

**PEMBERIAN TERAPI HERBAL MINUMAN KUNYIT ASAM
TERHADAP DISMENORE PADA MAHASISWI
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

KARYA TULIS ILMIAH



**AYU HERLIANA PUTRI
NIM: 11025122151**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2025**

**PEMBERIAN TERAPI HERBAL MINUMAN KUNYIT ASAM
TERHADAP DISMENORE PADA MAHASISWI
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Keperawatan**

KARYA TULIS ILMIAH



**AYU HERLIANA PUTRI
NIM: 11025122151**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2025**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

Karya Tulis Ilmiah, Juni 2025

Ayu Herliana Putri

**Pemberian Terapi Herbal Minuman Kunyit Asam Terhadap Dismenore Pada Mahasiswi
Universitas Bakti Tunas Husada**

xiii + 62 halaman + 13 tabel + 5 gambar + 8 lampiran

ABSTRAK

Dismenore merupakan salah satu gangguan menstruasi yang sering dialami oleh remaja putri dan mahasiswi, yang ditandai dengan nyeri perut bagian bawah selama periode menstruasi. Nyeri ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunkan kualitas hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pemberian terapi herbal minuman kunyit asam terhadap penurunan nyeri haid pada mahasiswi Universitas Bakti Tunas Husada. Desain penelitian menggunakan metode studi kasus dengan dua subyek yang mengalami dismenore primer. Intervensi yang diberikan berupa minuman kunyit asam selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 30 menit per sesi. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi respon non-verbal, wawancara mengenai respon verbal, dan pemeriksaan biofisiologis sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data yang digunakan yaitu dengan menarasikan informasi dan hasil interpretasi wawancara dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan pada tingkat nyeri baik secara subjektif maupun objektif setelah diberikan minuman kunyit asam. Subyek mengalami penurunan tingkat nyeri dari tingkat sedang menjadi ringan, serta perbaikan pada tekanan darah, denyut nadi, dan pola pernapasan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa minuman kunyit asam dapat digunakan sebagai terapi non-farmakologis yang efektif untuk mengurangi nyeri haid pada mahasiswi. Intervensi ini direkomendasikan untuk diterapkan dalam layanan keperawatan remaja sebagai upaya peningkatan kualitas hidup.

Kata kunci: Dismenore, minuman kunyit asam, terapi herbal

**DIPLOMA III NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BAKTI TUNAS HUSADA UNIVERSITY**

Scientific Paper, 2025

Ayu Herliana Putri

providing herbal therapy of turmeric and tamarind drink for dysmenorrhea to female students of Bakti Tunas Husada University

xiii + 62 Pages + 13 tables + 5 picture + 21 Appendices

ABSTRACT

Dysmenorrhea is a menstrual disorder frequently experienced by adolescent girls and female students, characterized by lower abdominal pain during menstruation. This pain can disrupt daily activities and reduce quality of life. This study aims to provide herbal therapy with a turmeric and tamarind drink to reduce menstrual pain in female students at Bakti Tunas Husada University. The study design used a case study method with two subjects experiencing primary dysmenorrhea. The intervention was a turmeric and tamarind drink for three consecutive days with a duration of 30 minutes per session. Data collection was carried out through observation of nonverbal responses, interviews regarding verbal responses, and biophysiological examinations before and after the intervention. The intervention. Data analysis used narration of information and interpretation of the interviews and observations. The results showed a significant decrease in pain levels both subjectively and objectively after being given the turmeric and tamarind drink. Subjects experienced a decrease in pain scale from moderate to mild, as well as improvements in blood pressure, pulse rate, and breathing patterns. The conclusion of this study is that the turmeric and tamarind drink can be used as an effective non-pharmacological therapy to reduce menstrual pain in female students. This intervention is recommended for implementation in youth protection services as an effort to improve quality of life.

Keywords: *Dysmenorrhea, turmeric and tamarind drink, herbal therapy*