

**EDUKASI PEMBERIAN KUNYIT DAN MADU PADA
PENURUNAN NYERI DISMENORE PADA REMAJA PUTRI
MELALUI MEDIA *BOOKLET***

Cindy Fatika Sari¹, Siska Ningtyas Prabasari²
cindyfatikasari781@gmail.com
Universitas'Aisyiyah Surakarta

RINGKASAN

Latar Belakang : Dismenore merupakan gejala nyeri haid yang terjadi ketika menstruasi sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Adapun keluhan secara sistemik tubuh yang terdapat saat dismenore muncul yaitu nyeri punggung belakang, letih, gampang tersinggung, dan berkeringat. Nyeri haid juga dapat disertai sakit kepala, Mual, konstipasi atau diare dan sering buang air kecil, terkadang muntah. Dismenore dapat diatasi dengan beberapa terapi baik farmakologi maupun non farmakologi. Pada terapi non farmakologi salah satunya dapat diberikan kunyit dan madu. Dalam kandungan dalam kunyit salah satunya adalah curcumin. Curcumin akan bekerja dalam menghambat rekasi cyclooxygenase yang dapat menghambat atau mengurangi terjadinya inflamasi sehingga akan mengurangi atau bahkan menghambat terjadinya nyeri dismenore adapun madu memiliki kandungan Flafonoid yang merupakan zat yang dapat menghambat produksi cyclooxygenase, sehingga dapat digunakan untuk menghilangkan rasa nyeri **Tujuan:** Pembuatan Media Komunikasi, Informasi, Edukasi (KIE) tentang manfaat kunyit dan madu untuk menurunkan Nyeri Dismenore sebagai media promotive pada remaja dan menjalankan peran Bidan dalam menjaga Kesehatan Remaja. **Metode:** metode yang digunakan dalam media KIE berupa *Booklet* yang dihasilkan sebagai pelaksanaan promosi Kesehatan yang dapat dijadikan acuan kebidanan atau mahasiswa kebidanan. **Hasil:** Media yang dihasilkan dari KIE berupa *Booklet* yang dapat dibaca langsung oleh Remaja Putri maupun mahasiswa kebidanan. **Kesimpulan :** *Booklet* dapat digunakan sebagai media promosi, komunikasi, informasi, edukasi terhadap Remaja terhadap penurunan Nyeri Disminore.

Kata Kunci: Kunyit, Madu, Nyeri Disminorea