

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung
Program Studi Keperawatan Bogor

Tiara Azzahra Puteri
NIM. P17320320086

PENGGUNAAN MADU KUNYIT ASAM UNTUK MENURUNKAN NYERI
DISMINORE SAAT HAID PADA REMAJA PUTRI DI RW 04 CILENDEK
TIMUR

i-xii+ 68 halaman, V BAB, 7 Tabel, 1 Skema, Lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Kondisi yang akan dilalui pada masa remaja seperti perubahan hormonal, fisik, psikologis, maupun sosial, dimana kondisi tersebut dinamakan dengan masa pubertas. Menstruasi adalah proses alami yang dialami wanita setiap bulan yang melibatkan pendarahan dari dinding rahim (endometrium). Ini terjadi secara berkala, kecuali saat kehamilan. Saat memasuki masa haid perempuan rata – rata akan mengalami perubahan awal, salah satunya yaitu adanya nyeri di sekitar perut atau dalam Bahasa medis disebut dismenore. Dismenore menjadi suatu kondisi yang merugikan bagi banyak wanita dan memiliki dampak besar pada kualitas hidup terkait kesehatan. Dismenore membuat wanita tidak dapat beraktivitas secara normal, sebagai contoh siswi yang mengalami dismenore tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar dan motivasi belajar menurun karena nyeri yang dirasakan. Upaya-upaya untuk mengatasi atau menyembuhkan dismenorea bisa dengan cara istirahat yang cukup, olahraga teratur, pijatan dan kompres hangat juga dapat diobati dengan pemberian tanaman obat atau ramuan herbal. Salah satu ramuan herbal yang dapat menurunkan nyeri haid yakni madu kunyit asam. Setelah dilakukan penelitian dengan metode penelitian deskriptif dan mengobservasi 5 responden di RW 04 Cilendek Timur didapatkan bahwa minuman madu kunyit asam dapat menurunkan nyeri haid.

Kata Kunci : Remaja Putri, Menstruasi, Dismenore, Madu Kunyit Asam

Sumber : 18 Sumber (2013 – 2023)

Health Polytechnic Ministry of Health Bandung
Bogor Nursing DIII Study Program

Tiara Azzahra Puteri
NIM. P17320320086

Implementation of Sour Turmeric to Reduce Dysmenorrhea Pain During
Menstruation in Female Adolescents at RW 04 East Cilendek.

i-xii+ 68 pages, V CHAPTER, 7 Table, 1 Scheme, Appendix

ABSTRACT

Background: Adolescents are a transition period from childhood to adulthood. The conditions that will be experienced during the adolescent period such as hormonal changes, physical, psychological, and social changes, are referred to as puberty. Menstruation is a natural process experienced by women every month involving bleeding from the uterine wall (endometrium). This occurs regularly, except during pregnancy. When entering the menstrual period, women on average will experience initial changes, one of which is the presence of pain around the stomach or in medical terms it is called dysmenorrhea. Dysmenorrhea is a disadvantageous condition for many women and has a significant impact on health-related quality of life. Dysmenorrhea makes women unable to function normally, for example, students who experience dysmenorrhea cannot concentrate in learning and motivation to learn decreases due to the pain experienced. Efforts to overcome or cure dysmenorrhea can be done through enough rest, regular exercise, massage and warm compresses, and can also be treated with medicinal plants or herbal remedies. One herbal remedy that can reduce menstrual pain is honey sour turmeric. After conducting research using descriptive research methods and observing 5 respondents at RW 04 East Cilendek, it was found that tamarind turmeric honey drink can reduce menstrual pain.

Keywords : Keywords: Teenage girl, Menstruation, Dysmenorrhea, Honey, Turmeric and Tamarind.

Bibliography :18 sources (2013-2023)