

**PENGARUH PEMBERIAN JAMU KUNYIT ASAM
TERHADAP *DISMENOREA* PADA REMAJA PUTRI
DI SMPN 4 ABIANSEMAL**



SKRIPSI

OLEH:

NI PUTU INRI NAZARENTIKA

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

**PENGARUH PEMBERIAN JAMU KUNYIT ASAM
TERHADAP *DISMENOREA* PADA REMAJA PUTRI
DI SMPN 4 ABIANSEMAL**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Kebidanan pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh:

NI PUTU INRI NAZARENTIKA

NIM. A1122011

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI**

2026

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Putu Inri Nazarentika

NIM : A1122011

Jurusan : Sarjana Kebidanan

Judul : "Pengaruh Jamu Kunyit Asam Terhadap *Dismenorea* Pada Remaja Putri di SMPN 4 Abiansemai"

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar benar karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terdapat bukti bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.



Badung, Juni 2026

Ni Putu Inri Nazarentika

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN

Skripsi, Juni 2026

Ni Putu Inri Nazarentika

Pengaruh Jamu Kunyit Asam Terhadap *Dismenorea* Pada Remaja Putri di SMPN 4 Abiansemal

(xv + 86) halaman + 5 tabel + 1 gambar + 15 lampiran

ABSTRAK

Dismenorea merupakan salah satu keluhan ginekologis yang sering dialami remaja putri dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari maupun proses belajar di sekolah. Jamu kunyit asam mengandung kurkumin yang memiliki efek antiinflamasi dan analgesik sehingga berpotensi menurunkan intensitas *dismenorea*. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh pemberian jamu kunyit asam terhadap *dismenorea* pada remaja putri di SMPN 4 Abiansemal.

Penelitian ini menggunakan desain *quasi experimental* dengan *non-equivalent pre-test post-test control group design*. Sampel berjumlah 32 responden yang terdiri atas 16 responden kelompok intervensi dan 16 responden kelompok kontrol, dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Intensitas nyeri diukur menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*, sedangkan analisis data dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dan *Mann-Whitney U Test*.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada skor *dismenorea* sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi ($p=0,000$) maupun kelompok kontrol ($p=0,046$). Selain itu, hasil uji *Mann-Whitney U Test* menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah intervensi ($p=0,009$). Disimpulkan bahwa pemberian jamu kunyit asam berpengaruh signifikan dalam menurunkan intensitas *dismenorea* pada remaja putri di SMPN 4 Abiansemal. Pemberian jamu kunyit asam dapat dipertimbangkan sebagai terapi komplementer untuk membantu mengurangi *dismenorea* pada remaja putri.

Kata Kunci : Jamu Kunyit Asam, *Dismenorea*, Nyeri Haid, Remaja Putri.

Daftar Pustaka: 64 (2016 – 2025)

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI

BACHELOR OF MIDWIFERY PROGRAM

Undergraduate Thesis, June 2026

Ni Putu Inri Nazarentika

The Effect of Turmeric-Tamarind Herbal Drink on Dysmenorrhea among Adolescent Girls at SMP Negeri 4 Abiansema

xv + 86 Pages + 5 Tables + 1 Figure + 15 Appendices

ABSTRACT

Dysmenorrhea is one of the most common gynecological complaints experienced by adolescent girls and may interfere with their daily activities as well as their learning process at school. Turmeric-tamarind herbal drink contains curcumin, which has anti-inflammatory and analgesic properties and therefore has the potential to reduce the intensity of dysmenorrhea. This study aimed to determine the effect of turmeric-tamarind herbal drink on dysmenorrhea among adolescent girls at SMP Negeri 4 Abiansema.

This study employed a quasi-experimental design with a non-equivalent pretest-posttest control group design. The sample consisted of 32 respondents, including 16 respondents in the intervention group and 16 respondents in the control group, selected using a total sampling technique. Pain intensity was measured using the Numeric Rating Scale (NRS), and data were analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test and the Mann-Whitney U Test.

The results showed a significant difference in dysmenorrhea scores before and after the intervention in both the intervention group ($p = 0.000$) and the control group ($p = 0.046$). Furthermore, the Mann-Whitney U Test revealed a significant difference between the intervention and control groups after the intervention ($p = 0.009$). It was concluded that the administration of turmeric-tamarind herbal drink had a significant effect on reducing the intensity of dysmenorrhea among adolescent girls at SMP Negeri 4 Abiansema. Therefore, turmeric-tamarind herbal drink may be considered a complementary therapy to help alleviate dysmenorrhea among adolescent girls.

Keywords: turmeric-tamarind herbal drink, dysmenorrhea, menstrual pain, adolescent girls

References: 64 (2016–2025)

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH PEMBERIAN JAMU KUNYIT ASAM TERHADAP *DISMENOREA* PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 4 ABIANSEMAL

Diajukan Oleh:

NI PUTU INRI NAZARENTIKA
NIM. A1122011

Badung, 28 Juli 2026

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Prof. Dr. Bdn Luh Putu Widiastini, S.SiT., M.Kes
NIDN. 1126098501

Pembimbing II

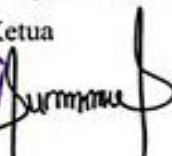


Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, SST., M.Kes
NIDN. 0821098803

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Kebidanan

Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN. 0808068701

HALAMAN PENGESAHAN

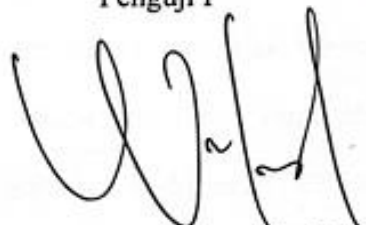
**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI
DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA
KEBIDANAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI**

Tanggal: 04 Agustus 2026

Yang terdiri dari:

Ketua Penguji .

Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT., M.Kes
NIDN. 0809018701

Penguji I

Prof. Dr. Bdn Luh Putu Widiastini, S.SiT., M.Kes
NIDN. 1126098501

Penguji II

Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, SST., M.Kes
NIDN. 0821098803

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua

Bdn. Ni Putu Mirah Yuhita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN. 0808068701

KATA PENGANTAR

Puji syukur panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam Terhadap *Dismenorea* Pada Remaja Putri di SMPN 4 Abiansemai” proposal ini penulis susun untuk memenuhi salah satu persyaratan menyelesaikan Pendidikan Sarjana Kebidanan pada program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usaha Bali.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, maka dari itu bersama ini pula dengan segala kerendahan hati, penulis menghantarkan banyak terima kasih kepada pihak yang mendukung yaitu:

1. Dr.Ir.Putu Santika, M.M selaku ketua STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan izin dalam penyusunan skripsi ini.
2. Bdn.Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST.,M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan izin dalam penyusunan skripsi ini.
3. Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT., M.Kes selaku penguji utama yang telah memberikan masukan, saran, pengetahuan dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi penelitian ini.
4. Prof. Dr. Bdn.Luh Putu Widiastini, S.SiT., M.Kes selaku pembimbing I yang telah memberikan masukan, saran, pengetahuan dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi penelitian ini.

5. Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, SST., M.Kes selaku pembimbing II yang telah memberikan masukan, saran, pengetahuan dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi penelitian ini.
6. Seluruh staf Dosen STIKES Bina Usada Bali yang telah membina membimbing penulis sejak awal pendidikan hingga saat ini.
7. Semua pihak yang tidak dapat sebut satu persatu yang telah memberikan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnahkan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih.

Badung, Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Kajian Teoritis	7
1. Remaja	7
2. <i>Dismenorea</i>	10
3. Kunyit Asam.....	17

B. Kajian Empiris	25
C. Kerangka Teori	28
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DAN DEFINISI OPERASIONAL	29
A. Kerangka Konsep	29
B. Hipotesis Penelitian	30
C. Definisi Operasional	31
BAB IV METODE PENELITIAN	33
A. Desain Penelitian	33
B. Populasi dan Sampel penelitian	34
C. Tempat Penelitian	35
D. Waktu Penelitian	35
E. Etika Penelitian	35
F. Alat Pengumpulan Data	38
G. Prosedur Pengumpulan Data	40
H. Pengolahan Data	44
I. Analisis Data	47
BAB V HASIL PENELITIAN	49
A. Tempat dan Waktu Penelitian	49
B. Analisis Deskriptif	50
C. Analisis Komparatif	51
BAB VI PEMBAHASAN	55
A. Interpretasi Data	55

B. Keterbatasan Penelitian	60
C. Implikasi terhadap Pelayanan, Pendidikan, dan Penelitian	60
BAB VII PENUTUP	62
A. Kesimpulan	62
B. Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	31
Tabel 4.1 Rancangan Penelitian	33
Tabel 5.1 Karakteristik Remaja Putri Di SMPN 4 Abiansemal	50
Tabel 5.2 Dismenorea Pre-test dan Post-test Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.....	52
Tabel 5.3 Hasil Analisis Pemberian Jamu Kunyit Asam Terhadap Dismenorea Pada Remaja Putri Di SMPN 4 Abiansemal.....	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS)	14
Gambar 2.2 Jamu Kunyit Asam	18
Gambar 2.3 Kerangka Teori Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam Terhadap <i>Dismenorea</i> Pada Remaja Putri di SMPN 4 Abiansemal	28
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penelitian
- Lampiran 2. Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 3. Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4. Surat Keterangan Lolos Etik
- Lampiran 5. Berita Acara Pelaksanaan Uji Etik
- Lampiran 6. Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 7. Balasan Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 8. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 9. Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 10. Surat Pengantar Kuesioner
- Lampiran 11. Kuesioner NRS
- Lampiran 12. SOP Jamu Kunyit Asam
- Lampiran 13. Hasil *Output* SPSS
- Lampiran 14. Dokumentasi
- Lampiran 15. Lembar Bimbingan

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
SMPN	: Sekolah Menengah Pertama Negeri
BKKBN	: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional
NRS	: <i>Numeric Rating Scale</i>
NSAID	: <i>Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs</i>
COX-2	: <i>Cyclooxygenase-2</i>
FDA	: <i>Food and Drug Administration</i>
GRAS	: <i>Generally Recognized as Safe</i>
H _a	: Hipotesis Alternatif
H ₀	: Hipotesis Nol
mL	: Mililiter
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solutions</i>
SOP	: Standar Operasional Prosedur
PSP	: Persetujuan Setelah Penjelasan
KEPK	: Komisi Etik Penelitian Kesehatan
EA	: <i>Ethical Approval</i>
KIE	: Komunikasi, Informasi, dan Edukasi

DAFTAR PUSTAKA

- Abadi, T. W., & Sukmana, H. (2022). *Buku Ajar Statistika Deskriptif Untuk Riset Komunikasi* (1st ed.). Umsida Press.
<https://doi.org/https://doi.org/10.21070/2022/978-623-464-032-8>
- Agung, A. A. P., & Yuesti, A. (2017). *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Abpublisher.
- Amelia, S., Juwita, F., & Fajriyah, A. (2020). Pengaruh Pemberian Kunyit Asam terhadap Penurunan. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 3(2), 143–150.
- Anggreni, D. (2022). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Artawan, I. P., Damayanti, I. A. M., & Adianta, I. K. A. (2022). Hubungan Nyeri Haid (Dismenore Primer) dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswi Sarjana Keperawatan Tingkat IV ITEKES BALI Tahun 2022. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 6(2), 94–99.
- Aseptianova. (2019). Pengaruh Ekstrak Daun Kunyit (*Curcuma longa* Linn.) Sebagai Insektisida Elektrik Terhadap Mortalitas Nyamuk *Culex* sp. L. *Jurnal Pro-Life*, 6(1), 44–54. <https://doi.org/https://doi.org/10.33541/pro-life.v6i1>
- Astuti, A. D. I., & Prajayanti, E. D. (2020). Penerapan Pemberian Jamu Kunyit Asam untuk Penurunan Disminore pada Remaja Putri. *Jurnal Universitas Kadiri Kediri*, 1(1).
- Axel Mbvoumi Nloh, Esther Ngadjui, Noël Vogue, Aimé Césaire Tetsatsi Momo, Georges Roméo Bonsou Fozin, Yannick Meli Yemeli, P. W. (2020). Prevalence and factors associated with dysmenorrhea in women at child bearing age in the Dschang Health. *Pan African Medical Journal*, 37(178), 2. <https://doi.org/10.11604/pamj.2020.37.178.19693>
- Bancin, D. R., Sitorus, F., & Anita, S. (2022). Pengaruh Massase Abdomen terhadap Intensitas Nyeri Haid pada Remaja Putri di Kelurahan Gedung Johor Medan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 1283–1287.
- Boroujeni, Z. S., & Heidari-Soureshjani, S. (2024). Effects of *Curcuma longa* (turmeric) and Curcumin On The Premenstrual Syndrome and Dysmenorrhea : A Systematic Review. *Journal of Endometriosis and Pelvic Pain Disorders*, 16(1), 34–35. <https://doi.org/10.1177/22840265231219331>
- Buanasari, Sugiyo, W., & Apriyanti, A. C. (2018). Aktivitas Antioksidan Ekstrak Etanol Daun Asam Jawa (*Tamarindus indica* L.) dengan Metode DPPH. *Jurnal Farmasi & Sains Indonesia*, 1(1), 19–24.
- Claudia Anggie Anugrahyayu, Ninik Darsini, A. S. (2018). Minuman Kedelai (*Glycine max*) dan Kombinasi Asam Jawa (*Tamarindusindica*) dengan Kunyit (*Curcuma domestica*) dalam Mengurangi Nyeri Haid. *Jurnal Farmasi Dan Ilmu Kefarmasian Indonesia*, 5(1), 1–5.

- Creswell, J. W. (2018). *Research Design Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Dr. Rr. Nur Fauziyah, SKM, MKM, R. (2019). *Sampling dan Besar Sampel Bidang Kesehatan Masyarakat dan Klinis*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung.
- Ernawati Sinaga, Nonon Saribanon, S., Nailus Sa'adah, Ummu Salamah, Y. A. M., & Agusniar Trisnamiati, S. L. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi* (1st ed.). Global One.
- Ferina, F., & Hadiani, D. N. (2021). Indeks Masa Tubuh, Menarche dan Siklus Menstruasi pada Remaja. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 13(2), 339–346. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v13i2.1913>
- Firdausi, H. Z., Putri, S. P., Wardani, W. K., Margasari, H., Jasmine, K., Surabaya, U. N., & Ketintang, J. (2022). Artikel Review : Bioaktivitas dari Tanaman Asam Jawa (*Tamarinda indica*). *Indonesian Chemistry and Application Journal*, 5(2), 77–86.
- Harini, R., Setyowati, L., & Oktavia, R. D. (2020). Post-caesarean section pain and quality of sleep among mothers who delivered by caesarean section under spinal anesthesia. *Malahayati International Journal of Nursing and Health Science*, 03(2), 110–116. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/minh.v3i2.3473>
- Hewlings, S. J. (2017). *Curcumin : A Review of Its Effects on Human Health*. 1–11. <https://doi.org/10.3390/foods6100092>
- Husen, A. (2023). Strategi Pemasaran Melalui Digital Marketing Campaign di Toko Mebel Sakinah Karawang. *Jurnal Economia*, 2(6), 1356–1362.
- Indriani, U., Idiawati, N., & Wibowo, M. A. (2018). Uji Aktivitas Antiinflamasi dan Toksisitas Infus Kunyit (*Curcuma domestica val.*), Asam Jawa (*Tamarindus indica L.*) dan Sirih (*Piper betle L.*). *Jurnal Kimia Khatulistiwa*, 7(2), 107–112.
- Izzani, T. A., & Octaria, S. (2024). Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal Ilmu Sosial, Pendidikan Dan Humaniora*, 3(2), 259–273.
- Jamal, F., Andika, T. D., & Adhiany, E. (2022). Penilaian dan Modalitas Tatalaksana Nyeri. *Jurnal Kedokteran Nanggroe Medika*, 5(3), 66–73.
- Jannah, M. (2016). Remaja dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. *Jurnal Psikoislamedia*, 1(1), 243–256. <https://pdfs.semanticscholar.org/d121/25942b077ec27115bcb011bc27507030d87f.pdf>
- Khotimah, H., & Lintang, S. S. (2022). Terapi Non-Farmakologi untuk Mengatasi Nyeri Dismenore pada Remaja. *Faletehan Health Journal*, 9(3), 343–352.
- Kirsch, E., Rahman, S., Kerolus, K., Hasan, R., Dorota, B., Desai, A., Bergese, S. D., Kirsch, E., Rahman, S., Kerolus, K., Hasan, R., & Kowalska, D. B. (2024).

Dysmenorrhea , a Narrative Review of Therapeutic Options Dysmenorrhea , a Narrative Review of Therapeutic Options. *Journal of Pain Research*, 7090, 2576. <https://doi.org/10.2147/JPR.S459584>

Komakech, R., Kim, Y., Kang, Y., & Matsabisa, G. M. (2019). Integrative Medicine Research Anti-inflammatory and Analgesic Potential of *Tamarindus indica* Linn. (Fabaceae): a narrative review. *Integrative Medicine Research*, 8(3), 181–186. <https://doi.org/10.1016/j.imr.2019.07.002>

Kusbiantoro, D. · Y. P. (2018). Pemanfaatan Kandungan Metabolit Sekunder pada Tanaman Kunyit dalam Mendukung Peningkatan Pendapatan Masyarakat. *Jurnal Kultivasi*, 17(1), 545.

Lilis Fatmawati, Yuanita Syaiful, K. N. (2020). Kunyit Asam (*Curcuma Domestica* Val) Menurunkan Intensitas Nyeri Haid. *Journals of Ners Community*, 11(1), 10–17.

Luh Putu Widiastini, I Gusti Agung Manik Karuniadi, P. A. D. S. (2024). Kenali Masa Pubertas pada Remaja Melalui Pendidikan Kesehatan. *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 65–69. <https://doi.org/10.36082/gemakes.v4i1.1478>

Mukhyi, M. A. (2023). *Metodologi Penelitian Panduan Praktis Penelitian yang Efektif* (1st ed.). Literasi Nusantara Abadi Grup.

Ni Luh Putu Ari Dewi, I Dewa Made Endiana, I. P. E. A. (2023). Pengaruh Rasio Likuiditas, Rasio Leverage dan Rasio Profitabilitas Terhadap Financial Distress pada Perusahaan Manufaktur. *Kumpulan Hasil Riset Mahasiswa Akuntansi (KHARISMA)*, 1(1), 322–333.

Novelia, S., & Wowor, T. J. (2023). Tamarind Turmeric Drink on Menstrual Pain among Adolescence Girls. *International Journal of Midwifery and Health Sciences*, 1(3), 295–303. <https://doi.org/https://doi.org/10.61777/ijmhs.v1i3.58>

Organization, W. H. (2019). *Adolescent health: The missing population in universal health coverage*. file:///C:/Users/acer/Downloads/Adolescent-Health-Missing-Population-in-UHC.pdf

Pebrinawanti Saragih, Rhina Chairani Lubis, Hj. Tisnilawati, H. R. (2024). Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Tentang Gangguan Menstruasi Wanita Usia Subur (WUS) Pada Tenaga. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 5(1), 973–978. <https://doi.org/https://doi.org/10.55338/jpkmn.v5i1.2898>

Pratiwi, D. A. (2024). *Pengaruh Pemberian Jus Wortel terhadap Penurunan Disminore pada Remaja di Desa Ngablak*. 2, 134–144. <https://jurnal.stikeskesosi.ac.id/index.php/CaloryJournal/article/view/387/509>

Putri, J. S., Nugraheni, W. T., & Ningsih, W. T. (2023). Faktor Risiko Yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Pada Siswi Di Mts Muhammadiyah 2

- Palang Kabupaten Tuban. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(9), 2589–2599. <https://jmi.rivierapublishing.id/index.php/rp>
- Rahayu, W. P., Pambayun, R., Ardiansyah, Giyatmi, & Santoso, U. (2018). *Ensiklopedia Produk Pangan Indonesia Jilid 2 Kumpulan Berbagai Teknologi Produk Pangan Indonesia* (1st ed.). IPB Press. https://patpi.or.id/wp-content/uploads/2023/04/Ensiklopedia-Produk-Pangan-Indonesia_Jilid-2.pdf
- Rahmatika, F. (2022). Pengaruh Konsumsi Jamu Kunyit Asam Terhadap Penurunan Nyeri Disminore Pada Remaja Putri. *Literature Review*, 27(8), 22–39.
- Ratih Indah Kartikasari, Risyia Secha Primindari, Dian Nurafifah, Andri Tri Kusumaningrum, I. M. (2023). *Konsep Diri Remaja Perempuan Tentang Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas*. 15(3), 114–122.
- Risa Nur Fadila, Su'udi, Titik Sumiatin, W. T. N. (2024). Stres dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 4 Tuban. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 3(8), 238–244. <https://journal-mandiracendikia.com/jikmc>
- Rizka Zulfikar, Fifian Permata Sari, Anggi Fatmayati, Kartika Wandini, Tati Haryati, Sri Jumini, N., & Selvi Annisa, Oktavy Budi Kusumawardhani, Rif'atul Mutiah, Alexander Indrakusuma Linggi, H. F. (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif Teori, Metode dan Praktik* (1st ed.). Widina Media Utama. <https://repository.penerbitwidina.com/publications/567988/metode-penelitian-kuantitatif-teori-metode-dan-praktik>
- Saalino, V., Sampe, L., & Rante, R. (2021). Pengaruh Nyeri haid (Dismenorrhea) terhadap aktivitas belajar pada remaja putri di SMAN 4 Toraja Utara Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh terhadap nyeri haid (Dismenorrhea) terhadap aktivitas belajar pada remaja putri di SMA Negeri 4 To. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif*, 1(1), 3–4. <https://doi.org/https://journal.stikestanatoraja.ac.id>
- Safitri, G. (2023). *Effect of Routine Consumption of Dysmenorrhea among Adolescent Girls Turmeric-Tamarind Herb*. 15(1), 41–48.
- Sarmanah, N., & Anggraini, N. (2023). Pengaruh Akupresur Terhadap Penurunan Intensitas Dismenore Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 6 Banjarsari Kabupaten Lebak. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific)*, 9(1), 100. <https://doi.org/https://doi.org/10.33023/jikep.v9i3.1595>
- Setzer, W. N. (2021). Variation in the Chemical Composition of Five Varieties of *Curcuma longa* Rhizome Essential Oils Cultivated in North Alabama. *Foods*, 10(212), 2. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/foods10020212> Academic
- Sirintawat, N., Sawang, K., Chaiyasamut, T., & Wongsirichat, N. (2017). Pain measurement in oral and maxillofacial surgery. *Journal of Dental Anesthesia and Pain Medicine*, 17(4), 253–263. <https://doi.org/https://doi.org/10.17245/jdapm.2017.17.4.253>

- Soltani, R. (2020). *Evaluation on the Effects of Tamarindus Indica L. Fruit on Body Weight and Several Cardiometabolic Risk Factors in Obese and Overweight Adult Patients: A Randomized Controlled Clinical Trial*. 1–5. <https://doi.org/10.4103/ijpvm.IJPVM>
- Sri, A., Kasma, R., & Mayangsari, R. (2024). Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore pada Mahasiswi di Majene. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 19(1), 22–28.
- Subhaktiyasa, P. G. (2024). Evaluasi Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif: Sebuah Studi Pustaka. *Journal of Education Research*, 5(4), 5599–5609.
- Suprihatin, T., Rahayu, S., Rifa, M., & Widyarti, S. (2020). Senyawa pada Serbuk Rimpang Kunyit (*Curcuma longa* L .) yang Berpotensi sebagai Antioksidan. *Buletin Anatomi Dan Fisiologi*, 5(1). <https://doi.org/10.14710/baf.5.1.2020.35-42>
- Surya, A. Z., Fauzi, A., & Prastomo, A. (2024). Rancang Bangun Aplikasi Pengolahan Data Bank Sampah Berbasis Desktop (Studi Kasus pada RW.13 Kelurahan Depok Jaya). *Jurnal Riset Teknik Komputer*, 1(1), 27–37.
- Susanti, U., Wulandari, T. S., & Parmilah. (2022). Efektivitas Kunyit Asam Sebagai Penurun Nyeri Pada Remaja Yang Mengalami Dismenore. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Dan Kesehatan Alkautsar*, 1(1), 1–7. <https://doi.org/https://doi.org/10.64314/jikka.v1i1.55>
- Ummah, F. R., Rahagia, R., & Pamungkas, P. (2021). the Influence of Asam Turmeric on Reducing Mensual Pain During Menruation in Man 2 Pamekasan. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 1(2).
- Villasari, A. (2021). *Fisiologi Menstruasi* (1st ed.). Strada Press.
- Wardani, P. K., & Casmi, S. C. (2021). Hubungan Siklus Menstruasi dan Usia Menarche dengan Dismenor Primer pada Siswi Kelas X. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 2(1), 1–10.
- Wildayani, D., Lestari, W., & Ningsih, W. L. (2023). *Dismenore : Asupan Zat Besi, Kalsium Dan Kebiasaan Olahraga*. Pustaka Galeri Mandiri.
- Wisudahningsih, E. T., Aminudin, H., & Ramadhani, I. (2025). Tahapan Perkembangan Remaja: Perspektif Psikologis dan Implikasi Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Islam*, 3(4), 1205. <https://doi.org/https://doi.org/10.61104/ihsan.v3i4.2448>
- Wulandari, L., Safitri, R., & Purwati, A. (2024). Pengaruh teknik akupresur titik hegu (*Li4*) terhadap intensitas nyeri haid (*dismenorre primer*) pada remaja putri usia 13-15 tahun di MTs Al-Khalifah Kepanjen. 4(02), 484–490.
- Zeng, L., Yang, T., Yang, K., Yu, G., Li, J., Xiang, W., & Chen, H. (2022). Efficacy and Safety of Curcumin and *Curcuma longa* Extract in the Treatment of

Arthritis : A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trial. *Frontiers in Immunology*, 13(July), 1–20. <https://doi.org/10.3389/fimmu.2022.891822>

Zonyfar, C., Nuraini, R., Purnia, D. S., Setyawati, I., Evi, T., Dian, S., Permana, H., & Sumartiningsih, M. S. (2022). *Metodologi Penelitian* (1st ed.). Pena Persada. <https://repository.bsi.ac.id/repo/33455/Metodologi-Penelitian>

Lampiran 1. Jadwal Penelitian

JADWAL KEGIATAN PENELITIAN

Pengaruh Pemberian Jamu Kunyit Asam Terhadap *Dismenorea* Pada Remaja Putri

Kegiatan	Bulan (Waktu)					
	Maret 2026	April 2026	Mei 2026	Juni 2026	Juli 2026	Agustus 2026
Pengajuan Judul						
Penyusunan Proposal						
Ujian Proposal						
Revisi Proposal						
Pengumpulan Proposal						
Uji Etik						
Pengumpulan Dan Pengelolaan Data						
Penyusunan Skripsi						
Ujian Skripsi						
Revisi Skripsi						
Pengumpulan Skripsi						
Publikasi						