ARRAZI: Scientific Journal of Health
***e*-ISSN: 3026-0914**
Volume 4 Nomor 1 Tahun 2026
https://journal.csspublishing.com/index.php/arrazi

Asuhan Keperawatan Komunitas pada Remaja Putri Masalah Disminore dengan Pemberian Minuman Kunyit *(Ocurcum)* Asam *(Tamarindus Indica)* dan Madu

Tasyani Simah Bengi[1]. Dewi Sartika[2].
Nanda Desreza[3]
Universitas Abulyatama[1,2,3]
e-mail: bengitasya@gmail.com

Abstract
This case study aims to provide nursing care for dysmenorrhea to adolescent girls in Gue Village. The study design on this health problem is a case study of the nursing process. From this case, two community nursing problems were obtained, namely knowledge deficit and readiness to improve health management, by providing nursing interventions of health education and demonstrations of turmeric, tamarind, and honey for 3 days with a total of 3 adolescent girls as respondents. The results of the activities carried out by the author are that they have an influence in providing counseling where young women are able to understand and comprehend dysmenorrhea during menstruation which is often felt every month, it can be seen from the answers to the posttest and pretest of young women, then the demonstration given to young women also becomes one of the knowledge as an alternative that is easy to do independently to reduce menstrual pain, from the results of observations of giving turmeric and honey to young women who are experiencing dysmenorrhea shows a decrease in the pain scale slowly can be seen from NM pain scale 6 decreased to pain scale 3, SG from pain scale 7 decreased to pain scale 3 and AR from pain scale 6 decreased to pain scale 3. The conclusion of this case is the importance of counseling and demonstration in health problems of young women.
Keywords: *Teenage Girls, Turmeric, Tamarind and Honey, Pain, Dysmenorrhea.*

Abstrak
Desain studi pada masalah kesehatan ini adalah studi kasus proses keperawatan. Dari kasus ini didapatkan 2 masalah keperawatan komunitas yaitu defisit pengetahuan dan kesiapan peningkatan manajemen kesehatan, dengan memberikan intervensi keperawatan penyuluhan kesehatan dan demontrasi kunyit asam dan madu selama 3 hari dengan jumlah responden 3 remaja putri. Hasil dari kegiatan yang penulis lakukan ini bahwasannya memiliki pengaruh dalam memberikan penyuluhan dimana remaja putri mampu memahami serta mengerti tentang disminore selama mestruasi yang sering dirasakan pada setiap bulannya, dapat dilihat dari jawaban posttes dan pretes remaja putri, kemudian demontrasi yang diberikan kepada remaja putri juga menjadi salah satu pengetahuan sebagai alternative yang mudah dilakukan secara mandiri untuk mengurangi nyeri menstruasi, dari hasil observasi pemberian kunyit asam madu pada remaja putri yang sedang mengalami disminore menunjukkan penurunan skala nyeri secara perlahan dapat diliat dari NM skala nyeri 6 menurun ke skala nyeri 3, SG dari skala nyeri 7 menurun ke skala nyeri 3 dan AR dari skala nyeri 6 menurun ke skala nyeri 3. Kesimpulan dari kasus ini pentingnya penyuluhan serta demontrasi dalam masalah kesehatan remaja putri.
Kata Kunci: Remaja Putri, Kunyit Asam dan Madu, Nyeri, Disminore.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak ke dewasa, pada masa ini terjadi perubahan-perubahan baik fisiologis maupun psikologis. Salah satu perubahan fisiologis yang terjadi pada remaja putri adalah perkembangan organ reproduksi yang ditandai dengan timbulnya haid atau menstruasi. Kesehatan reproduksi remaja sangat penting untuk diketahui karena kesehatan reproduksi dapat menentukan apakah seorang remaja sehat dan dapat menjadi sumber daya manusia reproduksi dimasa depan, masalah menstruasi sering membuat remaja cemas, was-was dan kurang percaya diri. (Saragih & Anda, 2024)

Masa remaja merupakan masa yang memasuki usia 10-19 tahun dimana terjadi masa peralihan dan pertumbuhan yang cepat dari segi fisiologis, psikologis, mental, emosional, sosial dan perkembangan organ-organ reproduksi (Wulandari, 2025). Usia terjadinya menstruasi pertama kali (menarche) juga merupakan faktor yang terkait dengan kejadian dismenore. Menunjukkan bahwa ada hubungan usia menarche terhadap kejadian dismenore. Hal tersebut bisa disebabkan karena saat menarche <12 tahun alat reproduksi belum siap mengalami perubahan dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim (Sri & Kasma, 2024). Menstruasi adalah pendarahan akibat terlepasnya dinding sebelah dalam rahim (endomaetrium). Lapisan endometrium dipersiapkan untuk menerima implantasi embrio. Jika tidak terjadi implantasi embrio lapisan ini akan luruh. Pendarahan ini terjadi secara periodik, jarak waktu antar menstruasi dikenal dengan satu siklus menstruasi (Putri & Mediarti, 2021)

Kesehatan merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan. Tanpa tubuh yang sehat manusia tidak dapat menjalankan aktivitasnya dengan lancar. Kesehatan reproduksi merupakan salah satu bagian dari ilmu kesehatan yang sangat penting, khususnya bagi remaja karena remaja mengalami perubahan fisik dan psikologis pada dirinya. Masalah yang terjadi pada kesehatan reproduksi remaja salah satunya adalah gangguan saat menstruasi merupakan salah satu tanda dari perubahan yang terkait dengan kematangan seksual pada masa pubertas (Yuniza, Y., 2020). Pubertas pada usia remaja antara 10-19 tahun dan merupakan proses perubahan atau perkembangan seorang dari segi fisik menjadi dewasa secara seksual. Peristiwa penting yang terjadi pada gadis remaja adalah datangnya haid pertama yang dinamakan menarche (Sri hayati, 2020)

Dismenore sangat berdampak pada aktivitas yang dilakukan oleh remaja. Jika tidak diatasi dengan baik maka berdampak secara fisik dan dapat mengganggu aktivitas harian, termasuk proses belajar, konsentrasi di sekolah, partisipasi sosial, dan kesehatan mental. Sebanyak 58,5% menyampaikan bahwa aktivitas belajarnya terganggu akibat nyeri haid (Karlinda, B., Hasanah, 2022). Disminore

(nyeri haid) merupakan salah satu keluhan umum yang ditemukan pada perempuan yang terjadi sebelum dan atau selama menstruasi. Namun, permasalahan dismenore dapat menganggu produktifitas pada perempuan serta jika tidak ditangani lebih lanjut akan berdampak pada permasalahan kesehatan yang serius (Sri & Kasma, 2024). Dismenore, atau nyeri haid, memberikan sensasi kram yang sangat menyakitkan di perut bagian bawah. Bisa disertai sakit kepala, pusing, diare, perasaan kembung, mual dan muntah, sakit punggung dan sakit kaki. Dismenore memiliki beberapa dampak negatif seperti mempengaruhi kehidupan seorang wanita. Selama masa remaja, dismenore menyebabkan tingginya tingkat ketidakhadiran di sekolah dan tidak berpartisipasi dalam kegiatan (Itani, R., 2022).

Nyeri yang timbul akibat pembentukan prostaglandin yang berlebihan sehingga uterus berkontraksi secara berlebihan dan menyebabkan vasodilatasi perdarahan, pembuluh uteri dan vena mengembang sehinga darah haid lebih mudah dikeluarkan dan menimbulkan kram pada abdomen. Nyeri haid yang tidak teratasi dengan benar akan menyebabkan dismenore, menurut data dari WHO menunjukkan bahwa 1.769.425 wanita (90%) mengalami dismenore, dimana 10-15% diantaranya mengalami dismenore berat. Hal ini didukung oleh penelitian yang telah dilakukan di berbagai negara, dimana prevalensi dismenore primer di setiap negara diyakini di atas 50%. Pada tahun 2012, prevalensi dismenore primer pada wanita usia 12-17 tahun di Amerika Serikat pada tahun 2012 adalah 59,7%, dan tingkat keperahan nyeri adalah 49% untuk dismenore ringan, 37% untuk dismenore sedang, dan 12%. untuk dismenore berat, mengakibatkan 23,6% orang tidak bersekolah. Di Indonesia, angka kejadian dismenore sebesar 64,25%, yang terdiri dari 54,89% mengalami dismenore skunder (Wulandari Priharyanti, 2023).

Pengobatan dismenore terbagi menjadi 2 yaitu terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi Farmakologi, terbagi menjadi 3 (tiga) yaitu : pemberian obat analgesik seperti ibu profen, asam mefenamat, aspirin, dan lain sebagainya, obat anti inflamasi nonsteroid (nsaid), terapi hormon. Terapi Non Farmakologi sering menjadi alternatif saat wanita mengalami dismenore untuk mengurangi intensitas nyeri. Perawatan nonfarmakologis tersebut antara lain: berbagai terapi non-farmakologi (aromaterapi, perasan bahan alami, kompres hangat, relaksasi pernafasan dalam, terapi musik, dan latihan fisik) untuk mengatasi nyeri dismenore pada remaja. (Khotimah & Lintang, 2022)

Beberapa tindakan yang bisa dilakukan untuk menurunkan dismenore adalah farmakologi dan non farmakologi. Salah satu cara menurunkan dismenore dengan non farmakologi tanpa mendapatkan efek samping adalah dengan pemberian minuman tradisional yaitu kunyit asam. Senyawa aktif terdapat pada kunyit yaitu curcumine yang mampu mengurangi terjadinya nyeri

menstruasi pada wanita. Sedangkan pada asam jawa mengandung asam sitrat, asam sitrat inilah membantu meringankan nyeri (Susanti & Wulandari, 2022).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan memberikan asuhan keperawatan komunitas pada remaja putri, untuk mendapatkan data dilakukan pengkajian keperawatan selama 3 hari, tanggal 03 Januari 2026 – 05-Januari 2026, Intervensi penyuluhan kesehatan dan demontrasi sampai dengan evaluasi yang dilakukan selama 3 hari, untuk responden demontrasi berjumlah 3 orang, di desa Gue kecataman Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar.

PEMBAHASAN

Pada remaja putri yang mengalami disminore selama mentruasi adalah 50 remaja dengan presentase 90.9% dan tidak merasakan disminore 5 orang atau 9.1%, banyaknya remaja yang mengalami disminore ini sejalan dengan penelitian dari (Aulia et al., 2025) Prevelensi kejadian dismenore masih banyak terjadi dikalangan remaja putri, dilihat dari rata-rata terdapat lima puluh persen yang mengalami dismenore, di Jawa Barat sendiri terdapat 59,4 % yang mengalami dismenore. Di kalangan remaja dismenore seringkali dianggap sebagai kondisi yang normal dan tidak perlu diatasi secara medis, hal ini berdampak pada penurunan kualitas hidup, produktivitas di sekolah yang dapat mengganggu konsentrasi belajar sehingga prestasi menurun,dan gangguan lainnya seperti,kesejahteraan psikologis, konflik emosional bahkan aktivitas sehari hari terganggu.

Kemudian untuk usia remaja putri yang merasakan disminore usia 9-12 tahun 5 remaja 9%, usia 12-15 tahun 15 remaja 27%, usia 15-18 tahun 20 remaja 37%, 18-21 tahun 15 remaja 27%. Sejalan dengan penelitian dari (Azizah Al A. N, 2024) Menurut National Health and Nutrition Examination Survey ditemukan data usia rata- rata menarche pada perempuan di Indonesia yaitu sekitar 12,5 tahun dengan kisaran 9-14 tahun. Menarche merupakan saat remaja mengalami menstruasi pertama. Usia menarche tiap perempuan tentunya akan ada perbedaan satusama lain. Usia menarche dibagi menjadi kategori yaitu, dapat dikatakan early menarche ketika seorang perempuan mengalami menstruasi pertama kali pada usia <12 tahun,dan dikatakan normal ketika seorang perempuan mengalami menstruasi pertama kali saat usia 12-13 tahun, dan dikatakan late menarche ketika seorang Perempuan mengalami menstruasi pertama kali di usia>14 tahun. Menarche pada usia lebih awal menyebabkan alat-alat reproduksi belum berfungsi secara optimal dan juga belum siap mengalami perubahan-perubahan sehingga timbul rasa nyeri ketika menstruasi, Usia menarche yang cepat adalah < 12 tahun yang menjadi faktor risiko terjadinya dismenorea primer. Keluhan yang dirasakan remaja putri saat menstruasi untuk nyeri perut 40 remaja 73%, lemes 10 remaja 18%, mual 3 remaja 5% dan pusing 2 remaja 4%. Sejalan dengan penelitian dari (Wahyu,

2022) Dismenore adalah nyeri saat haid, biasanya dengan rasa kram dan terpusat di abdomen bawah seringtreadi pada wanita dan remaja putri yang mengganggu aktivitas dan kesehatan remaja bila tidak mengetahui penanganan yang baik. Pengetahuan merupakan faktor yang penting dalam upaya penanganan disemnore pada remaja yang muncul yakni ketegangan, mudah tersulut emosi, depresi, kelesuan, dan berkurangnya daya konsentrasi.

Selama mesntruasi dan merasakan disminore ini banyak remaja yang sering mengkonsumsi makanan, tidak ada konsumsi makanan lain selain makanan pokok 25 remaja 46%, coklat 15 jiwa 27%, es krim 10 remaja 18% dan makanan pedas 5 remaja 9%. Sejalan dengan penelitian dari (Utami, Widowati, Mukhodim, Hanum, & Rinata, 2022) makanan cepat saji kini menjadi pilihan yang populer, meski sering kali terdiri dari produk yang sangat diproses, bermuatan energi tinggi, namun rendah nilai gizi. Makanan cepat saji, yang dikenal dengan sebutan fast food, telah menjadi favorit di kalangan remaja saat ini. Popularitasnya disebabkan oleh penyajian yang cepat, cita rasa yang sesuai dengan selera mereka, serta harganya yang terjangkau. Jenis makanan ini, yang juga sering disebut junk food, sangat diminati oleh remaja, sehingga banyak perusahaan makanan berlomba-lomba memproduksinya di berbagai kota di Indonesia, berkat pengenalan media massa kepada masyarakat. Namun, perlu diingat bahwa makanan cepat saji umumnya tinggi lemak, seperti gorengan, bakso bakar, burger, mie ayam, dan lainnya. Konsumsi berlebihan makanan ini dapat berdampak negatif pada kesehatan. Salah satu dampaknya adalah dapat memicu gangguan menstruasi, seperti dismenore, yang ditandai dengan nyeri haid. Hal ini terjadi karena peningkatan kadar prostaglandin dalam tubuh, yang pada akhirnya dapat menyebabkan ketidaknyamanan saat menstruasi

Kemudian pemahaman remaja putri tentang disminore kurang pengetahuan sebanyak 35 remaja 64% dan pengetahuan baik 20 remaja 36%, sejalan dengan penelitian dari (Mardiyah & Rizal, 2024) Hasil penelitian bivariat menunjukkan bahwa dari 22 remaja yang memiliki pengetahuan baik tentang dismenore, sebagian besar memiliki perilaku baik dalam penanganan dismenore, yaitu sebanyak 13 orang (59,1%). Sebaliknya, dari 17 remaja yang memiliki pengetahuan kurang baik, sebagian besar memiliki perilaku yang kurang baik dalam menangani dismenore, yaitu sebanyak 14 orang (82,4%). Terdapat nilai P sebesar 0,023 yang lebih kecil dari nilai alpha (0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa H0 gagal ditolak, yang artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku penanganan dismenore pada remaja di SMAIT Miftahul Khoir tahun 2024. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi untuk kegiatan promosi kesehatan di sekolah, khususnya dalam kaitan peran tenaga Unit Kesehatan Sekolah (UKS).

Dan penanganan yang dapat dilakukan remaja putri saat disminore, minum obat 30 remaja 55%, tidak melakukan apa pun 15 remaja 27% dan minum air

hangat 10 remaja 18%. Sejalan dengan penelitian dari (Yanti Rosmiyanti, 2024) Saat ini banyak remaja putri yang belum mengetahui cara mengobati nyeri haid sehingga dapat menimbulkan masalah dalam aktivitas mereka. Bagi remaja putri yang mengetahui cara mengatasi nyeri haid, mereka memiliki beberapa pilihan cara untuk mengurangi nyeri haid tersebut. Cara-cara mengatasi nyeri haid antara lain mengonsumsi obat pereda nyeri, kompres hangat, teknik relaksasi nafas dalam, beristirahat dan lain sebagainya.

Untuk remaja putri mengganti pembalut dalam sehari selama menstruasi, 10 remaja 2 kali 18% dalam sehari, 20 remaja 3 kali 37% dalam sehari, 15 remaja 4 kali 27% dalam sehari, 10 remaja 5 kali 18% dalam sehari, banyak remaja putri yang hanya mengganti pembalut 2 kali dalam sehari sangat tidak baik bagi kesehatan, sejalan dengan penelitian dari (Raissy A. F, 2022) Personal hygiene dapat dilakukan dengan cara rutin mengganti pembalut minimal 3 sampai 4 kali sehari (setiap 4 jam). Setelah buang air atau setelah mandi diharuskan membasuh vagina dengan arah depan ke belakang anus sebagai cara yang benar. Kemudian vagina dikeringkan dengan tisu atau handuk agar tidak lembab. Remaja juga harus mengetahui bahwa pemakaian celana dalam mempunyai pengaruh terhadap kesehatan vagina. Celana dalam yang baik terbuat dari bahan yang mudah menyerap keringat.

Pengetahuan remaja tentang alternative untuk meredakan nyeri saat menstruasi, dengan tidak ada melakukan apa pun 46% 25 remaja, kompres hangat 36% 20 remaja dan minum jamu 18% 10 remaja, pengetahuan remaja putri tentang alternative kunyit asam madu, remaja yang tidak tahu 91% 50 remaja dan remaja yang tahu 9% 5 remaja. Informasi yang sering diketahui tentang disminore melalui internet 18% 10 remaja dan tidak tahu sama sekali 82% 45 remaja. Dari analisa data yang di dapatkan bahwasannya remaja putri masih kurang mengetahui tentang disminore, belum tau cara alternative yang dapat dilakuan secara mandiri untuk mengurangi disminore saat menstruasi.

Berdasarkan hasil pengkajian yang telah dilakukan oleh penulis, maka diagnosis keperawatan yang didapatkan pada remaja putri dengan masalah kesehatan disminore di Desa Gue adalah: (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2019). Defisit pengetahuan berhubungan dengan kurangnya pemahaman tentang dismenore ditandai dengan kekeliruan dalam persepsi disminore (D.0111). Kesiapan peningkatan manajemen kesehatan ditandai dengan keinginan untuk mengelola masalah kesehatan ditandai dengan keingintahuan remaja dalam mengatasi disminore (D.0112).

Rencana keperawatan yang dapat dilakukan pada remaja putri ini adalah dengan memberikan penyuluhan kesehatan tentang disminore dan melakukan demontrasi kunyit asam dan madu untuk membantu mengurangi disminore.

Implementasi untuk mengatasi masalah ini yang akan dilakukan penulis pada masalah kesehatan adalah sebagai berikut: Defisit pengetahuan memberikan penyuluhan kesehatan dan kesiapan peningkatan manajemen kesehatan melakukan demontrasi kunyit asam dan madu untuk membantu mengurangi nyeri perut saat menstruasi. Dari hasil impelementasi yang telah dilakukan didapatkan hasil preetes dan posttes banyak remaja putri memiliki berubahan persepsi kekeliruan tentang masalah kesehatan disminore ini, dimana banyak remaja putri yang mampu menjawab pertanyaan dengan baik dan benar seperti apa yang telah diberikan, banyak yang paham dan mengerti setelah dilakukan penyuluhan, penyuluhan ini dilakukan dengan menggunakan bahasa Indonesia.

Kemudian untuk demontrasi banyak remaja putri yang mudah mengerti mulai dari manfaat hingga cara membuatan dan cara konsumsi perasan kunyit asam madu, remaja putri mampu memahami dan mengeri dengan mudah tentang demonstrasi ini, kemudian dari hasil evaluasi tampak remaja putri yang memahami dan mengerti tentang konsep disminore dan demontrasi untuk mengurangi nyeri Selama kegiatan berlangsung 3 hari ini, kegiatan berjalan dengan lancar dan aman tanpa ada kesalahan atau gangguan lainnya yang dapat merusak kegiatan yang dilangsungkan. Remaja putri yang hadir selama 3 hari ini untuk kegiatan tidak kurang dari 5-7 orang. Karena kegiatan sudah dilakukan remaja putri kini telah mampu mengetahui cara alternative yang sapat dilakukan dirumah untuk nyeri saat menstruasi ini selain dengan minum obat, karena alternative ini dapat dilakukan dirumah dengan mudah dan aman.

Observasi ini dilakukan pada remaja yang sedang menstruasi dan merasakan disminore. Pengukuran skala nyeri menggunakan Numeric Rating Scale. Dari hasil observasi selama 3 hari pada remaja putri, dilakukan intervensi demontrasi kunyit asam dan madu yang penulis berikan dapat dilihat dari lembar observasi menunjukkan perubahan skala nyeri dengan kunyit asam dan madu ini, untuk remaja NM usia 13 tahun sebelum diberikan kunnyit asam dan masu ini memiliki skala nyeri 6 kemudian pada hari pertama pemberian skala nyeri menurun menjadi 5, hari kedua masih tetap diskala nyeri 5 dan pada hari ke 3 menurun menjadi skala nyeri 3, remaja SG usia 12 tahun dengan skala nyeri awal 7 sebelum diberikan kunyit asam dan madu ini, pada hrai pertama pemberian skala nyeri menurun menjadi 6, hari kedua menurun menjadi 5 dan hari ketiga menurun menjadi skala nyeri 3, dan pada remaja putri AR usia 17 tahun sebelum pemberian skala nyeri 6, pada hari pertama pemberian masih tetap skala nyeri 6, pada hari kedua menurun menjadi skala 5, dan pada hari ketiga menurun menjadi skala nyeri 3. Intervensi demontrasi ini pada menunjukkan dan memberikan perubahan penurunan skala nyeri disminore pada remaja putri secara perlahan dengan mengkonsumsi kunyit asam dan madu secara teratur selama mentruasi atau saat nyeri dirasakan.

Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian yang dilakukan seperti yang ada dibawah ini;
Menurut (Rini Fadhillah Anisa Candra, 2025) Distribusi frekuensi intensitas nyeri haid sebelum diberikan kunyit asam sebagian besar dengan nyeri sedang (60,0%) dan sesudah diberikan kunyit asam dengan nyeri ringan (60,0%). Distribusi frekuensi intensitas nyeri haid pada kelompok kontrol pre test sebagian besar dengan nyeri sedang (80,0%) dan post test dengan nyeri ringan (66,7%). Ada efektivitas pemberian kunyit asam terhadap penurunan skala nyeri dismenore pada remaja putri dan terdapat perbedaan pengaruh pemberian kunyit asam antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Diharapkan kepada Remaja putri yang mengalami nyeri menstruasi dianjurkan menkonsumsi kunyit asam untuk mengurangi nyeri menstruasi dan mengurangi penggunaan obat-obatan farmakologi untuk mengatasi nyerinya.

Sejalan dengan penelitian dari (Rahayu, 2024) Analisis data menggunakan uji Marginal Homogeneity diperoleh hasil yaitu skala nyeri haid responden sebelum diberikan minuman kunyit asam yaitu 30 responden dengan nyeri berat terkontrol, sedangkan skala nyeri setalah diberikan minuman kunyit asam yaitu nyeri dengan skala ringan 29 responden dan 1 responden dengan skala nyeri sedang. Hasil analisis pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan skala nyeri dismenore primer pada siswi kelas XI di SMAN 4 Cimahi. diperoleh nilai P 0,000. Nilai P 0,000 < a 0,05 maka Ho ditolak. Dengan demikan disimpulkan terdapat pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan skala nyeri dismenore primer pada siswi kelas XI di SMAN 4 Cimahi Hasil penelitian diharapkan dapat diterapkan pada siswi yang mengalami dismenore sehingga jumlah siswi yang tidak masuk sekolah dapat berkurang. Hasil penelitian ini diharapkan dapat diaplikasikan atau diterapkan pada siswi sehingga jumlah siswi yang tidak masuk sekolah berkurang.

Sejalan dengan penelitian dari (S & Wulandari, 2024) Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi. Responden studi kasus ini terdiri dari 4 orang dengan kriteria inklusi (1) remaja putri yang mengalami menstruasi, (2) Remaja putri yang berusia 17-20 tahun, (3) Remaja putri yang bersedia menjadi responden. Didapatkan hasil bahwa ke empat responden setelah 3 hari diberikan rebusan kunyit asam mengalami penurunan intensitas nyeri dan rata-rata penurunan 2 skala intensitas nyeri, artinya tindakan terapi rebusan kunyit asam merupakan tindakan yang perlu dan efektif untuk menurunkan nyeri saat menstruasi. Setelah dilakukan studi kasus tentang penerapan rebusan kunyit asam untuk menurunkan nyeri menstruasi pada remaja putri di Desa Caruban Kecamatan Ringinarum Kabupaten Kendal diperoleh kesimpulan bahwa nyeri menstruasi merupakan suatu gejala dan bukan suatu penyakit. Hampir semua perempuan mengalami rasa tidak nyaman selama menstruasi dan didapatkan pengaruh penerapan rebusan kunyit asam untuk menurunkan nyeri menstruasi pada

remaja putri di Desa Caruban Kecamatan Ringinarum Kabupaten Kendal sangat efektif untuk terapi non farmokologis bagi remaja putri yang merasakan nyeri saat menstruasi.

Menurut (Lismulyani, Rahayu, & Erawan, 2021) Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami penurunan tingkat nyeri setelah mengonsumsi kunyit asam. Hasil uji statistik memperoleh nilai p = 0,000 (p < 0,05) yang berarti terdapat pengaruh signifikan pemberian kunyit asam terhadap penurunan tingkat nyeri dismenore pada remaja putri. Minuman kunyit asam dapat menjadi terapi nonfarmakologis yang aman dan mudah dilakukan untuk mengurangi nyeri haid. Menurut (Sartika Clara, 2024) Hasil Kesimpulan pemberian kunyit asam merupakan intervensi yang layak diberikan untuk penurunan nyeri Dysmenorhoe yang dialami remaja putri. Saran bagi tenaga kesehatan agar dapat memberikan pengetahuan tentang penanganan dismenorea secara non farmakologis dengan pemberian minuman kunyit asam. Menurut (Ummah Fina Rohmatul, 2021) Hasil penelitian ini statistik uji Wilcoxon untuk pengaruh pemberian kunyit asam terhadap penurunan nyeri haid sebanyak 57 responden, diperoleh ρ = 0,000 berarti ρ = ≤ α (0,05). Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa Ha diterima dan H0 ditolak yang artinya ada pengaruh kunyit asam terhadap penurunan nyeri haid saat mentruasi di MAN 2 Pamekasan. Kesimpulan dari hasil penelitian menyatakan bahwa adanya pengaruh kunyit asam terhadap penurunan nyeri haid mentruasi di MAN 2 Pamekasan.

Dari penelitian (Rezkiyanti Aeni, 2022) menunjukkan Pembahasan Hasil analisis dari uji Wilcoxon Signed Ranks Test diperoleh untuk kelompok perlakuan dan kelompok kontrol bahwa pVaule 0,000 < 0,05 yang menandakan bahwa adanya perbedaan yang signifikan antara skala pre dan post kedua kelompok. Pada analisis Uji Mann Whitney diperoleh nilai pValue 0.001< 0,05 dinyatakan adanya pengaruh minuman kunyit asam pada kedua kelompok. Kesimpulan adanya pengaruh efektifitas minuman kunyit asam sebagai terapi dismenore primer terhadap penurunan skala nyeri Mahasiswi Poltekkes Kemenkes Makassar Jurusan Farmasi.

Sejalan dengan penelitian dari (Nabilah, Hafizhah Putri, 2023) Instrumen pada penelitian ini yaitu ½ kg kunyit, ¼ kg gula jawa, ½ kg asam jawa, air 2000cc, garam, timbangan digital, blender, gelas ukur, dan saringan. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji Paired T-test menunjukkan nilai P value 0,001 (P<0,05), artinya ada pengaruh rebusan kunyit asam terhadap penurunan skala nyeri dismenorea pada remaja. Berdasarkan hasil penelitian diharapkan perawat dapat memberikan intervensi rebusan kunyit asam untuk mengatasi dismenorea. Menurut (Supatmi, 2024) Pembagian jamu kunyit asam kepada peserta disertai dengan penjelasan tentang manfaat dan kandungan nutrisinya, Penjelasan detail mengenai cara konsumsi yang benar, dosis yang tepat, dan

frekuensi penggunaan yang direkomendasikan dan sesi tanya jawab untuk mengklarifikasi pertanyaan atau kekhawatiran peserta terkait penggunaan jamu kunyit asam. Hasil menunjukkan intensitas Nyeri Dismenore 80% peserta melaporkan menurun setelah mengonsumsi minuman kunyit asam secara teratur. Rata-rata penurunan intensitas nyeri adalah 3 poin pada skala nyeri 0-10. Hal ini menunjukkan bahwa nyeri dismenore dapat menurun dengan terapi pemberian minuman herbal kunyit asam.

Menurut (Pangestui, Kartina, & A, 2020) Hasilnya membuktikan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian minuman kunyit asam (p = 0,000) dan air jahe (p = 0,000). Kesimpulannya bahwa minuman kunyit asam lebih efektif terhadap penurunan dismnenorea primer dibandingkan air jahe (p = 0,025). Menurut (Pibryana, Widiastini, Putu, Purnamayanthi, & Ayu, 2025) Hasil analisis efektivitas pemberian jamu kunyit asam terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri didapatkan nilai p value = 0,000 yang artinya terdapat efektivitas jamu kunyit asam terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri di SMP Negeri 1 Banjar. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif penanganan nyeri haid secara non farmakologi bagi remaja putri sehingga dapat menurunkan angka kasus nyeri haid.

Menurut (Ilyas, Deddy, 2023) Hasil dari penelitian ini adalah 1) Habbatussauda yang termasuk pengobatan ala Nabi dapat menurunkan tingkat dismenorea karena memiliki kandungan antiinflamasi dan analgesik, dijadikan referensi untuk menurunkan tingkat dismenorea pada remaja menggunakan tanaman herbal yang tumbuh di Indonesia dan memiliki kandungan antiinflamasi dan analgesik yaitu kunyit dan asam jawa. Dimana pada pengolahan minuman kunyit asam dicampurkan madu yang berfungsi untuk mengurangi rasa kelat pada kunyit dan mengurangi dismenorea, karena madu mengandung enzim dan mineral yang efektif untuk menurunkan nyeri. 2) Terdapat pengaruh minuman kunyit asam terhadap penurunan dismenorea pada siswi kelas 10 SMK Az-Azzawiyah. Walaupun penurunan tingkat nyeri tidak secara drastis yakni dari nyeri tingkat berat rata-rata menjadi nyeri tingkat sedang.

Menurut (Mulyani & Rofiasari, 2021) Hasil penelitian didapatkan bahwa responden yang paling banyak mengalami nyeri haid adalah pada usia 21 tahun sebanyak 10 orang (33,3 %), terdapat berbedaan penurunan skala nyeri dysmenore antara kelompok intervensi makusan dengan kelompok intervensi buli-buli dengan hasil p-value = 0,015 (p < 0,05) Simpulan didapatkan bahwa responden yang paling banyak mengalami nyeri haid adalah pada usia 21 tahun dan terdapat berbedaan penurunan skala nyeri dysmenore antara kelompok intervensi makusan dengan kelompok intervensi buli-buli dengan hasil p-value = 0,015 (p < 0,05). Saran bagi peneliti lain dalam meneliti lebih

lanjut mengenai Disminore seperti mengkaji mengenai cara lain untuk mengatasi nyeri pada dismonore.

Sejalan dengan penelitian dari (Karimah & Anwar, 2023) Minuman madu dan kunyit diberikan sebanyak 150-200 mL 3 kali sehari selama 2 hari. Intensitas nyeri diukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) sebelum dan sesudah pemberian minuman madu dan kunyit. Lamanya waktu antara pretest dan postest sesuai dengan siklus menstruasi responden. Dari uji statistik hasil penelitian menunjukkan nilai NRS sebelum dan sesudah minum madu kunyit 5,78 dan 0,56. Hasil pengujian diperoleh perbedaan signifikan Asymp Sig (2-tailed) = 0,000. Hasil penelitian ini menunjukkan perbedaan yang signifikan antara minum madu dan kunyit terhadap penurunan nyeri menstruasi (dysmenorrhea). Saran: Penelitian ini dapat dijadikan masukan untuk memanfaatkan minuman herbal untuk menurunkan nyeri menstruasi.

Serta pentingnya penyuluhan kesehatan disminore ini pada remaja sejalan dengan beberapa penelitian yang ada dibawah ini:
Menurut (Mayasari, Ningrum, Fauziah, & Primadevi, 2022) Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang dismenorhea dengan nilai p 0,000 (p value < α = 0,05). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka dapat disarankan bagi tenaga kesehatan untuk dapat memberikan pendidikan kesehatan secara berkesinambungan dengan cara penyuluhan menggunakan handout dan media audio visual. Dan untuk remaja agar rajin mengikuti posyandu remaja.

Menurut (Susilawati Rahma, 2022) Hasil penelitian: Sebelum dilakukan pendidikan kesehatan remaja tentang dysmenorhoe untuk kategori baik hanya 9 orang (18,0%) dan untuk tingkat pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan untuk kategori baik menjadi 29 orang (58,0%). Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai t hitung sebesar 5,702 > t tabel 1,980 dengan nilai p value < α (0,000 < 0,05). Kesimpulan: Ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang dysmenorhoe terhadap tingkat pengetahuan remaja putri mengenai dysmenorhoe di kelas XI SMA N 2 Banguntapan.

Menurut (Marliany, Sukmawati, Septiani, & Nurhidayah, 2023) Hasil menunjukan sebelum pendidikan kesehatan (Pretest) sebesar 66.7% responden memiliki pengetahuan kurang. Setelah menerima pendidikan kesehatan (Posttest) sebesar 87.4% responden memiliki pengetahuan baik. Perbedaan nilai rerata pengetahuan pre test yaitu 57.07. Sedangkan nilai rerata post test yaitu 87.99. Kesimpulan: terdapat pengaruh antara pendidikan kesehatan tentang dismenore terhadap tingkat pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 2 Ciamis. Saran: Diperlukan peningkatan konseling terpadu terkait masalah dismenore yang dialami remaja puteri.

Sejalan dengan penelitian dari (Halnas Rizky Ferlia, 2025) Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan, sebagian besar remaja memiliki tingkat pengetahuan cukup (69,7%). Setelah intervensi, tingkat pengetahuan meningkat menjadi kategori baik (75,8%). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang dismenore ($p = 0,000 < \alpha = 0,05$).

Menurut (Saputra Yusuf Adi, 2021) Hasil pre-test dan post-test pada kelompok intervensi yaitu sebanyak 23 (77%) siswi dalam kategori kurang baik dan 7 (23%) siswi memiliki upaya baik, setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang dismenore 30 (100%) siswi memiliki upaya baik. Uji Wilcoxon test didapatkan nilai sig. (2-tailed) adalah 0,000, dimana jika dibandingkan dengan nilai α (0,05) maka akan didapatkan 0,000 < 0,05. Sehingga pendidikan kesehatan tentang dismenore berpengaruh terhadap upaya remaja untuk menurunkan nyeri menstruasi (dismenore primer). Kesimpulan: Pendidikan kesehatan tentang dismenore sangat penting diberikan pada remaja yang baru mengalami menstruasi karena bisa menjadi panduan bagi remaja untuk mengatasi dismenore oleh karena itu petugas kesehatan dan guru harus sering melakukan penyuluhan dan konseling tentang masalah menstruasi serta cara untuk mengatasi dismenore dengan tepat.

Menurut (Noverianti, Carolin, & Dinengsih, 2022) Hasil uji normalitas data berdistribusi tidak normal sehingga dianalisis data menggunakan uji wilxocon. Hasil uji statistik diketahui bahwa rata-rata pengetahuan sebelum promosi kesehatan 8,84% dan pengetahuan setelah dilakukan promosi kesehatan 17,64%. Hasil uji bivariat didapatkan p value 0,000. Kesimpulannya penyuluhan promkes tentang dismenore mampu menambah pengetahuan pada remaja putri pada saat menstruasi. Menurut (Manafe, Adu, & Ndun, 2021) Hasil penelitian menunjukan bahwa adanya peningkatan pengetahuan siswi setelah diberikan pendidikan kesehatan, dengan nilai rata-rata (mean) pada pretest sebesar 69,26, meningkat menjadi 88,9 pada posttest. Dengan nilai signifikan ρ=0,000 atau lebih kecil (<) nilai α=0,05. Jadi pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang dismenore dan penanganan secara non farmakologi. Menurut (Kawalo & Sitompul, 2024) Hasil uji paired T-test menunjukkan signifikansi 0.000 < 0,05 artinya terjadi peningkatan yang signifikan terhadap tingkat pengetahuan remaja putri tentang dismenore di SMA Advent Tompaso. Saran dalam penelitian hendaknya remaja putri lebih lagi mencari informasi yang tepat untuk melakukan tindakan pencegahan dan penanganan terhadap dismenore, dan untuk pihak sekolah agar senantiasa aktif dalam memberikan pendidikan kesehatan reproduksi kepada siswanya khusunya tentang dismenore sebagai upaya untuk mencegah atau mengurangi resiko.

Menurut (Husna & Mindarsih, 2020) Hasil: Tingkat pengetahuan siswi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan sebagian besar dalam kategori kurang yaitu 66,7 %. Sedangkan setelah diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar siswi dalam kategori baik yaitu 56,7%. Sedangkan sikap sebelum diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar dalam kategori negatif yaitu 93,3 %. Dan setelah diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar siswi dalam kategori positif yaitu 100,0 % dengan nilai p value 0,000. Kesimpulan: Ada pengaruh antara tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri tentang penanganan disminorea di SMKN 1 Depok Sleman Yogyakarta.

KESIMPULAN

Berdasarkan studi kasus yang di dapatkan, pada desa Gue Kecamatan Kuta Baro Kabuparen Aceh Besar didapatkan masalah kesehatan disminore pada remaja putri. Dari pengkajian didapatkan beberapa remaja putri yang mengalami disnminore, serta remaja putri kurang dalam pengetahuan disminore dan penanganan yang dapat dilakukan secara mandiri untuk mengurangi nyeri disminore. Intervensi dan implementasi yang dilakukan adalah dengan memberikan penyuluhan kesehatan tentang disminore dan demosntrasi kunyit asam madu untuk mengurangi rasa disminore saat menstruasi pada remaja putri. Hasil evaluasi setelah dilakukan penyuluhan dan demosntrasi kunyit asam dan madu ini adalah penurunan skala nyeri disminore pada remaja putri secara perlahan dengan mengkonsumsi kunyit asam dan madu secara teratur selama mentruasi atau saat nyeri dirasakan, penurunan skala nyeri dapat diliat dari NM skala nyeri 6 menurun menjadi skala nyeri 3, SG dari skala nyeri 7 menurun menjadi skala nyeri 3 dan AR dari skala nyeri 6 menurun menjadi skala nyeri 3 dan banyak remaja putri memiliki berubahan persepsi kekeliruan tentang masalah kesehatan disminore ini, dimana banyak remaja putri yang mampu menjawab pertanyaan dengan baik dan benar seperti apa yang telah diberikan, banyak yang paham dan mengerti setelah dilakukan penyuluhan.

DAFTAR PUSTAKA

Aulia, N., Elyana, S., Lismayanti, L., Gunawan, I., Keperawatan, P. S., Kesehatan, F. I., … Elyana, S. (2025). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Dismenore Pada Remaja Putri Di SMP Plus Amanah Muhammadiyah Tasikmalaya, 2(1), 186–197. https://doi.org/10.35568/hzcka229

Azizah Al A. N, D. (2024). Hubungan antara Pengetahuan tentang Menstruasi dan Kesiapan Menghadapi menarche pada Siswi Sekolah Dasar di Kota Tangerang Selatan Azizah.

Halnas Rizky Ferlia, D. (2025). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Dismenore terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Dalam Mengatasi Dismenore (SMK) Muhammadiyah 1 Banjarmasin. Malahayati Nursing Journal, 7(12), 5290–5305.

Husna, F. H., & Mindarsih, E. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahaun Dan Sikap Remaja Putri Tentang Penanganan Disminorea Kelas X di SMKN Depok Sleman Yogyakarta. Jurnal Medika Respati, 13(2), 25–36.

Ilyas, Deddy, D. (2023). Efektivitas Kunyit Asam Dalam Mengatasi Dismenorea Pada Remaja (Studi Kasus Siswi Kelas X SMK Az-Zawiyah Tanjung Batu). Jurnal Pendidikan, Sains, Dan Teknologi, 2(4), 883–891.

Itani, R., et all. (2022). Primary Dysmenorrhea: Pathophysiology, Diagnosis, and Treatment Updates. Korean Journal of Family Medicine.

Karimah, A. N., & Anwar, S. (2023). Pengaruh Pemberian Madu Dan Kunyit Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi (Dysmenorrhea) Pada Remaja RW 05 Desa Windunegara. Mahakam Nursing Journal, 3(1), 1–9.

Karlinda, B., Hasanah, D. (2022). Gambaran intensitas nyeri, dampak aktivitas belajar, dan koping remaja yang mengalami dismenore. Jurnal Vokasi Keperawatan, 5(2), 128–137. Retrieved from https://doi.org/10.33369/jvk.v5i2.23310

Kawalo, B., & Sitompul, M. (2024). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore Di SMA Advent Tompaso, 10(1), 15–22.

Khotimah, H., & Lintang, S. S. (2022). Terapi Non-Farmakologi untuk Mengatasi Nyeri Dismenore pada Remaja. Faletehan Health Journal, 9(3), 343–352.

Lismulyani, S., Rahayu, K. D., & Erawan, A. N. (2021). Pengaruah Komsumsi Konyit Asam terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Remaja Putri Usia 15-17 Tahun Dengan Dismenore Di SMA Yas Kota Bandung, 1(2).

Manafe, K. N., Adu, A. A., & Ndun, H. J. N. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Disminore Dan Penangana Non Farmakologi Di SMAN 3 Kupang. Media Kesehatan Masyarakat, 3(3), 258–265.

Mardiyah, M. S., & Rizal, A. (2024). Hubungan Penetahuan Remaja Dengan Perilaku Penangana Dismenore, 5(2), 5722–5729.

Marliany, H., Sukmawati, I., Septiani, H., & Nurhidayah, A. S. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Dismenore Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri. Healthcare Nursing Journal, 5(1), 650–655.

Mayasari, A. T., Ningrum, D. R., Fauziah, N. A., & Primadevi, I. (2022). Pengaruh {endidikan Kesehatan tentang Dismenorhea Terhadap Peningkatan Pengetahaun Remaja Putri DI SMP Muhammadiyah 2 Gisting Kabupaten Tanggamus Lampung Tahun 2022. Jurnal Maternitas Aisyah, 3(2).

Mulyani, Y., & Rofiasari, L. (2021). Perbandingan Efektifitas Kompres Air Hangat Dan Makusam (Madu Kunyit Asam) Terhadap Dysmenorhea. Indonesia Jurnal Kebidanan, 5(2), 54–59.

Nabilah, Hafizhah Putri, D. (2023). Pengaruh Pemberian Rebusan Kunyit Asam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dismenorea Pada Remaja Di SMA

Muhammadiyah 25 Pamulang. Jurnal Ilmiah Keperawatan Altruistik, 6(2), 9–16.

Noverianti, G., Carolin, B. T., & Dinengsih, S. (2022). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 14(1), 39–48.

Pangestui, J. F., Kartina, D., & A, O. F. (2020). Efektifitas Pemberian Minuman Kunyit Asam dan Air Jahe Terhadap Penurunan Dismenorea Primer Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Nuruljadid Kumpai Kabupaten Kubu Raya. Jurnal Kebidanan Khatulistiwa, 6(1), 48–55.

Pibryana, K. T., Widiastini, L. P., Putu, P., Purnamayanthi, I., & Ayu, P. (2025). Efektivitas Pemberian Jamu Kunyit Asam terhadap Penurunan Nyeri Haid pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Banjar. Jurnal Penelitian Inovatif, 5(2), 1111–1118.

Putri, P., & Mediarti, D. (2021). Hubungan Tingakat Stres Terhadap Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri, 1, 2017–2022.

Rahayu, D. (2024). Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dismenore Promer Pasa SISwi Kelas XI Di SMAN 4 Cimahi. Jurnal Kesehatan Budi Luhur, 17(1), 1–8.

Raissy A. F, D. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Personal Hygiene Terhadap Perilaku Remaja Putri Saat Mentruasi, 8(1), 78–85.

Rezkiyanti Aeni, R. (2022). Efektivitas Minuman Kunyit Asam Sebagai Terapi Dismenore Primer Terhadap Penurunan Skala Nyeri The. Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas, 3(2), 59–64.

Rini Fadhillah Anisa Candra, D. (2025). Efektivitas Pemberian Kunyit Asam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di SMA 2 Karawang. Malahayati Health Student Journal, 5(5), 1858–1868.

S, D. K., & Wulandari, P. (2024). Penerapan Rebusan Kunyit Asam Untuk Menurunkan Nyeri Menstruasi Pada Remaja Putru Di Desa Caruban Kecamatan Ringinarum Kabupaten Kendal, 3(1).

Saputra Yusuf Adi, D. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Upaya Remaja untuk Menurunkan Nyeri Saat Menstruasi (Dismenore Primer). Jurnal Kesehatan Reproduksi, 7(3), 177–182. https://doi.org/10.22146/jkr.55433

Saragih, H., & Anda, D. (2024). Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Dismenore Yada Remaja Putri Di Asrama Putri Santa Theresia Lisieux Sibolga. Jurnal Keperawatan Cikini, 5(2), 292–302.

Sartika Clara, K. (2024). Pengaruh Pemberian Seduhan Kunyit Asam Terhadap Penurunan Tingkat Dismenorea pada Siswi SMPN 19 Bandar Lampung Provinsi Lampung. Jurnal Riset Ilmu Farmasi Dan Kesehatan, 2(6), 167–176.

Sri hayati, D. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Dismenore Pada Remaja Di SMA Pemuda Banjaran Bandung.

Sri, A., & Kasma, D. (2024). Faktor yang Memperngaruhi Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Di Majene, 19(1), 22–28.

Supatmi, D. (2024). Terapi Herbal Minuman Kunyit Asam Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Dismenore pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren, 1(12), 1180–1188.

Susanti, U., & Wulandari, D. (2022). Efektivitas Kunyit Asam Sebagai Penurun Nyeri Pada Remaja Yang Mengalami. Jurnal Ilmiah Keperawatan Dan Kesehatan, 1(1), 1–7.

Susilawati Rahma, D. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Dismenorhoe Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Disminorhoe Di Kelas XI SMAN 2 Banguntapan. Jurnal Ilmu Kesehatan Mulia Madani Yogyakarta, 3(2), 2808–7534.

Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2019). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia.

Ulaa, M., & Amanda, D. (2022). Pengaruh Minuman Kunit Asam Jawa Terhadap Dismenore Primer Pada Remaja Putri, 13(1), 21–26.

Ummah Fina Rohmatul, D. (2021). Pengaruh Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri Haid Saat Menstruasi DI MAN 2 Pamekasan. Jurnal Penelitian Keperawatan, 1(2), 2775–8958.

Utami, D. M., Widowati, H., Mukhodim, S., Hanum, F., & Rinata, E. (2022). Fast Food Consumption and Body Mass Index with The Pain Scale of Dysmenorrhea in Adolescent Girls (Konsumsi Makanan Cepat Saji dan Indeks Masa Tubuh dengan Skala Nyeri Dismenore pada Remaja Putri), 2(1), 1–6.

Wahyu, T. R. D. (2022). Mengurangi Dismenore Melalui Penanganan Komplementer, (77).

Wulandari Priharyanti, D. (2023). Edukasi Penatalaksanaan Disminore Pada Remaja Putri, 5, 269–276.

Wulandari, E. R. (2025). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri di MTs Rabiatul Adawiyah Baturaja Kabupaten Oku Tahun 2025, 5(September 2025), 184–196.

Yanti Rosmiyanti, D. (2024). Pengabdian Masyarakat Sosialisasi Dan Edukasi Penanganan Dismenore Pada Remaja Putri DI SMK Sehati Karawang, 04(02), 943–948.

Yuniza, Y., D. (2020). Hubungan Antara Dismenorea Primer Dengan Kualitas Tidur Mahasiswi Psik Stikes Muhammadiyah Palembang.