

**LITERATURE REVIEWE : PENGARUH HERBAL KUNYIT ASAM TERHADAP  
PENURUNAN DISMENOIRE PADA REMAJA PUTRI**

Syekhi Widodo, Remilda Armika Vianti, Kusnul Khotimah

**ABSTRAK**

**Latar Belakang** : Nyeri haid atau *dismenore* ialah keluhan ginekologi yang diakibatkan karena ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan timbulnya rasa nyeri yang paling sering terjadi pada wanita. Wanita yang mengalami *dismenore* biasanya memproduksi prostaglandin 10 kali lebih banyak dibandingkan dengan wanita yang tidak mengalami *dismenore*. Prostaglandin ini menyebabkan meningkatnya kontraksi uterus, serta pada kadar yang berlebihan akan mengaktifasi usus besar. Persentase kejadian *dismenore* di dunia masih sangat banyak. Satu miliar manusia di dunia atau setiap 1 diantara 6 penduduk dunia adalah remaja, 85% diantaranya hidup di negara berkembang (Kusmiran, 2012). Rata-rata lebih dari 50% wanita disetiap negara mengalami nyeri haid (Lie, 2004). Di Amerika Serikat, prevalensi *dismenore* diperkirakan 45-90%. Puncak insiden *dismenore* primer terjadi pada akhir masa remaja atau di awal usia 20-an (Anugroho & Wulandari, 2011). Di Indonesia diperkirakan 55% perempuan pada usia produktif tersiksa akibat nyeri haid (Lie, 2004). Dampak dari *dismenore* pada remaja putri dapat berakibat terganggunya proses belajar, membuat tugas, dan aktivitas lainnya.

**Metode** : penelitian ini menggunakan metode Quasi eksperimen dan Pre-Experimental yang bertujuan untuk Mengetahui pengaruh herbal jamu kunyit asam terhadap penurunan *dismenore* pada remaja putri.

**Hasil** : dalam melakukan review dari 15 jurnal yang telah diseleksi, menyatakan bahwa ada 10 jurnal dengan isi dan subtansi yang sesuai dengan penelitian yang dilakukan. Sedangkan 5 jurnal lainnya tidak sesuai isi dan sbtansi yang diteliti.

**Kesimpulan dan saran** : bisa dijadikan sebagai pedoman remaja putri dalam mengatasi *dismenore* dan dapat menambah wawasan penurunan *dismenore* pda remaja puti.

**Kata Kunci** : *kunyit asam, curcumine, dismenore, remaja putri.*

**Daftar pustaka** : 15 jurnal (2017-2022)

**Halaman** : 81