

**PERBEDAAN PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN KUNYIT  
ASAM DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NYERI HAID  
PADA MAHASISWA KEPERAWATAN UNIVERSITAS  
NASIONAL JAKARTA**

**SKRIPSI**



**Oleh :**

**ANNISA APRIYANINGSIH**

**204201516028**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NASIONAL  
JAKARTA  
2024**

**PERBEDAAN PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN KUNYIT  
ASAM DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NYERI HAID  
PADA MAHASISWA KEPERAWATAN UNIVERSITAS  
NASIONAL JAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan  
pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Nasional  
Jakarta



Oleh :

**ANNISA APRIYANINGSIH**

**204201516028**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NASIONAL  
JAKARTA  
2024**

# SKRIPSI

## PERBEDAAN PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN KUNYIT ASAM DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NYERI HAID PADA MAHASISWA KEPERAWATAN UNIVERSITAS NASIONAL JAKARTA

Oleh :

ANNISA APRIYANINGSIH

NPM: 204201516028

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi

Program Studi Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Nasional

Pada tanggal 12 Februari 2024

Pembimbing 1,

pembimbing 2,

  
(Ns. Susanti Widiastuti, M.Kep)

  
(dr. Cholisah Suralaga, M.Kes)

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



  
Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.

**HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG SKRIPSI**

Judul Skripsi : Perbedaan Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam  
Dan Kompres Hangat Terhadap Nyeri Haid Pada Mahasiswa  
Keperawatan Universitas Nasional Jakarta

Nama Mahasiswa : Annisa Apriyaningsih

NPM : 204201516028

Hari/Tanggal : Senin, 12 Februari 2024

Pembimbing 1,

pembimbing 2,

Menyetujui,



(Ns. Susanti Widiastuti, M.Kep)

(dr. Cholisah Suralaga, M.Kes)

**HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG SKRIPSI**

Judul Skripsi : Perbedaan Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam  
Dan Kompres Hangat Terhadap Nyeri Haid Pada Mahasiswa  
Keperawatan Universitas Nasional Jakarta

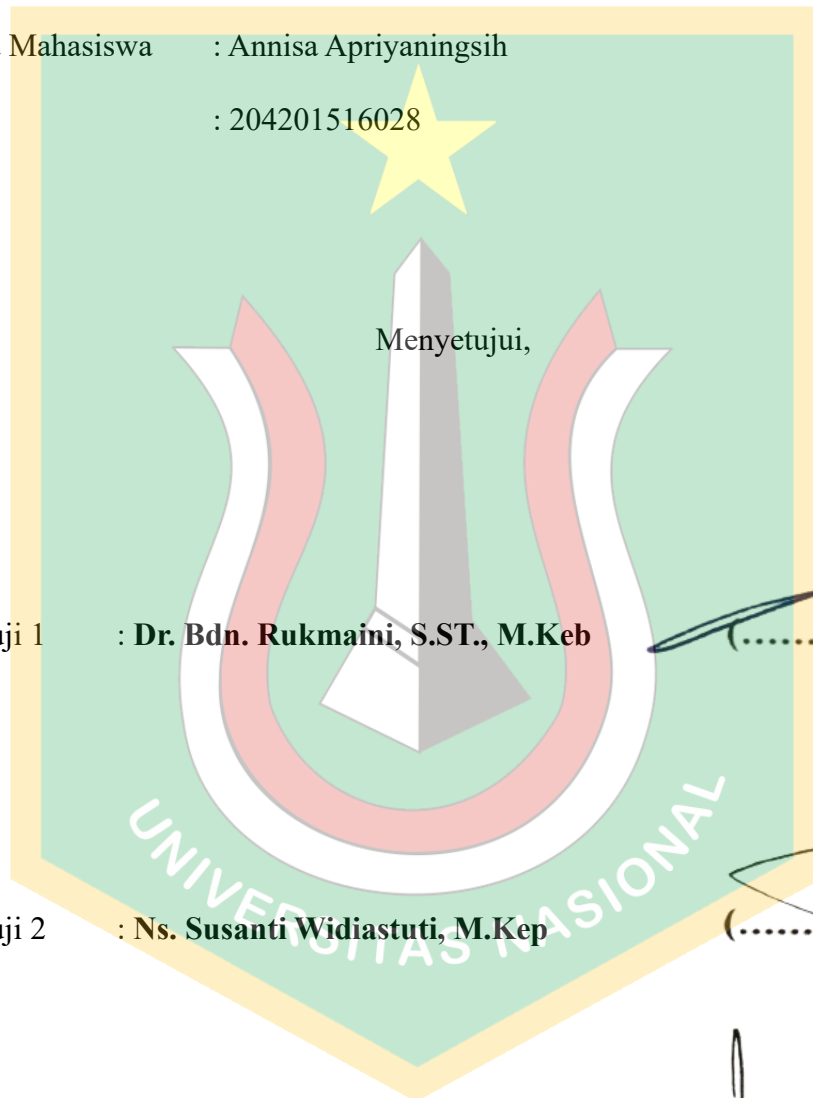
Nama Mahasiswa : Annisa Apriyaningsih

NPM : 204201516028

Penguji 1 : **Dr. Bdn. Rukmaini, S.ST., M.Keb**

Penguji 2 : **Ns. Susanti Widiastuti, M.Kep**

Penguji 3 : **dr. Cholisah Suralaga, M.Kes**



*[Handwritten signature]*  
(.....)

*[Handwritten signature]*  
(.....)

*[Handwritten signature]*  
(.....)

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Annisa Apriyaningsih

NPM : 204201516028

Judul Penelitian : Perbedaan Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit

Asam Dan Kompres Hangat Terhadap Nyeri Haid Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Nasional Jakarta

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau diperguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah tertulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta, Februari 2024

A handwritten signature in black ink is written over a 5000 Indonesian postage stamp. The stamp is yellow and features the Garuda Pancasila emblem, the word 'POSTAL', and the number '5000'. The serial number 'F4EF1AKX767092003' is visible at the bottom of the stamp.

(Annisa Apriyaningsih)

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan puji sukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, tuhan semua umat, tuhan seluruh alam dan tuhan dari segala hal yang telah memberi rahmat dan karunianya sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Perbedaan Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Dan Kompres Hangat Terhadap Nyeri Haid Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Nasional Jakarta”.

Saya menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya *ridho illahi*, dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini dengan rendah hati dan rasa hormat yang besar saya mengucapkan „alhamdulillah” beserta terimakasih yang sebesar – besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional ibu Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si
2. Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Bapak Ns. Tommy JF Wowor, M.Kep.
3. Ibu Ns. Susanti Widiastuti, M.Kep, yang selaku pembimbing 1 yang telah memberi dorongan, saran dan ilmu dalam proses pembuatan skripsi saya.
4. Ibu dr. Cholisah Suralaga, M.Kes selaku pembimbing 2 yang telah memberi masukan dan memberi dukungan penuh dalam pembuatan skripsi saya.
5. Seluruh dosen dan staf karyawan fakultas ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran di kampus FIKES UNAS.
6. Kepada Mahasiswa Universitas Nasional Angkatan 2021 yang telah memberikan kesempatan untuk peneliti melakukan penelitian.

7. Terimakasih kepada kedua orang tua saya yaitu bapak Odang Permana dan ibu Een Ratningsih yang telah menjadi orang tua terhebat yang selalu memberikan motivasi, nasehat, cinta, perhatian, dan kasih sayang serta doa yang takkan bisa saya balas.
8. Kepada kakak saya Endah Sundara Putri S.E yang selalu memberikan semangat kepada saya untuk selalu giat dalam mengerjakan penelitian ini.
9. Terimakasih kepada sahabat saya Nur Maulidya, Fani Nur Aini, Naila Farafisha Safitri, Sarah Nur Fadhillah, Ratna Wulan Vidianingrum, Nina Setiawati yang selalu ada disamping saya dalam proses penelitian ini.
10. Terimakasih kepada pasangan saya Andika Septiandari Putra Bahtiar yang selalu memberikan dukungan kasih sayang serta cinta kepada saya sehingga saya lebih semangat dan produktif dalam menjalani proses penelitian ini.

Akhir saya sebagai makhluk yang tidak sempurna memohon maaf apabila ada kesalahan baik secara Teknik, format ataupun isi dari skripsi saya. Harapan saya semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat.



Jakarta, Februari 2024

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Annisa Apriyaningsih'. The signature is fluid and cursive, with a large initial 'A' and 'P'.

(Annisa Apriyaningsih)



## Abstrak

### PERBEDAAN PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN KUNYIT ASAM DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NYERI HAID PADA MAHASISWA KEPERAWATAN UNIVERSITAS NASIONAL JAKARTA

*Annisa Apriyaningsih, Susanti Widiastuti, Cholisah Suralaga*

**Latar belakang :** Dismenore adalah nyeri dibagian bawah perut dan biasanya disertai dengan gejala seperti sakit kepala, berkeringat, diare, dan muntah. Penatalaksanaan dari dismenore itu sendiri terbagi menjadi dua macam yaitu farmakologi dan non farmakologi salah satunya adalah ramuan jamu kunyit asam dan kompres hangat. Kandungan yang dimiliki kunyit asam dapat mengurangi nyeri haid. Reaksi dari *cyclooxygenase* dapat menghambat inflamasi akibat dari kinerja *curcumine* dan *anthocyanin* sehingga dapat mengurangi kontraksi uterus. Kompres hangat juga merupakan salah satu terapi non farmakologi yang dianggap efektif untuk mengurangi rasa nyeri haid dan spasme otot.

**Tujuan:** Untuk mengetahui perbedaan pengaruh pemberian minuman kunyit asam dan kompres hangat terhadap nyeri haid pada mahasiswa keperawatan universitas nasional jakarta

**Metodologi :** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian *quasi eksperimen two grup pre and post test*

**Hasil Penelitian:** Terdapat dari hasil penelitian rata rata skala nyeri sebelum diberikan minuman kunyit asam (5.62) dan kompres hangat (5.77) dan setelah diberikan intervensi terdapat perubahan skala nyeri kelompok kunyit asam (1.92) dan kompres hangat (3.35). Hasil uji Wilcoxon dan *Mann – Whitney* diperoleh data *p value*  $0.000 < 0.05$  terdapat perbedaan signifikan pengaruh antara pemberian minuman kunyit asam dan pemberian kompres hangat terhadap nyeri haid pada mahasiswa keperawatan Universitas Nasional Jakarta

**Kesimpulan:** Pemberian minuman kunyit asam lebih berpengaruh dibandingkan dengan pemberian kompres hangat terhadap nyeri haid.

**Saran :** Diharapkan penelitian ini bisa dijadikan referensi tambahan mengenai manfaat pemberian minuman kunyit asam dan kompres hangat untuk mengurangi nyeri haid.

**Kata kunci :** Dismenore, Kompres Hangat , Kunyit Asam

**Kepustakaan :** 40 pustaka (2015-2023)

## Abstract

### THE DIFFERENCES OF THE EFFECT OF ACID TURMERIC DRINKS AND WARM COMPRESSES ON MENSTRUAL PAIN AMONG NURSING STUDENTS OF UNIVERSITAS NASIONAL JAKARTA

*Annisa Apriyaningsih, Susanti Widiastuti, Cholisah Suralaga*

**Background:** Dysmenorrhea is pain in the lower abdomen and is usually accompanied by with symptoms such as headache, sweating, diarrhea and vomiting. Management of dysmenorrhea itself is divided into two types, pharmacological and non-pharmacological, one of which is the herbal acid turmeric drink and warm compress. The content of acid turmeric can reduce menstrual pain. The reaction of cyclooxygenase can inhibit performance-induced inflammation curcumine and anthocyanins can reduce uterine contractions. Warm compress is also a non-pharmacological therapy that is considered effective for reducing menstrual pain and muscle spasms.

**Objective:** To determine the difference in the effect of giving turmeric tamarind drinks and warm compresses for menstrual pain among nursing students of Universitas Nasional Jakarta.

**Methodology:** This research uses quantitative methods by design Quasi-experimental research with two pre- and post-test groups.

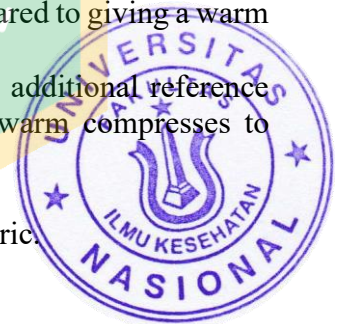
**Results:** From the research results, the average pain scale before being given the turmeric acid drink (5.62) and warm compress (5.77) and after being given the intervention there was a change in the pain scale of the turmeric acid group (1.92) and warm compress (3.35). The results of the Wilcoxon and Mann - Whitney tests showed that the p value was  $0.000 < 0.05$ , there was a significant difference in the effect between giving sour turmeric drinks and giving warm compresses on menstrual pain in nursing students at the National University of Jakarta

**Conclusion:** Giving acid turmeric drink has more effect compared to giving a warm compress to menstrual pain

**Suggestion:** It is hoped that this research can be used as an additional reference regarding the benefits of giving sour turmeric drinks and warm compresses to reduce menstrual pain.

**Keywords:** Dysmenorrhea, Warm compress, Tamarind turmeric.

**References:** 40 (2015-2023)



## DAFTAR ISI

|  |      |
|--|------|
| HALAMAN SAMBUTAN.....                                | i    |
| HALAMAN JUDUL .....                                  | ii   |
| HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG SKRIPSI..... | iii  |
| HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG SKRIPSI..... | iv   |
| HALAMAN PERNYATAAN .....                             | vi   |
| KATA PENGANTAR .....                                 | vii  |
| ABSTRAK.....   | ix   |
| <i>ABSTRAK</i> .....                                 | x    |
| DAFTAR ISI.....                                      | xi   |
| DAFTAR TABEL .....                                   | xiv  |
| DAFTAR GAMBAR .....                                  | xv   |
| DAFTAR SINGKATAN .....                               | xvi  |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                                 | xvii |
| BAB I PENDAHULUAN.....                               | 1    |
| 1.1 Latar Belakang .....                             | 1    |
| 1.2 Rumusan Masalah .....                            | 5    |
| 1.3 Tujuan Penelitian.....                           | 6    |
| 1.4 Manfaat Penelitian.....                          | 7    |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....                         | 8    |
| 2.1 Remaja.....                                      | 8    |
| 2.1.1 Definisi Remaja .....                          | 8    |
| 2.1.2 Fase Remaja .....                              | 8    |
| 2.2 Menstruasi .....                                 | 9    |
| 2.2.1 Definisi Menstruasi .....                      | 9    |
| 2.2.2 Fase Menstruasi.....                           | 9    |
| 2.3 Dismenore .....                                  | 11   |

|  |           |
|--|-----------|
| 2.3.1 Definisi Dismenore .....                       | 11        |
| 2.3.2 Klasifikasi Dismenore .....                    | 12        |
| 2.3.3 Faktor Resiko Dismenore.....                   | 14        |
| 2.3.4 Diagnosis Dismenore .....                      | 15        |
| 2.3.5 Patofisiologi Dismenore.....                   | 16        |
| 2.3.6 Penatalaksanaan Dismenore.....                 | 16        |
| 2.3.7 Derajat Dismenore.....                         | 17        |
| 2.3.8 Cara Pengukuran Dismenore.....                 | 18        |
| 2.4 Kunyit Asam.....                                 | 20        |
| 2.4.1 Definisi Kunyit Asam.....                      | 20        |
| 2.4.2 Manfaat Kunyit Asam.....                       | 21        |
| 2.4.3 Kandungan Kunyit Dan Asam.....                 | 25        |
| 2.4.4 Cara Pemberian Kunyit Asam.....                | 23        |
| 2.4.5 Patway Kunyit Asam Terhadap Nyeri Haid.....    | 24        |
| 2.5 Kompres Hangat.....                              | 25        |
| 2.5.1 Definisi Kompres Hangat.....                   | 25        |
| 2.5.2 Tujuan Kompres Hangat.....                     | 25        |
| 2.5.3 Patway Kompres Hangat Terhadap Nyeri Haid..... | 26        |
| 2.6 Kerangka Teori.....                              | 28        |
| 2.7 Kerangka Konsep.....                             | 29        |
| 2.8 Hipotesis.....                                   | 29        |
| <b>BAB III METODELOGI PENELITIAN.....</b>            | <b>30</b> |
| 3.1 Desain Penelitian.....                           | 30        |
| 3.2 Populasi Dan Sampel.....                         | 30        |
| 3.2.1 Populasi.....                                  | 30        |
| 3.2.2 Sampel.....                                    | 30        |
| 3.3 Lokasi Penelitian.....                           | 32        |
| 3.4 Waktu Penelitian.....                            | 32        |

|  |           |
|--|-----------|
| 3.5 Variabel Penelitian .....            | 32        |
| 3.5.1 Variabel Independen.....           | 33        |
| 3.5.2 Variabel Dependen .....            | 33        |
| 3.6 Definisi Operasional Penelitian..... | 33        |
| 3.7 Instrument Penelitian .....          | 35        |
| 3.8 Prosedur Pengumpulan Data.....       | 35        |
| 3.9 Analisa Data .....                   | 37        |
| 3.9.1 Persiapan .....                    | 37        |
| 3.9.2 Tabulasi .....                     | 37        |
| 3.9.2.1 Analisis Univariat .....         | 37        |
| 3.9.2.2 Analisis Bivariat .....          | 37        |
| 3.10 Etika Penelitian .....              | 38        |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b> | <b>40</b> |
| 4.1 Hasil Penelitian .....               | 40        |
| 4.1.1 Analisis Univariat .....           | 40        |
| 4.1.2 Analisis Bivariat.....             | 40        |
| 4.2 Pembahasan Penelitian .....          | 45        |
| 4.3 Keterbatasan Penelitian .....        | 51        |
| <b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....</b>     | <b>52</b> |
| 5.1 Simpulan.....                        | 52        |
| 5.2 Saran.....                           | 53        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>               | <b>54</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                     | <b>58</b> |

## DAFTAR TABEL

|  |    |
|--|----|
| 3.1 Definisi Operasional.....  | 19 |
| 4.1 Rata – Rata Skala Nyeri Haid Sebelum Diberikan Minuman Kunyit<br>Asam Dan Kompres Hangat Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas<br>Nasional .....                      | 19 |
| 4.2 Rata – Rata Skala Nyeri Haid Haid Sesudah Diberikan Minuman Kunyit<br>Asam Dan Kompres Hangat Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas<br>Nasional .....                 | 20 |
| 4.3 Pengaruh Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pemberian Minuman Kunyit<br>Asam Terhadap Nyeri Haid Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas<br>Nasional Jakarta .....           | 21 |
| 4.4 Pengaruh Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pemberian Kompres Hangat<br>Terhadap Nyeri Haid Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Nasional<br>Jakarta .....                | 28 |
| 4.5 Perbedaan Pengaruh Pemberian Sebelum Minuman Kunyit Asam Dan<br>Kompres<br>Hangat Terhadap Nyeri Haid Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas<br>Nasional Jakarta ..... | 29 |
| 4.6 Perbedaan Pengaruh Pemberian Sesudah Minuman Kunyit Asam Dan<br>Kompres<br>Hangat Terhadap Nyeri Haid Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas<br>Nasional Jakarta ..... | 30 |

## DAFTAR GAMBAR

|   |    |
|---|----|
| Gambar 2.1 <i>Numeric Rating Scale (NRS)</i> .....  | 19 |
| Gambar 2.2 <i>Visual Analogue Scale (VAS)</i> ..... | 19 |
| Gambar 2.3 Skala Wajah.....                         | 20 |
| Gambar 2.4 Kunyit Asam.....                         | 21 |
| Gambar 2.5 Kerangka Teori.....                      | 28 |
| Gambar 2.6 Kerangka Konsep.....                     | 29 |



## DAFTAR SINGKATAN

|       |   |
|-------|---|
| PMS   | : <i>Premenstrual Syndrome</i>                |
| PG    | : Prostaglandin                               |
| WHO   | : <i>World Health Organization</i>            |
| NSAID | : <i>Nonsteroidal Anti-Inflammatory Drugs</i> |
| OCP   | : Pil Kontrasepsi Oral                        |
| FHS   | : <i>Follicle Stimulating Hormone</i>         |
| LH    | : <i>Lutenizing Hormone</i>                   |
| NRS   | : <i>Numeric Rating Scale</i>                 |
| VAS   | : <i>Visual Analog Scale</i>                  |





## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Konsultasi Skripsi
- Lampiran 2 Surat Izin Penelitian Dari Fakultas
- Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian Dari Institusi Penelitian
- Lampiran 4 Surat Uji Etik
- Lampiran 5 Informed Consent
- Lampiran 6 Instrument Penelitian
- Lampiran 7 SOP Pemberian Minuman Kunyit Asam Dan Pemberian Kompres Hangat
- Lampiran 8 Tabel Master Data Mentah Penelitian
- Lampiran 9 Hasil Output Analisa Data
- Lampiran 10 Bukti Foto Kegiatan Penelitian
- Lampiran 11 Biodata Peneliti
- Lampiran 12 *Letter Of Acceptance* Publikasi Jurnal

