

Cek Plagiarisme Skripsi_Final_Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam

by Aknes Dini

Submission date: 09-Jul-2025 10:43AM (UTC+0700)

Submission ID: 2712255708

File name: arisme_Skripsi_Final_Pengaruh_Pemberian_Minuman_Kunyit_Asam.docx (1.55M)

Word count: 6161

Character count: 40982

2
**PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN KUNYIT ASAM
TERHADAP PENURUNAN NYERI *DISMENOREA*
PADA MAHASISWI ASRAMA UNJAYA**

1
SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Program Studi Kebidanan (S-1) Fakultas Kesehatan
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun Oleh:

AKNES DINI
212207003

PROGRAM STUDI KEBIDANAN (S-1)
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
TAHUN 2025

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi, atau yang sering disebut haid, merupakan proses fisiologis alami yang terjadi pada tubuh wanita sebagai akibat peluruhan lapisan endometrium di dalam rahim, yang kemudian dikeluarkan melalui vagina dalam bentuk darah. Selama periode ini, sebagian besar wanita mengalami berbagai keluhan, salah satunya adalah *dismenorea*, yaitu nyeri yang muncul sebelum atau saat haid berlangsung (Rahmawati et al., 2023). *Dismenorea* adalah kondisi yang cukup umum dan dapat mengganggu aktivitas harian. Mahasiswa dengan *dismenorea* sering kali mengalami kesulitan berkonsentrasi saat belajar, yang dapat mengurangi keinginan mereka untuk belajar (Farida et al., 2022). Tingkat nyeri yang dialami bervariasi dari yang ringan hingga berat, dan dapat mengganggu produktivitas. Gejala *dismenorea* umumnya meliputi nyeri di perut bagian bawah, kram, nyeri punggung bawah, serta rasa sakit yang menjalar ke kaki. Keluhan lain seperti mual, muntah, diare, kelelahan, lemas, keringat dingin, pusing, dan sakit kepala juga dapat menyertainya (Irozulike et al., 2023).

Dismenorea terbagi menjadi dua kategori, yakni *dismenorea* primer dan sekunder. *Dismenorea* primer merupakan nyeri atau kram yang dirasakan pada abdomen bawah yang muncul sebelum maupun selama menstruasi, tanpa disertai gangguan patologis pada organ reproduksi (Hu et al., 2020). Penyebab utamanya adalah peningkatan kadar prostaglandin, terutama PGF_{2α}, yang memicu kontraksi rahim lebih kuat. Produksi prostaglandin ini dipengaruhi oleh penurunan hormon progesteron menjelang menstruasi, yang menyebabkan peningkatan prostaglandin dan menimbulkan nyeri. Sementara itu, *dismenorea* sekunder disebabkan oleh kondisi patologis seperti *endometriosis* dan *adenomiosis* dan umumnya memerlukan pemeriksaan serta penanganan medis lebih lanjut (Swandari et al., 2022).

Menurut data *World Health Organization* (WHO), menunjukkan bahwa 90% perempuan mengalami *dismenorea*, dengan 10-15% di antaranya dalam kategori berat. Prevalensi *dismenorea* di Indonesia mencapai 64,25%, dengan rincian 54,89% merupakan *dismenorea* primer dan 9,36% termasuk *dismenorea* sekunder. Secara umum, sekitar 55% perempuan usia subur mengalami *dismenorea*. Selain itu, menurut Kurniawati et.al (2011) 52% mahasiswa di Yogyakarta melaporkan penurunan aktivitas selama menstruasi (Abunawas, 2017; Sholihah & Kumorojati, 2022). Data di Kabupaten Sleman, angka kejadian *dismenorea* sebesar 88,64%, sedangkan 11,36% lainnya tidak mengalami nyeri menstruasi (Nurhidayath et al., 2024).

Dismenorea bisa ditangani diatasi melalui pendekatan farmakologis dan non farmakologis. Pendekatan farmakologis meliputi penggunaan obat *anti-inflamasi nonsteroid* (OAINS/NSAID), analgesik, dan terapi hormonal. Sementara itu, pendekatan non farmakologis mencakup terapi musik, kompres hangat, teknik relaksasi nafas dalam, aromaterapi, hipnoterapi, akupresur, dan akupuntur. Salah satu alternatif alami yang populer digunakan adalah minuman kunyit asam. Kunyit mengandung senyawa aktif *curcumin* (3-4%) yang bersifat *anti-inflamasi*, *analgesik*, dan *antioksidan* dapat membantu mengurangi nyeri menstruasi (Amelia et al., 2020; Achmad & Hattu, 2023). Selain itu, asam jawa mengandung *anthocyanin* yang berfungsi menghambat aktivitas enzim *cyclooxygenase* (COX), sehingga menurunkan produksi prostaglandin yang berperan dalam kontraksi rahim dan nyeri menstruasi (Rezkiyanti & Rusli, 2022). Kombinasi kunyit dan asam jawa tidak hanya menyegarkan, tetapi juga efektif dalam meredakan *dismenorea* (Fajar Pangestui et al., 2020).

Penelitian oleh Harahap et al., tahun 2023 menunjukkan bahwa konsumsi minuman kunyit asam secara signifikan berpengaruh dalam menurunkan intensitas nyeri *dismenorea*, uji statistik menunjukkan *p-value* sebesar 0,004 ($p < 0,05$). Temuan Ulaa et al., tahun 2022 melaporkan hasil yang sejalan, di mana konsumsi minuman kunyit asam terbukti mampu membantu mengurangi keluhan *dismenorea* primer pada remaja putri.

Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 24 Februari 2025 terhadap mahasiswi asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta melalui pengisian kuesioner dalam bentuk *google form*. Hasil studi pendahuluan skrining kejadian *dismenorea* dari 88 mahasiswi yang mengisi *google form* diketahui 74 mahasiswi (84,1%) mengalami *dismenorea*. Rincian tingkat nyeri menunjukkan bahwa 32 mahasiswi (36,4%) mengalami nyeri ringan, nyeri sedang sebanyak 43 mahasiswi (48,9%), dan 10 orang (11,4%) mengalami nyeri berat. Mahasiswi asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta menggunakan berbagai cara untuk mengatasi *dismenorea*, namun beberapa di antaranya memilih untuk membiarkan nyeri mereda dengan sendirinya, yang berdampak pada penurunan produktivitas, seperti kesulitan dalam berkonsentrasi selama proses pembelajaran belajar dan berkurangnya semangat atau dorongan untuk belajar. Tingginya prevalensi *dismenorea* dan dampaknya terhadap aktivitas sehari-hari menjadi dasar penting peneliti untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan nyeri *dismenorea* pada mahasiswi asrama putri Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Perumusan masalah penelitian ini, berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan adalah sebagai berikut: “Apakah ada pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan nyeri *dismenorea* pada mahasiswi asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh konsumsi minuman kunyit asam terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenorea* pada mahasiswi asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui skala nyeri *dismenorea* sebelum diberikan minuman kunyit asam pada mahasiswi asrama Unjaya.
- b. Mengetahui skala nyeri *dismenorea* sesudah diberikan minuman kunyit asam pada mahasiswi asrama Unjaya.
- c. Melakukan analisis pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan nyeri *dismenorea* pada mahasiswi asrama Unjaya.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Harapan penelitian ini adalah untuk memperluas pengetahuan tentang penggunaan minuman kunyit asam sebagai alternatif non-farmakologi dalam mengurangi intensitas nyeri *dismenorea* primer.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi

Temuan penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dan bahan acuan dalam pengembangan materi ajar di bidang kebidanan, khususnya mengenai pemanfaatan minuman kunyit asam sebagai intervensi non farmakologis untuk mengurangi nyeri *dismenorea*.

b. Bagi Mahasiswa

Melalui penelitian ini, mahasiswa diharapkan memperoleh wawasan tambahan mengenai manfaat kunyit asam sebagai alternatif untuk mengurangi nyeri *dismenorea*. Penelitian ini juga diharapkan dapat mendorong mahasiswa untuk lebih proaktif dalam mencari dan menerapkan solusi non-farmakologis dalam mengatasi permasalahan kesehatan yang sering terjadi.

c. Bagi peneliti

Penelitian ini menjadi sarana pembelajaran yang berharga bagi peneliti dalam mengembangkan keterampilan melakukan kajian ilmiah,

sekaligus memperluas pemahaman terkait efektivitas minuman kunyit asam dalam menurunkan nyeri *dismenorea*.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

| No | Nama Peneliti | Judul Penelitian | Metode Penelitian | Hasil Penelitian | Persamaan | Perbedaan |
|----|---|--|-------------------------|--|--|---|
| 1. | Mar'atun Ulia, Dhora Surya Amanda, Mubillah 2022 | Pengaruh Minuman Kuyit Asam Jawa Terhadap <i>Dismenorea</i> Primer Pada Remaja Putri | <i>Quasy Eksperimen</i> | Uji statistik menunjukkan bahwa pemberian minuman kuyit asam jawa berpengaruh signifikan terhadap penurunan <i>dismenore</i> primer pada remaja putri di SMA Negeri 10 Palembang ($p < 0,05$). | Metode penelitian, desain penelitian, dan instrumen penelitian | Subjek penelitian, teknik pengambilan sampel, waktu penelitian, tempat penelitian, jumlah sampel |
| 2. | Selvy Afriosa, Siti Srimulyati 2022 | Pengaruh Minuman Kuyit Asam Untuk Mengatasi Nyeri Haid Pada Remaja di Desa Sukasari | <i>Quasy Eksperimen</i> | Hasil <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> menunjukkan nilai p value sebesar 0,00 ($p < 0,05$). Dengan demikian dapat disimpulkan hipotesis alternatif (H_a) diterima yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi pemberian minuman kuyit asam | Metode penelitian <i>Quasy Eksperimen</i> dan instrumen penelitian menggunakan NRS | Subjek penelitian, teknik pengambilan sampel, waktu penelitian, tempat penelitian, jumlah sampel |
| 3. | Putri Nabillah Haifzah, Gaung Eka Ramadhani 2023 | Pengaruh Pemberian Rebusan Kuyit Asam Terhadap Penurunan Skala Nyeri <i>Dismenorea</i> Pada Remaja Di SMA Muhammadiyah 25 Pamulang | <i>Quasy Eksperimen</i> | Hasil analisis statistik menunjukkan nilai p value sebesar 0,001 yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah berikan intervensi. Temuan ini menunjukkan bahwa pemberian rebusan kuyit asam berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri <i>Dismenorea</i> pada remaja di SMA Muhammadiyah 25 Pamulang. | Metode penelitian <i>Quasy Eksperimen</i> dan instrumen penelitian menggunakan NRS | Subjek penelitian, teknik pengambilan sampel, waktu penelitian, tempat penelitian, jumlah sampel |
| 4. | Novy Ramini Harahap, Nurrahmaton, Sri Juliani, Mira Sasmila 2023 | Pemberian Minuman Kuyit Asam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid (<i>Dismenorea</i>) | <i>Pre Eksperimen</i> | Hasil analisis menggunakan uji <i>Wilcoxon</i> menunjukkan nilai p value sebesar 0,004 lebih kecil dari 0,05. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan pemberian minuman kuyit asam terhadap penurunan skala nyeri haid (<i>dismenore</i>) di lingkungan V Desa Sumber Karya Binjai pada tahun 2021. | Teknik pengambilan sampel menggunakan <i>purposive sampling</i> | Metode menggunakan <i>quasy</i> penelitian, teknik pengambilan sampel, waktu penelitian, tempat penelitian, jumlah sampel |

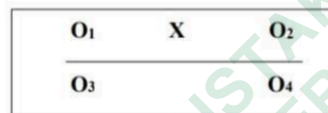
| | | | | | | |
|----|--|---|-------------------------|---|--|--|
| 5. | Miera Kartika Sari 2023 | Pengaruh Pemberian Kunyit Asam Terhadap Penurunan <i>Dismenorea</i> Pada Remaja | <i>Pre experiment</i> | Uji analisa menggunakan <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> , diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,00 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa Ha diterima. Kesimpulannya adalah terdapat perbedaan tingkat nyeri <i>Dismenorea</i> sebelum dan sesudah pemberian kunyit asam, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian kunyit asam terhadap penurunan <i>Dismenorea</i> pada remaja. | Metode penelitian <i>quasy experiment</i> , instrumen penelitian menggunakan NRS | Subjek penelitian, teknik pengambilan sampel, waktu penelitian, tempat penelitian, jumlah sampel |
| 6. | Al Cucu Makiyah, Nova Anggraini 2023 | The Effectiveness of Giving Tumeric Tamarind in Reducing Menstrual Pain (Dismenoree) in Young Girls at Mts Al-Muqowwanah | <i>Quasy experiment</i> | Penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan minuman kunyit asam, sebagian remaja putri mengalami nyeri haid (<i>Dismenorea</i>) yang berat (69%), namun setelah intervensi, mengalami nyeri sedang (57,1%). Uji <i>Wilcoxon</i> menunjukkan bahwa ada efektivitas pemberian kunyit asam jawa dalam menurunkan nyeri haid (<i>dismenore</i>) pada remaja putri di Mts Al-Muqowwanah. | Metode penelitian <i>quasy experiment</i> | Subjek penelitian, teknik pengambilan sampel, waktu penelitian, tempat penelitian, jumlah sampel, dan instrumen penelitian |
| 7. | Eneng Rima Aidah Karimah, Wijayanti, Megayana Yessy Mareta 2023 | The Effect of Administering Acid Tumeric Drink on Menstrual Pain Levels For Teenage Girls in a Girls Dormitory Man 1 Sukaarta | <i>Quasy experiment</i> | Hasil penelitian menunjukkan nilai <i>p</i> value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis alternatif (<i>H_a</i>) diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa minuman asam kunyit terbukti efektif dalam mengurangi nyeri haid pada remaja putri. | Metode penelitian menggunakan <i>quasy experiment</i> dan instrumen penelitian menggunakan NRS | Subjek penelitian, desain penelitian, teknik pengambilan sampel, waktu penelitian, tempat penelitian, jumlah penelitian |
| 8. | Nadya Lestari, Tubagus Erwin N, Sepri Nura Astuti 2023 | The Effectiveness of Tamarind Turmeric Water on the <i>Dysmenorrhea</i> Pain Scale in Teenage Girl | <i>Pre experiment</i> | Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh <i>p</i> value sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa pemberian minuman kunyit asam efektif menurunkan nyeri <i>Dismenorea</i> pada remaja putri di SMK Terpadu Waway Karya Lampung Timur pada tahun 2023. | Metode penelitian <i>quasy experiment</i> , instrumen penelitian menggunakan NRS | Subjek penelitian, teknik pengambilan sampel, waktu penelitian, tempat penelitian, jumlah sampel |

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Metode penelitian kuantitatif menggunakan pendekatan *quasi eksperiment* dengan rancangan *nonequivalent control group design*. Dalam desain penelitian ini, responden dikelompokkan menjadi dua, yaitu kelompok yang menerima intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi diberikan minuman kunyit asam, sedangkan kelompok kontrol tidak menerima intervensi dan hanya dilakukan pengamatan. Pengukuran intensitas nyeri pada setiap kelompok dilakukan dua kali menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Pada kelompok intervensi, pengukuran awal (*pretest*) dilakukan sebelum pemberian minuman kunyit asam, dan pengukuran ulang (*posttest*) dilakukan pada hari ketiga 60 menit setelah konsumsi. Sementara itu, pada kelompok kontrol, pengukuran awal (*pretest*) dilakukan pada hari pertama dan pengukuran ulang (*posttest*) dilakukan tiga hari setelah *pretest*, tanpa diberikan perlakuan.



Gambar 3.1 Rancangan penelitian *nonequivalent control group*

Keterangan:

- O₁ : Pengukuran intensitas nyeri sebelum berikan minuman kunyit asam (*Pretest*)
- O₂ : Pengukuran intensitas nyeri sesudah diberikan minuman kunyit asam (*Posttest*)
- X : Intervensi (Pemberian minuman kunyit asam)
- O₃ : Pengukuran tingkat nyeri pada kelompok kontrol (*Pretest*)
- O₄ : Pengukuran tingkat nyeri pada kelompok kontrol (*Posttest*)

⁶ B. Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian

Pelaksanaan penelitian bertempat di Asrama Putri Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dan berlangsung dari bulan Mei hingga Juni Tahun 2025.

³ C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi penelitian merupakan seluruh subjek atau objek yang memiliki atribut tertentu relevan dengan permasalahan yang dikaji, serta menjadi sumber data yang akan dianalisis dan dijadikan dasar penarikan kesimpulan oleh peneliti (Sugiyono, 2021). Populasi dari penelitian ini merupakan mahasiswa putri Asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang mengalami keluhan *dismenorea*, dengan jumlah total sebanyak 74 mahasiswi.

2. Sampel

Sampel merupakan sekelompok individu atau objek yang dipilih dari suatu populasi melalui kriteria tertentu, yang dinilai mampu mewakili karakteristik populasi secara keseluruhan dalam proses pengumpulan data (Sugiyono, 2021). Sampel dalam penelitian ini diperoleh melalui teknik *nonprobability sampling* menggunakan metode *purposive sampling*, dimana responden ditentukan berdasarkan pertimbangan yang disesuaikan dengan tujuan penelitian. Sampel yang dipilih dalam penelitian ini adalah mahasiswi Asrama Putri Unjaya.

⁹ Kriteria inklusi penelitian ini meliputi:

- a. Responden bersedia mengikuti penelitian dan memberikan persetujuan
- b. Responden yang mengalami keluhan nyeri saat menstruasi (*dismenorea*)
- c. Responden tidak mengonsumsi obat pereda nyeri selama penelitian
- d. Responden memiliki siklus menstruasi yang teratur

Adapun kriteria eksklusi penelitian ini meliputi:

- a. Responden yang tidak menyukai minuman kunyit asam
- b. Responden yang memiliki masalah kesehatan terkait ginekologi seperti kista, *endometriosis*, dan *adenomiosis*

c. Responden dengan magg/riwayat GERD

3. Besar Sampel

Ukuran sampel dihitung menggunakan rumus Slovin, yang digunakan untuk menentukan jumlah sampel dari populasi tertentu berdasarkan tingkat toleransi kesalahan yang telah ditentukan.

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan

n = Total sampel

N = Total populasi

e = Tingkat ketepatan yang ditetapkan, yaitu 10% (0,1)

Hasil perhitungan diperoleh sebagai berikut:

$$= \frac{74}{1 + 74 (0,1)^2}$$

$$= \frac{74}{1 + 74 (0,01)}$$

$$= \frac{74}{1 + 0,74}$$

$$= \frac{74}{1,74}$$

$$= 42,5 \text{ dibulatkan menjadi } 43 \text{ orang (responden)}$$

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan rumus Slovin, dengan populasi sebanyak 74 dan tingkat ketepatan 10%, jumlah sampel yang diperlukan adalah sebanyak 43 responden. Jumlah ini kemudian disesuaikan menjadi 44 orang agar dapat dibagi rata antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol, dengan masing-masing kelompok terdiri dari 22 responden.

Mengantisipasi kemungkinan *drop out* selama pelaksanaan penelitian, ditambahkan cadangan sampel sebesar 10% dari jumlah sampel awal, yaitu:

$$10\% \times 43 = 4,3 \text{ dibulatkan menjadi } 4 \text{ responden}$$

Dengan demikian, total sampel penelitian sebanyak 48 responden. Sampel tersebut dibagi dua kelompok, yaitu 24 responden pada kelompok intervensi dan 24 responden pada kelompok kontrol.

D. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2021), Variabel penelitian merupakan atribut, ciri-ciri, atau nilai yang dimiliki oleh objek, individu, organisasi, maupun suatu kegiatan yang dapat mengalami perubahan atau variasi. Variabel tersebut ditentukan oleh peneliti sebagai fokus analisis, sehingga dapat diperoleh kesimpulan yang sesuai.

1. Variabel Bebas (variabel independen)

Variabel bebas merupakan faktor yang secara teoritis dianggap mampu memengaruhi atau menimbulkan perubahan terhadap variabel terikat (Sugiyono, 2021). Konsumsi minuman kunyit asam berperan sebagai variabel independen penelitian ini, yang diasumsikan memiliki pengaruh terhadap intensitas nyeri *dismenorea*.

2. Variabel Terikat (variabel dependen)

Variabel dependen merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan variabel yang mengalami perubahan karena pengaruh variabel bebas (Sugiyono, 2021). Penurunan nyeri *dismenorea* adalah variabel dependen penelitian ini.

3. Variabel Perancu (variabel *Confounding*)

Variabel *confounding* merupakan luar yang dapat memengaruhi hubungan antara variabel independen dan dependen, sehingga berpotensi mengganggu keakuratan hasil penelitian. Dalam penelitian ini, variabel perancu meliputi usia *menarche*, lama menstruasi, siklus menstruasi, dan riwayat *dismenorea* dalam keluarga.

E. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

| No | Variabel | Definisi Operasional | Alat Ukur | Hasil Penelitian | Skala Ukur |
|----|---------------------|---|--|--|------------|
| 1. | Minuman Kunyit Asam | Minuman kunyit asam yang diberikan kepada responden sebanyak 200 cc yang diminum satu kali sehari pada hari pertama menstruasi sampai dengan hari ke tiga menstruasi. | Lembar Observasi | 0=belum diberikan minuman kunyit asam sampai dengan tuntas 1=sudah diberikan minuman kunyit asam sampai dengan tuntas | Nominal |
| 2. | <i>Dismenorea</i> | Nyeri yang dialami oleh responden pada saat menstruasi selama penelitian berlangsung | Pedoman pengukur skala nyeri <i>Numeric Rating Scale</i> | 1=skor 0 (tidak nyeri) 2=skor 1-3 (nyeri ringan) 3=skor 4-6 (nyeri sedang) 4=skor 7-10 (nyeri berat) | Ordinal |

F. Alat dan Bahan

Instrumen untuk mengukur intensitas nyeri *dismenorea* pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Instrumen utama untuk mengukur intensitas nyeri *dismenorea* responden *pretest* dan *posttest* intervensi adalah *Numeric Rating Scale* (NRS).
2. Lembar observasi untuk memantau pemberian intervensi berupa minuman herbal berbahan dasar kunyit dan asam jawa.
3. Olahan herbal dari kunyit asam yang telah dibuat sesuai dengan takaran peneliti yang diharapkan dapat bermanfaat dalam penurunan nyeri saat menstruasi.

G. Pelaksanaan Penelitian

1. Persiapan
Langkah awal dalam penelitian ini meliputi:
 - a. Mengidentifikasi serta merumuskan permasalahan penelitian yang akan dikaji.
 - b. Menentukan judul penelitian serta mengajukannya untuk dikonsultasikan dengan dosen pembimbing.
 - c. Mengurus surat izin untuk pelaksanaan studi pendahuluan dengan Nomor surat KTI/079/Keb-S1/II/2025.

- d. Mengumpulkan referensi dari berbagai sumber, seperti data, jurnal, dan artikel, guna mendukung penyusunan proposal skripsi dan melaksanakan studi pendahuluan di Asrama Putri Unjaya.
 - e. Melakukan penyusunan proposal secara sistematis serta berkonsultasi secara berkala dengan dosen pembimbing, kemudian melakukan revisi berdasarkan arahan dan masukan yang diberikan selama proses bimbingan.
 - f. Menyusun dan mengajukan surat permohonan izin untuk melaksanakan ujian proposal kepada program studi kebidanan, yang sebelumnya telah memperoleh pengesahan dari koordinator skripsi dan dosen pembimbing.
 - g. Melaksanakan ujian proposal skripsi pada tanggal 29 April 2025.
 - h. Melakukan perbaikan terhadap proposal penelitian sesuai dengan masukan dari dosen penguji dan pembimbing, serta memperoleh pengesahan akhir proposal.
 - i. Mengajukan permohonan untuk kelayakan etika penelitian dan menerima surat nomor Skep/149/KEP/V/2025 dari Komite Etik Penelitian Unjaya.
 - j. Mengajukan dan mendapatkan izin untuk melakukan penelitian dari institusi penelitian Unjaya.
2. Pelaksanaan
- Penelitian ini dilaksanakan di Asrama Unjaya.
- a. Peneliti menyerahkan surat izin penelitian kepada kepala asrama dengan Nomor surat KTI/155/Keb-S1/V/2025 sebagai bentuk pemberitahuan sekaligus permohonan pelaksanaan kegiatan.
 - b. Peneliti melakukan koordinasi dengan kepala asrama terkait jadwal pelaksanaan penelitian, serta memperoleh daftar mahasiswi yang memenuhi kriteria sebagai calon responden.
 - c. Penentuan sampel penelitian menggunakan metode *purposive sampling*, yang sesuai kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan oleh peneliti.

- d. Peneliti membentuk grup WhatsApp yang berisi seluruh responden terpilih untuk memudahkan komunikasi dan koordinasi selama proses penelitian.
- e. Peneliti membagikan lembar skrining berisi kuesioner awal secara langsung kepada responden. Kuesioner mencakup data karakteristik responden seperti usia *menarche*, siklus menstruasi, lama menstruasi, riwayat keluarga, serta skala nyeri menstruasi menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*.
- f. Peneliti menyampaikan informasi terkait tujuan, manfaat, dan prosedur penelitian kepada responden, serta membagikan *informed consent* kepada seluruh responden yang mengikuti penelitian.
- g. Responden diminta untuk mengonfirmasi kepada peneliti saat memasuki hari pertama menstruasi dan melaporkan apabila mengalami *dismenorea*.
- h. Pengukuran awal nyeri *dismenorea (pretest)* menggunakan skala NRS di awal menstruasi 60 menit sebelum pemberian kunyit asam.
- i. Intervensi dilakukan dengan memberikan 200 ml minuman kunyit asam yang dikonsumsi satu kali per hari selama tiga hari berturut-turut, dimulai sejak hari pertama menstruasi. Responden dianjurkan untuk mengonsumsi minuman kunyit asam setelah makan guna menghindari iritasi lambung.
- j. Evaluasi (*posttest*) dilakukan pada hari ketiga, yaitu 60 menit setelah pemberian terakhir minuman kunyit asam, dengan pengukuran kembali tingkat nyeri menggunakan skala NRS.
- k. Seluruh hasil *pretest* dan *posttest* dicatat pada lembar observasi sebagai dasar untuk analisis data

3. Tahap Penyelesaian Laporan

- a. Seluruh data yang dikumpulkan dari kelompok intervensi dan kelompok kontrol direkapitulasi secara sistematis oleh peneliti sebagai langkah awal dalam proses analisis data.
- b. Mengolah data yang telah direkap menggunakan uji statistik dengan bantuan aplikasi SPSS, guna memperoleh hasil analisis yang relevan dengan tujuan penelitian.
- c. Menyusun laporan hasil penelitian sesuai dengan data yang sudah dianalisis secara statistik, dengan mengacu pada struktur penulisan karya ilmiah yang ditetapkan oleh institusi akademik.

³ H. Metode Pengolahan dan Analisis Data

1. Metode Pengolahan Data

a. *Editing*

Tahap ini dilakukan untuk memastikan kelengkapan dan konsistensi data kuesioner, yang mencakup karakteristik responden serta lembar observasi *pretest* dan *posttest* intervensi.

b. *Coding*

Proses *coding* dilakukan dengan memberikan kode pada data yang telah dikumpulkan guna memudahkan pengolahan data. variabel yang dikodekan meliputi usia ¹² *menarche*, lama menstruasi, siklus menstruasi, riwayat keluarga dengan *dismenorea* dan skala nyeri.

1) Coding Karakteristik Responden

a) ⁶ Usia *menarche*

Kode "1" <12 tahun

Kode "2" 12-14 tahun

Kode "3" >14 tahun

b) ⁵ Lama menstruasi

Kode "1" 1-3 hari

Kode "2" 4-7 hari

Kode "3" >7 hari

- c) Siklus menstruasi⁵
 Kode "1" <21 hari
 Kode "2" 21-35 hari
 Kode "3" >35 hari
- d) Riwayat keluarga
 Kode "1" ada riwayat
 Kode "2" tidak ada riwayat

- 2) Coding Skala Nyeri⁵
 Kode "0" 0 tidak ada nyeri
 Kode "1" 1-3 nyeri ringan
 Kode "2" 4-6 nyeri sedang
 Kode "3" 7-10 nyeri berat

- c. *Scoring*⁴
 Scor NRS skala nyeri 0-10.
 Scor 0 : tidak ada nyeri
 Scor 1-3 : nyeri ringan
 Scor 4-6 : nyeri sedang
 Scor 7-10 : nyeri berat

- d. *Tabulating*
Tabulating dilakukan dengan menyusun tabel yang memuat informasi yang telah dikodekan, sesuai dengan tujuan dan kebutuhan analisis yang akan dilakukan.

- d. *Data entry*
 Data yang diperoleh diolah melalui proses pengkodean dan di entri dalam aplikasi SPSS (*Statistical Product and Service Solution*).²⁷

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Metode ini diterapkan untuk mengevaluasi setiap variabel secara individual. Analisis dilakukan secara deskriptif menggunakan distribusi frekuensi dan persentase untuk menggambarkan karakteristik responden, mencakup usia menarche, lama menstruasi, siklus, riwayat

keluarga dengan *dismenorea*, dan perubahan tingkat nyeri *dismenorea* sebelum dan sesudah intervensi. Penyajian data dalam bentuk tabel guna mempermudah interpretasi secara sistematis.

b. Analisis Bivariat

Metode ini diterapkan untuk mengidentifikasi keterkaitan antara variabel bebas (*independen*) dan variabel terikat (*dependen*). Tujuan analisis untuk mengevaluasi sejauh mana konsumsi minuman kunyit asam berkontribusi dalam menurunkan intensitas nyeri *dismenorea*. Karena data dalam penelitian ini berskala ordinal, pengujian statistik yang diterapkan adalah uji *non parametrik*, sesuai dengan karakteristik data tersebut. Secara khusus, analisis dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk membandingkan tingkat nyeri sebelum dan sesudah pemberian intervensi dalam kelompok yang sama. Pengujian dilakukan dengan bantuan SPSS, dengan tingkat signifikansi yang ditetapkan pada $p \leq 0,05$.

6 1. Etika Penelitian

Tujuan etika penelitian adalah untuk melindungi subjek dari risiko fisik, psikologis, maupun hukum akibat keterlibatan dalam penelitian, serta menjaga kerahasiaan identitas responden demi menghormati hak privasi dan martabat partisipan. Oleh karena itu, peneliti wajib memperhatikan prinsip-prinsip etis secara menyeluruh agar penelitian berjalan secara bertanggung jawab dan menjunjung nilai-nilai kemanusiaan. Etika penelitian mencakup berbagai prinsip penting yang harus dijalankan oleh peneliti, di antaranya adalah:

1. *Informed Consent*

Informed consent adalah proses di mana peneliti memperoleh persetujuan dari partisipan sebelum pengumpulan data. Peneliti memberikan penjelasan rinci mengenai tujuan penelitian, yaitu pemberian minuman kunyit asam 200 ml per hari selama tiga hari untuk mengurangi nyeri *dismenorea*. Setelah calon partisipan memahami informasi tersebut, mereka diminta untuk menandatangani dokumen persetujuan tertulis.

Proses ini dilakukan tanpa paksaan, dan partisipan bebas untuk menerima atau menolak serta mengundurkan diri kapan saja tanpa konsekuensi.

2. *Anonymity*

Prinsip *anonymity* merupakan salah satu bentuk perlindungan etis terhadap identitas responden dalam penelitian. Dalam penerapannya, nama responden tidak dicantumkan dalam data maupun laporan hasil penelitian, melainkan digantikan dengan inisial atau kode tertentu yang tidak dapat digunakan untuk mengungkap identitas asli. Dengan demikian, data responden tetap aman dan pihak yang tidak berkepentingan tidak dapat mengaksesnya.

3. *Confidentiality*

Prinsip kerahasiaan menekankan pentingnya menjaga seluruh informasi yang diperoleh dari responden dijaga dengan tanggung jawab, serta tidak diberikan atau disebarluaskan kepada pihak lain tanpa adanya izin. Peneliti bertanggung jawab untuk menyimpan data secara aman dan hanya menggunakannya untuk kepentingan penelitian, sehingga privasi dan hak partisipan tetap terlindungi selama dan setelah proses penelitian berlangsung.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian berada di Asrama Mahasiswi Unjaya, yang merupakan fasilitas tempat tinggal yang khusus disediakan bagi mahasiswi perempuan. Asrama ini berada dalam kawasan Fakultas Kesehatan Unjaya, beralamat di Jalan Brawijaya, Ringroad Barat, Ambarketawang, Gamping, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Asrama ini didirikan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pengembangan kedisiplinan, pembinaan karakter, serta interaksi sosial antar mahasiswi. Kehidupan di asrama menekankan nilai-nilai persatuan, kebersamaan, dan toleransi dalam keberagaman, sejalan dengan semboyan nasional “Bhinneka Tunggal Ika”.

Penelitian ini melibatkan sebanyak 44 responden yang mengalami *dismenorea* dalam satu siklus menstruasi. Pelaksanaan penelitian berlangsung pada tanggal 8 Mei-19 Juni 2025, dengan intervensi non-farmakologis berupa pemberian minuman kunyit asam. Pengumpulan data dilakukan menggunakan lembar skrining, yang berfungsi untuk mengidentifikasi karakteristik responden dan mengukur tingkat nyeri menggunakan NRS. Persetujuan etik penelitian ini diperoleh dari Komisi Etik Penelitian Unjaya, dengan nomor Skep/149/KEP/V/2025.

2. Karakteristik Responden

Data karakteristik responden yang dikumpulkan meliputi usia *menarche*, lamanya menstruasi, siklus, dan riwayat *dismenorea* dalam keluarga. Rincian data tersebut ditampilkan dalam bentuk tabel berikut.

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

| Karakteristik | frekuensi (f) | persentase (%) |
|--------------------------|---------------|----------------|
| Usia Menarche | | |
| <12 tahun | 7 | 15,9 |
| 12-14 tahun | 33 | 75,0 |
| >14 tahun | 4 | 9,1 |
| Total | 44 | 100 |
| Lama Menstruasi | | |
| 1-3 hari | 2 | 4,5 |
| 4-7 hari | 37 | 84,1 |
| >7 hari | 5 | 11,4 |
| Total | 44 | 100 |
| Siklus Menstruasi | | |
| <21 hari | 17 | 38,6 |
| 21-35 hari | 27 | 61,4 |
| >35 hari | 0 | 0 |
| Total | 44 | 100 |
| Riwayat Keluarga | | |
| Ada riwayat | 29 | 65,9 |
| Tidak ada riwayat | 15 | 34,1 |
| Total | 44 | 100 |

Sumber: data primer, 2025

Berdasarkan data karakteristik usia *menarche*, mayoritas responden *menarche* pada usia 12–14 tahun, yaitu sebanyak 33 (75,0%) responden. Karakteristik lama menstruasi menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki lama menstruasi 4–7 hari, yaitu sebanyak 37 (84,1%) responden. Sementara itu, Karakteristik siklus menstruasi mayoritas responden memiliki siklus dalam rentang normal 21–35 hari sebanyak 27 (61,4%) responden. Adapun berdasarkan karakteristik riwayat keluarga, sebanyak 29 (65,9%) responden memiliki riwayat *dismenorea* dalam keluarga.

3. Analisis Deskriptif Skala Nyeri *Dismenorea*

a. Skala nyeri kelompok intervensi

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Kelompok Intervensi

| Nyeri <i>Dismenorea</i> | Intervensi | | | |
|----------------------------|------------|------|----------|------|
| | Pretest | | Posttest | |
| | f | % | f | % |
| Tidak ada nyeri | 0 | 0 | 14 | 63,6 |
| Nyeri ringan | 1 | 4,5 | 8 | 36,4 |
| Nyeri sedang | 16 | 72,7 | 0 | 0 |
| Nyeri berat | 5 | 22,7 | 0 | 0 |
| Total | 22 | 100 | 22 | 100 |

Sumber: data primer, 2025

Sebelum intervensi minuman kunyit asam, mayoritas responden mengalami nyeri *dismenorea* dalam kategori sedang, yaitu sebanyak 16 (72,7%) responden, sebanyak 5 (22,7%) responden nyeri berat, dan 1 (4,5%) responden nyeri ringan. Sesudah intervensi, terdapat penurunan skala nyeri, yaitu sebanyak 14 (63,6%) responden melaporkan tidak merasakan nyeri, dan 8 (36,4%) responden nyeri ringan. Hasil ini menunjukkan minuman kunyit asam memiliki efektivitas menurunkan tingkat nyeri *dismenorea*.

b. Skala nyeri kelompok kontrol

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Kelompok Kontrol

| Nyeri <i>Dismenorea</i> | Intervensi | | | |
|----------------------------|------------|------|----------|------|
| | Pretest | | Posttest | |
| | f | % | f | % |
| Tidak ada nyeri | 0 | 0 | 8 | 36,4 |
| Nyeri ringan | 7 | 31,8 | 11 | 50,0 |
| Nyeri sedang | 10 | 45,5 | 2 | 9,1 |
| Nyeri berat | 5 | 22,7 | 1 | 4,5 |
| Total | 22 | 100 | 22 | 100 |

Sebelum pengukuran ulang skala nyeri kelompok kontrol, sebanyak 10 (45,5%) orang nyeri sedang, sebanyak 7 (31,8%) orang nyeri ringan, dan sebanyak 5 (22,7%) orang dengan nyeri berat. Setelah tiga hari tanpa diberikan intervensi, terjadi penurunan tingkat nyeri secara alami. Sebanyak 11 (50,0%) responden nyeri ringan, sebanyak 8

(36,4%) responden tidak mengalami nyeri, 2 (9,1%) responden nyeri sedang, dan 1 (4,5%) responden nyeri berat. Hasil ini menunjukkan adanya penurunan nyeri *dismenorea* secara fisiologis seiring waktu.

4. Analisis Statistik

a. Analisis Skala Nyeri *Dismenorea* *Pretest* dan *Posttest* Minuman Kunyit Asam

Analisis hasil penelitian mengenai tingkat nyeri *dismenorea* ditunjukkan pada tabel berikut.

Tabel 4.4 Perbedaan Pemberian Minuman Kunyit Asam Kelompok Intervensi

| Minuman Kunyit Asam | n | Mean | SD | Min | Max | p-value |
|---------------------|----|------|-------|-----|-----|---------|
| Sebelum | 22 | 5,41 | 1,623 | 2 | 9 | 0,000 |
| Sesudah | 22 | 0,41 | 0,590 | 0 | 2 | |

Berdasarkan hasil analisis data, sebelum intervensi tingkat nyeri *dismenorea* pada responden sebesar 5,41 dengan standar deviasi 1,623, dalam rentang nilai minimal 2 dan maksimal 9. Setelah dilakukan intervensi, terjadi penurunan tingkat nyeri secara signifikan menjadi 0,41 dengan standar deviasi 0,590, dan rentang nilai antara 0 hingga 2. Hasil uji statistik $p\text{-value} = 0,000$. Hasil analisis mengindikasikan bahwa tingkat nyeri *dismenorea* responden berbeda secara statistik antara *pretest* dan *posttest* intervensi.

b. Analisis Perbedaan Pengaruh Penurunan Skala Nyeri *Dismenorea* Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Analisis hasil penelitian mengenai perbedaan penurunan tingkat nyeri *dismenorea* ditunjukkan pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.5 Perbedaan Penurunan Nyeri Kelompok Intervensi dan Kontrol

| Kelompok | Mean Rank | Sum Of Ranks | Z | p-value |
|------------|-----------|--------------|-------|---------|
| Intervensi | 18,43 | 405,50 | 2,288 | 0,022 |
| Kontrol | 26,57 | 584,50 | | |

Sumber: data primer, 2025

Peneliti mencoba menelusuri lebih detail terkait perbedaan antara kelompok intervensi dan kontrol dalam hal penurunan skala nyeri *dismenorea*. Uji statistik diperoleh $p\text{-value} = 0,022$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Demikian, disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan secara statistik antara kedua kelompok, yang menunjukkan bahwa pemberian intervensi berupa minuman kunyit asam berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri *dismenorea* pada mahasiswi asrama.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden

a. Usia menarche

Mayoritas responden menarche rentang usia 12-14 tahun, yaitu sebanyak 33 (75,0%) orang. Sebanyak 7 (15,9%) orang menarche usia <12 tahun, sementara 4 (9,1%) orang mengalami menarche usia >14 tahun. Rentang usia 12–14 tahun dikategorikan sebagai usia menarche normal secara fisiologis, yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden memasuki masa menstruasi pertama sesuai dengan perkembangan sistem reproduksi remaja.

Kelompok responden dengan menarche usia <12 tahun, diketahui mengalami *dismenorea* dengan skala nyeri yang tinggi. Dari total 7 responden dalam kelompok ini, terdapat 3 (43%) orang dengan nyeri sedang, terdapat 2 (28,5%) orang nyeri berat, dan 2 (28,5%) orang mengalami nyeri ringan. Secara fisiologis, menstruasi yang dialami pada usia <12 tahun pada umumnya terjadi ketika sistem reproduksi belum matang sepenuhnya dan leher rahim masih sempit, kondisi ini dapat memicu timbulnya nyeri saat periode menstruasi (Sari et al., 2023). Selain itu, pada usia tersebut sistem hormonal belum stabil, yang dapat menyebabkan peningkatan kadar prostaglandin. Peningkatan prostaglandin akan merangsang kontraksi uterus yang lebih intens, sehingga menimbulkan rasa nyeri yang lebih hebat (Riza et al., 2019; Nainar et al., 2024). Temuan ini menunjukkan bahwa hasil penelitian

selaras dengan teori dan penelitian sebelumnya, di mana menarche <12 tahun dikaitkan dengan tingginya risiko *dismenorea* akibat imaturitas organ reproduksi dan ketidakseimbangan hormonal.

Kelompok responden usia menarche 12-14 tahun, intensitas nyeri haid menunjukkan variasi yang cukup beragam. Dari 33 responden dalam kelompok ini, sebanyak 21 (64%) orang dengan nyeri sedang, 6 (18%) orang nyeri berat, dan 6 (18%) orang dengan nyeri ringan. Variabilitas ini menunjukkan adanya keterlibatan faktor lain seperti lama menstruasi, siklus, serta riwayat keluarga terhadap tingkat keparahan nyeri. Sementara itu, pada kelompok usia menarche >14 tahun yang terdiri dari 4 responden, sebanyak 2 (50%) orang nyeri berat, 1 (25%) orang nyeri sedang, dan 1 (25%) orang dengan nyeri ringan. Meskipun jumlah responden pada kelompok ini relatif sedikit, temuan tersebut menunjukkan bahwa usia menarche >14 tahun tidak sepenuhnya melindungi individu dari risiko *dismenorea*. Secara keseluruhan, temuan ini menunjukkan bahwa usia menarche <12 tahun merupakan faktor risiko *dismenorea* primer, sebagaimana dijelaskan dalam teori dan hasil penelitian sebelumnya. Risiko ini berkaitan erat dengan belum optimalnya organ reproduksi dan ketidakseimbangan hormonal yang memicu kontraksi uterus berlebihan dan peningkatan nyeri.

b. Lamanya menstruasi

Mayoritas responden lama menstruasi 4-7 hari yaitu sebanyak 37 (84,1%) orang dari total 44 responden. Sebanyak 5 (11,4%) responden mengalami menstruasi >7 hari, dan sebanyak 2 (4,5%) responden mengalami menstruasi selama 3 hari. Lama menstruasi dalam rentang 4-7 hari termasuk kategori fisiologis normal dan mencerminkan pola menstruasi yang umum terjadi pada perempuan secara klinis.

Distribusi skala nyeri berdasarkan lama menstruasi 4-7 hari diketahui terdapat 21 (56,7%) responden dari total 37 responden mengalami nyeri sedang, terdapat 8 (21,6%) orang dengan nyeri ringan,

dan 8 (21,6%) orang nyeri berat. Sementara itu, pada kelompok dengan lama menstruasi >7 hari dari total 5 responden, diketahui 3 (60%) orang nyeri sedang, 1 (20%) orang nyeri ringan, dan 1 (20%) orang dengan nyeri berat. Adapun pada kelompok dengan lama menstruasi 3 hari dari total 2 responden, diketahui 1 (50%) orang nyeri ringan, dan 1 (50%) orang nyeri berat. Meskipun tidak ditemukan pola distribusi yang sepenuhnya konsisten, temuan menunjukkan adanya kecenderungan responden dengan lama menstruasi >7 hari cenderung mengalami nyeri sedang hingga berat.

Secara fisiologis, semakin lama menstruasi berlangsung, maka kontraksi uterus terjadi lebih sering dan dalam durasi yang lebih panjang. Keadaan tersebut dapat memicu produksi prostaglandin meningkat, suatu zat yang menyebabkan kontraksi uterus lebih intens dan berperan dalam menimbulkan nyeri haid (Indarna & Lediwati, 2021). Oleh karena itu, meskipun mayoritas responden memiliki lama menstruasi dalam batas normal, temuan ini menunjukkan bahwa lama menstruasi tetap berperan dalam memengaruhi derajat nyeri *dismenorea*, terutama pada responden dengan menstruasi >7 hari. Hal ini sejalan dengan teori bahwa lama menstruasi yang lebih panjang dapat memperpanjang aktivitas inflamasi dan kontraksi uterus yang berulang. Hasil ini juga diperkuat oleh penelitian Sari et al., tahun 2023, yang menyatakan lama menstruasi >7 hari berisiko meningkatkan frekuensi kontraksi uterus dan produksi prostaglandin, sehingga memperberat intensitas nyeri haid.

c. Siklus menstruasi

Mayoritas responden dalam penelitian ini dengan siklus 21-35 hari, yaitu sebanyak 27 (61,4%) responden dari total 44 responden. Sementara itu, sebanyak 17 (38,6%) responden mengalami siklus menstruasi <21 hari. Rentang 21-35 hari merupakan batas fisiologis normal siklus menstruasi, yang didefinisikan sebagai jarak waktu antara hari pertama menstruasi hingga hari pertama menstruasi berikutnya

(Wardani et al., 2021). Faktor-faktor seperti stres psikologis, status gizi, dan aktivitas fisik dapat memengaruhi variasi dalam durasi menstruasi, yang berperan dalam mengatur keseimbangan hormon reproduksi (Safriana & Sitaresmi, 2022).

Distribusi nyeri *dismenorea* menunjukkan pola yang berbeda berdasarkan kategori siklus. Dari total 27 responden pada kelompok dengan siklus menstruasi 21-35 hari, sebanyak 17 (63%) orang nyeri sedang, 7 (26%) orang nyeri berat, dan 3 (11%) orang nyeri ringan. Sementara itu, pada kelompok dengan siklus menstruasi <21 hari dari total 17 responden sebanyak 8 (47%) orang nyeri sedang, 6 (35,2%) orang nyeri ringan, dan 3 (17,6%) orang nyeri berat. Meskipun nyeri sedang merupakan kategori yang paling dominan pada kedua kelompok, proporsi nyeri berat lebih tinggi pada kelompok dengan siklus <21 hari yang mengindikasikan bahwa ketidakteraturan atau pemendekan siklus menstruasi berpotensi meningkatkan intensitas *dismenorea*.

Secara fisiologis, siklus yang lebih pendek atau tidak teratur sering kali mencerminkan adanya gangguan dalam regulasi hormonal, terutama estrogen dan progesteron. Menurunnya kadar progesteron menjelang menstruasi akan memicu pelepasan asam arakidonat dari membran sel endometrium, yang kemudian dikonversi menjadi prostaglandin, seperti $PGF_2\alpha$ dan PGE_2 (Anggraini et al., 2022). Prostaglandin tersebut merangsang kontraksi *miometrium* (otot uterus). Apabila Produksi prostaglandin berlebihan, kontraksi yang dihasilkan menjadi lebih kuat dan menyebabkan nyeri menstruasi yang lebih berat. Oleh karena itu, siklus menstruasi yang pendek dapat dianggap sebagai faktor risiko terjadinya *dismenorea* primer, karena berhubungan dengan ketidakseimbangan hormonal dan peningkatan aktivitas prostaglandin.

d. Riwayat keluarga

Mayoritas responden dalam penelitian ini diketahui 29 (65,9%) responden ada riwayat keluarga dengan *dismenorea*, sedangkan 15 (34,1%) responden tidak ada riwayat *dismenorea*. Pada kelompok

responden yang ada riwayat *dismenorea* dalam keluarga, sebanyak 15 (52%) orang nyeri sedang, 9 (31%) orang nyeri berat, dan 5 (17%) orang dengan nyeri ringan. Sementara itu, pada kelompok responden yang tidak ada riwayat *dismenorea* dalam keluarga, sebanyak 10 (66%) orang nyeri sedang, 4 (27%) orang nyeri ringan, dan 1 (7%) orang nyeri berat. Temuan ini mengindikasikan bahwa adanya riwayat keluarga dengan *dismenorea* berpotensi meningkatkan intensitas nyeri haid.

Menurut teori, *dismenorea* lebih sering ditemukan pada individu yang memiliki saudara perempuan atau ibu yang mengalami kondisi yang serupa. Hal ini diduga berkaitan dengan faktor genetik yang memengaruhi sensitivitas individu terhadap prostaglandin, ambang nyeri, serta respons inflamasi terhadap perubahan hormonal selama siklus menstruasi. Kesamaan fisiologis ini dapat meningkatkan risiko terjadinya *dismenorea* primer secara turun-temurun (Horman et al., 2021). Temuan ini sejalan dengan Putri et al., tahun 2024 yang menyatakan adanya riwayat *dismenorea* dalam keluarga merupakan salah satu faktor risiko signifikan dalam kejadian *dismenorea* pada remaja.

e. Skala Nyeri Kelompok Intervensi

Skala nyeri sebelum diberikan minuman kunyit asam, sebanyak 16 (72,7%) responden dalam kelompok intervensi dengan nyeri sedang, sebanyak 5 (22,7%) orang nyeri berat, dan 1 (4,5%) orang dengan nyeri ringan. Sesudah intervensi, sebanyak 14 (63,6%) orang tidak lagi nyeri dan 8 (36,4%) orang dengan nyeri ringan. Perubahan ini menunjukkan penurunan intensitas nyeri yang signifikan, yang menunjukkan minuman kunyit asam memiliki efektivitas menurunkan tingkat nyeri *dismenorea* yang dialami oleh mahasiswi kelompok intervensi.

Mayoritas responden memiliki karakteristik usia menarche dalam kategori fisiologis yaitu 12–14 tahun, lama menstruasi normal 4–7 hari, serta siklus menstruasi teratur 21–35 hari. Kondisi ini umumnya merepresentasikan keseimbangan hormon dan pola kontraksi uterus

yang stabil. Meskipun demikian, responden dengan siklus pendek <21 hari dan riwayat keluarga *dismenorea* mengalami nyeri lebih berat sebelum intervensi. Namun setelah mengonsumsi kunyit asam, bahkan kelompok ini mengalami penurunan nyeri yang signifikan. Respons positif ini mencerminkan potensi kunyit asam sebagai agen analgesik alami yang tetap efektif pada subjek dengan predisposisi nyeri menstruasi tinggi.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Masuroh et al., tahun 2023, melibatkan 40 siswi sebagai responden. Setelah diberikan intervensi berupa rebusan kunyit asam, sebanyak 14 orang tidak lagi nyeri haid, 11 orang nyeri ringan, dan 15 orang dengan nyeri sedang. Berdasarkan uji *Wilcoxon p-value = 0,000 < 0,05* menunjukkan minuman kunyit asam memiliki efek yang signifikan terhadap penurunan skala nyeri *dismenorea*. Efek ini diperoleh dari kandungan bioaktif dalam kunyit dan asam jawa, seperti *curcumin* dan *anthocyanin*, yang memiliki sifat antiinflamasi dan analgesik. *Curcumin* bekerja dengan menghambat enzim siklooksigenase (COX) dan menurunkan produksi prostaglandin, sehingga meredakan kontraksi miometrium penyebab nyeri. Demikian, dapat disimpulkan bahwa kunyit asam merupakan intervensi non-farmakologis yang efektif dalam meredakan nyeri *dismenorea*, bahkan pada remaja dengan risiko fisiologis tertentu (Makiyah & Anggraini, 2023).

f. Skala Nyeri Kelompok Kontrol

Sebelum dilakukan pengukuran ulang, mayoritas responden dalam kelompok kontrol mengalami nyeri dalam kategori sedang, yakni sebanyak 10 (45,5%) responden. Sebanyak 7 (31,8%) responden melaporkan nyeri ringan dan 5 (22,7%) responden mengalami nyeri berat. Setelah tiga hari tanpa intervensi, terjadi penurunan nyeri secara alami, dengan sebanyak 11 (50,0%) responden mengalami nyeri ringan, 8 (36,4%) responden tidak ada nyeri, sebanyak 2 (9,1%) orang tetap dengan nyeri sedang, dan 1 (4,5%) orang masih dengan nyeri berat.

Penurunan nyeri ini selaras dengan karakteristik *dismenorea* primer yang umumnya berlangsung dalam durasi 8 hingga 72 jam. Pada fase awal menstruasi, kadar prostaglandin berada pada puncaknya, memicu kontraksi uterus yang intens. Seiring dengan luruhnya endometrium dan penurunan kadar prostaglandin, kontraksi berkurang dan nyeri mereda secara bertahap tanpa memerlukan intervensi medis. Fenomena ini merupakan bagian dari respons biologis normal dalam siklus menstruasi (Rahmayanti et al., 2023). Dengan demikian, penurunan skala nyeri yang terjadi pada kelompok kontrol sebagian besar merupakan respons biologis normal terhadap perubahan hormonal dalam siklus menstruasi.

Beberapa responden dalam kelompok ini tidak mengalami perbaikan yang optimal. Responden dengan karakteristik tertentu seperti menarche <12 tahun dan >14 tahun, siklus menstruasi <21 hari, atau riwayat keluarga dengan *dismenorea* tetap menunjukkan keluhan nyeri sedang hingga berat pada hari ketiga. Karakteristik fisiologis tersebut diduga memperpanjang atau memperberat respons nyeri meskipun tanpa adanya rangsangan lanjutan. Temuan ini menunjukkan bahwa mekanisme biologis alami memiliki keterbatasan, dan dukungan intervensi tambahan, seperti pemberian kunyit asam, diperlukan untuk mempercepat pemulihan dan mengurangi intensitas *dismenorea* secara lebih efektif.

2. Analisis Statistik

a. Analisis Skala Nyeri *Dismenorea* *Pretest* dan *Posttest* Minuman Kunyit Asam

Menurut hasil penelitian, konsumsi kunyit asam pada kelompok intervensi secara signifikan menurunkan tingkat nyeri *dismenorea*. *Pretest* intervensi, skala nyeri 5,41, standar deviasi 1,623, nilai minimum 2 dan maksimum 9. *Posttest* intervensi, nyeri menurun menjadi 0,41 dengan standar deviasi 0,590, nilai minimum 0 dan maksimum 2. Uji *Wilcoxon* digunakan untuk menganalisis data karena

skala nyeri bersifat ordinal. Hasil uji menunjukkan $p\text{-value } 0,000 < 0,05$ berarti secara signifikan terdapat perbedaan secara statistik antara tingkat nyeri *pretest* dan *posttest* intervensi. Berdasarkan hasil tersebut, dapat ditarik simpulan bahwa pemberian minuman kunyit asam memiliki efektivitas menurunkan nyeri *dismenorea* pada mahasiswi asrama unjaya.

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Afrioza et al., tahun 2022 di Desa Sukasari yang melibatkan 46 remaja putri. Selama tiga hari, responden diberi minuman kunyit asam. Hasilnya menunjukkan penurunan tingkat nyeri secara signifikan dari 3,41 menjadi 1,86, dengan selisih penurunan sebesar 1,55. Uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai $p < 0,05$, sehingga dapat ditarik simpulan bahwa secara signifikan terdapat perbedaan antara nyeri *Pretest* dan *Posttest* intervensi.

Penelitian serupa oleh Karimah et al., tahun 2023 juga mendukung hasil ini, dalam penelitiannya pada Asrama Putri MAN 1 Surakarta pada 54 remaja putri, kelompok eksperimen diberi kunyit asam, sedangkan kelompok kontrol diberi susu kedelai. Skor nyeri pada kelompok eksperimen sebelum intervensi 4,52, dan menurun menjadi 1,30 setelah intervensi. Uji *Wilcoxon* juga menunjukkan $p=0,000$, menegaskan adanya penurunan nyeri *dismenorea* yang signifikan secara statistik.

Menurut asumsi peneliti, minuman kunyit asam mengandung berbagai senyawa bioaktif yang berperan dalam meredakan nyeri haid. Kunyit diketahui mengandung *curcumin* dan *curcumenol* yang bersifat *anti-inflamasi* dan *analgesik*. Senyawa ini diduga bekerja dengan cara menghentikan enzim *cyclooxygenase-2* (COX-2), yaitu enzim yang berperan dalam produksi prostaglandin, zat yang memicu kontraksi otot rahim dan menyebabkan nyeri saat menstruasi. Di sisi lain, asam jawa mengandung senyawa seperti *anthocyanin*, tanin, saponin, dan alkaloid yang diyakini dapat menghambat rangsangan sistem saraf otonom serta memberikan efek relaksasi pada otot. Kombinasi dari kedua kandungan

tersebut diperkirakan menjadikan minuman kunyit asam berpotensi sebagai terapi alami untuk membantu mengurangi nyeri haid.

Hasil ini diperkuat oleh Sari tahun 2023 yang menyatakan bahwa kandungan *curcumin* dan *anthocyanin* dalam kunyit asam memiliki kemampuan untuk menghentikan aktivitas enzim COX sehingga inflamasi dapat ditekan, kontraksi uterus berkurang, dan nyeri dapat diminimalkan. Kandungan senyawa aktif lainnya seperti tannin, saponin, seskuiterpen, *alkaloid*, dan phlobotamin juga berperan dalam mengatur aktivitas sistem saraf otonom yang memengaruhi pusat nyeri di otak. Selain itu, senyawa *curcuminoid*, minyak atsiri, dan flavonoid yang terdapat dalam kunyit asam mempunyai fungsi sebagai *analgesik* dan *anti-inflamasi*, sehingga mampu mengurangi sensasi nyeri selama menstruasi secara efektif.

b. Analisis Perbedaan Penurunan Skala Nyeri *Dismenorea* Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Hasil uji yang dilakukan terhadap data penurunan nyeri *dismenorea* antara kelompok intervensi dan kontrol, diperoleh *p-value* $0,022 < 0,05$. Menunjukkan bahwa ada perbedaan statistik yang signifikan antara kedua kelompok tersebut. Simpulan yang diperoleh menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti minuman kunyit asam berpengaruh menurunkan nyeri *dismenorea* pada mahasiswi Asrama. Hasil analisis menunjukkan kelompok intervensi memiliki nilai rata-rata 18,43 lebih rendah daripada kelompok kontrol, yang memiliki nilai rata-rata 26,57, yang mengindikasikan bahwa kelompok intervensi mengalami penurunan nyeri lebih besar daripada kelompok kontrol. Hasilnya menunjukkan bahwa minuman kunyit asam memiliki efektivitas yang lebih tinggi dalam meredakan nyeri *dismenorea* dibandingkan tanpa intervensi.

Efektivitas minuman kunyit asam dalam menurunkan nyeri *dismenorea* didukung oleh kandungan senyawa aktif di dalamnya. Kunyit mengandung *curcumin* yang berfungsi sebagai *anti-inflamasi*

dan *antipiretik*, serta *curcumenol* yang bersifat *analgesik*. Kombinasi dengan asam jawa memperkuat manfaatnya karena asam jawa mengandung *anthocyanin* yang juga memiliki efek *anti-inflamasi* dan *antipiretik*. Selain itu, senyawa bioaktif lain seperti *tanin*, *saponin*, *seskuiterpen*, *alkaloid*, dan *phlobotamin* bekerja dengan *mempengaruhi sistem saraf otonom* untuk mereduksi kontraksi uterus yang memicu nyeri menstruasi (Sutrisno et al., 2022). Senyawa aktif dalam kunyit asam bekerja melalui mekanisme dengan menghambat aktivitas enzim *ciklooksigenase* (COX-2) oleh *curcumin*, yang kemudian menurunkan produksi prostaglandin. Prostaglandin merupakan mediator utama kontraksi otot uterus yang menyebabkan nyeri saat menstruasi. *Curcumin* juga memiliki kemampuan *untuk mencegah ion kalsium masuk ke dalam sel* epitel uterus, sehingga mengurangi intensitas kontraksi uterus dan membantu meringankan gejala *dismenorea* (Khoiriah, 2023).

Meskipun kelompok kontrol juga menunjukkan penurunan nyeri, hal ini kemungkinan disebabkan oleh mekanisme fisiologis alami tubuh. Nyeri menstruasi umumnya mereda pada hari ketiga akibat penurunan kadar prostaglandin serta adaptasi tubuh terhadap sensasi nyeri yang terjadi berulang setiap siklus menstruasi. Namun, meskipun nyeri bisa menurun secara alami, penurunan tersebut tidak seefektif bila dibandingkan dengan intervensi menggunakan minuman kunyit asam. Berdasarkan hasil uji statistik dan mekanisme kerja senyawa aktif dalam kunyit dan asam jawa, dapat disimpulkan bahwa minuman kunyit asam efektif secara signifikan dalam menurunkan nyeri *dismenorea* primer. Efek ini bersifat alami dan dapat dijadikan alternatif non farmakologis dalam manajemen nyeri haid.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Asrama Putri Unjaya. Meskipun telah disusun secara sistematis, terdapat beberapa keterbatasan dalam pelaksanaan, antara lain:

1. Penggunaan kunyit asam dalam penelitian ini belum dilakukan uji laboratorium untuk mengetahui kadar *curcumin* secara konstan tiap kali responden mengonsumsi kunyit asam.
2. Peneliti mencoba mencari referensi terkait kadar *curcumin* yang secara optimal mampu menurunkan nyeri *dismenorea*, namun belum didapatkan referensi terkait.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian yang dilakukan mengenai pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan nyeri *dismenorea* pada mahasiswi Asrama Unjaya, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Skala nyeri *dismenorea* kelompok intervensi sebelum diberi minuman kunyit asam diketahui responden dengan skala nyeri ringan 1 orang, nyeri sedang 16 orang, dan nyeri berat 5 orang. Sedangkan, pada kelompok kontrol diketahui skala nyeri ringan 7 orang, nyeri sedang 10 orang, dan nyeri berat 5 orang.
2. Skala nyeri *dismenorea* pada kelompok intervensi sesudah diberikan minuman kunyit asam diketahui sebanyak 14 orang tidak lagi nyeri dan 8 orang nyeri ringan. Sedangkan, pada kelompok kontrol diketahui 8 orang tidak mengalami nyeri, 11 orang nyeri ringan, 2 orang dengan nyeri sedang, dan 1 orang nyeri berat.
3. Terdapat pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan nyeri *dismenorea* pada mahasiswi Asrama Unjaya. Hal ini dibuktikan melalui hasil uji statistik *Wilcoxon* dengan nilai *p-value* = 0,000 dikatakan signifikan jika $p < 0,05$.

B. Saran

1. Bagi institusi

Penelitian ini dapat dijadikan referensi dan bahan bacaan dalam pengembangan materi pembelajaran, khususnya yang berkaitan dengan metode non farmakologis dalam penanganan *dismenorea*.

2. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat menambah wawasan tentang pemanfaatan kunyit asam sebagai alternatif alami untuk mengurangi nyeri

haid dan lebih aktif mencari solusi non farmakologis dalam menjaga kesehatan.

7
3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait kadar *curcumin* dalam kunyit asam yang mampu secara optimal menurunkan nyeri *dismenorea*.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

Cek Plagiarisme Skripsi_Final_Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam

ORIGINALITY REPORT

| | | | |
|------------------|------------------|--------------|----------------|
| 17% | 15% | 9% | 6% |
| SIMILARITY INDEX | INTERNET SOURCES | PUBLICATIONS | STUDENT PAPERS |

PRIMARY SOURCES

| | | |
|-----------|---|---------------|
| 1 | Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia II Student Paper | 2% |
| 2 | repository2.unw.ac.id Internet Source | 1% |
| 3 | repository.unjaya.ac.id Internet Source | 1% |
| 4 | pdfcoffee.com Internet Source | 1% |
| 5 | Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Timur II Student Paper | 1% |
| 6 | www.scribd.com Internet Source | 1% |
| 7 | etheses.uin-malang.ac.id Internet Source | 1% |
| 8 | Submitted to Universitas Indonesia Student Paper | <1% |
| 9 | text-id.123dok.com Internet Source | <1% |
| 10 | Anisa Candra Rini Fadhillah, Elfira Sri Fitriani. "Efektivitas Pemberian Kunyit Asam terhadap Penurunan Skala Nyeri Dismenore Pada | <1% |

Remaja Putri di SMAN 2 Karawang", MAHESA :
Malahayati Health Student Journal, 2025

Publication

| | | |
|----|---|------|
| 11 | ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id Internet Source | <1 % |
| 12 | ejurnal.poltekkesjakarta3.ac.id Internet Source | <1 % |
| 13 | journal.lpkd.or.id Internet Source | <1 % |
| 14 | docplayer.info Internet Source | <1 % |
| 15 | jurnal.kdi.or.id Internet Source | <1 % |
| 16 | jurnal.unsyiah.ac.id Internet Source | <1 % |
| 17 | jurnalp3k.com Internet Source | <1 % |
| 18 | Desmawati Desmawati. "Upaya Integrasi Penanganan Nyeri Haid dengan Abdominal Stretching pada Remaja Putri di Pesantren Baitul Ulum El-Musawwa, Serang, Banten", Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK), 2021 Publication | <1 % |
| 19 | repository.unhas.ac.id Internet Source | <1 % |
| 20 | Ermi Lilianda Alang, Lucky Herawati, Arwani Arwani. "Pemberian Hipnopresure terhadap Stres pada Ibu Hamil", Journal of Telenursing (JOTING), 2023 Publication | <1 % |

| | | |
|----|---|------|
| 21 | repo.uinsatu.ac.id Internet Source | <1 % |
| 22 | repository.ub.ac.id Internet Source | <1 % |
| 23 | Submitted to Konsorsium Turnitin Relawan Jurnal Indonesia Student Paper | <1 % |
| 24 | Rosi Kurnia Sugiharti, Ririn Isma Sundari. "Efektivitas minuman kunyit asam dan rempah jahe asam terhadap penurunan skala nyeri haid primer", MEDISAINS, 2018 Publication | <1 % |
| 25 | Submitted to Universitas Putera Batam Student Paper | <1 % |
| 26 | ejournal.neurona.web.id Internet Source | <1 % |
| 27 | 123dok.com Internet Source | <1 % |
| 28 | Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Tengah Student Paper | <1 % |
| 29 | Lestiono Lestiono, Angelica Kresnamurti. "AKTIVITAS ANALGESIK EKSTRAK ETANOL BULU BABI (ECHINOMETRA MATHAEI) PADA MENCIT PUTIH JANTAN", Journal of Herbal, Clinical and Pharmaceutical Science (HERCLIPS), 2020 Publication | <1 % |
| 30 | eprints.ums.ac.id Internet Source | <1 % |

| | | |
|----|---|------|
| 31 | jos.unsoed.ac.id Internet Source | <1 % |
| 32 | Dita Aivia Hapsari, Santirianingrum Soebandhi. "PENGARUH ELECTRONIC WORD OF MOUTH (E-WOM), BRAND AMBASSADOR DAN KOREAN WAVE TERHADAP MINAT BELI PRODUK SOMETHINC (Studi Kasus Pada Pengguna Aplikasi Shopee)", Avesina : Media Informasi Ilmiah Universitas Islam Al-Azhar, 2024 Publication | <1 % |
| 33 | Fanny Sukmasary. "Pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap nyeri ibu hamil menjelang persalinan", Journal of Midwifery Care, 2025 Publication | <1 % |
| 34 | Sajodin, Novita Aulia, Anita Yuliani. "Combination of Murottal Surah Ar-Rahman and Lavender Aromatherapy on Dysmenorrhea Intesicity in Teenage Girls", JURNAL KEBIDANAN, 2025 Publication | <1 % |
| 35 | pdfs.semanticscholar.org Internet Source | <1 % |
| 36 | repo.htp.ac.id Internet Source | <1 % |
| 37 | repository.iainkudus.ac.id Internet Source | <1 % |
| 38 | repository.stieykpn.ac.id Internet Source | <1 % |
| 39 | www.glunis.com Internet Source | <1 % |

| | | |
|----|--|------|
| | | <1 % |
| 40 | www.lontar.ui.ac.id Internet Source | <1 % |
| 41 | Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper | <1 % |
| 42 | Egidius Umbu Ndeti. "THE TRADITIONAL MUSIC SAPE' THERAPY ON POST OPERATING PAIN SCALE REDUCTION AT SANTO VINCENTIUS HOSPITAL SINGKAWANG CITY", Tanjungpura Journal of Nursing Practice and Education, 2020 Publication | <1 % |
| 43 | Nadya Fauzia Kusteja, Yulia Herliani, Khairiyah Khairiyah. "Kunyit asam efektif mengurangi nyeri dismenorea", Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah, 2019 Publication | <1 % |
| 44 | ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id Internet Source | <1 % |
| 45 | health.grid.id Internet Source | <1 % |
| 46 | repositori.uin-alauddin.ac.id Internet Source | <1 % |
| 47 | repository.radenintan.ac.id Internet Source | <1 % |
| 48 | www.coursehero.com Internet Source | <1 % |
| 49 | Eddi Sudjarwo, Fitriana Kurniasari Solikhah. "Pemberian Terapi Akupresur terhadap | <1 % |

Tingkat Nyeri pada Pasien Post Operasi Sectio
Caesarea (SC)", Jurnal Manajemen Kesehatan
Yayasan RS.Dr. Soetomo, 2023

Publication

50 Gusti Ayu Pramita Aswitami, Putu Mastiningsih. "Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil TM III di Wilayah Kerja Puskesmas Abian Semal 1", STRADA JURNAL ILMIAH KESEHATAN, 2018

Publication

51 Suryati Suryati, Maryati Sutarno. "Efektivitas Kunyit Asam Sebagai Pereda Disminore pada Remaja di Pangoran Provinsi Banten", Malahayati Nursing Journal, 2024

Publication

52 cyber-chmk.net
Internet Source

53 id.scribd.com
Internet Source

54 journals.umkt.ac.id
Internet Source

55 media.neliti.com
Internet Source

56 repository.stikesbcm.ac.id
Internet Source

57 repository.upi.edu
Internet Source

58 sovarcosmin.blogspot.com
Internet Source

59 Leni Apridawati, Budi Antoro, Sri Maryuni. <1%
"Pengaruh Teknik Relaksasi Autogenik
Terhadap Skala Nyeri Pasien Post Operasi
Mastektomi di RSUD DR. H. Abdul Moeloek
Provinsi Lampung", Malahayati Nursing
Journal, 2025
Publication

60 jurnal.unprimdn.ac.id <1%
Internet Source

61 Adenia Dwi Ristanti, Nur Zuwariah. <1%
"PENERAPAN KEMRP (KOMBINASI EFFLURAGE
MASSAGE DAN RELAKSASI PERNAFASAN)
SEBAGAI UPAYA PENURUNAN NYERI INPARTU
KALA I FASE AKTIF", Midwifery Journal: Jurnal
Kebidanan UM. Mataram, 2020
Publication

62 H Hardono, Yenny Marthalena, Juanda Ashary
Yusuf. "Obesitas, anemia dan mobilitas dini
mempengaruhi penyembuhan luka post-op
apendiktomi", Wellness And Healthy
Magazine, 2020 <1%
Publication

63 Lydia Minerva, Vivian Savenia Sumeisey,
Stefani Stefani, Stepheny Wijaya, Cindy
Agrippina Lim. "Pengaruh Kualitas Audit, Debt
Ratio, Ukuran Perusahaan dan Audit Lag
terhadap Opini Audit Going Concern", Owner,
2020 <1%
Publication

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA