYERI HAID

Herbal Turmeric Acid (Curcuma Domestica Val) Reduces Menstrual Pain Intensity

Lilis Fatmawati*, Yuanita Syaiful*, Kusrotin Nikmah*

* Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik
Jl. A.R. Hakim No. 2B Gresik, email: lilisfatmawati13@gmail.com

ABSTRAK

Masa remaja (Pubertas) merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Pada masa ini terjadi perubahan-perubahan baik fisiologis maupun psikologis. Disminore adalah nyeri haid sebelum atau selama menstruasi, yang membuat wanita tidak dapat bekerja dan hanya tidur. Alternatif terapi herbal yang digunakan adalah minum jamu kunyit asam untuk mengurangi rasa nyeri pada nyeri haid. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui potensi jamu kunyit asam terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri di Desa Kedungsoko Kecamatan Mantup Kabupaten Lamongan.

Desain penelitian yang digunakan adalah *Pra Eksperimental One Group Pre-Post Test Design*. Populasinya adalah remaja putri berusia 12-18 tahun yang belum menikah yang sudah mengalami menstruasi sebanyak 35 responden. Dengan teknik sampel penelitian menggunakan *Purposive Sampling*, jumlah sampel 32 responden, variabel independen jamu kunyit asam dan variabel dependen intensitas nyeri haid. Instrumen yang digunakan penelitian ini adalah *Standart Operational Prosedure* (SOP) pembuatan jamu kunyit asam dan lembar observasi skala nyeri Bourbanis. pemberian jamu kunyit asam yaitu 1 kali sehari sebanyak 150 ml selama 4 hari yang dilakukan 2 hari sebelum menstruasi sampai hari ke 2 menstruasi.

Hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan bahwa nilai rata-rata sebelum diberikan jamu kunyit asam adalah 3.2188 dan nilai standart deviasinya 1.03906 sedangkan nilai rata-rata sesudah diberikan jamu kunyit asam adalah 1.4062 dan nilai standart deviasinya 0.66524. Dengan nilai signifikan = 0.000, berarti $p < 0,05$ maka H_1 diterima artinya ada potensi jamu kunyit asam terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri.

Hal ini menunjukkan bahwa jamu kunyit asam memiliki potensi terhadap intensitas nyeri haid sehingga bagi wanita bisa menerapkannya apabila mengalami nyeri haid.

Kata Kunci: Jamu Kunyit Asam, Nyeri Haid

ABSTRACT

Adolescence (Puberty) is a transition from childhood to adulthood, during this period there are changes both physiological and psychological. Dysmenorrhea is menstrual pain before or during menstruation, which makes women unable to work and only sleep. Alternative herbal therapies used are drinking turmeric acid herbs to reduce pain in menstrual pain. The purpose of this study was to determine the potential of sour turmeric herbs for the intensity of menstrual pain in young women in Kedungsoko Village, Mantup District, Lamongan Regency.

The research design used was Pre Experimental One Group Pre-Post Test Design. The population was young women aged 12-18 years who were not married who have menstruated as many as 35 respondents. With the research sample technique using purposive sampling, the number of samples was 32 respondents, the independent variable

PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN KUNYIT ASAM SEBAGAI TERAPI DISMENORE TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI

Teguh Asroyo^{1,a}, Tiyas Putri Nugraheni^{1,b}, Meta Ayu Masfiroh^{1,c}

¹Universitas Muhammadiyah Kudus

Prodi S-1 Farmasi

Jl. Ganesha I Purwosari, Kudus, Indonesia

^ateguhasroyo@umkudus.ac.id

^btiyasputri@umkudus.ac.id

^cmetaayu@umkudus.ac.id

Abstrak

Dismenore adalah nyeri pada saat menstruasi. Sebagian besar siswi hanya membiarkan nyerinya tanpa diberi tindakan karena beranggapan nyeri itu akan hilang sendiri. Dismenore dapat diobati dengan minuman kunyit asam. **Tujuan** penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian minuman kunyit asam sebagai terapi dismenore terhadap penurunan skala nyeri pada siswi kelas XI di SMA Muhammadiyah Kudus. **Penelitian** ini menggunakan quasy eksperimen dengan rancangan *one grup pretest-posttest*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah 48 responden. Instrumen yang digunakan adalah lembar pengukuran skala nyeri NRS (*Numeric Rating Scale*). Analisis data yang digunakan adalah *Wilcoxon Signed Ranks Test*. **Rata-rata nyeri** sebelum diberikan terapi adalah 6,27 dan setelah diberikan minuman kunyit asam rata-rata skala nyeri menurun menjadi 2,85. Perubahan ini menunjukkan bahwa minuman kunyit asam sangat berpengaruh terhadap skala nyeri pada siswi dengan dismenore. Analisa uji statistik dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* didapatkan nilai $p\text{-value } 0,000 \leq \alpha 0,05$ menunjukkan adanya pengaruh dalam minuman kunyit asam dalam penurunan skala nyeri pada siswi kelas XI di SMA Muhammadiyah Kudus. **Kesimpulan** ada perubahan skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan minuman kunyit asam.

Kata Kunci: Kunyit asam, Dismenore, Skala, Nyeri.

Abstract

Dysmenorrhea is pain during menstruation. Most students just leave the pain without any action because they think the pain will go away. Dysmenorrhea can be treated with turmeric acid drinks. **This research** aims to determine the effect of giving turmeric tamarind drinks as dysmenorrhea therapy to decreasing the pain scale on female student XI class at SMA Muhammadiyah Kudus. **This research** uses quasy experiment with one group pretest-posttest design. The sampling technique used purposive sampling with 48 respondents. The instrument used was the NRS (*Numeric Rating Scale*) pain scale measurement sheet. Analysis of the data used is the *Wilcoxon Signed Ranks Test*. **The average** pain before being given therapy was 6.27 and after given turmeric tamarind drinks the average pain scale decreased to 2.85. This change shows that turmeric tamarind drinks is very influential on the scale of pain in students with dysmenorrhea. Analysis of statistical tests using the *Wilcoxon Signed Ranks Test* obtained a $p\text{-value of } 0,000 \alpha 0.05$ showing the influence of turmeric tamarind drinks in decreasing the pain scale on female student XI class at SMA Muhammadiyah Kudus. **There is** a change in the scale of pain before and after given turmeric tamarind drinks.

Keywords: Turmeric tamarind, Dysmenorrhea, Pain, Scale.

I. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perubahan baik fisik maupun psikis. Perubahan fisik tampak

lebih jelas, tubuh berkembang pesat mencapai bentuk tubuh orang dewasa disertai berkembangnya kapasitas reproduksi⁽¹⁾. Nyeri menstruasi atau dismenore merupakan kekakuan atau kejang dibagian bawah perut