

**GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG REBUSAN
KAYU MANIS HANGAT UNTUK MENGURANGI DISMENORE DI
PRODI KEBIDANAN UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA TAHUN 2024.**

Lingga Elpa Nika

211FI01019

Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Bhakti Kencana

ABSTRAK

Dismenore merupakan salah satu permasalahan yang dialami oleh remaja, yang mana dismenore sendiri sangat mengganggu aktivitas sehari-hari. Di Indonesia sendiri angka kejadian dismenore primer yaitu sebanyak 55% di kalangan usia produktif, yang mana hal ini menyebabkan produktivitas berkurang. Pengetahuan merupakan aspek penting dalam pengurangan nyeri dismenore sehingga tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri di Prodi Kebidanan universitas Bhakti kencana tentang manfaat rebusan kayu manis hangat untuk mengurangi dismenore. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan populasi yang terdiri dari mahasiswi Prodi Kebidanan di Universitas Bhakti Kencana yang mengalami dismenore primer, serta melibatkan 35 mahasiswi yang mengalami kondisi tersebut. Sebagian besar dari responden (62.9%) Remaja mengalami dismenore dan tingkat Pengetahuan baik. Hal ini dipengaruhi oleh informasi yang didapatkan dari orang tua, teman sebaya, internet maupun petugas Kesehatan. Simpulan pada penelitian ini adalah menunjukkan tingkat Pengetahuan remaja putri memiliki pengetahuan yang cukup. Disarankan agar informasi tentang pengobatan alami, seperti rebusan kayu manis, lebih banyak disebarkan melalui media pendidikan dan konseling, agar lebih banyak remaja perempuan dapat mengurangi nyeri dismenore dengan cara yang alami dan efektif.

Kata kunci : Pengetahuan Remaja, Dismenore, kayu manis

**Overview of Young Women's Knowledge About the Benefits of Warm
Cinnamon Decoction in Reducing Dysmenorrhea in Adolescents**

Lingga Elpa Nika

211FI01019

Study Program DIII Midwifery, Faculty of Health Sciences

Bhakti Kencana University

ABSTRACT

Dysmenorrhea is a problem experienced by adolescents, and it significantly disrupts daily activities. In Indonesia, the prevalence of primary dysmenorrhea is 55% among the productive age group, which leads to decreased productivity. Knowledge is an important aspect in reducing dysmenorrhea pain; therefore, the purpose of this study is to assess the understanding of female students in the Midwifery Program at Universitas Bhakti Kencana regarding the benefits of warm cinnamon decoction for alleviating dysmenorrhea. This research uses a descriptive quantitative method with a population consisting of 35 female students from the Midwifery Program at Universitas Bhakti Kencana who experience primary dysmenorrhea. A substantial portion (62.9%) of these adolescents experiences dysmenorrhea and has good knowledge. This is influenced by information obtained from parents, peers, the internet, and health professionals. The conclusion of this study is that the knowledge level of these female adolescents is adequate. It is recommended that information about natural remedies, such as warm cinnamon decoction, be more widely disseminated through educational media and counseling, so that more adolescent girls can reduce dysmenorrhea pain in a natural and effective way.

Keywords: *Adolescent Knowledge, Dysmenorrhea, cinnamon.*