

Table Of Content

Journal Cover 2

Author[s] Statement 3

Editorial Team 4

Article information 5

 Check this article update (crossmark) 5

 Check this article impact 5

 Cite this article 5

Title page 6

 Article Title 6

 Author information 6

 Abstract 6

Article content 8

ISSN (ONLINE) 2598 9928



INDONESIAN JOURNAL OF LAW AND ECONOMIC

**PUBLISHED BY
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO**

Originality Statement

The author[s] declare that this article is their own work and to the best of their knowledge it contains no materials previously published or written by another person, or substantial proportions of material which have been accepted for the published of any other published materials, except where due acknowledgement is made in the article. Any contribution made to the research by others, with whom author[s] have work, is explicitly acknowledged in the article.

Conflict of Interest Statement

The author[s] declare that this article was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

Copyright Statement

Copyright © Author(s). This article is published under the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0) licence. Anyone may reproduce, distribute, translate and create derivative works of this article (for both commercial and non-commercial purposes), subject to full attribution to the original publication and authors. The full terms of this licence may be seen at <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode>

Indonesian Journal of Law and Economics Review

Vol 19 No 3 (2024): August

DOI: <https://doi.org/10.21070/ijler.v19i3.1195>

Article type: (Human Resource Management)

EDITORIAL TEAM

Editor in Chief

Dr. Wisnu Panggah Setiyono, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia ([Scopus](#)) ([Sinta](#))

Managing Editor

Rifqi Ridlo Phahlevy, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia ([Scopus](#)) ([ORCID](#))

Editors

Noor Fatimah Mediawati, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia ([Sinta](#))

Faizal Kurniawan, Universitas Airlangga, Indonesia ([Scopus](#))

M. Zulfa Aulia, Universitas Jambi, Indonesia ([Sinta](#))

Sri Budi Purwaningsih, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia ([Sinta](#))

Emy Rosnawati, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia ([Sinta](#))

Totok Wahyu Abadi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia ([Scopus](#))

Complete list of editorial team ([link](#))

Complete list of indexing services for this journal ([link](#))

How to submit to this journal ([link](#))

Article information

Check this article update (crossmark)



Check this article impact (*)



Save this article to Mendeley



(*) Time for indexing process is various, depends on indexing database platform

Turmeric Herbal Remedies Significantly Reduce Dysmenorrhea in Indonesian Adolescents

Obat Herbal Kunyit Secara Signifikan Kurangi Dismenore pada Remaja Indonesia

Prigi Dewi Gita, prigi@gmail.com, (0)

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Paramitha Amelia Kusumawardani, paramitha_amelia@umsida.ac.id, (1)

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Sri Mukhodim Farida Hanum, srimukhodimfaridahhanum@umsida.ac.id, (0)

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Rafhani Rosyidah, rafhani.rosyidah@umsida.ac.id, (0)

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

⁽¹⁾ Corresponding author

Abstract

General background: Dysmenorrhea, or menstrual pain, is a condition that disrupts adolescents' daily activities, with prevalence ranging from 16.8% to 81%. It is commonly managed through pharmacological and non-pharmacological approaches. **Specific background:** High school students frequently experience dysmenorrhea, which can interfere with their school performance and well-being. Various non-pharmacological methods, such as herbal remedies and thermal therapies, have been proposed to alleviate symptoms. **Knowledge gap:** Despite the prevalence of dysmenorrhea, limited research focuses on the effectiveness of non-pharmacological interventions among high school students in Indonesia. **Aims:** This study aims to describe the severity of dysmenorrhea and the methods of pharmacological and non-pharmacological management among female students of SMA Dharma Wanita 1 Gedangan. **Results:** This quantitative descriptive study, involving 46 tenth-grade students, revealed that 67.4% of respondents experienced mild dysmenorrhea. Among non-pharmacological treatments, 69.6% consumed turmeric herbal remedies, 15.2% used warm compresses, and 10.9% applied warming lotions. **Novelty:** The study highlights that all non-pharmacological methods effectively reduced the severity of dysmenorrhea among the students, with turmeric herbal remedies being the most popular choice. **Implications:** These findings suggest the need for collaboration between healthcare professionals, educational authorities, and schools to provide health education on dysmenorrhea management for female adolescents.

Highlights:

Prevalence: 67.4% of students had mild dysmenorrhea.

Treatment: 69.6% used turmeric herbal remedies for pain relief.

Recommendation: Promote school-healthcare collaboration for dysmenorrhea management education.

Indonesian Journal of Law and Economics Review

Vol 19 No 3 (2024): August

DOI: <https://doi.org/10.21070/ijler.v19i3.1195>

Article type: (Human Resource Management)

Keywords: Dysmenorrhea, non-pharmacological management, high school students, turmeric herbal remedy, menstrual pain relief

Published date: 2024-08-24 00:00:00

Introduction

Periode remaja ialah keadaan peralihan dari periode remaja menuju dewasa, meliputi kematangan emosional, mental, fisik, serta sosial. Pubertas adalah salah satu tahap perkembangan yang ditandai dengan pematangan alat kelamin dan tercapainya kesuburan, dan salah satu ciri pubertas perempuan adalah dimulainya menstruasi pertama, menstruasi sendiri merupakan peristiwa alami yang terjadi pada wanita normal yang terjadi karena lapisan rahim telah terkelupas menstruasi juga dapat diartikan dengan pendarahan yang berkala, biasanya terjadi sebulan sekali. Ada beberapa gangguan menstruasi, salah satunya ialah *dismenore* [1]. *Dismenore* merupakan kondisi nyeri yang terjadi saat haid serta dapat melumpuhkan dan memerlukan pengobatan jika gejalanya parah dan termasuk nyeri atau nyeri tekan di daerah panggul dan perut.

Menurut WHO (*WorldHealthOrganization*) kejadian *dismenore* sekitar 16,8-81 % pada remaja. Presentase yang terjadi di negara Indonesia mencapai 64,25% terjadi pada usia yang produktif, dan dapat menghambat aktivitas sehari-hari 1-2 hari dalam sebulan dimana 30-70 % perempuan yang menstruasi disertai *dismenore*. Banyak wanita Indonesia yang mengalami nyeri saat haid tetapi tidak mendapatkan pengobatan atau perawatan dan cenderung membiarkannya [2] angka kejadiannya berkisar mencapai 60%. Indonesia memiliki 64,5% prevalensi pasien *dismenore*, dengan kasus yang terutama menyerang remaja antara usia 17 dan 24 tahun [3]. Masalah kesehatan masyarakat yang cukup signifikan adalah tingginya prevalensi *dismenore* di kalangan remaja terutama pada tahun pertama masa reproduksi yang berdampak pada aktivitas sehari-hari [4].

Dismenore pada remaja dapat menimbulkan efek negatif jangka pendek yang mengganggu aktivitas sehari-hari, proses belajar mengajar, kesulitan berkonsentrasi, konflik emosional, kecemasan, dan stres. Gangguan aktivitas sehari-hari, gangguan emosi, anemia yang disebabkan oleh pola makan yang buruk, sakit kepala, kelelahan, *dysuria* (kesulitan atau kesulitan buang air kecil), perubahan suasana hati, buang air kecil kecil, kesulitan tidur, mual, dan kram otot adalah beberapa gejala tambahan *dismenore* primer [5]. Efek paling fatal dari *dismenore*, jika tidak segera diobati, dapat menyebabkan infertilitas (kemandulan) dan disfungsi seksual di awal nyeri haid primer.

Dismenore disebabkan oleh radang dipanggul, rahim yang mengalami kelainan, tumor, kelainan pada vagina, kecemasan, stres yang mendorong lapisan, tidak seimbang hormon, kontraksi otot yang diinduksi oleh prostaglandin merupakan faktor lainnya berhubungan dengan *dismenore* antara lain haid pertama di usia muda, lama haid, status gizi, dan obesitas. Menstruasi akan terasa nyeri pada usia menarche dini (<12 tahun), saat serviks masih menyempit dan organ reproduksi belum tumbuh sempurna [6]. Selanjutnya ialah stres berpengaruh terhadap *dismenore* primer, stres yang timbul bisa karena banyaknya tugas, kegiatan ekstrakurikuler, dan pelajaran. Hal ini disebabkan karena stres itu sendiri menyebabkan stres memicu berbagai respons fisiologis dalam tubuh [7]. Energi yang dimiliki tubuh akan lebih banyak digunakan untuk merespon stres dan beberapa hormon yang keluar sebagai respons terhadap stres mengakibatkan sistem kekebalan tubuh menurun sehingga berpotensi menimbulkan nyeri saat haid [8].

Perawatan farmasi dan non-farmakologis tersedia untuk *dismenore*, dengan terapi farmasi termasuk obat *antiinflamasi* nonsteroid seperti asam mefenamat, naproxen, dan ibuprofen. Generasi prostaglandin dapat dihambat oleh obat ini. Dapat mengurangi kontraksi rahim, mengurangi rasa sakit, dan membantu segera menghilangkan rasa sakit dengan mencegah pembentukan prostaglandin [9]. Penelitian yang dilakukan oleh Wulan (2018) dengan judul "Prevalensi Penggunaan Obat Anti-Inflamasi non Steroid (OAINS) Pereda *dismenore* di Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya Palembang." menyimpulkan bahwa penggunaan OAINS pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya angkatan 2014-2016 jenis OAINS yang paling banyak digunakan berupa asam mefenamat (74,8%), ibuprofen (1,8,3%), dan Naproxen (6,9%) dapat mengurangi nyeri saat *dismenore*. Namun, penggunaan obat-obatan dapat menimbulkan konsekuensi yang merugikan, termasuk masalah gastrointestinal dan usus, reaksi hipersensitivitas, kerusakan ginjal, dan kerusakan hati bila digunakan dalam dosis berlebih [10] dan tanpa pengawasan dokter.

Sedangkan nonfarmakologi, yaitu dengan jamu/obat tradisional dan terapi alternatif. Obat tradisional seperti jamu kunyit serta extra jahe merah asam jawa. Pada *Curcuma longa*, juga dikenal sebagai kunyit, adalah salah satu dari beberapa tanaman rempah yang telah lama tumbuh di negara-negara Asia Tenggara. Kunyit diduga memiliki senyawa aktif yang dapat berfungsi sebagai analgesik, antipiretik, dan antiradang. Kunyit memiliki manfaat obat sebagai obat herbal dan obat tradisional untuk berbagai macam penyakit. Juga, disebutkan bahwa minuman kunyit meredakan nyeri *dismenore* primer memiliki efek samping minimal [11].

Jahe merah merupakan bumbu kuliner yang mengandung pereda nyeri dan stimulan yang membantu merasa lebih berenergi (analgesik). Jahe merah mengandung sejumlah senyawa kimia, antara lain *gingerol*, *shogaol*, dan *zingiberone*, yang memiliki efek farmakologis dan fisiologis pada tubuh, termasuk sifat antioksidan, *antiinflamasi*, dan analgesik. Menjadi komponen utama, molekul gingerol merupakan antioksidan kuat yang efektif mengurangi peradangan. Jahe merah merupakan komponen dalam lebih dari 50% obat konvensional yang digunakan untuk mengobati penyakit tersebut. Infeksi, mual, kram, perut, demam, dan lainnya. Jahe merah bisa dipadukan dengan asam jawa. Namun, asam jawa sendiri memiliki banyak khasiat obat, salah satunya adalah *antosianin*. Hal ini karena *antosianin* dapat menghambat aktivitas enzim *siklooksigenase (COX)* yang memungkinkan untuk menghambat produksi prostaglandin *saponin*, *sesquiterpene*, *alkaloid*, dan *phlobatamin*, yang semuanya bermanfaat untuk meningkatkan mood dan mengurangi psikis [12].

Senam merupakan salah satu teknik relaksasi yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa tidak nyaman, dan juga merupakan salah satu alternatif dalam pengobatan *dismenore* karena menyebabkan tubuh mengeluarkan hormon *endorphin*. Otak dan sumsum tulang belakang membuat hormon ini, yang berfungsi sebagai obat penenang alami yang meredakan ketidaknyamanan dan penderitaan yang terkait dengan *dismenore* [13]. Hormon *endorphin*, zat kimia mirip morfin yang diproduksi tubuh untuk meredakan nyeri, dapat dirangsang dengan mendengarkan musik. *Endorphin* dapat memblokir transmisi impuls nyeri di sistem saraf pusat, yang dapat mengurangi pengalaman *dismenore* [14].

Penelitian yang sudah dilakukan oleh Nurmala pada tahun 2022 dengan judul "Efektivitas Senam *dismenore* dan Musik Klasik Terhadap Penurunan *dismenore* Pada Remaja" menyimpulkan senam *dismenore* dan musik klasik efektif menurunkan *dismenore*. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai penanganan *dismenore* dengan cara farmakologi dan nonfarmakologi.

Methods

Penelitian ini menggunakan desain *Kuantitatif* dengan deskriptif. Populasi yang digunakan adalah siswi kelas X di SMA Dharma Wanita yang berjumlah sebanyak 46 siswi, sedangkan sampel sejumlah 46 siswi dengan teknik *total sampling*. Dalam penelitian ini kriteria inklusinya adalah siswi remaja kelas X di SMA Dharma Wanita 1 Gedangan yang sedang mengalami *dismenore* atau pernah mengalami *dismenore*, hadir disekolah saat pengambilan sampel, bersedia menjadi responden, tidak memiliki riwayat ginekologi sekunder, sedangkan kriteria eksklusinya ialah siswi remaja kelas X di SMA Dharma Wanita 1 Gedangan yang tidak mengalami *dismenore* saat haid, memiliki riwayat ginekologi sekunder, tidak berada di sekolah saat pengambilan sampel, menolak sebagai koresponden. Kuesioner yang telah melalui uji Validitas dan reliabilitas serta NRS (*Numeric Rating Scale*) digunakan untuk mengumpulkan data. Skala NRS mencakup rentang intensitas 0-10, dengan 0 menunjukkan tidak ada nyeri, 1-3 menunjukkan nyeri ringan, 4-6 menunjukkan nyeri sedang, 7-9 menunjukkan nyeri berat, dan 10 menunjukkan penderitaan yang tak tertahankan. Data dianalisis secara deskriptif.

Result and Discussion

A. Karakteristik Responden

Tabel Distribusi Frekuensi Karakteristik siswi Remaja Putri kelas X di SMA Dhrama Wanita 1 Gedangan.

Usia	Frekuensi.	%.	Cumulative Percent
10-11 Tahun	4	8,7	8,7
12-13 Tahun	16	34,8	43,5
14-15 Tahun 16-17 Tahun	521	10,945,7	54,3
Total	46	100.0	100.0

Table 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Siswi di SMA Dharma Wanita 1 Gedangan

Tabel 3.1 Menjelaskan bahwa siswi kelas X (sepuluh) SMA Dharma Wanita 1 Gedangan mengalami derajat *dismenore* ringan sebanyak 31 orang (67,4%), derajat *dismenore* sedang sebanyak 10 orang (21,7%), dan derajat *dismenore* berat sebanyak 5 orang (10,8%). responden hampir seluruhnya usia 20-35 tahun dengan persentase 83,3%, dan sebagian kecil < 20 tahun (16,7%). Dari penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar siswi merasakan derajat *dismenore* ringan. hal tersebut bisa terjadi karena pada hasil pengisian kuesioner siswi lebih banyak berusia 16 tahun sehingga berdasarkan faktor resiko terjadinya *dismenore* bisa disebabkan karena alat-alat reproduksi sudah mulai berfungsi secara optimal seperti vagina dan rahim sudah mulai tumbuh dan berkembang dengan baik dan mulai siap untuk mengalami perubahan-perubahan sehingga hanya menimbulkan nyeri ringan ketika menstruasi. Analisis ini sesuai dengan pendapat depkes (2015) bahwa remaja muda didefinisikan sebagai mereka yang berusia antara 12 dan 16 tahun. Masa remaja awal ditandai dengan pubertas yang hampir sempurna dimana masih terjadi penyempitan pada leher lahir maka akan timbul rasa nyeri yang berlebih ketika menstruasi [15], perkembangan kemampuan berpikir baru, kesadaran yang lebih besar akan datangnya kedewasaan yang akan datang, dan keinginan untuk meningkatkan

jarak emosional dan jarak psikologis dari orang tua. Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Astrida (2019) yang melibatkan siswi Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Arjuna Depok dari sampel 129 siswa, 60 (46,5%) dari mereka mengalami *dismenore* ringan, 44 (34,1%) siswi mengalami *dismenore* dengan tingkat ketidaknyamanan sedang, dan 25 (19,3%) siswi mengalami *dismenore* dengan tingkat nyeri berat. Pada sampel 16 siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Yayasan Pendidikan dan Keterampilan I. Sleman, penelitian Paramita (2020) tentang skala skala frekuensi nyeri *dismenore* pada remaja didapatkan 11 (68,75%) mengalami nyeri ringan,

5 (31,25%) mengalami nyeri sedang dan tidak ada yang mengalami nyeri berat.

Upaya Penanganan.	Frekuensi.	%.	Cumulative Percent
Kompres Hangat	7	15.2	15.2
Jamu Kunyit	34	73.9	73.9
Lotion Penghangat	5	10,9	10,9
Total	46	100.0	100.0

Table 2. Distribusi Frekuensi Upaya Penanganan Dismenore Secara Farmakologi dan Nonfarmakologi di SMA Dharma Wanita 1 Gedangan

Tabel 2, didapatkan bahwa. upaya. penangan *dismenore*. yang. sering. dilakukan. siswa. tepatnya 46 siswi ialah penanganan non farmakologi (100,00%). Saat *dismenore* seluruh siswi melakukan upaya penangan baik secara farmakologi maupun farmakologi. Upaya. penanganan. *dismenore*. yang. dilakukan. oleh. siswi. kelas. X. (sepuluh.) di SMA Dharma Wanita 1 Gedangan antara lain mengkonsumsi jamu kunyit sebanyak 34 siswi (73,9%), melakukan kompres hangat sebanyak 7 siswi (15,2%), serta mengoleskan lotion penghangat sebanyak 5 siswi (10,9%). 34 siswi (73,9%) melakukan upaya penanganan dengan mengkonsumsi jamu kunyit hasil yang didapatkan dejerat nyeri turun. Jamu kunyit yang sering digunakan untuk mengatasi nyeri. haid. ini mengandung. .banyak .*simplicia*.yang berkhasiat sebagai. pereda .nyeri, antiradang, dan antispasmodik (anti. kejang otot). Bumbu untuk masakan seperti kunyit mengandung *simplicia*. Menurut penelitian Susilawati (2017), pemberian minuman kunyit kepada mahasiswa Program Studi D III Kebidanan Jember Poltekkes Kemenkes Malang berdampak mengurangi keparahan *dismenore*. Kunyit (*Curcuma longa*) yang sering dikenal dengan nama kunyit herbal merupakan salah satu anggota keluarga tumbuhan rempah-rempah yang telah lama dibudidayakan di negara-negara Asia Tenggara dan dipelajari oleh mahasiswa tingkat III Program Studi Keperawatan Stikes Padang. Kunyit diduga memiliki senyawa aktif yang dapat berfungsi sebagai analgesik, antipiretik, dan antiradang. Kunyit memiliki manfaat obat sebagai obat herbal dan obat tradisional untuk berbagai macam penyakit. Disebutkan juga bahwa mengkonsumsi kunyit sebagai antiinflamasi, antipiretik, dan analgesik. Disebutkan juga bahwa tidak banyak efek samping dari mengkonsumsi kunyit sebagai pereda nyeri *dismenore* primer[16]

B. Analisis Univariat

Derajat Nyeri	Upaya Penanganan Dismenore		Lotion Penghangat	Total
	Kompres Hangat	Jamu Kunyit		
Nyeri Ringan	1	29	1	31
Nyeri Sedang	5	5	0	10
Nyeri Berat	1	0	4	5
Total	7	34	5	46
%	15,2	73,9	10,9	100

Table 3. Distribusi Derajat Dismenore Dengan Upaya Penanganan Secara Framakologi dan Nonfarmakologi Yang dilakukan Oleh Siswi di SMA Dharma Wanita 1 Gedangan

Berdasarkan tabel 3, dapat diketahui bahwa siswi melakukan upaya penanganan saat *dismenore* dengan cara mengkonsumsi jamu kunyit 73,9% . kompres hangat 15,2 %, dan lotion penghangat 10,9 %.

Sebanyak 7 siswi (15,2%) melakukan upaya penanganan saat terjadi *dismenore* dengan cara kompres hangat sebaiknya diberikan pada pe.rut bagian. . bawah. karena. dapat. membantu. otot. dan. sistem. saraf. menjadi rileks. hasil yang didapatkan derajat nyeri yang dirasakan turun setelah melakukan upaya kompres hangat. Sejalan dengan penelitian Dwi (2022) yang menemukan bahwa penerapan kompres hangat berdampak pada penurunan keparahan nyeri.. *dismenore*.pada. remaja putri di SMP Negeri 278 . Jakarta, tujuh siswi (15,2%) di SMA Dharma Wanita 1 Gedangan menggunakan kompres. hangat. Prinsip. mengompres hangat. dengan. konduksi. melibatkan .menempelkan kompres. ke kantong. karet. berisi. . air hangat. Setelah ini selesai, . buli-buli. berisi air. hangat. akan. berpindah. ke. area perut. tempatnya berada. Panas dapat melebarkan pembuluh darah, yang memungkinkan aliran darah dan pengiriman oksigen yang lebih baik ke area tubuh yang terkena dampak. Ini membantu mengendurkan otot, mengurangi kejang otot, dan mengurangi ketegangan otot[17].

Sebanyak 5 siswi (10,9%) yang mengalami *dismenore* diobati dengan mengoleskan lotion penghangat hasil yang diperoleh derajat nyeri yang dirasakan siswi turun. Mengoleskan balsem atau lotion penghangat ke area bawah perut juga dapat membantu mengurangi rasa sakit. Vasodilatasi, atau dilatasi pembuluh darah, adalah reaksi fisiologis yang dihasilkan dari pendekatan ini. Respons ini dapat meningkatkan aliran darah ke area tubuh. yang terkena dan menurunkan viskositas, yang dapat meredakan ketegangan otot. Itu juga dapat meningkatkan relaksasi otot dan mengurangi rasa sakit [18].

Deraj at Nyeri Dismenore	Upaya Penanganan Dismenore dengan Kompres Hangat	Upaya Penanganan Dismenore Jamu Kunyit	Upaya Penanganan Dismenore dengan Lotion Penghangat	Total

	Pretest	Posttest	Pretest	Posttest	Pretest	Posttest	Pretest	Posttest
Tidak Nyeri	0	5	0	32	0	4	0	41
Nyeri Ringan	1	2	29	2	1	1	31	5
Nyeri sedang	5	0	5	0	0	0	10	0
Nyeri berat	1	0	0	0	4	0	5	0
Total	7	7	34	34	5	5	46	46
%	15,2	15,2	73,9	73,9	10,9	10,9	100	100

Table 4. T a b u l a s i Silang Derajat . D i s m e n o r e . S e b e l u m Dilakukan Upaya Penangan Dengan Derajat Dismenore . S e t e l a h Dilakukan Upaya . P e n a n g a n . S e c a r a . F a r m a k o l o g i . d a n . N o n f a r m a k o l o g i Y a n g . D i l a k u k a n O l e h Siswi di SMA Dharma Wanita 1 Gedangan.

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa derajat nyeri *dismenore* setelah dilakukan upaya penanganan dengan mengkonsumsi jamu kunyit 34 siswi, 29 siswi awal derajat nyerinya ringan menjadi tidak merasakan nyeri, 5 siswi yang awal derajat nyerinya sedang turun menjadi 3 siswi tidak nyeri, serta 2 siswi derajat nyerinya turun menjadi nyeri ringan. Upaya *dismenore* dengan menggunakan kompres hangat dilakukan oleh 7 siswi, 1 siswi yang semula derajat nyerinya berat turun menjadi derajat nyeri ringan, 5 siswi yang awal derajat nyerinya sedang turun menjadi 4 siswi yang tidak merasakan nyeri, serta 1 siswi merasakan nyeri ringan. 1 siswi yang awal derajat nyerinya ringan turun menjadi tidak merasakan nyeri. Selanjutnya yaitu upaya penanganan dengan mengoleskan lotion penghangat yaitu sebanyak 5 siswi, 1 siswi derajat awal nyerinya berat turun menjadi nyeri ringan, 3 siswi tidak merasakan nyeri, dan 1 siswi yang awal derajat nyerinya ringan turun menjadi tidak merasakan nyeri

Conclusion

Simpulan yang didapat dari artikel ini adalah adanya penurunan derajat *dismenore* pada remaja siswi SMA setelah melakukan upaya penanganan secara nonfarmakologi yang mengalami *dismenore* saat haid di Indonesia, terutama pada kota Sidoarjo. Diharapkan tenagakesehatan dapat bekerjasama dengan dinas pendidikan dan pihak sekolah dalam memberikan penyuluhan kesehatan kepada remaja putri terkait dengan *dismenore* dan upaya penanganannya.

References

1. S. Toar and Monalisa Sitompul, "Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kompres Hangat Dalam Mengurangi Dismenore Di SMA Advent Tompaso," J. Ilmu Keperawatan, vol. 2, p. 2, 2022.
2. W. C. W. S. Silaen, R. M. A., Ani, L. S. and Putri, "Prevalensi Dysmenorrhea Dan Karakteristiknya Pada Remaja Putri Di Denpasar," J. Medica Udayana, vol. 2, no. 4, pp. 56-81, 2019.
3. Alsaleem, "Dysmenorrhea, Associated Symptoms, And Management Among Students At King Khalid University," J. Fam. Med. Prim. Care, vol. 4, p. 7, 2019.
4. Setyowati, "Akupresur Untuk Kesehatan Wanita Berbasis Hasil Penelitian. Magelang," J. Fam. Med. Prim. Care, vol. 2, no. 4, pp. 50-70, 2019.
5. R. Handayani, "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Nyeri Menstruasi (Dismenore) Pada Remaja Putri di Beberapa SMA di Kabupaten Rokan Hulu," Matern. Neonatal _Jurnal Kebidanan, vol. 3, no. 2, pp. 161-171, 2019.
6. Ehrental D, "Menstual Disorder," Versa Press, 2019.
7. Atifa Nadira Ediningtyas, "Analisis Faktor Penyebab Dismenore Primer di Kalangan Mahasiswa Kedokteran," J. Kesehat., 2019.
8. P. Indahwati, Muftiana, "Stress Berpengaruh terhadap Nyeri," J. Kesehat., 2019.
9. I. Supariasa, I. Bakri, B. Fajar, "Penilaian Status Gizi," ECG, 2019.
10. Prawirohardjo. S, "Ilmu Kebidanan," Ilmu Kebidanan, 2019.
11. R. Clara Wulanda, Amir Luthfi, Hidayat, "Efektifitas Senam Dismenore Pada Pagi dan Sore Hari Terhadap Penanganan Nyeri Haid Pada Remaja Saat Haid DI SMPN 2 Bangkinang Kota," J. Kesehat. Tambusai, vol. 1, 2020.
12. and R. Z. O. Wardoyo, Asyraf Vivaldi, "Tingkat Pengetahuan Masyarakat Terhadap Obat Analgesik Pada Swamedikasi Untuk Mengatasi Nyeri Akut.," J. Ilm. Kesehat. Sandi Husada, vol. 8, no. 2, pp. 156-160, 2019.
13. F. Larasati, T., & Alatas, "Dismenore Primer Dan Faktor Risiko Dismenore Primer Pada Remaja.," J. Major., vol. 5, no. 3, pp. 79-84, 2019.
14. R. M. Suparmi, Abkar Raden, "Upaya Mengurangi Dismenore Primer Dengan Ekstrak Jahe Asam Jawa Pada Mahasiswi Kebidanan Stikes Aisyiyah Surakarta," J. Kesehat., vol. XIV, no. 2, 2019.
15. F. Seingo, N. L. P. E. Sudiwati, and N. Dewi, "Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Wanita Yang Mengalami Dismenore Di Rayon Ikabe Tlogomas," Nurs. New, vol. 3, p. 1, 2019.

Indonesian Journal of Law and Economics Review

Vol 19 No 3 (2024): August

DOI: <https://doi.org/10.21070/ijler.v19i3.1195>

Article type: (Human Resource Management)

16. E. Novadela, N. I. T., Rosmadewi and Wahyuni, "Pengaruh Senam Dismenore Terhadap Tingkat Dismenore Pada Remaja Putri," *J. Kesehat. Metro Sai Wawai*, vol. X, no. 1, pp. 65-70, 2019.
17. N. Djimbula, J. J. Kristiarini, and Y. Ananti, "Efektivitas Senam Dismenore dan Musik Klasik Terhadap Penurunan Dismenore Pada Remaja," *Juournal Ilm. Kesehat. Sandi Husada*, vol. 11, p. 1, 2022.
18. N. . Hafni, "Pengaruh Akupresur Terhadap Dismenore Pada Remaja di SMP Swasta Islam Terpadu Siti Hajar Medan," *J. Ilmu Keperawatan*, 2019.