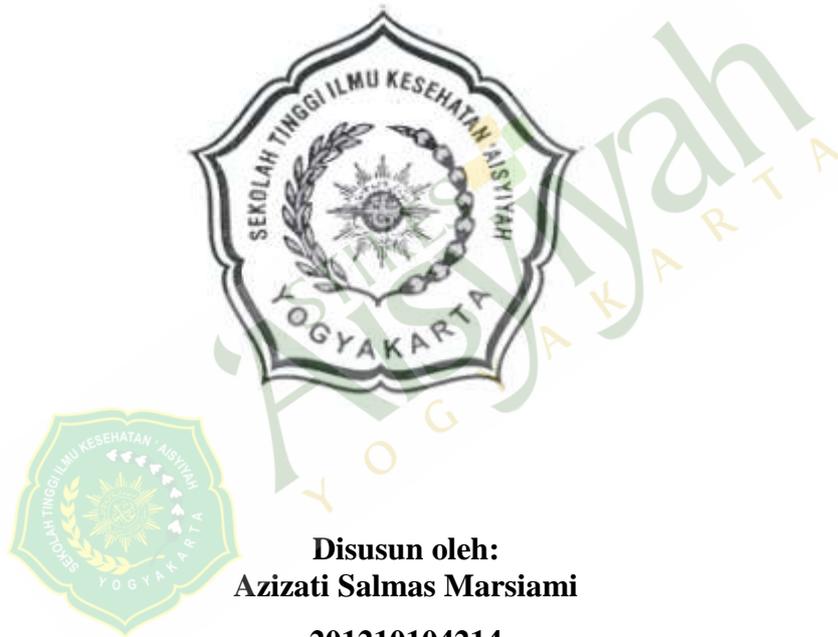


**PENGARUH PEMBERIAN JUS KULIT MANGGIS TERHADAP PENURUNAN
DERAJAT NYERI DISMENOREA PADA SISWI DI MAN WONOKROMO
PLERET BANTUL TAHUN 2013**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Persyaratan Mendapatkan Gelar
Sarjana Sains Terapan Program D IV Bidan Pendidik
STIKes 'Aisyiyah Yogyakarta



**Disusun oleh:
Azizati Salmas Marsiami**

201210104214

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG D IV
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
'AISYIYAH YOGYAKARTA
TAHUN 2013**

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH PERAWATAN METODE KANGURU TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN PADA BAYI BBLR DI RSUD PANEMBAHAN SENOPATI BANTUL YOGYAKARTA TAHUN 2013

NASKAH PUBLIKASI



Disusun Oleh :
Azizati Salmas Marsiami
201210104214

Oleh :

Pembimbing : Muftlilah, S.Pd., S.SiT., M.Sc
Tanggal : 27 Mei 2013
Tanda Tangan :

THE EFFECT GIVING OF MANGOSTEENS SKIN JUICE ON THE DECLINE LEVEL OF PAIN DYSMENORRHOEA TO THE STUDENT IN MAN WONOKROMO PLERET BANTUL, 2013¹

Azizati Salmas Marsiami², Mufdlilah³

ABSTRACT

The incident dysmenorrhoea in the world was very big in general almost more than 50% women experienced. A research in the United States mentioned that dysmenorrhoea was experienced 30-50% the age woman of the reproduction and 10-15% caused loss of employment opportunities, disrupt the activity studied in the school and family life. This research aimed at knowing the effect giving of mangosteens skin juice on the decline in the level of pain dysmenorrhoea to the student in MAN Wonokromo Pleret, Bantul in 2013.

This research used the quasi-experimental methods (quasi-experiment) with the design of the study one group pretest-posttest. Total Samples of the research 15 respondents who were received from 65 class students majoring in science and social studies MAN Wonokromo. Results of the research using Wilcoxon Paired Test Match Asymp results obtained. Sig 0.001 ($P < 0.05$) then H_a is accepted and H_o is rejected. So as to be able to be concluded had the effect giving of juice of mangosteens skin on the decline in the level dysmenorrhoea.

The suggestion for the public it was hoped could make use of mangosteens skin juice to reduce the level of pain dysmenorrhoea.

Keywords : The level of Pain, Disminorea, Juice of mangosteens Skin

The bibliography : The Book (2001-2012), the Internet, Jurnal

The number of pages : xii, 107 pages, the table 1 up to 9, the picture 3

¹ Title Of The Research

² Student Midwife On Diploma Program of STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

³ Lecturer Of STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

PENDAHULUAN

Angka kejadian dismenorea di dunia sangat besar. Rata-rata hampir lebih dari 50% wanita mengalaminya. Di Inggris sebuah penelitian menyatakan bahwa 10% dari remaja sekolah lanjut tampak absen 1-3 hari setiap bulannya karena menderita dismenorea. Sedangkan hasil penelitian di Amerika persentase kejadian dismenorea lebih besar sekitar 60%, Swedia 72% dan di Indonesia 55% (Dito Anurogo, 2011). Sebuah penelitian di Amerika Serikat menyebutkan bahwa dismenorea dialami oleh 30-50% wanita usia reproduksi dan 10-15% sehingga menyebabkan diantaranya kehilangan kesempatan kerja, mengganggu kegiatan belajar di sekolah dan kehidupan keluarga. Begitu pula angka kejadian dismenorea di Indonesia yang masih cukup tinggi, sementara yang berobat ke dokter hanya sedikit yaitu berkisar 1-2% saja (Abidin, 2004).

Dalam sebuah studi, wanita mengalami dismenorea derajat ringan sampai berat 74,1% sedangkan hanya 25,9% yang tidak mengalami dismenorea. Sedangkan 50% dari wanita yang sedang haid mengalami dismenorea dan 10% mempunyai gejala yang hebat sehingga memerlukan istirahat di tempat tidur. Wanita dengan dismenorea mempunyai lebih banyak libur kerja dan prestasi kurang begitu baik di sekolah dibandingkan wanita yang tidak mengalami dismenorea (Hacker & Moore, 2011).

Peran pemerintah dalam menangani kejadian dismenorea ini adalah dengan ditetapkannya UUTK pasal 81 ayat 1, bahwa wanita yang merasakan sakit akibat menstruasi tidak wajib masuk kerja pada hari pertama dan kedua menstruasi. Perusahaan wajib mengabulkan permohonan izin cuti haid jika memang tidak dapat bekerja secara produktif pada hari-hari tersebut (Widjaya, 2007).

Kulit manggis mengandung *xanthone* yang mempunyai sifat sebagai antioksidan kuat, anti-inflamasi yang akan menghambat pelepasan *prostaglandin* yang berlebihan melalui jaringan epitel uterus sehingga mengurangi terjadinya syndrome dismenorea (Sahroni, 2012). Selain itu, kulit manggis juga dapat meringankan *Premenstruasi Syndrome* (PMS), menurunkan pembengkakan dan nyeri saat menstruasi, meningkatkan sistem imun, meringankan sakit pada otot, ligamen, atau tendon (*fibromyalgia*) serta meringankan sakit akibat penyakit menurunnya kepadatan tulang/pengapuran tulang (*osteoporosis*) (Wieser, 2007).

Berdasarkan studi pendahuluan di MAN Wonokromo yang dilakukan penulis pada Februari 2013 didapatkan hasil yaitu dari 65 siswi, 60 siswi diantaranya menderita dismenorea, 10 mengalami dismenorea berat dan 50 lainnya mengalami dismenorea sedang sampai ringan.

Dari 60 siswi tersebut 30 (50%) siswi mengatakan minum jamu-jamuan ramuan sendiri atau dari pasar untuk menghilangkan nyeri dismenorea, sedangkan 6 (10%) siswi menggunakan obat-obatan baik dari dokter atau membeli sendiri dari apotek dan 40% diantaranya membiarkan nyeri tersebut begitu saja.

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat dirumuskan suatu masalah yaitu “Apakah Ada Pengaruh Pemberian Jus Kulit Manggis terhadap Penurunan Derajat Nyeri Dismenorea pada Siswi di MAN Wonokromo Pleret, Bantul tahun 2013?”.

TUJUAN PENELITIAN

Diketuainya pengaruh pemberian jus kulit manggis terhadap penurunan derajat nyeri dismenorea pada siswi di MAN Wonokromo Pleret, Bantul tahun 2013”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (*quasiexperiment*) atau percobaan adalah kegiatan penelitian yang dilakukan dengan memberikan percobaan atau perlakuan. Desain penelitian ini menggunakan rancangan *One Group Pretest-Posttest*. Dimana tidak ada kelompok pembandingan (kontrol), tetapi sudah dilakukan observasi pertama (*pre-test*) yang kemungkinan peneliti dapat menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen (program) (Notoatmodjo, 2005).

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2006). Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas II Jurusan IPA dan IPS MAN Wonokromo yakni 65 orang. Dalam penelitian ini pengambilan sampel dilakukan dengan metode *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Sampel-sampel yang diambil sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan. Jumlah sampel yang diambil peneliti dari jumlah populasi adalah 15 responden, penentuan jumlah sampel ini berdasarkan pada jumlah sampel minimal yaitu 10 responden, untuk penelitian eksperimen dengan taraf kesalahan 5% (Sugiyono, 2010).

Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji beda nonparametrik. Uji beda non parametrik test digunakan bagi data yang berskala nominal atau ordinal atau yang mempunyai skala interval atau ratio tetapi tidak normal (Arikunto, 2006). Karena data berskala ordinal dan membandingkan nilai sebelum diberi intervensi dan setelah diberi

intervensi dengan hipotesis komparatif dua sampel yang berkorelasi maka uji beda yang digunakan adalah uji *Wilcoxon Match Paired Test*. Untuk menilai H_0 ditolak atau diterima, dapat dilihat hasil pengolahan data menggunakan SPSS.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di MAN Wonokromo Pleret, Bantul Tahun 2013

Usia Responden	Jumlah	Persentase (%)
16	8	53,3 %
17	7	46,7 %

Sumber : Data Primer, 2013

Pada Tabel 1.1 menunjukkan bahwa dari 15 responden sebagian besar berumur 16 tahun yaitu sebanyak 8 responden (53,3 %), dan yang paling kecil berumur 17 tahun yaitu sebanyak 7 responden (46,7 %).

Tabel 1.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Siklus Menstruasi di MAN Wonokromo Pleret, Bantul Tahun 2013.

Siklus Menstruasi	Jumlah	Persentase (%)
Teratur	3	20 %
Tidak Teratur	12	80 %

Sumber : Data Primer, 2013

Pada Tabel 1.2 menunjukkan bahwa dari 15 responden sebagian besar responden mempunyai siklus menstruasi tidak teratur yaitu sebanyak 12 responden (80 %), dan 3 responden (20%) yang lain memiliki siklus menstruasi teratur.

Tabel 1.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menstruasi di MAN Wonokromo Pleret, Bantul Tahun 2013.

Lama Menstruasi	Jumlah	Persentase (%)
5 hari	2	13,3 %
6 hari	2	13,3 %
7 hari	7	46,7 %
8 hari	3	20 %
12 hari	1	6,7 %

Sumber: Data Primer, 2013

Pada Tabel 1.3 menunjukkan bahwa dari 15 responden yang paling banyak mengalami menstruasi selama 7 hari yaitu sebanyak 7 responden (46,7 %) dan paling sedikit selama 12 hari yaitu 1 responden (6,7 %).

Tabel 1.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Menarche di MAN Wonokromo Pleret, Bantul Tahun 2013

Usia Menarche	Jumlah	Persentase (%)
11 tahun	4	26,7%
12 tahun	5	33,3 %
13 tahun	2	13,3 %
14 tahun	4	26,7 %

Sumber: Data Primer, 2013

Pada Tabel 1.4 menunjukkan bahwa dari 15 responden sebagian besar responden mengalami menarche pada usia 12 yaitu sebanyak 3 responden (33,3 %). Sedangkan yang paling sedikit yaitu pada usia 13 tahun yaitu sebanyak 2 responden (13,3 %).

Tabel 1.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Kesibukan di MAN Wonokromo, Pleret Tahun 2013.

Kesibukan	Jumlah	Persentase (%)
Organisasi dan Study Oriented	10	66,7 %
Study Oriented	5	33,3 %

Sumber: Data Primer, 2013

Tabel 1.6 Pengaruh Pemberian Jus Kulit Manggis Terhadap Penurunan Derajat Nyeri Dismenorea Pada Siswi MAN Wonokromo Pleret, Bantul 2013.

No	Pretest	Intensitas Nyeri Katagori	Posttest Katagori	Selisih
1	9	nyeri hebat	2	nyeri ringan 7
2	5	nyeri sedang	0	tidak nyeri 5
3	7	nyeri hebat	1	nyeri ringan 6
4	6	nyeri sedang	2	nyeri ringan 4
5	7	nyeri hebat	3	nyeri ringan 4
6	5	nyeri sedang	1	nyeri ringan 4
7	7	nyeri hebat	1	nyeri ringan 6
8	5	nyeri sedang	0	tidak nyeri 5
9	4	nyeri sedang	0	tidak nyeri 4
10	5	nyeri sedang	1	nyeri ringan 4
11	6	nyeri sedang	1	nyeri ringan 5
12	7	nyeri hebat	2	nyeri ringan 5
13	7	nyeri hebat	1	nyeri ringan 6
14	8	nyeri hebat	0	tidak nyeri 8
15	6	nyeri sedang	1	nyeri ringan 5

Sumber: Data Primer, 2013

Tabel 1.6 menunjukkan bahwa dari 15 responden, semua responden mengalami

penurunan derajat nyeri dismenorea, yaitu sebanyak 15 responden. Penurunan terjadi baik dari nyeri hebat turun menjadi nyeri sedang dan nyeri ringan hingga tidak nyeri,serta nyeri sedang turun menjadi nyeri ringan sampai tidak nyeri. Selisih penurunan derajat nyeri dismenorea

Tabel 1.7 Hasil Uji Statistik Pengaruh Pemberian Jus Kulit Manggis Terhadap Penurunan Derajat Nyeri Dismenorea Pada Siswi MAN Wonokromo Pleret, Bantul 2013 menggunakan *Wilcoxon Match Paired Tes*.

Post test, Pre test	N	Mean	Sum Of Rank	Test statistik	
				ZAsimp.Sig	
Negative Rank	15	8,00	120,00	-3,48	0.01
Positive Rank	0	0,00	0,00		

Sumber : Data Primer yang diolah

Tabel 1.7 menunjukkan bahwa untuk nilai pretest posttest didapatkan nilai negative rank 8,00 disebabkan karena dari 15 responden semuanya mengalami penurunan. Didapatkan pula nilai Z sebesar - 3,438 dan Asymp. Sig. (2-tailed) 0,001.. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian jus kulit manggis terhadap penurunan derajat nyeri dismenorea pada siswi MAN Wonokromo Pleret, Bantul 2013.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di MAN Wonokromo Pleret, Bantul Tahun 2013.

Berdasarkan Tabel 1.1 menunjukkan bahwa dari 15 responden sebagian besar berumur 16 tahun yaitu sebanyak 8 responden (53,3%), dan yang paling kecil berumur 17 tahun yaitu sebanyak 7 responden (46,7%). Dismenorea sering dialami oleh sebagian besar wanita. Dari data yang didapat, dismenorea ini mengganggu setidaknya 50% wanita pada usia reproduksi dan 60-80% pada usia remaja, yang mengakibatkan banyaknya absensi ketika sekolah bahkan menurunkan prestasi belajar.

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Siklus Menstruasi di MAN Wonokromo Pleret, Bantul Tahun 2013.

Pada Tabel 1.2 menunjukkan bahwa dari 15 responden sebagian besar responden mempunyai siklus menstruasi teratur yaitu sebanyak 3 responden (20%), dan 12 responden (80%) yang lain memiliki siklus menstruasi tidak teratur. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa responden yang mengalami dismenorea, lebih banyak mempunyai siklus menstruasi yang tidak teratur. Siklus haid yang tidak teratur dapat

membuat responden cemas terhadap aktivitas yang akan dilakukannya, disebabkan karena ia tidak mengetahui kapan menstruasi itu akan muncul lagi. Remaja yang menstruasinya tidak lancar, akan cenderung mengalami dismenorea karena dipengaruhi oleh faktor fisik dan psikis salah satunya adalah stress. (Prawirohardjo, 2005).

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menstruasi di MAN Wonokromo Pleret, Bantul Tahun 2013.

Berdasarkan Tabel 1.3 menunjukkan bahwa dari 15 responden yang paling banyak mengalami menstruasi selama 7 hari yaitu sebanyak 7 responden (46,7%) dan paling sedikit selama 12 hari yaitu 1 responden (6,7%). Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lamanya menstruasi yang dialami responden paling cepat adalah 5 hari dan paling lama adalah 12 hari. Menstruasi yang lama, terkadang membuat orang merasakan tidak nyaman karena kemungkinan ada sesuatu yang tidak wajar dalam rahimnya, semacam penyakit sehingga memerlukan perawatan dan penanganan yang serius. Setiap wanita, mempunyai lama waktu menstruasi yang berbeda-beda. Wanita normal, mengalami menstruasi antara 2-10 hari.

4. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Menarche di MAN Wonokromo Pleret, Bantul Tahun 2013.

Pada Tabel 1.4 menunjukkan bahwa dari 15 responden sebagian besar responden mengalami menarche pada usia 12 tahun yaitu sebanyak 5 responden (33,3 %). Sedangkan yang paling sedikit yaitu pada usia 13 tahun yaitu sebanyak 2 responden (13,3 %). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa usia menarche sebagian besar responden adalah 12 tahun. Menurut Bare dan Smeltzer (2002), usia menarche merupakan salah satu faktor resiko terjadinya dismenorea primer karena menarche pada usia lebih awal menyebabkan alat-alat reproduksi belum berfungsi secara optimal dan belum siap menghadapi perubahan-perubahan sehingga timbul nyeri ketika menstruasi. Sedangkan menurut Simanjuntak (2008) faktor-faktor yang mempengaruhi timbulnya dismenorea adalah faktor kejiwaan, konstitusi, obstruksi canalis cervikalis, endokrin, dan faktor alergi.

5. Hasil Pretest Dismenorea Sebelum Pemberian Jus kulit Manggis (*Garcinia Mangostana*) Pada Siswi MAN Wonokromo Pleret, Bantul 2013.

Berdasarkan Tabel 1.6 menunjukkan bahwa dari 15 responden, semua responden mengalami dan merasakan rasa nyeri saat menstruasi atau dismenorea yaitu 15 orang (100%). Pada pre test dapat terlihat 7 responden (46,7%) mengalami nyeri hebat dan 8 responden (53,3%) mengalami nyeri sedang. Sedangkan hasil post test, sebagian besar

mengalami penurunan menjadi nyeri sedang yaitu sebesar 11 responden (73,3%) dan 4 responden mengalami penurunan nyeri yaitu tidak nyeri sebanyak 4 responden (26,7%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan perlakuan berupa pemberian jus kulit manggis, responden mengalami dismenorea. Dimana dismenorea terjadi karena adanya peningkatan produksi *progesteron endometrial* dan *leukotriena* sehingga berakibat pada termediasinya respons *inflamasi*, tegang saat menstruasi, dan molimina menstruasi lainnya (Hillard, 2006). Selain peranan hormon, *leukotrien*, dan *prostaglandin*, dismenorea juga bisa diakibatkan oleh adanya tekanan atau faktor kejiwaan.

6. Hasil Posttest Dismenorea Sesudah Pemberian Jus Kulit Manggis (*Garcinia Mangostana*) Pada Siswa MAN Wonokromo Pleret, Bantul 2013.

Berdasarkan Tabel 1.6 menunjukkan bahwa dari 15 responden, semua responden mengalami penurunan derajat nyeri dismenorea, yaitu sebanyak 15 responden (100%). Hasil penelitian ini, setelah diberikan perlakuan berupa pemberian jus kulit manggis, maka terdapat penurunan derajat nyeri pada dismenorea yakni dari nyeri hebat (derajat 7-9) turun menjadi nyeri sedang (derajat 4-6) dan ringan (derajat 1-3) hingga tidak terasa nyeri (derajat 0), serta nyeri sedang (derajat 4-6) turun menjadi nyeri ringan (derajat 1-3) sampai tidak terasa nyeri (derajat 0). Penurunan ini dikarenakan adanya pemberian jus kulit manggis tersebut. Hal tersebut dikarenakan pada kulit manggis mengandung senyawa *xanthone* yang memiliki zat antioksidan yang sangat tinggi yakni 66,7 kali antioksidan yang terkandung dalam wortel dan 8,3 kali jeruk, bahkan beberapa kali lebih kuat dari vitamin C dan vitamin E. Selain itu, yang paling penting dari senyawa *xanthone* adalah *antiinflamasi* yang mempunyai aktivitas penghambat pelepasan histamin dan sintesis *prostaglandin E2* sebagai mediator inflamasi serta penghambat enzim COX-2 yang menyebabkan peradangan, bengkak dan nyeri haid (Sahroni, 2012).

7. Pengaruh Pemberian Jus Kulit Manggis Terhadap Penurunan Derajat Nyeri Dismenorea Pada Siswi 2013.

Berdasarkan Tabel 1.6 menunjukkan bahwa setiap responden mengalami penurunan yang berbeda. Selisih penurunan derajat nyeri dismenorea maksimal adalah 8 dan paling sedikit yaitu 4. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mempunyai *Asymp.Sig.* yang lebih kecil dari 0,05 yaitu 0,001. Hal ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh pemberian jus kulit manggis terhadap penurunan tingkat nyeri dismenorea pada siswi MAN Wonokromo Pleret, Bantul. Responden yang

mengalami penurunan derajat nyeri dismenorea disebabkan karena adanya perlakuan berupa pemberian jus kulit manggis. Dari tabel 1.6 juga dapat terlihat bahwa responden yang diambil dalam penelitian yaitu responden yang memiliki dismenorea sedang dan berat, sedangkan untuk dismenorea ringan tidak diambil sebagai responden.

Penurunan derajat nyeri dismenorea pada siswi Wonokromo Pleret, Bantul disebabkan karena kandungan *xanthone* pada kulit manggis yang bermanfaat untuk mengurangi nyeri dismenorea dan membantu mengatasi efek peningkatan produksi hormon prostaglandin. Salah satu kandungan *xanthone* yang paling penting adalah *antiinflamasi* bisa membantu menghambat pelepasan histamin dan sintesis prostaglandin E2 sebagai mediator *inflamasi* serta menghambat enzim COX-2 yang menyebabkan peradangan, bengkak dan nyeri haid (Sahroni, 2012).

KESIMPULAN

1. Karakteristik siswi kelas 11 IPA, IPS, yang mengalami dismenorea di MAN Wonokromo Pleret, Bantul berdasarkan umur, siklus menstruasi, lama menstruasi, usia menarche dan kesibukan responden yaitu: sebagian besar responden berumur 16 tahun, siklus menstruasi sebagian besar tidak teratur, lama menstruasi selama 7 hari, usia menarche pada usia 12 tahun, dan memiliki kesibukan (ikut organisasi sekolah).
2. Presentase hasil Pretest, 7 responden (46,7%) mengalami nyeri hebat dan 8 responden (53,3%) mengalami nyeri sedang. Sedangkan hasil Posttest, sebagian besar mengalami penurunan menjadi nyeri sedang yaitu sebesar 11 responden (73,3%) dan 4 responden mengalami penurunan nyeri yaitu tidak nyeri sebanyak 4 responden (26,7%).
3. Hasil uji statistik nonparametris dengan uji Wilcoxon Match Paired Test, didapatkan hasil nilai Z sebesar $-3,438$ dan Asymp. Sig. (2-tailed) $0,001 < 0,05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian jus kulit manggis terhadap penurunan derajat nyeri dismenorea.

SARAN

- a. Bagi Siswi MAN Wonokromo Pleret, Bantul.

Diharapkan dapat memanfaatkan jus kulit untuk menurunkan derajat nyeri saat dismenorea sebagai terapi non obat-obatan. Metode lain yang memungkinkan digunakan adalah teknik relaksasi sebelum memutuskan untuk penggunaan obat. Pada intensitas nyeri yang mengharuskan berhenti beraktivitas seharusnya berkonsultasi dengan dokter untuk pemeriksaan dan pengobatan yang adekuat.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat mengembangkan penelitian jus kulit manggis secara lebih mendalam dan menginformasikan tentang manfaat kulit manggis secara lebih luas khususnya untuk dismenorea dan umumnya untuk mengatasi masalah kesehatan reproduksi perempuan.

c. Bagi Organisasi Karya Ilmiah Remaja (KIR).

Diharapkan organisasi ini, dapat lebih optimal dalam perannya sebagai pusat penelitian ilmu pengetahuan yang baru khususnya tentang jus kulit manggis, sehingga dapat memberi informasi lebih lengkap dan luas tentang manfaat kulit manggis serta mencari manfaat yang lainnya selain untuk dismenorea.

d. Bagi Masyarakat

Diharapkan masyarakat dapat memanfaatkan jus kulit manggis untuk mengurangi derajat nyeri dismenorea.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin. (2004). *Kupas Tuntas Menstruasi*. Jakarta: Millestone.
- Admin. (2005). *Buku Acuan Ginekologi*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta..
- Dito, Nugroho,. (2011). *Catatan Kuliah Ginekologi dan Obstetri (Obsgyn) untuk Keperawatan dan Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Elif, Oral and friends,. (2012). *Premenstrual Symptom Severity, Dysmenorrhea, and School Performance in Medical Students*.
- Mardjono, Mahar, Priguna, Sidharta. (2010). *Neurologi Klinis Dasar*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Prawirohardjo, Sarwono. (2008). *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Primchanien Moongkarndi and friends. (2004). *Antiproliferation, antioxidation and induction of apoptosis by garcinia mangostana (mangosteen) on SKBR3 human breast cancer cell line*.
- Sahroni. (2012). *Apa Kata Dokter tentang Khasiat Jus Kulit Manggis*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Yunitasari, L,. (2012). *Gempur 41 Penyakit Dengan Buah Manggis*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.