

**PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN KUNYIT ASAM TERHADAP  
PENURUNAN DISMENORE PRIMER: *LITERATUR REVIEW***



**Skripsi**

Diajukan ke Program Studi Kebidanan Program Sarjana Departemen Kebidanan  
Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Sebagai Pemenuhan Salah Satu Syarat  
Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Kebidanan

**Oleh:**

**TESYA ANANDA**

**NIM: 2110332003**

**Pembimbing:**

1. Drs. Julizar, Apt., M.Kes
2. Dina Taufia, S.Tr.Keb., M.Keb

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA  
DEPARTEMEN KEBIDANAN FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**2025**

## ABSTRACT

### THE EFFECT OF GIVING TURMERIC AND TAMARIND DRINK ON REDUCING PRIMARY DYSMENORE: LITERATURE REVIEW

By Tesya Ananda, Julizar, Dina Taufia, Eka Nofita, Aldina Ayunda Insani,  
Zurayya Fadila

*Dysmenorrhea is a condition that occurs in women before, during and after menstruation with severe pelvic pain. The prevalence of dysmenorrhea is still high, in high school students in Padang City it occurs as much as 87.5%. Dysmenorrhea can cause a reduction in daily productivity and affect a woman's quality of life. Dysmenorrhea can be treated with non-pharmacological means, one of which is sour turmeric drink which has no side effects. Sour turmeric has active compounds that can reduce the degree of dysmenorrhea. The purpose of this study was to determine the effect of giving sour turmeric drink on reducing dysmenorrhea.*

*This type of research is a literature review with a scoping review method, conducted from March 2024 to March 2025. Data were collected through digital databases, namely: ScienceDirect, Pubmed, Garuda Portal, Directory of Open Access Journal (DOAJ), and Google Scholar. Data analysis was conducted using thematic analysis. Articles were searched through the database, selected according to the inclusion and exclusion criteria, entered into the PRISMA-ScR flow chart, resulting in 25 articles to be analyzed.*

*It was concluded that turmeric contains active ingredients curcumin, essential oils, anthocyanins and tannins that can reduce the degree of primary dysmenorrhea in women. Giving sour turmeric drink during the first 3 days of menstruation can reduce the degree of dysmenorrhea after 30 minutes to 1 hour of administration by inhibiting prostagland synthesis.*

*Keywords: Turmeric, curcuma, tamarind, dysmenorrhea.*

## ABSTRAK

### PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN KUNYIT ASAM TERHADAP PENURUNAN DISMENORE PRIMER: *LITERATUR REVIEW*

Oleh Tesya Ananda, Julizar, Dina Taufia, Eka Nofita, Aldina Ayunda Insani,  
Zurayya Fadila

Dismenore merupakan kondisi yang muncul pada wanita sebelum, selama, dan setelah menstruasi dengan nyeri panggul yang hebat. Prevalensi dismenore masih tinggi, pada siswi SMA di Kota Padang terjadi sebanyak 87,5%. Dismenore dapat menyebabkan berkurangnya produktivitas sehari-hari serta mempengaruhi kualitas hidup wanita. Dismenore dapat diobati dengan cara non farmakologi salah satunya adalah minuman kunyit asam yang tidak memiliki efek samping. Kunyit asam memiliki senyawa aktif yang dapat menurunkan derajat dismenore. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan dismenore.

Jenis penelitian adalah *literatur review* dengan metode *scoping review*, dilakukan pada bulan Maret 2024 sampai Maret 2025. Data dikumpulkan melalui database digital yaitu: *ScienceDirect*, *Pubmed*, Portal Garuda, *Directory of Open Access Journal (DOAJ)*, dan Google Scholar. Analisis data dilakukan dengan analisis tematik. Pencarian artikel dilakukan melalui database, diseleksi sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi, dimasukkan ke dalam diagram alir PRISMA-ScR, hingga menghasilkan 25 artikel yang akan dianalisis.

Disimpulkan bahwa kunyit asam memiliki kandungan bahan aktif curcumin, minyak atsiri, antosianin dan tanin yang dapat menurunkan derajat dismenore primer pada wanita. Pemberian minuman kunyit asam selama 3 hari pertama menstruasi dapat menurunkan derajat dismenore setelah 30 menit sampai 1 jam pemberian dengan cara menghambat sintesis prostaglandin, merelaksasikan otot, mempengaruhi aktivitas saraf, dan melancarkan aliran darah.

Kata kunci: Kunyit, asam jawa, dismenore.