



PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN AIR KUNYIT (*CURCUMA LONGA*) TERHADAP SKALA NYERI *DISMENORE* PADA REMAJA PUTRI DI DESA SUKASARI

The Effect Of The Administration Of Tourism Water Drink (Curcuma Longa) On The Scale Of Dymenorore Pain In Adolescent Women In Sukasari Village

Dwi Sagita Apriyani¹, Ningsih², Rina Puspita Sari³

^{1,2,3}Universitas Yatsi Madani

Email: apriyanisagitaedwi@gmail.com

Abstract

The incidence of menstrual pain in Indonesia reaches 60-70%, the incidence of primary type dysmenorrhea in Indonesia is around 54.89%, while the rest are dysmenorrhea sufferers with secondary type, where absenteeism from school ranges from 13-51% and 5% to 14 % of the absence is due to the severity of the symptoms that occur. So that menstrual pain is the main cause of absenteeism in adolescent girls. It is reported that more than 20% of pubertal adolescents are more likely to stay at home to rest and limit physical activity during menstrual pain. This hormonal imbalance will cause pain during the menstrual cycle. Pain during menstruation causes the patient's discomfort in carrying out daily physical activities so that it can interfere with the patient's productivity. There are several ways to relieve menstrual pain, one of which is the use of herbal medicines such as turmeric. Turmeric contains Curcumin. Curcumin works as an analgesic that will inhibit the release of excessive prostaglandins through the uterine epithelial tissue and will inhibit uterine contractions so that it will reduce menstrual pain. Princess in Sukasari Village. Methods: This research is a research that uses quantitative methods with a Quast Experimental research design. The design used in this research is one group pretest and posttest. In this study, we compared the results of the intervention for 3 days of drinking curcuma longa water in the Quasi Experimental group. The population in this study were all young women in the village of Sukasari, totaling 105 people. The sample needed in this study was 42 people based on the Lemeshow formula calculation. Based on the results of the Wilcoxon test, the value of sig. 2(2-tailed) is 0.000 ($p < 0.05$). The conclusion of this study is that based on the Wilcoxon test, the sig. (2-tailed) of 0.000 ($p < 0.05$) So it can be concluded that H_0 is rejected and H_a is accepted, meaning that there is an effect of giving turmeric water (curcuma longa) to the dysmenorrhea pain scale in adolescent girls in Sukasari Village.

Keywords: *Water drink (curcuma longa), turmeric, Dysmenorrhea, Adolescents*

Abstrak

Angka kejadian nyeri menstruasi di Indonesia mencapai 60-70%, angka kejadian dismenorea tipe primer di Indonesia sekitar 54,89%, sedangkan sisanya adalah penderita dismenorea dengan tipe sekunder, dimana ketidakhadiran di sekolah berkisar antara 13-51% serta 5% sampai dengan 14% ketidakhadiran tersebut disebabkan oleh beratnya gejala yang terjadi. Sehingga nyeri menstruasi merupakan penyebab utama absensi pada remaja putri. Dilaporkan lebih dari 20% remaja pubertas lebih sering tinggal di rumah untuk istirahat dan membatasi aktifitas fisik sewaktu nyeri haid. Ketidakseimbangan hormon ini akan menyebabkan timbulnya rasa nyeri selama siklus menstruasi berlangsung. Nyeri saat

menstruasi menyebabkan ketidaknyamanan penderita dalam melakukan aktivitas fisik sehari-hari sehingga dapat mengganggu produktivitas penderita. Ada beberapa cara untuk meredakan nyeri menstruasi, salah satunya yaitu dengan penggunaan obat-obatan herbal seperti kunyit. Kunyit mengandung zat Curcumin. Curcumin bekerja sebagai analgetik yang akan menghambat pelepasan prostaglandin yang berlebihan melalui jaringan epitel uterus dan akan menghambat kontraksi uterus sehingga akan mengurangi rasa nyeri pada menstruasi. Tujuan penelitian ini yaitu Untuk menganalisis adanya Pengaruh Pemberian Minuman Air Kunyit (*Curcuma Longa*) Terhadap Skala Nyeri *Dismenorea* Pada Remaja Putri Di Desa Sukasari. Metode: Penelitian ini adalah penelitian yang menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian Quast Ekperimen. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah one group pretest and posttest. Dalam penelitian ini membandingkan hasil intervensi selama 3 hari pemberian minuman air curcuma longa pada kelompok Quasi Eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri di desa sukasari yang berjumlah 105 orang. sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah 42 orang berdasarkan perhitungan rumus *lemeshow*. Berdasarkan hasil uji wilcoxon didapatkan nilai sig. 2(2-tailed) adalah 0,000 ($p < 0,05$). Kesimpulan penelitian ini bahwa Berdasarkan uji Wilcoxon didapatkan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,000 ($p < 0,05$) Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat pengaruh pemberian minuman air kunyit (*curcuma longa*) terhadap skala nyeri dismenore pada remaja putri di Desa Sukasari.

Kata Kunci: Minuman air (*curcuma longa*) kunyit, Dismenore, Remaja

PENDAHULUAN

Nyeri saat haid menyebabkan ketidaknyamanan dalam aktivitas fisik sehari-hari. Keluhan ini berhubungan dengan ketidakhadiran berulang di sekolah ataupun di tempat kerja, sehingga dapat mengganggu produktivitas. 40% hingga 70% wanita pada masa reproduksi mengalami nyeri haid, dan sebesar 10% mengalaminya hingga mengganggu aktivitasnya sehari-hari. Sekitar 70%-90% kasus nyeri haid terjadi saat usia remaja dan dewasa awal yang akan mempengaruhi aktivitas akademis, sosial dan olahraganya (Puji, 2010).

Angka kejadian nyeri menstruasi di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap Negara mengalami nyeri menstruasi (Anurogo, 2008). Menurut French 2005 dikutip dari Rosmayanti (2021) sebuah studi epidemiologi pada populasi remaja yang berusia 12-17 tahun di Amerika Serikat, melaporkan prevalensi nyeri menstruasi adalah 59,7%. Dari mereka yang mengeluh nyeri, 12% diantaranya mengalami nyeri berat, 37% diantaranya mengalami nyeri sedang, dan 49% diantaranya mengalami nyeri ringan. Kejadian ini menyebabkan 14% remaja sering tidak masuk sekolah. Penelitian di Swedia, 80% remaja usia 19 - 21 tahun mengalami *dismenorea*, 15% membatasi aktifitas harian mereka ketika menstruasi dan membutuhkan obat-obatan untuk mengurangi nyeri *dismenorea*, sedangkan 8-10% tidak mengikuti sekolah dan meninggalkan pekerjaan (Desfietni, 2012 dalam Suri & Nofitri (2015).

Angka kejadian nyeri menstruasi di Indonesia mencapai 60-70%, angka kejadian *dismenorea* tipe primer di Indonesia sekitar 54,89%, sedangkan sisanya adalah penderita *dismenorea* dengan tipe sekunder, dimana ketidakhadiran di sekolah berkisar antara 13-51% serta 5% sampai dengan 14% ketidakhadiran tersebut disebabkan oleh beratnya gejala yang terjadi. Sehingga nyeri menstruasi merupakan penyebab utama absensi pada remaja putri. Dilaporkan lebih dari 20% remaja pubertas lebih sering tinggal di rumah untuk istirahat dan membatasi

aktifitas fisik sewaktu nyeri haid. Hal ini juga diperkuat oleh penelitian Sulastri tahun 2006, bahwa akibat keluhan nyeri menstruasi pada remaja putri di Purworejo berdampak pada gangguan aktivitas sehari-hari sehingga menyebabkan absen sekolah < 3 hari dan tidak mampu melakukan kegiatan apapun. Hal ini akan menurunkan kualitas hidup pada masing-masing individu (Proverawati & Misaroh, 2009).

METODE

Penelitian ini adalah penelitian yang menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian *Quast Ekperimen*. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pretest and posttest* (Notoatmodjo, 2014). Dalam penelitian ini membandingkan hasil intervensi pemberian minuman air curcuma longa pada kelompok *Quasi Eksperimen* yang sampelnya diobservasi dengan cara melakukan pengukuran skala nyeri menggunakan lembar observasi (pretest) terlebih dahulu, sebelum diberikan intervensi. Kemudian setelah diberikan intervensi, sampel tersebut diobservasi skala nyerinya menggunakan lembar observasi (posttest).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Karakteristik usia

Usia	Frekuensi	Presentase (%)
12-13	8	19%
14-15	13	31%
16-19	21	50%
Total	42	100%

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan pada tabel diatas diketahui bahwa karakteristik usia responden berada dalam kategori usia 12-13 tahun dengan jumlah 8 responden dengan presentase 19%, usia 14-15 tahun dengan jumlah 13 responden dengan presentase 31%, dan usia 16-19 tahun dengan jumlah 21 responden dengan presentase 21%.

Tabel 2 Karakteristik Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Presentase (%)
SD	2	4,8%
SMP	7	16,7%

SMA	33	78,6%
Total	42	100%

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan pada tabel diatas diketahui bahwa karakteristik pendidikan responden berada dalam kategori pendidikan SD sebanyak 2 responden dengan presentase 4,8%, pendidikan SMP sebanyak 7 responden dengan presentase 16,7%, dan pendidikan SMA sebanyak 33 responden dengan presentase 78,6%.

Tabel 3 Nilai Rata-Rata Skala Nyeri *Dismenore* Sebelum Diberikan Intervensi Pemberian Air Kunyit (*Curcuma Longa*)

Mean	Median	Standar deviasi	Min – Max
3,45	3,00	0,550	2-4

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan pada tabel diatas menggambarkan bahwa skala nyeri *dismenore* sebelum diberikan intervensi pemberian air kunyit (*curcuma longa*) memiliki skor nilai rata-rata 3,45, median 3,00, standar deviasi 0,550, nilai min 2 dan nilai max 4.

Tabel 4 Skala Nyeri *Dismenore* Sebelum Diberikan Intervensi Pemberian Air Kunyit (*Curcuma Longa*)

Skala nyeri	N	Pre test (presentase %)
Nyeri ringan	1	2,4%
Nyeri sedang	21	50%
Nyeri berat	20	47,6%
Jumlah	42	100%

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan pada tabel diatas diketahui bahwa skala nyeri *dismenore* sebelum diberikan intervensi pemberian air kunyit (*curcuma longa*) didapatkan hasil sebanyak 21 (50%) responden mengalami nyeri sedang, 20 (47,6%) responden mengalami nyeri berat, dan 1 (2,4%) responden mengalami nyeri ringan.

Tabel 5 Nilai Rata-Rata Skala Nyeri *Dismenore* Setelah Diberikan Intervensi Pemberian Air Kunyit (*Curcuma Longa*)

Mean	Median	Standar deviasi	Min – Max
1,93	2,00	0,463	1-3

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan pada tabel diatas menggambarkan bahwa skala nyeri *dismenore* setelah diberikan intervensi pemberian air kunyit (*curcuma longa*) memiliki skor nilai rata-rata 1,93, median 2,00, standar deviasi 0,463, nilai min 1 dan nilai max 3.

Tabel 6 Skala Nyeri *Dismenore* Setelah Diberikan Intervensi Pemberian Air Kunyit (*Curcuma Longa*)

Skala nyeri	N	Pre test (presentase %)
Tidak nyeri	6	14,3%
Nyeri ringan	33	78,6%
Nyeri sedang	3	7,1%
Jumlah	42	100%

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan pada tabel diatas diketahui bahwa skala nyeri *dismenore* setelah diberikan intervensi pemberian air kunyit (*curcuma longa*) didapatkan hasil sebanyak 33 (78,6%) responden mengalami nyeri ringan, 6 (14,3%) responden tidak mengalami nyeri, dan 3 (7,1%) responden mengalami nyeri sedang.

Tabel 7 Skala Nyeri *Dismenore* Sebelum Dan Setelah Diberikan Intervensi Pemberian Air Kunyit (*Curcuma Longa*)

Skala nyeri	N	Pre test (%)	N	Post test (%)
Tidak nyeri	0	0%	6	14,3%
Nyeri ringan	1	2,4%	33	78,6%
Nyeri sedang	21	50%	3	7,1%
Nyeri berat	20	47,6%	0	0%
Jumlah	42	100%	42	100%

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan pada tabel diatas menunjukkan adanya perubahan yang signifikan pada skala nyeri *dismenore* sebelum dan setelah diberikan intervensi pemberian air kunyit (*curcuma longa*). Sebelum diberikan intervensi sebagian besar responden mengalami nyeri sedang sebanyak 21 (50%) responden, nyeri berat 20 (47,6%) responden, nyeri ringan 1 (2,4%) dan tidak ada responden yang tidak mengalami nyeri. Sedangkan setelah diberikan intervensi, skala nyeri responden berubah menjadi sebagian besar responden hanya mengalami nyeri ringan sebanyak 33 (78,6%), tidak mengalami nyeri 6 (14,3%), nyeri sedang 3 (7,1%) dan tidak ada responden yang mengalami nyeri berat.

Tabel 8 Uji Normalitas

		Shapiro-wilk		
Intervensi		Statistic	Df	Sig.
Tingkat nyeri	Sebelum intervensi	0,927	42	0,010
	Setelah intervensi	0,876	42	0,000

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa hasil nilai p-value sebelum intervensi yaitu 0,010 ($p < 0,05$) dan nilai p-value setelah intervensi yaitu 0,000 ($p < 0,005$). Karena kedua nilai p-value yang di dapat $<$ dari 0,05 maka dapat diinterpretasikan bahwa data tidak berdistribusi normal. Sehingga uji bivariat yang digunakan yaitu uji wilcoxon sign rank test.

Tabel 9 Uji wilcoxon sign rank test

		N	Mean Rank	Sum of Ranks	Z	Asymp.Sig(2-tailed)
Posttes t – Pretest	Negative Ranks	42 ^a	21.50	903.00	-5.715 ^b	0.000
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00		
	Ties	0 ^c				
	Total	42				

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan hasil analisis pada tabel diatas menunjukkan bahwa nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,000 ($p <$ dari 0,05) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang nyata antara skala nyeri *dismenore* responden sebelum dan setelah diberikan intervensi pemberian air kunyit (*curcuma longa*). Maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat pengaruh pemberian minum air kunyit

(*curcuma longa*) terhadap skala nyeri *dismenore* pada remaja putri di Desa Sukasari.

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

1. Usia

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden yang mengalami nyeri *dismenore* adalah responden yang berusia 16-19 tahun dengan jumlah 21 (50%) responden. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Hamdayani, 2018) bahwa *dismenore* primer terjadi pada rentang usia 15-25 tahun, hal ini terjadi karena pada usia tersebut berada pada fase awal masa reproduksi dengan status belum menikah dan tidak mempunyai pengalaman melahirkan, yang disebabkan oleh kontraksi uterus dan tidak terdapat hubungan dengan kontraksi penyakit (Ulaa et al., 2022).

2. Pendidikan

Berdasarkan status pendidikan didapatkan hasil bahwa mayoritas responden yang mengalami *dismenore* adalah responden yang berpendidikan SMA dengan jumlah 33 (78,6%) responden. Hal ini sejalan dengan penelitian (Srimulyati, 2022) mengungkapkan bahwa mayoritas responden berpendidikan SMA sebanyak 34 (73,9%). Responden mengalami penurunan skala nyeri setelah diberikan penkes oleh peneliti artinya semakin tinggi pendidikan seseorang akan semakin mudah menira informasi.

3. Skala nyeri *dismenore* sebelum diberikan intervensi pemberian air kunyit (*curcuma longa*)

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa skala nyeri *dismenore* sebelum diberikan intervensi pemberian air (*curcuma longa*) kunyit didapatkan hasil skor nilai rata-rata 3,45, dan standar deviasi 0,550. Mayoritas responden pada penelitian ini berada dalam kategori skala nyeri sedang dengan jumlah 21 (50%) responden, nyeri berat 20 (47,6%) responden dan nyeri ringan 1 (2,4%) responden. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Saputri et al., 2020) mengatakan bahwa sebelum pemberian kunyit asam mayoritas responden berada dalam kategori nyeri sedang sebanyak 30 orang (83,3%) dan yang mengalami nyeri ringan sebanyak 1 orang (2,8%) dengan nilai mean 5,8889 dan standar deviasi 1,23700.

4. Skala nyeri *dismenore* setelah diberikan intervensi pemberian air (*curcuma longa*) kunyit

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa skala nyeri *dismenore* setelah diberikan intervensi pemberian air (*curcuma longa*) kunyit didapatkan hasil skor nilai rata-rata 1,93, dan standar deviasi 0,463. Mayoritas responden pada penelitian ini berada dalam kategori skala nyeri ringan dengan jumlah 33 (78,6%) responden, tidak nyeri 6 (14,3%) responden dan nyeri sedang 3 (7,1%) responden. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Saputri et al., 2020) mengatakan bahwa setelah pemberian kunyit asam mayoritas

responden berada dalam kategori nyeri ringan sebanyak 23 orang (63,9%) dan minoritas mengalami nyeri sedang sebanyak 13 orang (36,1%) dengan nilai mean 3,4167 dan standar deviasi 0,60356.

Analisa Bivariat

Analisa pengaruh pemberian air kunyit (*curcuma longa*) untuk mengatasi *dismenore* pada remaja putri di Desa Sukasari

Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti, terdapat perbedaan yang signifikan pada skala nyeri *dismenore* responden sebelum dan setelah pemberian air kunyit (*curcuma longa*), dilihat dari adanya perubahan kategori nyeri pada hasil *pretest* dan *posttest*. Perubahan yang terjadi yaitu sebelum diberikan air kunyit (*curcuma longa*) mayoritas responden mengalami nyeri berat serta sedang, dan tidak ditemukan responden yang tidak mengeluh nyeri. Sedangkan setelah diberikan air kunyit (*curcuma longa*) terdapat responden yang tidak mengeluh nyeri, serta mayoritas responden mengalami nyeri ringan saja dan tidak ada responden yang mengalami nyeri berat. Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh pemberian air (*curcuma longa*) kunyit terhadap skala nyeri *dismenore* pada remaja putri di desa sukasari. Dibuktikan dengan hasil uji wilcoxon didapatkan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hasil ini sejalan dengan penelitian (Saputri et al., 2020) yang mengungkapkan bahwa terdapat perbedaan sebelum dan sesudah pemberian minuman kunyit asam terhadap intensitas nyeri menstruasi (*dysmenorrhea*) pada remaja putri, dengan hasil uji statistik didapatkan hasil *p-value* $0,000 < 0,05$. Hasil penelitian (Ulaa et al., 2022) mengungkapkan bahwa ada perbedaan pengaruh pada hasil nilai nyeri kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dengan nilai *p-value* $0,000 < 0,05$.

Hal ini terjadi karena Kunyit mempunyai khasiat sebagai jamu dan obat tradisional untuk berbagai jenis penyakit, kunyit dipercaya memiliki kandungan bahan aktif yang dapat berfungsi sebagai analgetika, antipiretika, dan antiinflamasi. Selain itu dijelaskan, bahwa minuman kunyit sebagai pengurang rasa nyeri pada *dismenore* primer memiliki efek samping minimal (Widowati et al., 2020). Senyawa aktif atau bahan kimia yang terkandung dalam kunyit salah satunya adalah curcumin. Curcumin akan bekerja dalam menghambat rekasi *cyclooxygenase* yang dapat menghambat atau mengurangi terjadinya inflamasi sehingga akan mengurangi atau bahkan menghambat kontraksi uterus. Mekanisme penghambatan kontraksi uterus melalui curcumenol adalah dengan mengurangi influx ion kalsium (Ca^{2+}) kedalam kanal kanal kalsium pada sel-sel epitel uterus. Curcumenol sebagai agen analgetik akan menghambat pelepasan prostaglandin yang berlebihan melalui jaringan epitel uterus dan akan menghambat kontraksi uterus sehingga akan mengurangi terjadinya *dismenore* (Widowati et al., 2020).

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan diperoleh kesimpulan:

1. Skala nyeri dismenore pada remaja putri di Desa Sukasari sebelum diberikan intervensi pemberian minuman air kunyit (*curcuma longa*) didapatkan hasil 0 (0%) tidak nyeri, 1 (2,4%) nyeri ringan, 21 (50%) nyeri sedang, 20 (47,6%) nyeri berat.
2. Skala nyeri dismenore pada remaja putri di desa sukasari sebelum diberikan intervensi pemberian air kunyit (*curcuma longa*) didapatkan hasil 6 (14,3%) tidak nyeri, 33 (78,6%) nyeri ringan, 3 (7,1%) nyeri sedang, 0 (0%) nyeri berat.
3. Terdapat perbedaan yang nyata antara skala nyeri dismenore responden sebelum dan setelah diberikan intervensi pemberian minuman air kunyit (*curcuma longa*). Berdasarkan uji Wilcoxon didapatkan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,000 ($p < 0,05$) Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat pengaruh pemberian minuman air kunyit (*curcuma longa*) terhadap skala nyeri dismenore pada remaja putri di Desa Sukasari.

DAFTAR PUSTAKA

- Hamdayani, D. (2018). *Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Terhadap Penurunan Dismenore Primer Pada Mahasiswi Tingkat II Prodi S1 Keperawatan STIKes Marcujaya Padang*. 80, 26–28.
- Proverawati, A., & Misaroh, S. (2009). *Menarche menstruasi pertama penuh makna*. Nuha Medika.
- Puji, A. I. (2010). Efektivitas Senam Dismenore dalam Mengurangi Dismenore pada Remaja Putra DI SMU N 5 Semarang. *Icore : UNDIP*, 1–14.
- Rosmayanti, L. M. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Penanganan Nyeri Haid (Dismenorhea) Pada Siswi Kelas VII di Mts. Ar-Rahmah Jakarta Timur. *Jurnal Kesehatan Rajawali*, 11(1), 59–67.
- Saputri, I. N., Handayani, D., & Yasara, J. (2020). Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Terhadap Intensitas Nyeri Menstruasi Pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 3(1), 55–60. <https://doi.org/10.35451/jkk.v3i1.491>
- Srimulyati, selvy afrioza; siti. (2022). *Pengaruh minum kunyit asam untuk mengatasi nyeri haid di desa sukasari*. 99–108.
- Suri, S. I., & Nofitri, M. D. (2015). Pengaruh Minuman Kunyit Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Menstruasi pada Remaja Putri Kelas 1 di Pondok Pesantren Nurul Yaqin Pakandangan Kecamatan 6 Lingkung Kabupaten Padang Pariaman Tahun 2014. *'AFIYAH*, 2(1), 1–7.
- Ulaa, M., Murbiah, M., & Amanda, D. S. (2022). Pengaruh Minuman Kunyit Asam Jawa Terhadap Dismenore Primer Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13(1), 21. <https://doi.org/10.26751/jikk.v13i1.1090>
- Widowati, R., Kundaryanti, R., & Ernawati, N. (2020). Pengaruh Pemberian Minuman Madu Kunyit Terhadap Tingkat Nyeri Menstruasi. *Jurnal Ilmu Dan Budaya*, 41(66), 7809–7824.