

Gambaran Tingkat Pengetahuan Swamedikasi Penggunaan Obat Dismenorea Pada Siswi Kelas 12 Man 2 Kota Bukittinggi

Overview Of Self-Medication Knowledge Levels Use Of Dysmenorrhore Drugs In Class 12 Students 2 Bukittinggi City

Dwi Mulyani^{1*}, Fadila Sandytia², Hilmarni³

^{1*}Akademi Farmasi Imam Bonjol Bukittinggi; dwimulyani.mul21@gmail.com

² Akademi Farmasi Imam Bonjol Bukittinggi; fadhilaf749@gmail.com

³ Akademi Farmasi Imam Bonjol Bukittinggi; hilmarniafzan@gmail.com

*(dwimulyani.mul21@gmail.com)

ABSTRACT

Dysmenorrhea, or menstrual cramps, is a common condition experienced by women during menstruation. Primary dysmenorrhea is a mild condition that can be treated through self-medication, which refers to individuals treating themselves with medications considered safe, including modern, herbal, or traditional remedies. However, improper self-medication may lead to medication errors. This study aims to assess the level of knowledge among the female students of MAN 2 Bukittinggi regarding self-medication for dysmenorrhea. This descriptive observational study used a questionnaire in the form of a Google Form to measure knowledge about dysmenorrhea and pain-relieving medications. The sample consisted of 67 students selected through purposive sampling. The results showed that the majority of respondents (97%) had good knowledge, while 1.5% had adequate knowledge, and 1.5% had poor knowledge. Based on these findings, it can be concluded that most students (97%) engage in self-medication for dysmenorrhea with a good level of knowledge. The study recommends that future research explore the relationship between knowledge and self-medication behavior, and suggests further socialization efforts by schools and healthcare providers to improve students' ability to self-medicate dysmenorrhea more effectively.

Keywords : *Knowledge, Self-medication, Dysmenorrhea.*

ABSTRAK

Dismenorea, atau kram menstruasi, adalah kondisi nyeri yang sering dialami wanita selama menstruasi. Dismenorea primer adalah jenis yang relatif ringan dan dapat diatasi dengan swamedikasi, yaitu upaya seseorang untuk mengobati dirinya sendiri dengan obat-obatan yang dianggap aman, baik obat modern, herbal, atau tradisional. Namun, penggunaan swamedikasi yang tidak tepat dapat menyebabkan kesalahan pengobatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswi MAN 2 Kota Bukittinggi mengenai swamedikasi dalam penggunaan obat untuk mengatasi dismenorea. Jenis penelitian ini adalah deskriptif observasi, menggunakan kuesioner yang diberikan melalui Google Form. Sampel penelitian berjumlah 67 siswi yang dipilih dengan metode purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (97%) memiliki pengetahuan yang baik tentang dismenorea dan obat peredanya, sedangkan siswanya (3%) memiliki pengetahuan yang cukup dan buruk. Berdasarkan temuan ini, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswi telah melakukan swamedikasi dengan pengetahuan yang baik. Penelitian ini juga menyarankan agar penelitian selanjutnya mengeksplorasi hubungan antara pengetahuan dan perilaku swamedikasi serta perlunya sosialisasi lebih lanjut dari pihak sekolah dan tenaga kesehatan kepada siswi untuk meningkatkan pemahaman dan praktik swamedikasi yang lebih tepat.

Kata Kunci : *Pengetahuan, Swamedikasi, Dismenorea.*

PENDAHULUAN

Salah satu upaya yang dapat dilakukan seseorang untuk memulihkan kesehatannya dikenal dengan istilah swamedikasi. Swamedikasi biasanya dilakukan untuk mengatasi keluhan serta penyakit ringan yang dirasakan seseorang. Swamedikasi dapat dijadikan alternatif untuk meningkatkan keterjangkauan dalam



pengobatan, namun pada pelaksanaannya swamedikasi dapat menjadi sumber terjadinya kesalahan pengobatan (medication error) karena keterbatasan pengetahuan masyarakat tentang obat dan penggunaannya¹. Swamedikasi yang tidak tepat biasanya ditimbulkan karena salah mengenali gejala yang muncul, salah memilih obat, salah cara penggunaan, salah dosis, dan terlambat dalam mencari nasihat/saran tenaga kesehatan bila keluhan berlanjut. Selain itu, ada potensi resiko melakukan swamedikasi, misalnya efek samping yang jarang muncul namun parah, interaksi obat yang berbahaya, dosis tidak tepat, dan pilihan terapi yang salah².

Salah satu upaya pengobatan sendiri atau swamedikasi yang dapat dilakukan oleh remaja adalah penanganan terhadap nyeri haid (dismenorea). Masa pubertas pada remaja dapat ditandai dengan terjadinya menstruasi, dismenorea merupakan masalah reproduksi yang sering dirasakan remaja ketika haid³. Dismenorea biasanya terjadi terutama di perut bagian bawah namun bisa menyebar hingga ke punggung bagian bawah, pinggang, panggul, paha atas hingga betis. Nyeri juga bisa disertai menggunakan kram perut yang parah⁴.

Penanganan yang bisa dilakukan untuk dismenorea dapat berupa penanganan non-farmakologi dan farmakologi. Penanganan non-farmakologi dapat dilakukan dengan berbagai cara diantaranya mengubah gaya hidup, mengkonsumsi obat herbat atau suplemen tertentu, terapi relaksasi dan lainnya. Sedangkan penanganan farmakologi merupakan penanganan menggunakan obat yang sesuai untuk swamedikasi⁴. Obat yg dapat digunakan dalam swamedikasi merupakan obat yang relatif aman yaitu obat dengan golongan bebas dan bebas terbatas². Penggunaan produk obat bebas yang mengandung aspirin, salisilat lainnya, asetaminofen, ibuprofen, naproksen, atau ketoprofen dapat meningkatkan resiko hepatotoksik dan pendarahan saluran cerna pada individu yang mengkonsumsi 3 porsi atau lebih berakohol tiap harinya. Penggunaan lain jangka panjang secara berkesinambungan meningkatkan resiko serangan jantung atau stroke^{5,15}.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya dikatakan bahwa dalam mengatasi dismenorea yang dialami maka penanganan yang dilakukan yaitu mengkonsumsi obat tradisional dengan meminum jamu sebanyak 54,1%, jenis obat tradisional yang paling banyak dimanfaatkan dalam mengatasi nyeri haid ialah jamu kunyit asam sebanyak 58,5%. Responden yang memilih menggunakan obat dan mendapatkan obat tersebut dari apotek sebanyak 32,3%. Berdasarkan pengetahuan mengenai informasi penggunaan obat 47,2% dari responden menggunakan obat berdasarkan pengalaman pribadi, sedangkan 41,5% responden mengetahui aturan penggunaan obat dari 3 keluarganya. Dari 81,7% responden menggunakan obat selama 1-2 hari. Berdasarkan alasan mudah, cepat serta praktis 47,6% responden melakukan swamedikasi⁴. Sedangkan penelitian lain menyatakan bahwa dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti di SMK Semesta Bumiayu terdapat 40 siswi, mendapatkan data prevalensi dismenorea sebesar 90%, 55% siswi melakukan swamedikasi dismenorea dan 45% hanya membiarkan keluhan tersebut⁶.

Berdasarkan uraian diatas banyaknya siswi yang memilih melakukan swamedikasi terhadap dismenorea menjadi salah satu ketertarikan bagi peneliti untuk melakukan penelitian mengenai “Studi Tingkat Pengetahuan Dan Perilaku Swamedikasi Penggunaan Obat Dismenorea Pada Siswi Kelas 12 MAN 2 Bukittinggi”. Sejauh ini belum ada penelitian mengenai studi tingkat pengetahuan dan perilaku swamedikasi penggunaan obat dismenorea pada siswi kelas 12 man 2 bukittinggi. Penelitian ini bertujuan untuk melihat tingkat pengetahuan swamedikasi penggunaan obat dismenorea pada siswi kelas 12 MAN 2 Bukittinggi.

METODE

Penelitian telah dilakukan pada bulan Juli - November 2023, penelitian ini dilakukan di MAN 2 Kota Bukittinggi. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang dilakukan dengan cara mengumpulkan data menggunakan kuesioner isian tentang konsep dismenorea dan obat pereda nyeri dismenorea yang diberikan melalui google form kepada siswi kelas 12, MAN 2 Kota Bukittinggi.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas 12, MAN 2 Kota Bukittinggi. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling, serta memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Adapun kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu : (1) Responden merupakan siswi kelas 12, (2) Responden pernah mengalami dismenoreia, (3) Responden berkenan mengisi kuesioner melalui google form, (4) Responden dapat mengakses google form. Dan Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah (1) Responden yang sedang mengalami sakit dan tidak hadir, (2) Responden tidak terhubung dengan jaringan internet. Sebelum melakukan penelitian terlebih dahulu peneliti meminta izin kepada instansi dan setelah mendapatkan izin untuk melakukan penelitian di MAN 2 Bukittinggi, peneliti menjelaskan maksud dan tujuan dari penelitian yang akan dilakukan kepada subjek penelitian kemudian peneliti melakukan kegiatan penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner isian melalui google form tentang konsep dismenoreia dan obat pereda nyeri dismenoreia.

Setelah didapatkan data dari responden, maka dilakukan analisis dan pengolahan data tersebut. Analisa yang dilakukan yaitu dengan cara menginput seluruh jawaban responden pada tabel rekap, selanjutnya peneliti menghitung jumlah masing-masing pilihan jawaban responden dan menghitung persentase jawaban responden. Persentase jawaban dihitung menggunakan rumus⁷ : $Pi = \frac{Fi}{N} \times 100$. Pengetahuan pada responden dibedakan menjadi tiga kategori yaitu Pengetahuan Baik, Pengetahuan Cukup dan Pengetahuan Buruk.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan 67 responden melalui google form. Maka didapatkan data sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden dan Siklus Menstruasi

Variabel	Frekuensi (orang)	Persentase%
Usia (Tahun)		
16	3	4,5
17	34	50,7
18	30	44,8
Jumlah	67	100
Siklus Menstruasi		
Normal	55	82,1
Tidak Normal	12	17,9
Jumlah	67	100
Frekuensi merasakan nyeri haid		
Selalu	34	50,7
Kadang-kadang	33	49,3
Tidak pernah	0	0
Jumlah	67	100
Keluhan yang dirasakan		
Nyeri pada punggung	6	9
Kram pada perut	15	22,3
Rasa nyeri pada perut	31	46,3
Sakit pinggang	1	1,5
Nyeri punggung dan kram pada perut	5	7,5
Nyeri pinggang serta rasa sakit pada perut	2	2,9
Muntah, nyeri pada perut serta rasa pegal pada kaki	1	1,5
Mengalami semua keluhan	6	9
Jumlah	67	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui, dari 67 responden sebagian besar responden berumur 17 tahun yaitu sebanyak 34 responden (50,7%), sebanyak 55 responden (82,1%) mengalami siklus menstruasi normal, sebagian besar responden (50,7%) selalu merasakan nyeri ketika haid, dan kebanyakan responden (46,3%) merasakan keluhan rasa nyeri pada perut.

Tabel 2. Distribusi Prevalensi Pengobatan Sendiri

Variabel	Frekuensi (orang)	Persentase%
Tindakan		
Pengobatan sendiri	65	97
Perawatan	2	3
Jumlah	67	100
Pengobatan atau obat yang digunakan		
Paracetamol	13	19,4
Ibuprofen	1	1,5
Asetosal	0	0
Asam mefenamat	1	1,5
Feminax	2	3
Minum air hangat	13	19,4
Menggunakan minyak kayu putih / minyak angina dan salonpas / koyo	5	7,5
Kopres air hangat	6	8,9
Tidur	2	3
Dibiarkan saja	22	32,8
Jumlah	67	100
Dosis Paracetamol yang digunakan		
500 mg	9	13,4
600 mg	0	0
650 mg	0	0
Tidak tahu	58	86,6
Jumlah	67	100
Dosis ibuprofen yang digunakan		
200 mg	6	9
400 mg	15	22,3
Tidak tahu	31	46,3
Jumlah	1	1,5
Dosis asetosal yang digunakan		
80 mg	0	0
100 mg	1	1,5
Tidak tahu	66	98,5
Jumlah	67	100
Dosis asam mefenamat yang digunakan		
250 mg	0	0
500 mg	1	1,5
Tidak tahu	66	98,5
Jumlah	67	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa hampir seluruh responden (97%) melakukan pengobatan sendiri untuk mengatasi nyeri yang dideritanya, namun kebanyakan dari responden (32,8%) rasa nyeri dibiarkan saja, sebagian besar responden (86,6%) tidak mengetahui dosis obat Paracetamol, begitu juga dengan dosis obat ibuprofen sebanyak 31 responden (46,3%) tidak mengetahui dosis ibuprofen, dan hampir seluruh responden (98,5%) tidak mengetahui dosis asetosal, sama halnya dengan dosis asam mefenamat, hampir seluruh responden (98,5%) tidak mengetahui dosis asam mefenamat.

Tabel 3. Distribusi Pengetahuan siswi terhadap swamedikasi obat dismenorea

Kategori tingkat pengetahuan	Frekuensi (orang)	Persentase%
Baik	65	97
Cukup	1	1,5
Buruk	1	1,5
Jumlah	67	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 67 responden terdapat 65 responden (97%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik terhadap swamedikasi penggunaan obat dismenorea

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden Dan Siklus Menstruasi

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terhadap siswi MAN 2 Bukittinggi, maka dapat dilihat bahwasanya secara umum responden berusia 16-18 tahun. Dari 67 orang responden dapat dilihat bahwa terdapat 34 siswi berusia 17 tahun dengan persentase 50,7%, 30 siswi berusia 18 tahun dengan persentase 44,8% dan 3 siswi berusia 16 tahun dengan persentase 4,5%. Menurut Atika Rahayu dalam buku ajar Kesehatan Reproduksi Remaja & Lansia masa remaja adalah usia antara 10-19 tahun. Berdasarkan asumsi peneliti bahwa kemungkinan usia responden dalam penelitian ini telah memasuki tahap perkembangan remaja akhir, karena pada masa remaja akhir merupakan proses meninggalkan masa kanak-kanak dan mulai melakukan kegiatan mandiri dalam pengambilan keputusan termasuk melakukan swamedikasi untuk nyeri haid yang dirasakannya.

Berdasarkan hasil penelitian terdapat 82,1% siswi mengalami siklus menstruasi yang normal dan 17,9 % siswi mengalami siklus menstruasi yang tidak normal. Hal ini sejalan dengan penelitian serupa dari 67 orang responden umumnya mengalami siklus menstruasi dimana jarak haid pertama dan keduanya yaitu 28-30 hari dengan persentase jawaban 58,2%, kurang dari 28 hari sebanyak 26,9% responden dan besar dari 30% sebanyak 14,9% responden⁸. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang lain yaitu normalnya jarak satu haid ke haid berikutnya berlangsung kurang lebih 28 hari atau antara 21-35 hari⁹. Gangguan terhadap siklus menstruasi dapat ditimbulkan akibat gangguan hormonal, status gizi, tinggi rendahnya IMT (Indeks Massa Tubuh), dan tingkat stress.

Pada point riwayat dismenorea berdasarkan hasil penelitian didapatkan 50,7% responden selalu mengalami dismenorea dan 49,3% responden lainnya kadang – kadang mengalami dismenorea. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa secara umum responden dalam penelitian tersebut mengalami dismenorea. Hal itu dimungkinkan karena adanya 27 ketidakseimbangan hormonal dan tidak adanya hubungan dengan organ reproduksi^{10,13,14}.

Nyeri menstruasi biasanya terjadi terutama di perut bagian bawah, pinggang, panggul, paha atas hingga betis. Nyeri juga bisa disertai dengan kram perut yang parah⁴. Pada hasil penelitian terlihat bahwa nyeri yang dialami oleh responden yaitu rasa nyeri pada perut dengan persentase (46,3%), kram pada perut (22,3%), nyeri punggung (9%), nyeri punggung dan kram perut (7,5%), dan keluhan lainnya (14,6%). Keluhan nyeri haid bervariasi mulai dari yang ringan sampai yang berat. Keparahan dismenorea berhubungan langsung dengan lama dan jumlah darah haid, seperti yang diketahui menstruasi hampir selalu diikuti dengan rasa mulas/nyeri¹¹.

Prevalensi Pengobatan Sendiri

Pada prevalensi pengobatan hal yang diteliti diantaranya hal yang dilakukan dalam mengobati nyeri haid, pengobatan atau obat yang digunakan, kemunculan efek samping setelah mengkonsumsi obat, efek pengobatan atau obat terhadap nyeri yang dirasakan, dan dosis obat yang digunakan dalam mengatasi nyeri. Untuk mengatasi nyeri haid yang dirasakan maka dapat dilakukan beberapa tindakan. Berdasarkan hasil penelitian mayoritas siswi (97%) melakukan pengobatan sendiri terhadap nyeri menstruasi yang dirasakan, hanya sedikit (3%) dari responden yang melakukan perawatan ke fasilitas kesehatan. Hal ini sejalan dengan

penelitian lain dimana hasil penelitiannya menyebutkan bahwa mayoritas (69,5%) responden melakukan swamedikasi dismenorea⁶.

Berdasarkan hasil penelitian terdapat sebanyak (25,4%) siswi menangani dismenorea menggunakan obat, (38,8%) responden lainnya mengatasi dismenorea dengan cara non-farmakologi seperti mengompres dengan air hangat dimana mengompres nyeri haid dengan air hangat dapat meringankan rasa nyeri hal ini dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi, dkk yang menyatakan terapi hydro (kompres air hangat) efektif untuk meredakan nyeri haid (dismenorea), sedangkan (35,8%) siswi memilih untuk tidur atau membiarkan keluhan yang terjadi saat mengalami dismenorea¹². Hal serupa juga ditemui dalam penelitian lainnya dimana peneliti mendapatkan hasil bahwa mayoritas (52,4%) manajemen dismenore yang dilakukan responden yaitu secara non farmakologis¹².

Berdasarkan hasil penelitian mengenai dosis obat yang digunakan responden dalam menangani nyeri maka dapat dilihat bahwa responden memiliki pengetahuan yang kurang mengenai dosis obat yang digunakan. Dalam penggunaan obat 30 paracetamol (86,6%) siswi tidak mengetahui dosis penggunaannya, dan (13,4%) lainnya menggunakan paracetamol dengan dosis 500 mg. Paracetamol dengan dosis 500 mg dapat memberikan efek analgetik (peredam nyeri) dan antipiretik (Penurun demam).

Dalam penggunaan obat ibuprofen dapat terlihat bahwa (97%) siswi tidak mengetahui dosis penggunaan ibuprofen, dan (3%) siswi menggunakan ibuprofen dengan dosis 200 mg. Dosis ibuprofen untuk mengatasi nyeri haid permulaan 400 mg p.c/d.c. Dalam penggunaan obat asetosal terlihat bahwa (98,5%) tidak mengetahui dosis penggunaannya, dan (1,5%) lainnya menggunakan asetosal dengan dosis 100 mg. Dosis asetosal yang dapat digunakan untuk meredakan nyeri yaitu 500 mg setiap 4 jam (maksimal selama 4 hari)¹.

Dalam penggunaan obat asam mefenamat (98,5%) siswi tidak mengetahui dosis penggunaannya, dan (1,5%) lainnya menggunakan asam mefenamat dengan dosis 500 mg. menurut Rahardja (2020) untuk mengatasi nyeri haid dapat menggunakan asam mefenamat dengan dosis 500 mg. Banyaknya responden yang tidak mengetahui dosis dalam penggunaan obat dapat terjadi karena keterbatasan pengetahuan masyarakat akan obat dan penggunaannya¹, efek samping yang jarang muncul namun parah, interaksi obat yang berbahaya, dosis tidak tepat, dan pilihan terapi yang salah².

Pengetahuan Responden Terhadap Nyeri Haid

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa tingkat pengetahuan siswi terhadap dismenorea yaitu (97%) responden memiliki pengetahuan yang baik, (1,5%) siswi memiliki kategori pengetahuan yang cukup, dan (1,5%) responden lainnya memiliki tingkat pengetahuan yang buruk hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh beberapa peneliti lainnya yang menunjukkan pengetahuan pada kalangan mahasiswa non kesehatan mayoritas memiliki kategori baik.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (97%) memiliki pengetahuan yang baik tentang dismenorea dan obat peredanya, sedangkan siswanya (3%) memiliki pengetahuan yang cukup dan buruk. Berdasarkan temuan ini, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswi telah melakukan swamedikasi dengan pengetahuan yang baik. Penelitian ini juga menyarankan agar penelitian selanjutnya mengeksplorasi hubungan antara pengetahuan dan perilaku swamedikasi serta perlunya sosialisasi lebih lanjut dari pihak sekolah dan tenaga kesehatan kepada siswi untuk meningkatkan pemahaman dan praktik swamedikasi yang lebih tepat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Departemen Kesehatan RI. Ditjen Bina Kefarmasian dan Alat Kesehatan. Pedoman Penggunaan Obat Bebas dan bebas Terbatas. Jakarta. 2007.
2. Badan Pengawasan Obat dan Makanan. (2014). Menuju Swamedikasi yang Aman. Rubiyanti *Majalah Info POM. Vol.15 No,1*.

3. Hasanah, U, Kiromah, NZ., Herniyatun., Tingkat Pengetahuan Remaja terhadap Swamedikasi Obat Analgesik pada Dismenorea di Desa Jenggala, Lombok Utara, NTB.
4. Ernawati S, Nonon S, Suprihatin NS., dkk., 2017, *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta: Universitas Nasional.
5. Katzung, B.G. 2012. Farmakologi Dasar & Klinik Edisi 10. Buku Kedokteran ECG. Hal 1085.
6. Trimajaya, D, Maulana, LH., Winarno, T., 2021, *Pengetahuan Swamedikasi Dismenorea* Siswi SMK Semester Bumiayu Tahun 2020, *Pharmacy Peradapan Journal*, 1:2.
7. Sugiyono. (2018). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta. Buku ini sering digunakan dalam penelitian sosial dan mencakup dasar-dasar statistik, termasuk distribusi frekuensi dan perhitungan persentase.
8. Jayanthi B., Anuradha H.V. Comparison of self-medication practice for dysmenorrhoea in medical, nursing and dental students. *Int J Basic Clin Pharmacol*. Apr;5[2]:269-73.
9. Villasari, A., 2021, Fisiologi Menstruasi, 1, Kediri : Strada Press.
10. Darwis, A. Muflihah & Syam, Rizky Chaeraty, 2022. *Penerapan cuti haid bagi pekerja perempuan*. NTB : P4I
11. Prawihardjo. 2011. Ilmu Kandungan. Jakarta: Tridasa printer.
12. Asbullah, Karim D, Erika., 2020, Gambaran Intensitas Nyeri Dan Manajemen Dismenore Pada Remaja Putri Di Sman 1 Model Tambang, *Jom Fkp*, 7:1.
13. Childa, Suwendar, Lestari, F., 2020, Gambaran Swamedikasi *Dysmenorrhea* di Kalangan Siswi SMA Negeri 1 Haurgeulis, *Prodi Farmasi*, Bandung : Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Islam Bandung.
14. Lestari H, Metusala J, Suryanto DY. Gambaran Dismenorea pada Remaja Putri Sekolah Menengah Pertama di Manado. *Sari Pediatr*. 2016;12(2):99.
15. Rubiyanti, R, Kosasih, ED., Rahman, AA., 2021, *Swamedikasi Penyakit Saluran Pencernaan Dengan Obat Sintetis dan Herbal*, 1, Tasikmalaya : Omera Pustaka