

**PENGARUH PEMBERIAN KUNYIT ASAM TERHADAP PENURUNAN
DISMENOREA PADA REMAJA**

Maera Kartika Sari¹, Winarni²
maerakartika@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang disertai dengan pertumbuhan dan perubahan fisik, termasuk dengan pertumbuhan organ reproduksi. Kematangan organ reproduksi wanita ditandai dengan datangnya menstruasi, salah satu masalah pada saat menstruasi yang dialami oleh remaja putri yaitu *dismenorea*. *Dismenorea* biasanya terpusat di perut bagian bawah yang terjadi sebelum dan pada saat menstruasi yang disebabkan oleh kontraksi rahim. Penatalaksanaan *dismenorea* dapat menggunakan terapi nonfarmakologi salah satunya dengan pemberian minuman kunyit asam. Kunyit asam memiliki kandungan kurkumin dan anthocyanin yang akan menghambat cyclooxygenase sehingga mengurangi terjadinya inflamasi dan menghambat kontraksi uterus. Kandungan curcumenol pada kunyit sebagai agen analgetika yang dapat mengurangi produksi prostaglandin. **Metode Penelitian :** Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode *pre-eksperimental one group pretest posttest*. Populasi pada penelitian ini 35 remaja. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah simple random sampling, dengan jumlah sampel 21 remaja yang mengalami *dismenorea* pada bulan Mei-Juni di Dusun Pelem. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi skala nyeri yaitu *NRS (Numeric Rating Scale)* sebelum dan setelah pemberian kunyit asam. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. **Hasil :** Berdasarkan uji analisa menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan nilai signifikansi sebesar 0.00 ($p < 0.05$) yang berarti H_0 diterima. **Kesimpulan :** Terdapat perbedaan derajat nyeri *dismenorea* sebelum dan sesudah pemberian kunyit asam, sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh pemberian kunyit asam terhadap *dismenorea* pada remaja putri.

Kata kunci : *Dismenorea, Kunyit Asam, Remaja*