

## ABSTRAK

Dismenorea merupakan nyeri atau kram perut yang dialami selama menstruasi, karena adanya kontraksi berlebih pada uterus diakibatkan peningkatan prostaglandin berlebih selama fase menstruasi. Dismenorea pada remaja putri dapat berdampak pada aktivitas belajar dan harian, seperti halnya konsentrasi dan motivasi belajar menurun serta absen sekolah. Kunyit asam dan kompres hangat dipercaya digunakan untuk mengatasi dismenorea. Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan pengaruh kunyit asam dan kompres hangat terhadap dismenorea pada remaja putri berdasarkan kajian literatur.

Jenis penelitian adalah *Literature Review*. Situs pencarian artikel menggunakan *Google Scholar* dan *Pubmed*. Populasi penelitian sebanyak 924 artikel dengan teknik *purposive sampling* didapatkan sampel sebanyak 13 artikel yang memenuhi kriteria dan layak berdasarkan *critical appraisal* menggunakan JBI.

Hasil penelitian dari ke 13 artikel menunjukkan adanya pengaruh kunyit asam dan kompres hangat terhadap dismenorea pada remaja putri. Nilai *pretest* kunyit asam rentang 4,30-6,44 dan *posttest* rentang 2,50-4,06 *p-value* 0,000-0,006 ( $p < 0,05$ ). *Pretest* kompres hangat rentang 4,70-8,47 dan *posttest* rentang 0,70-4,07 *p-value* 0,000 ( $p < 0,05$ ). Perbedaan rentang skor penurunan kunyit asam 1,27-3,00 dan kompres hangat 1,2-5,6.

Perbedaan pengaruh dilihat dari selisi rentang skor penurunan kompres hangat lebih banyak dibandingkan kunyit asam, hal ini disebabkan perbedaan penggunaan waktu dalam menurunkan nyeri. Kunyit asam membutuhkan waktu sekitar 15 menit-1 jam dalam menurunkan nyeri sedangkan pada kompres hangat membutuhkan waktu sekitar 20 – 30 menit. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian eksperimen mengenai kedua intervensi untuk mengetahui yang lebih efektif dengan uji statistik.

Kata Kunci : Dismenorea, Kompres Hangat, Kunyit Asam, Remaja Putri  
Daftar Pustaka: 22 Buku (1992-2020)  
3 Website (2018-2021)  
69 Artikel (2011-2021)

## **ABSTRACT**

*Dysmenorrhea is pain or abdominal cramps experienced during menstruation, due to excessive uterine contractions caused by an increase in excess prostaglandins during the menstrual phase. Dysmenorrhea in adolescent girl can have an impact on learning and daily activities, such as decreased concentration and learning motivation and school absences. Curcumine and warm compresses are believed to be used to treat dysmenorrhea. The purpose of this study was to determine the effect of curcumine and warm compresses on dysmenorrhea in adolescent girls based on a literature review.*

*The type of research was Literature Review. Article searched sites used Google Scholar and Pubmed. The research population was 924 articles with purposive sampling technique, obtained a sample of 13 articles that met the criteria and were eligible based on critical appraisal using JBI.*

*The results of the 13 articles showed that there was an effect of curcumine and warm compresses on dysmenorrhea in adolescent girls. The pretest value of curcumine ranged from 4.30-6.44 and the post-test ranged from 2.50-4.06, p-value 0.000-0.006 ( $p < 0.05$ ). The difference in the range of scores for reducing curcumine is from 1.27 to 3.00 and a warm compress is from 1.20 to 6.000.*

*The difference in the effect seen from the difference in the range of scores for the decrease in warm compresses is more than curcumine, this is due to differences in the use of time in reducing pain. Curcumine takes about 15 minutes-1 hour to reduce pain while warm compresses take about 20-30 minutes. It is hoped that further researchers can conduct experimental research on two interventions to find out which is more effective with statistical tests.*

*Keywords : Adolescent Girl, Curcumine, Dysmenorrhea, Warm Compress*

*Bibliography : 22 Books (1992-2020)*

*3 Websites (2018-2021)*

*69 Articles (2011-2021)*