

ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN JUS WORTEL TERHADAP PENURUNAN DISMINORE PADA REMAJA DI DESA NGABLAK

Diah Ajeng Pratiwi, Kamidah
diah.5542@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Latar Belakang : Dismenore adalah nyeri selama atau sesaat sebelum menstruasi dan merupakan salah satu masalah ginekologi yang paling umum terjadi pada wanita segala usia, Dismenore primer terjadi 6 hingga 12 bulan setelah menstruasi pertama dan disebabkan oleh tingginya kadar prostaglandin yang dilepaskan dari sekresi endometrium menyebabkan kontraksi uterus yang nyeri. Wortel merupakan salah satu sayuran yang mengandung vitamin E, salah satu manfaat vitamin E adalah bisa membantu pengeblokan formasi prostaglandin dan vitamin E juga bisa membantu mengatasi efek peningkatan produksi hormon prostaglandin. **Tujuan :** menganalisis perbedaan tingkat rasa nyeri dismenore sebelum dan sesudah mengonsumsi jus wortel. **Metode :** pendekatan one group Pretest-Posttest, penelitian ini dilakukan di Desa Ngablak Kenteng Nogosari Boyolali pada bulan April-mei, pada penelitian ini yaitu 20 responden. Pengolahan data menggunakan uji statistik Wilcoxon. **Hasil :** Mayoritas responden sebelum diberikan jus wortel adalah 100 % atau dapat dikatakan bahwa semua responden mengalami nyeri berat. Mayoritas responden setelah diberikan jus wortel dari 20 responden (100%) responden, 6 (30.0%) diantaranya mengalami penurunan menjadi nyeri ringan dan 14 (70.0%) lainnya mengalami penurunan menjadi nyeri sedang. Terdapat pengaruh pemberian jus wortel terhadap dismenore pada remaja didapatkan dari hasil uji wilcoxon dengan p value ($0.00 < 0.05$). **Kesimpulan :** Ada pengaruh konsumsi jus wortel terhadap penurunan dismenore pada remaja di desa Ngablak.

Kata kunci : *Dismenore, Remaja.*