



PEMANFAATAN OBAT TRADISIONAL DALAM MENGATASI DISMENOREA PADA REMAJA PUTERI SMA MUHAMMADIYAH JAKARTA TIMUR

THE UTILIZATION OF TRADITIONAL MEDICINE IN OVERCOMING DYSMENORRHEA IN ADOLESCENTS OF SMA MUHAMMADIYAH IN EAST JAKARTA

Agustin Yumita^{1*}, Nora Wulandari¹, Rizkia Indah Tawakani¹

ARTICLE INFO

Submitted: 08-11-2022

Revised: 30-12-2022

Accepted: 31-12-2022

¹ Fakultas Farmasi dan Sains, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka, Jakarta

*Corresponding author (Agustin Yumita)

Email: agustin_yumita@uhamka.ac.id

ABSTRAK

Dismenorea merupakan masalah ginekologi yang sering dialami remaja putri. Penanganan dismenorea selain dengan pengobatan medis juga dapat memanfaatkan obat tradisional. Dismenorea menyebabkan beberapa masalah salah satunya mempengaruhi prestasi belajar remaja putri di sekolah. Dalam penelitian ini bertujuan untuk melihat tingkat pengetahuan dan praktik remaja putri dalam memanfaatkan obat tradisional untuk mengatasi dismenorea. Pengambilan sampel dilakukan pada bulan September hingga November 2021 berupa *survey observational deskriptif* dengan teknik *purposive sampling* dimana subjek penelitian remaja putri SMA Muhammadiyah 23 dan SMA Muhammadiyah 11 Jakarta Timur yang berusia 15-19 tahun yang telah memenuhi kriteria inklusi sebanyak 198 responden. Data kuesioner dianalisis menggunakan SPSS IBM 25.0. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan remaja putri mengenai dismenorea dan obat tradisional dikatakan baik dengan persentase 80,8%, persentase sikap yang positif sebesar 83,8% dan persentase praktik sebesar 45,5%. Analisis korelasi menunjukkan nilai *p value* $0.01 < 0,05$ yang bermakna ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan praktik penggunaan obat tradisional dalam mengatasi dismenorea. Dengan demikian, semakin baik persentase tingkat pengetahuan maka persentase tingkat praktiknya juga semakin positif, walaupun beberapa remaja putri dengan pengetahuan baik memberikan respon praktik negatif dalam mengatasi dismenorea menggunakan obat tradisional.

Key words: Dismenorea, Obat Tradisional, Remaja Putri.

ABSTRACT

Dysmenorrhea is a gynecological problem that adolescents often experience. Treatment of dysmenorrhea, apart from medical treatment, can also take advantage of traditional medicine. Dysmenorrhea causes several issues, one affecting the learning achievement of young women at school. This study aims to look at the level of knowledge and practice of young women in using traditional medicine to treat dysmenorrhea. A descriptive observational survey using a purposive sampling technique was carried out from September to November 2021. The research subjects were adolescents at SMA Muhammadiyah 23 and SMA Muhammadiyah 11 East Jakarta aged 15-19 years who had met the inclusion criteria of 198 respondents. Data analysis using SPSS IBM 25.0. The results showed that the knowledge of adolescents regarding dysmenorrhea and traditional medicine was said to be good, with a percentage of 80.8%, a positive attitude percentage of 83.8%, and a practice percentage of 45.5%. Correlation analysis showed a *p-value* of $0.01 < 0.05$, meaning there is a significant relationship between knowledge and the practice of using traditional medicine to overcome dysmenorrhea. Thus, the better the percentage level of knowledge, the more positive the percentage level of practice. However, some adolescents with good knowledge respond to negative practices in overcoming dysmenorrhea using traditional medicine.

Key words: Dysmenorrhea, Traditional Medicine, Adolescent.

1. PENDAHULUAN

Prevalensi kejadian dismenorea cukup tinggi dan sangat minim mendapat perhatian khusus, karena remaja menyimpulkan bahwa nyeri yang dialami adalah sesuatu yang wajar. Namun, nyeri tersebut dapat menimbulkan

dampak bagi tubuh yang lemah, kekurangan energi, dan konsentrasi yang buruk, yang dapat berdampak negatif pada aktivitas sehari-hari (Khotimah, 2014). Penelitian yang dilakukan oleh Farotimi et al., (2015) menunjukkan bahwa dismenorea membatasi aktivitas fisik, menyebabkan konsentrasi yang buruk selama proses belajar hingga mempengaruhi kinerja akademik remaja putri disekolah.

Sebagian besar remaja putri di Indonesia menderita dismenorea dan tidak segera memeriksakan diri ke dokter. Salah satu penyebabnya karena malu berobat ke dokter dan cenderung menyepelekan penyakit. Sekitar 90% remaja putri di Indonesia pernah mengalami dismenorea. Dismenorea diakibatkan adanya kontraksi disritmik miometrium yang menunjukkan satu atau lebih gejala. Nyeri dapat bervariasi sifatnya, dari nyeri ringan sampai berat pada perut bagian bawah, bokong, dan kram pada sisi medial paha (Anurogo & Wulandari, 2011). Penelitian yang dilakukan Berkley, (2013) mengungkapkan bahwa prevalensi dismenorea primer banyak dialami remaja putri sebanyak 90% dan lebih dari 50% wanita diseluruh dunia yang menstruasi mengalami dismenorea primer dengan 10-20% menderita gejala cukup parah. Sedangkan berdasarkan penelitian pada tahun 2012 yang dilakukan terhadap remaja usia *middle adolescence* di kota Bagan Siapi-Api provinsi Riau menunjukkan prevalensi dismenorea bahkan mencapai 95,7% (Putri et al., 2012).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Misliani et al., (2019) penanganan dismenorea dilakukan dalam 2 cara yakni farmakologi dan non farmakologi. Diketahui bahwa persentase penanganan non farmakologi lebih dominan dilakukan remaja putri dimana salah satunya dengan cara mengoleskan minyak kayu putih (22,5%) dan mengkonsumsi jahe dan kunyit sebesar 22,5%.

Dalam beberapa penelitian yang dilakukan, dilaporkan bahwa pemberian minuman kunyit asam cukup efektif menurunkan dismenorea (Hamdayani, 2018);(Asroyo et al., 2019); (Pangestui et al., 2020). Hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan Kuptniratsaikul et al., (2014) yang menunjukkan bahwa ekstrak *Curcuma domestica* cukup efektif dalam mengurangi nyeri yang sebanding dengan ibuprofen. Curcumin yang terkandung dalam kunyit memiliki aktivitas antiinflamasi dan aktivitas antioksidan yang kuat (Deogade & Ghate, 2015).

Remaja putri sangat membutuhkan suatu informasi atau suatu pendidikan tentang proses kesehatan selama menstruasi. Remaja putri yang belum mengetahui cara penanganannya akan sering mengalami kesulitan untuk menghadapi dismenorea tersebut terutama penanganan non farmakologi. Sehingga perlu dilakukan kajian untuk melihat pengetahuan, sikap dan praktik remaja putri dalam mengatasi dismenorea menggunakan obat tradisional.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan potong lintang (*cross-sectional*). Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah berupa kuesioner yang telah divalidasi dan diuji reabilitasnya. Penelitian dilakukan setelah mendapat persetujuan dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka dengan nomor surat 03/21.08/01213 tanggal surat 04 Agustus 2021. Penelitian dilakukan kepada remaja putri di SMA Muhammadiyah 23 dan SMA Muhammadiyah 11 Jakarta Timur pada bulan September hingga November 2021. Populasi remaja putri dikedua SMA Muhammadiyah dengan total 232 siswi. Sampel penelitian yang memenuhi kriteria inklusi berjumlah 198. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yakni remaja putri yang berusia 15-19 tahun, remaja putri yang menstruasi secara rutin setiap bulan dengan kondisi dismenorea (skala ringan, sedang dan berat), remaja putri bersedia menjadi responden dan memiliki pengalaman dalam mengkonsumsi obat tradisional baik olahan maupun produk jadi. Sumber data berasal dari seluruh kuesioner sebagai data primer. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Sebelum pengumpulan data primer, responden akan diberikan penjelasan mengenai penelitian yang akan dilakukan. Responden akan diberi kesempatan untuk klik tanda setuju sebagai *informed consent* untuk bentuk persetujuan dari penelitian yang akan dilakukan. Pengumpulan data dilakukan menggunakan *google form* yang dibagikan kepada responden melalui tautan aplikasi. Data diolah dan dianalisis dengan distribusi frekuensi dan bivariat dengan uji *chi-square* menggunakan aplikasi SPSS IBM 25.0.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari sejumlah populasi responden sebanyak 232 remaja putri, sebanyak 198 responden memenuhi kriteria inklusi. Remaja putri berusia 15-19 tahun diketahui banyak mengalami dismenorea (Akbarzadeh et al., 2017).

Wanita muda berusia kurang dari 20 tahun banyak mengalami dismenorea primer yang disertai nyeri sedang hingga berat tanpa adanya gangguan penyakit panggul yang jelas (Gershenson et al., 2021).

Table 1. Tingkat Pengetahuan Remaja Puteri Mengenai Dismenorea dan Obat Tradisional

Tingkat Pengetahuan	N	%
Baik	160	80,8
Cukup	37	18,7
Kurang	1	0,5
TOTAL	198	100.0

Source: Hasil Analisis Data Penelitian melalui Frequencies Variables SPSS IBM 25.0

Pada **Tabel 1.** menunjukkan bahwa remaja puteri memiliki pengetahuan yang baik dengan persentase 80.8%, berpengetahuan cukup 18,7% dan yang memiliki pengetahuan kurang 0,5%. Menurut Notoatmodjo (2012), ada 2 alasan pokok yang menyebabkan seseorang berperilaku yakni berasal dari pemikiran dan perasaan. Pertimbangan seseorang dalam berperilaku didasarkan tingkat pengetahuannya. Masyarakat di Indonesia sudah sejak lama telah memiliki kreatifitas dalam mendayagunakan berbagai sumber dari alam sebagai obat. Walau demikian, saat ini obat kimia sintetik telah mendominasi pengendalian, pencegahan penyakit hingga pemeliharaan kesehatan di Indonesia, namun semua lapisan masyarakat Indonesia memahami betul adanya alternative pengobatan selain dengan obat sintetik, yaitu obat herbal atau obat tradisional. Penelitian yang dilakukan Lau & Herman, (2019) menunjukkan bahwa masyarakat di Campagayya Kota Makassar lebih mengetahui obat herbal dibandingkan obat sintetik.

Obat tradisional merupakan bahan atau ramuan yang dapat berupa bahan dari tumbuhan, hewani, mineral, sediaan ekstrak galenic maupun campuran dari bahan tersebut yang telah digunakan untuk pengobatan secara turun temurun (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017). Obat tradisional terdiri dari Jamu, Obat Herbal Terstandar dan Fitofarmaka. Namun demikian, masih banyak masyarakat yang mengolah secara mandiri. Kemampuan pemilihan tumbuhan obat dikalangan masyarakat diperoleh dari warisan nenek moyang secara turun temurun. Penggunaan obat tradisional sudah menjadi kebudayaan yang melekat dalam sendi kehidupan masyarakat. Dalam penelitian ini terlihat dari kemampuan remaja puteri dalam menjawab dengan baik dikarenakan adanya pengetahuan.

Penelitian yang dilakukan oleh Wulandari & Sri, (2018) menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang dismenorea terhadap sikap menghadapi dismenorea. Sampel penelitian adalah remaja puteri SMP Negeri 4 Sukoharjo sebanyak 99 siswi. Sebagian besar remaja puteri memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai dismenorea dan cara menghadapinya, walaupun masih ada yang belum mengetahui bagaimana menghadapi dismenorea ketika muncul. Hal ini serupa dengan hasil penelitian ini, dimana persentase pengetahuan yang baik diikuti dengan persentase sikap yang positif.

Tabel 2. Gambaran Sikap Penggunaan Obat Tradisional Dalam Mengatasi Dismenorea Pada Remaja Puteri

Sikap	N	%
Positif	166	83.8
Negatif	32	16.2
TOTAL	198	100.0

Source: Hasil Analisis Data Penelitian melalui Frequencies Variables SPSS IBM 25.0

Menurut Faturochman, (2006) terdapat 3 aspek dalam tingkatan sikap yakni aspek perasaan, aspek keyakinan, dan aspek perilaku. Aspek perasaan merupakan bentuk penilaian seseorang terhadap suatu objek baik ditunjukkan dalam bentuk positif maupun negatif. Aspek keyakinan adalah bentuk ekspresi dari keyakinan yang dapat berupa bentuk kecenderungan seseorang dalam berperilaku, niat, komitmen hingga perbuatan respektif terhadap objek sikap. Gambaran sikap dalam penelitian ini merupakan bentuk respon atau reaksi yang diambil oleh remaja puteri dalam menangani dismenorea (nyeri haid) dengan memanfaatkan obat tradisional. Gambaran sikap remaja puteri yang ditampilkan pada **Tabel 2** menunjukkan bahwa secara mayoritas memberikan sikap yang positif, hal ini sesuai

dengan persentase pengetahuan yang baik (80,8%) mengenai dismenorea dan obat tradisional. Hasil uji *chi-square* menunjukkan nilai *pvalue* $0.01 < 0.05$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap mengenai penanganan dismenorea menggunakan obat tradisional.

Sikap merupakan suatu cara dalam bereaksi terhadap suatu objek perangsang, yang mana respon sikap ini dapat berupa respon yang positif atau negatif (Lweis, 2009); (Ngalim, 2013). Hasil penelitian Patty, (2017) menunjukkan bahwa sikap positif yang digambarkan responden terhadap praktik pengobatan mandiri memungkinkan adanya pengalaman mandiri yang dilakukan telah memberikan hasil yang diharapkan yaitu kurangnya gejala yang muncul maupun kesembuhan sehingga sebagian besar responden tidak ragu untuk kembali melakukan pengobatan mandiri. Bentuk sikap positif atau negatif seseorang akan bergantung pada pemahaman masing-masing mengenai hal tersebut, sehingga akan mendorongnya dalam mengambil tindakan atau sikap tertentu pada saat dibutuhkan. Namun, apabila sikapnya negatif, seseorang akan berusaha menghindari untuk mengambil sikap atau tindakan tertentu.

Tabel 3. Gambaran Praktik Penggunaan Obat Tradisional Dalam Mengatasi Dismenorea Pada Remaja Putri

Praktik	N	%
Positif	90	45.5
Negatif	108	54.5
TOTAL	198	100.0

Source: Hasil Analisis Data Penelitian melalui Frequencies Variables SPSS IBM 25.0

Tabel 3. menunjukkan bahwa persentase praktik remaja putri dalam menangani dismenorea menggunakan obat tradisional cukup rendah. Terlihat dari persentase positif hanya sebesar 45,5%. Hal ini banyak dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya lebih memilih pengobatan farmakologi dengan obat golongan NSAID. Dalam studi yang dilakukan Gumanga & Kwame-Aryee, (2012) remaja putri berumur 14-19 tahun yang mengalami dismenorea, sebanyak 51,1% memilih menggunakan parasetamol atau obat lain seperti ibuprofen. Survei yang dilakukan Gulzar et al., (2015) melaporkan bahwa pelajar putri berumur 12-19 tahun mayoritas memilih obat analgesik dalam mengurangi dismenorea. Namun demikian, penggunaan obat sintetis memiliki efek samping yang tidak bisa dihindari.

Dari hasil pengujian, persentase 45,5% menunjukkan bahwa remaja putri di SMA Muhammadiyah 23 dan SMA Muhammadiyah 11 Jakarta timur yang terbilang berada dikota besar masih memiliki kepercayaan akan obat tradisional yang bermanfaat dalam mengatasi dismenorea. Penelitian yang dilakukan Rustam, (2014) terhadap remaja putri diketahui menangani dismenorea dengan memanfaatkan obat tradisional sebesar 32,16% yakni dengan daun sirih, rimpang kunyit dan daun pepaya. Sebagian besar responden 73,1% yang ketika mengkonsumsi ekstrak kunyit asam menunjukkan responden tidak mengalami dismenorea (nyeri haid). Senyawa aktif yang terkandung didalam ekstrak kunyit asam yakni *curcumine* dan antosianin mampu meringankan gejala nyeri haid yang bekerja dengan penghambat enzim *cyclooxygenase* (COX) (Marsaid et al., 2017).

Tabel 4. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan dengan Praktik Penggunaan Obat Tradisional Dalam Mengatasi Dismenorea Pada Remaja Putri

No.	Tingkat Pengetahuan	Praktik		Total	<i>p value</i>
		Negatif	Positif		
1.	Kurang	1	0	1	0.01
2.	Cukup	35	2	37	
3.	Baik	72	88	160	
TOTAL		108	90	198	

Source: Hasil Analisis Data Penelitian melalui Crosstabulation and Chi-Square Tests Variables SPSS IBM 25.0

Pengetahuan menjadi kunci utama seseorang dalam mengambil sikap. Seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik maka sikap yang ditunjukkan akan semakin positif. Semakin tinggi persentase tingkat pengetahuan maka persentase tingkat sikapnya juga semakin positif serta pengalaman yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi seseorang dalam menentukan sikap pada suatu objek (Sanifah, 2018). Hasil uji *chi-square* pada [Tabel 4](#). menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan praktik penggunaan obat tradisional dalam mengatasi dismenorea dimana nilai *p value* $0.01 < 0.05$. Menurut Sumayyah, (2017), sebagian besar mengkonsumsi obat tradisional dinilai cukup aman dibandingkan mengkonsumsi obat modern dimana obat tradisional memiliki efek samping yang cukup kecil daripada obat sintetik.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa pengetahuan remaja putri SMA Muhammadiyah 23 dan SMA Muhammadiyah 11 Jakarta Timur memiliki pengetahuan yang baik, sikap yang positif dan praktik pemanfaatan obat tradisional dalam mengatasi dismenorea negatif. Serta adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan praktik dilihat dari *pvalue* $0.01 < 0,05$.

5. UCAPAN TERIMAKASIH

Kami ucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah SMA Muhammadiyah 23 dan SMA Muhammadiyah 11 Jakarta Timur yang bersedia membantu penelitian ini, serta kepada Fakultas Farmasi dan Sains Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka dan semua pihak yang membantu sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Akbarzadeh, M., Tayebi, N., & Abootalebi, M. (2017). The Relationship between Age at Menarche and Primary Dysmenorrhea in Female Students of Shiraz Schools. *Shiraz E-Medical Journal*, 18(9), e14520.
- Anurogo, D., & Wulandari, A. (2011). *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Andi Offset.
- Asroyo, T., Nugraheni, T., & Masfiroh, M. (2019). Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Sebagai Terapi Dismenore Terhadap Penurunan Skala Nyeri. *Indonesia Jurnal Farmasi*, 4(1).
- Berkley, K. J. (2013). Primary Dysmenorrhea: An Urgent Mandate. *Newsletter International Association for the Study of Pain (IASP)*, October 2013 Volume 21, Issue 3.
- Deogade, S., & Ghate, S. (2015). Curcumin: Therapeutic applications in systemic and oral health. *Int. J. Biol. Pharm. Res.*, 6((4)), 281–290.
- Farotimi, A. A., Esike, J., Nwozichi, C. U., Ojedian, T. D., & Ojewole, F. O. (2015). Knowledge, Attitude and Healthcare-Seeking Behavior Towards Dysmenorrhea among Female Students of a Private University in Ogun State, Nigeria. *Journal of Basic and Clinical Reproductive Sciences*, 4(1).
- Faturochman. (2006). *Pengantar Psikologi Sosial*. Penerbit Pinus.
- Gershenson, D., Lentz, G., Valea, F., & Lobo, R. (2021). *Comprehensive Gynecology 8th Edition*. Mosby Elsevier.
- Gulzar, S., Khan, S., Abbas, K., Arif, S., Husain, S. S., Imran, Hi., & Sommer, J. (2015). Prevalence, Perceptions and Effect of Dysmenorrhea in School Going Female Adolescents of Karachi, Pakistan. *International Journal of Innovative Research & Development*, 4(2), 236–240.
- Gumanga, S., & Kwame-Aryee, R. (2012). Menstrual characteristics in some adolescent girls in Accra, Ghana. *Ghana Med J.*, 46, 3–7.

- Hamdayani, D. (2018). Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Terhadap Penurunan Dismenorea Primer Pada Mahasiswi Tingkat II Prodi S1 Keperawatan STIKES Mercubaktijaya Padang. *Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmiah Menara Ilmu*, 12(80).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Farmakope Herbal Indonesia Edisi II*. Kementerian Kesehatan RI.
- Khotimah. (2014). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Dengan Sikap Menghadapi Dismenorea. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 2(3), 136–140.
- Kuptniratsaikul, V., Dajpratham, P., Taechaarpornkul, W., Buntragulpoontawee, M., Lukkanapichonchut, P., Chootip, C., Saengsuwan, J., Tantayakom, K., & Laongpech, S. (2014). Efficacy and safety of Curcuma domestica extracts compared with ibuprofen in patients with knee osteoarthritis: a multicenter study. *Clinical Interventions in Aging*, 20(9), 451–458.
- Lau, S. H. A., & Herman, R. M. (2019). Studi Perbandingan Tingkat Pengetahuan Masyarakat Tentang Obat Herbal dan Obat Sintetik di Campagayya Kelurahan Panaikang Kota Makassar. *Jurnal Farmasi Sandi Karsa*, 5(1(1)), p-ISSN : 2461-0496.
- Lweis, R. A. (2009). *Pengetesan dan Pemeriksaan Psikologi Ed.12 Jilid 1*. Indeks.
- Marsaid, Nurjayanti, D., & Rimbaga, Y. (2017). Efektifitas Pemberian Ekstrak Kunyit Asam Terhadap Penurunan Dismenorea Pada Remaja Putri di Desa Tambang Kecamatan Pudak Kabupaten Ponorogo. *Global Health Science*, 2(2), ISSN 2503-5088.
- Misliani, A., Mahdalena, & Firdaus, S. (2019). Penanganan Dismenorea Cara Farmakologi dan Nonfarmakologi. *Jurnal Citra Keperawatan*, 7(1), ISSN: 2502-3454.
- Ngalim, P. (2013). *Psikologi Pendidikan*. Remaja Rosdakarya.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Pangestui, J., Kartina, D., & O, F. (2020). Efektifitas Pemberian Minuman Kunyit Asam dan Air Jahe Terhadap Penurunan Dismenorea Primer Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Nurul Jadid Kumpai Kabupaten Kubu Raya. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, 6(1), 48–55.
- Patty, Y. (2017). *Profil Penggunaan Obat dan Perilaku Mandiri di Kalangan Ibu-Ibu Desa Oelnasi Nusa Tenggara Timur*.
- Putri, M., Hasanah, O., & Anggreini, S. (2012). Prevalensi dan Manajemen Dismenore Pada Remaja Putri di Kecamatan Bangko Kota Bagansiapiapi Kabupaten Rokan Hilir. *Jurnal Ners Indonesia*, 3(1).
- Rustam, E. (2014). No TitleGambaran Pengetahuan Remaja Puteri Terhadap Nyeri Haid (Dismenore) dan Cara Penanggulangannya. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 3(1).
- Sanifah, J. (2018). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Sikap Keluarga Tentang Perawatan Activities Daily Living (ADL) Pada Lansia*.
- Sumayyah, S. (2017). Obat Tradisional : Antara Khasiat dan Efek Sampingnya. *Majalah Farmasetika*, 2((5)), 1–4.
- Wulandari, S., & Sri, S. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Dismenorea dengan Sikap Menghadapi Dismenorea di Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Sukoharjo. *IJMS – Indonesian Journal On Medical Science*, 5(No.1. Januari 2018).