

Lampiran 2

PERNYATAAN KESEDIAAN MEMBIMBING

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini:

1. Nama dan Gelar : Dr. Suwoyo, S.Kep.Ns.,M.Kes
2. NIP : 196803181995031002
3. Pangkat dan Golongan : Penata TK I/III d
4. Jabatan : Lektor
5. Asal Institusi : Poltekkes Kemenkes Malang
6. Pendidikan Terakhir : S3
7. Alamat dan Nomor yang bisa di hubungi:
 - a. Alamat Rumah : Jl. Kantil no.36 RT.22 Rw.04, Kel. Ngampel, Kec. Mojoroto, Kota Kediri.
 - b. Telepon/HP : 081357526528
 - c. Alamat Kantor : Jl. Besar Ijen 77c Malang
 - d. Telepon Kantor : 0341- 558793

Dengan ini saya menyatakan (bersedia/tidak bersedia) menjadi pembimbing (utama/~~pendamping~~) Skripsi bagi mahasiswa:

Nama : Nuris Sowantika

NIM : P17311174073

Judul Skripsi : Pengaruh *Chamomile* Terhadap Pengurangan *Dismenorea* Pada Remaja

*) Coret yang tidak dipilih.

Malang, 01 Februari 2021
Pembimbing Utama



Dr. Suwoyo, S.Kep.Ns., M.Kes.

NIP 196803181995031002

Lampiran 3

PERNYATAAN KESEDIAAN MEMBIMBING

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini:

1. Nama dan Gelar : Nur Eva Aristina, SST.,M.Keb
2. NIP : 198403152009122002
3. Pangkat dan Golongan : Penata/ IIIc
4. Jabatan : Dosen
5. Asal Institusi : Poltekkes Kemenkes Malang
6. Pendidikan Terakhir : Magister Kebidanan
7. Alamat dan Nomor yang bisa di hubungi:
 - a. Alamat Rumah : Jl. Simpang Ijen Blok A No. 29 Malang
 - b. Telepon/HP : 081331193829
 - c. Alamat Kantor : Jl.Besar Ijen 77c Malang
 - d. Telepon Kantor : 0341 - 558793

Dengan ini saya menyatakan (bersedia/tidak bersedia) menjadi pembimbing (~~utama~~/pendamping) Skripsi bagi mahasiswa:

Nama : Nuris Sowantika

NIM : P17311174073

Judul Skripsi : Pengaruh *Chamomile* Terhadap Pengurangan *Dismenorea* Pada Remaja

*) Coret yang tidak dipilih.

Malang, 01 Februari 2021
Pembimbing Pendamping









Nur Eva Aristina, SST, M.Keb
NIP 198403152009122002









Lampiran 4







LEMBAR KONSULTASI











NAMA MAHASISWA : NURIS SOWANTIKA
NIM : P17311174073
PEMBIMBING UTAMA : Hupitoyo, S.Kp.M.Kes
Dr. SUWOYO, S.Kep.Ns., M.Kes (Pengganti P1)
PEMBIMBING PENDAMPING : NUR EVA ARISTINA, SST., M.Keb.
JUDUL SKRIPSI : PENGARUH PEMBERIAN *CHAMOMILE* TERHADAP PENGURANGAN
DISMENOREA PADA REMAJA.







Pembimbing Utama				Pembimbing Pendamping			
Bimbingan Ke	Tanggal	Saran	Tanda Tangan	Bimbingan Ke	Tanggal	Saran	Tanda Tangan

1	31/8/ 2020	Konfirmasi pembimbing dan konsultasi mengenai rancangan penelitian. Saran: 1. Topik yang diambil sudah bagus, tidak masalah bila di teruskan. 2. Mencari literature tambahan agar memiliki wawasan yang luas. 3. Mengirimkan BAB I		1	4/9/ 2020	Konfirmasi pembimbing dan konsultasi mengenai rancangan penelitian. Saran : 1. Topik yang diambil telah disetujui. 2. Mulai menyusun BAB I dan mulai mencari literature yang berhubungan dengan topik yang di pilih.	
2	12/9/ 2020	Saran pada BAB I 1. Memperhatikan kaidah penulisan paragraph. 2. Penggunaan kalimat efektif, tidak menggunakan kata sambung di awal kalimat, tidak melakukan duplikasi frase, jangan hanya mengutip tapi lakukan analisis. 3. Pertajam masalah.		2.	13/9/ 2020	Saran: 1. Mencari literature 2. Memeriksa jurnal yang telah terindeks.	
3	29/9/ 2020	Saran pada BAB I 1. Perbaiki pada judul. 2. Tujuan khusus diperbaiki 3. Perjelas manfaat penelitian		3.	20/9/ 2020	Saran : 1. Tambahan pada latar belakang masalah, untuk membandingkan masalah 1 dengan masalah lain. 2. Menuliskan persentasi kejadian kasus. 3. Membandingkan penelitian <i>Chamomile</i> dengan penelitian lainnya	

4	7/10/ 2020	BAB I telah di setujui, Saran: Segera menyusun BAB II dan BAB III		4.	7/10/ 2020	Saran : 1. Perjelas subyek penelitian 2. Subyek penelitian akan memperjelas kriteria inklusi dan eksklusi.	
5	12/10/ 2020	Saran pada BAB III BAB III disetujui, tidak ada saran, segera melengkapi BAB II		5.	11/10/ 2020	Saran: 1. Mencari literatur yang terkait 2. Pada BAB III a. Menambahkan source untuk mempermudah dan memperbanyak tempat pencarian.	
6.	26/10/ 2020	BAB II diterima Saran : 1. Tidak perlu mencantumkan konsep dasar remaja		6.	14/10/ 2020	Saran: 1. Literature boleh menggunakan bahasa selain Indonesia dan Inggris, selagi mampu melakukan critical aprasial 2. Artikel penelitian boleh digunakan sebagai literature dalam skripsi.	
7.	16/12/ 2020	Konfirmasi perubahan pembimbing, dan mengirimkan berkas proposal kepada pembimbing baru.		7.	23/11/ 2020	Saran : 1. BAB II telah diterima 2. BAB III a. Perbanyak source. b. Perbaiki kriteria eksklusi dan inklusi menggunakan PICOT, PICOS, PEOS c. Tambahkan desain penelitian yang beragam pada kriteria inklusi dan eksklusi	

8	19/12/ 2020	<p>Saran pada proposal:</p> <ol style="list-style-type: none"> Pada latar belakang <ol style="list-style-type: none"> Tambahkan informasi tentang permasalahan yang terjadi akibat <i>Dismenorea</i> dengan data dukungnya. Hasil penelitian terdahulu tidak perlu di masukkan karena dapat melemahkan alasan pemilihan judul. Cari peneliian terdahulu yang dapat mendukung tema yang dipilih. Tinjauan Pustaka <ol style="list-style-type: none"> Penulisan gunaan bahasa Indonesia yang baik dan benar, missal: dll di tulis lengkap. Kinsep keterkaitan antara <i>Chamomile</i> dengan <i>Dismenorea</i> belum ada, dan jelaskan respon tubuh terhadap bahan tersebut Metopon sudah bagus 		8	18/01 /2021	<p>Saran :</p> <ol style="list-style-type: none"> Perbaiki cara penulisan Tambahan pada judul Beri halaman pada daftar table, gambar,dll Buat daftar singkatan Berikan skema terjadinya <i>Dismenorea</i> agar lebih mudah dipahami Tuliskan hasil literature yang di dapatkan Isi formulir 	
9.	22/12/ 2020	<p>Saran :</p> <ol style="list-style-type: none"> Latar belakang lebih di fokuskan Tinjauan pustaka pilih yang betul-betul terkait dengan variabel yang di teliti. Konsep terkait <i>Chamomile</i> dan <i>Dismenorea</i> belum ada. 		9.	27/01/ 2021	<ol style="list-style-type: none"> Penulisan diperbaiki 	
10.	26/12/2020	<p>BAB III telah disetujui</p> <p>Saran : Lengkapi lampiran</p>		10.	01/02/ 2021	<ol style="list-style-type: none"> Proposal Telah di ACC Segera hubungi penguji dan buat jadwal ujian. 	

11.	22/02/2021	Revisi proposal telah diterima.		11.	30/6/2021	Perbaiki abstrak Perjelas bab IV Perbaiki kalimat Berikan kolom pada karakteristik studi	
12.	24/03/2021	Masukan pada bab 4-5 Saran: masukkan tahun publikasi jurnal hendaknya 5 tahun kebelakang dan karakteristik responden harus homogen, pilih Teknik Analisa masing masing jurnal yang sesuai tujuan penelitian.		12.	1/7/2021	Jangan mengulang teori bab II Persingkat BAB IV Buat kolom dengan persentase pada hasil analisis	
13.	16-06-2021	Masukan pada skripsi Saran: Tinjau kembali rumusan masalah, konsep, metode penelitian.		13.	5/7/2021	Perbaiki bab V Sesuaikan kesimpulan dan saran dengan persetujuan penelitian	
14.	18-06-2021	Perhatikan sistematika penulisan hasil laporan dan perjelas hasil laporan penelitian.		14.	12/7/2021	Skripsi telah disetujui	
15.	26-06-2021	Tinjau kembali hasil pembahasan dan kesimpulan		15.	20/7/2021	Revisi Skripsi telah diserahkan	

16	1-07-2021	Tinjau kembali hasil dan pembahasan		16.	22/9/2021	Revisi Skripsi telah di ACC	
17.	9/7/2021	Sinkronkan jurnal dengan judul, tujuan, pembahasan dan kesimpulan.					
18.	12/7/2021	Skripsi telah di ACC					
19.	20/7/2021	Revisi Skripsi diserahkan					
20.	20/7/2021	Revisi telah diterima dan di ACC					

Lampiran 5

Penelusuran Artikel Ilmiah Pengaruh Chamomile Terhadap Penurunan Dismenore Primer Pada Remaja Putri.

No.	Judul Jurnal	Abstrak Penelitian
1.	The Effect of Chamomile on Pain and Menstrual Bleeding in Primary Dysmenorrhea. (Niazi A, Moradi M,2021)	<p>Background: Primary dysmenorrhea is characterized by pain during menstruation without any pelvic pathology. It is a common problem among females in their reproductive age which is caused by increased production of prostaglandin in the endometrium as one of leading causes. Chamomile extract ceases the production of prostaglandins and leukotrienes. The aim of this study was to systematically review the clinical trials to determine the effect of Chamomile on pain and menstrual bleeding in primary dysmenorrhea. Methods: Search process to find relevant articles was conducted on electronic Iranian (MagIran, SID) and international databases (Google Scholar, Science Direct, PubMed, ProQuest, Cochrane library, Scopus, Web of Science and EBSCO), using English keywords and Persian equivalents such as "Dysmenorrhea", "Pain", "Menstrual bleeding" and "Chamomil" without a time limit until March 2020. Irrelevant, duplicate, descriptive, or qualitative studies were excluded. To evaluate the quality of articles, we used the Cochran's Risk of Bias tool. Results: Among 124 articles found in the initial search, finally 7 clinical trials (with a sample size of 1033) were systematically examined. Two out of 7 studies examined the effect of Chamomile on the pain of primary dysmenorrhea, 2 studies on the effect of Chamomile on menstrual bleeding volume, and 3 on the effect of Chamomile on pain and menstrual bleeding in primary dysmenorrhea. Conclusion: Based on results of the most reviewed studies, Chamomile can be considered as an effective treatment for primary dysmenorrhea and reducing menstrual bleeding.</p> <p>Terjemahan :</p> <p>Latar Belakang: Dismenore primer ditandai dengan nyeri saat menstruasi tanpa adanya patologi panggul. Ini adalah masalah umum di kalangan wanita di usia reproduksi salah satu penyebab utamanya disebabkan oleh peningkatan produksi prostaglandin di endometrium. Ekstrak chamomile menghentikan produksi prostaglandin dan leukotrien. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meninjau uji klinis secara sistematis untuk menentukan efek Chamomile pada nyeri dan perdarahan menstruasi pada dismenore primer. Metode: Proses pencarian untuk menemukan artikel yang relevan dilakukan pada basis data elektronik Iran (MagIran, SID) dan internasional (Google Scholar, Science Direct, PubMed, ProQuest, perpustakaan Cochrane, Scopus, Web of Science dan EBSCO), menggunakan kata kunci bahasa Inggris dan bahasa Persia yang setara seperti "Dismenore", "Nyeri", "Perdarahan menstruasi" dan "Chamomil" tanpa batas waktu</p>

		<p>hingga Maret 2020. Studi yang tidak relevan, duplikat, deskriptif, atau kualitatif dikeluarkan. Untuk mengevaluasi kualitas artikel, kami menggunakan alat Risiko Bias Cochran. Hasil: Di antara 124 artikel yang ditemukan dalam pencarian awal, akhirnya 7 uji klinis (dengan ukuran sampel 1033) diperiksa secara sistematis. Dua dari 7 penelitian meneliti efek Chamomile pada nyeri dismenore primer, 2 penelitian tentang efek Chamomile pada volume perdarahan menstruasi, dan 3 pada efek nyeri Chamomileon dan perdarahan menstruasi pada dismenore primer. Kesimpulan: Berdasarkan hasil studi yang paling banyak ditinjau, Chamomile dapat dianggap sebagai pengobatan yang efektif untuk dismenore primer dan mengurangi perdarahan menstruasi.</p>
2.	<p>Comparison of the effect of <i>Chamomile</i> and Mefenamic Acid on primary dysmenorrhea , associated symptoms and menstrual bleeding.</p> <p>(Shabani, n.d. 2020)</p>	<p>Background Dysmenorrhea is one of the most common pelvic pains in women, impairing their quality of life. This study investigated the effects of chamomile sachet and mefenamic acid on primary dysmenorrhea, associated symptoms and bleeding. Methods In this randomized clinical trial, 200 female students with primary dysmenorrhea from Arak universities were randomly assigned to two groups. The group (A) received mefenamic acid (250 mg) and group (B) received chamomile (5000 mg) plus one teaspoonful of honey as a flavoring (for two days before up to the first three days of menstruation, three times a day in two consecutive cycles. Pain severity, associated symptoms and bleeding were assessed using visual analog scale, Andersch-Milsom Verbal Scale and Higham chart, respectively. Data were analyzed by descriptive and inferential statistical tests by SPSS 21. Results Severe pain during two months after intervention was in 6 (6.3%) of group (B) and 6 (6.3%) in group (A) ($p = 0.351$, $p = 0.332$). Mean severity of associated symptoms two months after the treatment was (4.93 ± 3.54) in group (B) and (5.62 ± 3.54) in group (A), indicating further reduction in group (B) but not significant ($p = 0.278$). Mean of bleeding was (88.71 ± 66.4 vs. 70.54 ± 53.34) in group (B) and (A) respectively, in two months later. therefore decrease in the two groups but was not significant between groups ($p = 0.567$). Conclusions It seems chamomile sachet can reduce the severity of pain and bleeding similar to mefenamic acid and even further mitigate the symptoms associated with dysmenorrhea.</p> <p>Terjemahan :</p> <p>Latar Belakang: Dismenore adalah salah satu nyeri panggul yang paling umum pada wanita, mengganggu kualitas hidup mereka. Tujuan Penelitian ini menyelidiki efek chamomile sachet dan asam mefenamat pada dismenore primer, gejala terkait dan perdarahan. Metode Dalam uji klinis acak ini, 200 mahasiswi dengan dismenore primer dari universitas Arak secara acak dibagi menjadi dua kelompok. Kelompok (A) mendapat asam mefenamat (250 mg) dan</p>

		<p>kelompok (B) mendapat chamomile (5000 mg) ditambah satu sendok teh madu sebagai penyedap rasa (selama dua hari sebelum sampai tiga hari pertama haid, tiga kali sehari pada dua siklus berturut-turut Tingkat keparahan nyeri, gejala terkait dan perdarahan dinilai menggunakan skala analog visual, Skala Verbal Andersch-Milsom dan grafik Higham, masing-masing Data dianalisis dengan uji statistik deskriptif dan inferensial dengan SPSS 21. Hasil Nyeri hebat selama dua bulan setelah intervensi berada di 6 (6,3%) kelompok (B) dan 6 (6,3%) pada kelompok (A) ($p = 0,351$, $p = 0,332$). Rata-rata keparahan gejala terkait dua bulan setelah pengobatan adalah ($4,93 \pm 3,54$) di kelompok (B) dan ($5,62 \pm 3,54$) pada kelompok (A), menunjukkan penurunan lebih lanjut pada kelompok (B) tetapi tidak signifikan ($p = 0,278$) Rerata perdarahan adalah ($88,71 \pm 66,4$ vs $70,54 \pm 53,34$) pada kelompok (B) dan (A) berturut-turut, dalam dua bulan kemudian, oleh karena itu terjadi penurunan pada kedua kelompok tetapi tidak signifikan antara groups ($p = 0,567$). Kesimpulan Tampaknya sachet chamomile dapat mengurangi keparahan nyeri dan perdarahan mirip dengan asam mefenamat dan bahkan lebih mengurangi gejala yang berhubungan dengan dismenore.</p>
3.	<p>Pengaruh Treatmen Double Action: Yoga Dan Chamomile Terhadap Dismenore Dan Kecemasan Remaja. (Awaliyah, n.d. 2020)</p>	<p>Latar belakang: Dismenore merupakan masalah ginekologi yang paling sering terjadi pada 90% remaja di dunia, dan 10 -20% diantaranya mengalami nyeri hebat. Dismenore pada remaja menyebabkan aktivitas sehari-hari terbatas, tidak dapat belajar, cemas dan dapat mempengaruhi prestasi belajar di sekolah. Salah satu intervensi dismenore yang tepat pada masa remaja adalah olahraga fisik. Yoga memiliki efek paling besar dalam mengurangi nyeri menstruasi dan pemberian minuman chamomile dapat merilekskan kontraksi otot rahim dan mengurangi kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh treatmen double action: yoga dan chamomile terhadap dismenore dan kecemasan remaja. Desain penelitian ini menggunakan quasi-eksperimental post-test design with control group. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata nyeri post-test kelompok intervensi 3.89, kelompok kontrol 5.44. Rata-rata kecemasan kelompok intervensi 35.70, pada kelompok kontrol 40.19. Hasil uji statistik t- independen menunjukkan bahwa p-value = 0.003 pada variabel dismenore, dan p-value = 0.013 pada variabel kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan signifikan rata -rata dismenore dan rata -rata kecemasan antara remaja yang melakukan yoga dan minum chamomile dengan kelompok kontrol. Kesimpulannya yoga dan minuman chamomile lebih efektif dalam mengurangi dismenore dan kecemasan dibandingkan dengan melakukan relaksasi nafas dalam.</p>
4.	<p><i>Comparative Study on the Effect of Matricaria Chamomile and Achillea millefolium Capsules on Primary Dysmenorrhea Intensity of</i></p>	<p>Background: Menstrual pain is the most common pain and one of the main causes of referral to a doctor among young women. The aim of this study was to compare the effectiveness of Achillea millefolium (Yarrow) and Matricaria chamomile plants to treat menstrual pain.</p>

	<p><i>Dormitory Students of Kurdistan University of Medical Sciences.</i></p> <p>(Radfar et al., 2019)</p>	<p>Methods: This double-blind randomized controlled trial study was performed on 50 female students of Kurdistan Medical Sciences residing in dormitory in 2018. Individuals were randomly divided into two groups of chamomile and yarrow using sealed envelopes. 20 for people received 250 mg chamomile capsules every 8 hours and 26 people received 150 mg hydroalcoholic capsules of yarrow every 8 hours during the first three days of menstruation in two menstrual cycles. The data collection tool was a questionnaire and the severity of pain was assessed using visual analogue scale for the pain (VAS).</p> <p>Results: There was no significant difference between the two groups in terms of pain severity and duration of pain before taking the drug ($p > 0.05$). The average pain severity in the first menstrual cycle in the two groups decreased significantly ($p < 0.05$), which was more noticeable in the yarrow group. However, the average pain severity in the yarrow capsule group was lower than that of the chamomile capsule group, but this difference was not statistically significant ($p > 0.05$).</p> <p>Conclusion: Both capsules of yarrow and chamomile reduce the severity of pain, but the yarrow capsule, with its long-lasting sedative effect, proved more helpful to reduce the severity of menstrual pain and could be effective in solving one of the issues among women.</p> <p>Terjemahan:</p> <p>Latar Belakang: Nyeri haid merupakan nyeri yang paling umum dan salah satu penyebab utama rujukan ke dokter di kalangan remaja putri.</p> <p>Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membandingkan efektivitas tanaman <i>Achillea millefolium</i> (Yarrow) dan chamomile <i>Matricaria</i> untuk mengobati nyeri haid.</p> <p>Metode: Penelitian uji coba terkontrol acak tersamar ganda ini dilakukan pada 50 mahasiswi Ilmu Kedokteran Kurdistan yang tinggal di asrama pada tahun 2018. Individu secara acak dibagi menjadi dua kelompok chamomile dan yarrow menggunakan amplop tertutup. 20 orang menerima 250 mg kapsul chamomile setiap 8 jam dan 26 orang menerima 150 mg kapsul hidroalkohol yarrow setiap 8 jam selama tiga hari pertama menstruasi dalam dua siklus menstruasi. Alat pengumpulan data berupa kuesioner dan tingkat keparahan nyeri dinilai menggunakan visual analogue scale for the pain (VAS).</p> <p>Hasil: Tidak ada perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok dalam hal keparahan nyeri dan durasi nyeri sebelum minum obat ($p > 0,05$). Rata-rata keparahan nyeri pada siklus menstruasi pertama pada kedua kelompok menurun secara signifikan ($p < 0,05$), yang lebih terlihat pada kelompok yarrow. Namun, tingkat keparahan nyeri rata-rata pada kelompok kapsul yarrow lebih rendah daripada kelompok kapsul chamomile, tetapi perbedaan ini tidak signifikan secara statistik ($p > 0,05$).</p> <p>Kesimpulan: Baik kapsul yarrow dan chamomile mengurangi keparahan nyeri, tetapi kapsul yarrow, dengan efek sedatif yang tahan lama, terbukti lebih membantu</p>
--	--	---

		<p>mengurangi keparahan nyeri haid dan efektif dalam memecahkan salah satu masalah di kalangan wanita.</p>
5.	<p>Efficacy of <i>Chamomile</i> in the treatment of premenstrual syndrome: A <i>Systematic Review</i> (Khalesi et al., 2019)</p>	<p>Background: Premenstrual syndrome (PMS) encompasses a vast array of physical and psychological symptoms. Of the herbal supplements mentioned for remedy PMS symptoms, chamomile used as an effective herbal medicine. The overall purpose of this review was to determine the efficacy of chamomile on the treatment PMS. Method: An extensive research review using Web of Science, the Cochrane Controlled Trials Register database, PubMed, Chinese Biomedical Database (CBM), CINAHL, China National Knowledge Infrastructure (CNKI), Psych INFO, Social Science Research Network, SID, Google Scholar, Iran Doc, Magiran and Iran Medex. Eligible studies were identified from English and Persian databases, published between 1990 and 2019. Result: Studies were screened independently by two researchers who performed the data extraction. Of Twenty-seven studies identified, Eight RCTs met our inclusion criteria. Conclusion: Chamomile has been used to treat PMS relief because of therapeutic properties such as anti-inflammatory effects (Chamazulene and α-Bisabolol); anti-spasmodic effects (Apigenin, Quercetin, and Luteolin, Metoxicomarin, Matrisin, and Phytoestrogens); anti-anxiety effects (Glycine, Flavonoid). The results of this review show that Chamomile is effective for the treatment of PMS. Based on these results, we believe that Chamomile can be used as good herbal medicine to treat in women with PMS.</p> <p>Terjemahan:</p> <p>Latar Belakang: Premenstrual syndrome (PMS) mencakup beragam gejala fisik dan psikologis. Dari suplemen herbal yang disebutkan untuk mengobati gejala PMS, chamomile digunakan sebagai obat herbal yang efektif. Tujuan keseluruhan dari tinjauan ini adalah untuk menentukan kemanjuran chamomile pada pengobatan PMS. Metode: tinjauan penelitian ekstensif menggunakan Web of Science, database Cochrane Controlled Trials Register, PubMed, Chinese Biomedical Database (CBM), CINAHL, China National Knowledge Infrastructure (CNKI), Psych INFO, Social Science Research Network, SID, Google Cendekia, Iran Doc, Magiran dan Iran Medex. Studi yang memenuhi syarat diidentifikasi dari database Inggris dan Persia, diterbitkan antara tahun 1990 dan 2019. Hasil: Studi disaring secara independen oleh dua peneliti yang melakukan ekstraksi data. Dari 27 studi yang diidentifikasi, 8 RCT memenuhi kriteria inklusi kami. Kesimpulan: Chamomile telah digunakan untuk mengobati pereda PMS karena sifat terapeutik seperti efek anti-inflamasi (Chamazulene dan -Bisabolol); efek anti-spasmodik (Apigenin, Quercetin, dan Luteolin, Metoxicomarin, Matrisin, dan Fitoestrogen); efek anti-kecemasan (Glycine, Flavonoid). Hasil review ini menunjukkan bahwa</p>

		<p>Chamomile efektif untuk pengobatan PMS. Berdasarkan hasil ini, kami percaya bahwa Chamomile dapat digunakan sebagai obat herbal yang baik untuk mengobati wanita dengan PMS.</p>
6.	<p>An update and <i>Systematic Review</i> on the treatment of primary dysmenorrhea. (Sharghi et al., 2019)</p>	<p>Background: Primary dysmenorrhea is a painful uterine contraction caused by endometrial laceration. Drug therapies and complementary medicine have been used to treat dysmenorrhea. The aim of this study was to investigate and offer an updated perspective on the treatments for dysmenorrhea. Methods: The present study was conducted in accordance with the PRISMA checklist for systematic reviews and meta-analyses. The required information was collected based on searches for the following keywords: treatment, primary dysmenorrhea, medicinal plants, chemical drugs, and herbs. Searches were performed on databases Pubmed, Web of Sciences, Scopus, Iran medex, and SID by March 2018 to find literature in the English and Persian languages on this subject without a time limit. Results: This review included 17 papers, 10 of which on complementary medicine, three on drug therapies, and four on acupuncture and acupressure. The largest and smallest samples had 303 and 24 patients, respectively. Length of treatment ranged from one to six months and the measures most commonly used in the studies were the visual analogue scale and clinical efficacy. Reported complications included gastrointestinal events, nausea, vomiting, diarrhea, abdominal pain, and liver and kidney disorders. Conclusion: Medicinal plants, drugs, and acupressure seem to suppress pain by reducing the level of prostaglandins, mediating nitric oxide, increasing beta-endorphin levels, blocking the calcium channel, and enhancing circulatory flow through the uterine pathway. Further trials are required to confirm the benefits of the procedures described and ensure the absence of complications.</p> <p>Terjemahan:</p> <p>Latar belakang: Dismenore primer adalah nyeri kontraksi uterus yang disebabkan oleh laserasi endometrium. Terapi obat dan pengobatan komplementer telah digunakan untuk mengobati dismenore. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki dan menawarkan perspektif terbaru tentang pengobatan dismenore. Metode: Penelitian ini dilakukan sesuai dengan daftar periksa PRISMA untuk tinjauan sistematis dan meta-analisis. Informasi yang dibutuhkan dikumpulkan berdasarkan pencarian kata kunci berikut: pengobatan, dismenore primer, tanaman obat, obat kimia, dan herbal. Pencarian dilakukan di database Pubmed, Web of Sciences, Scopus, Iran medex, dan SID pada Maret 2018 untuk menemukan literatur dalam bahasa Inggris dan Persia tentang subjek ini tanpa batas waktu. Hasil: Tinjauan ini mencakup 17 makalah, 10 di antaranya tentang pengobatan komplementer, tiga tentang terapi obat, dan empat tentang</p>

		<p>akupunktur dan akupresur. Sampel terbesar dan terkecil masing-masing memiliki 303 dan 24 pasien. Lama pengobatan berkisar antara satu sampai enam bulan dan ukuran yang paling umum digunakan dalam penelitian adalah skala analog visual dan kemanjuran klinis. Komplikasi yang dilaporkan termasuk kejadian gastrointestinal, mual, muntah, diare, sakit perut, dan gangguan hati dan ginjal. Kesimpulan: Tanaman obat, obat-obatan, dan akupresur tampaknya menekan rasa sakit dengan mengurangi kadar prostaglandin, memediasi oksida nitrat, meningkatkan kadar beta-endorfin, memblokir saluran kalsium, dan meningkatkan aliran sirkulasi melalui jalur uterus. Percobaan lebih lanjut diperlukan untuk mengkonfirmasi manfaat dari prosedur yang dijelaskan dan memastikan tidak adanya komplikasi.</p>
7.	<p>The effectiveness and safety of Iranian herbal medicines for treatment of premenstrual syndrome: A <i>Systematic Review</i>. (Maleki-Saghooni et al., 2018)</p>	<p>Background: Premenstrual syndrome (PMS) is one of the most common problems among women of reproductive age. The popularity of complementary/alternative therapies has grown in recent years, and these treatments have been more commonly used by women (48.9%) than men (37.8%). The aim of this systematic review was to assess effectiveness and safety of Iranian herbal medicines for treatment of premenstrual syndrome. Methods: PubMed, Scopus, Cochrane, and Google Scholar were searched along with SID, Magiran and Irandoc up to Dec 2017. Inclusion criteria consist of Iranian, published, randomized controlled trials (RCTs) using Iranian herbal medicine for treatment of reproductive age women with PMS. Eventually Eighteen RCTs met the inclusion criteria. Results: Overall, studies have shown that Vitex agnuscastus, Hypericum perforatum, Matricaria chamomilla, saffron, Curcumin, Melissa officinalis, Zataria multiflora, Wheat Germ Extract, Echinophora platyloba, Foeniculum vulgare, Valerian root extract, Citrus sinensis, Zingiber officinale and Flax seed might alleviate symptoms of PMS. Conclusion: This research demonstrated efficacy and safety of Iranian herbal medicines in alleviating PMS. Therefore, herbal medicine can be regarded as an alternative treatment for women suffering from PMS.</p> <p>Terjemahan:</p> <p>Latar Belakang: Premenstrual syndrome (PMS) merupakan salah satu masalah yang sering dialami oleh wanita usia reproduksi. Popularitas terapi komplementer/alternatif telah berkembang dalam beberapa tahun terakhir, dan perawatan ini lebih umum digunakan oleh wanita (48,9%) daripada pria (37,8%). Tujuan dari tinjauan sistematis ini adalah untuk menilai efektivitas dan keamanan obat-obatan herbal Iran untuk pengobatan sindrom pramenstruasi. Metode: Pencarian PubMed, Scopus, Cochrane, dan Google Scholar bersama dengan SID, Magiran dan Irandoc hingga Desember 2017. Kriteria inklusi terdiri dari Iran, dipublikasikan, uji coba terkontrol secara acak (RCT) menggunakan obat herbal Iran untuk pengobatan wanita usia</p>

		<p>reproduksi dengan PMS. Akhirnya Delapan Belas RCT memenuhi kriteria inklusi. Hasil: Secara keseluruhan, penelitian telah menunjukkan bahwa Vitex agnuscastus, Hypericum perforatum, Matricaria chamomilla, kunyit, Curcumin, Melissa officinalis, Zataria multiflora, Ekstrak Kuman Gandum, Echinophora platyloba, Foeniculum vulgare, ekstrak akar Valerian, Citrus sinensis, Zingiber officinale dan biji rami mungkin meringankan gejala PMS. Kesimpulan: Penelitian ini menunjukkan kemanjuran dan keamanan obat herbal Iran dalam mengurangi PMS. Oleh karena itu, jamu dapat dikatakan sebagai pengobatan alternatif bagi wanita yang menderita PMS.</p>
8.	<p><i>Effects of hot temperament herbs on primary Dysmenorrhea: a Systematic Review</i> (Abbasalizadeh, 2018)</p>	<p>Background: Dysmenorrhea refers to the symptom associated with painful menstruation which affects the quality of life of a large number of females who suffer from this disorder. Dysmenorrhea has two categories: primary, which occurs in the lack of pelvic pathology and secondary, from identifiable organic causes. Current treatment for primary dysmenorrhoea has a failure rate of 20% to 25% and may be contraindicated or not tolerated by some patients. Herbal medicine may be an appropriate alternative. The aim in this article we focus on herbal medicine to identify the efficacy and safety of herbs with 'hot temperament' for primary dysmenorrhea compared with placebo and other treatments. Method: This systematic review study was designed and executed in 2017. In this review, 128 studies were evaluated, only 18 of which were randomized clinical trials of herbal medicines in Iran. These trials included hot temperament herbs. Required data was gathered using electronic databases, such as Scopus, Pub med, Web of science, EMBASE and Chinese scientific journal database, also articles were evaluated according to the JADAD scale. Result: There is no negative result in the studies. Most of studies showed that the effects of Ginger are higher than other herbs in the treatment of primary dysmenorrhea. All of the mentioned studies showed the higher effect of herbal medicines than Ibuprofen on the treatment of dysmenorrhea. Conclusions: The present study discusses the use of hot temperament herbs for primary dysmenorrhea. Effective herbal medicines can be used as a good alternative to treat women who do not respond well to conventional therapies or have contraindications to use of these drugs.</p> <p>Terjemahan:</p> <p>Latar belakang: Dismenore mengacu pada gejala yang berhubungan dengan nyeri haid yang mempengaruhi kualitas hidup sebagian besar wanita yang menderita gangguan ini. Dismenore memiliki dua kategori: primer, yang terjadi karena tidak adanya patologi panggul dan sekunder, dari penyebab organik yang dapat diidentifikasi. Pengobatan saat ini untuk dismenorea primer memiliki tingkat kegagalan 20% sampai 25% dan mungkin dikontraindikasikan atau tidak ditoleransi oleh beberapa pasien. Obat herbal bisa menjadi</p>

		<p>alternatif yang tepat. Tujuan: Dalam artikel ini kami fokus pada pengobatan herbal untuk mengidentifikasi kemanjuran dan keamanan herbal dengan 'temperamen panas' untuk dismenore primer dibandingkan dengan plasebo dan perawatan lainnya. Metode: Studi tinjauan sistematis ini dirancang dan dilaksanakan pada tahun 2017. Dalam tinjauan ini, 128 penelitian dievaluasi, hanya 18 di antaranya merupakan uji klinis acak obat-obatan herbal di Iran. Percobaan ini termasuk ramuan suhu panas. Data yang diperlukan dikumpulkan menggunakan database elektronik, seperti Scopus, Pub med, Web of science, EMBASE dan database jurnal ilmiah Cina, juga artikel dievaluasi menurut skala JADAD. Hasil: Tidak ada hasil negatif dalam penelitian. Sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa efek Jahe lebih tinggi daripada herbal lain dalam pengobatan dismenore primer. Semua penelitian yang disebutkan menunjukkan efek yang lebih tinggi dari obat-obatan herbal daripada Ibuprofen pada pengobatan dismenore. Kesimpulan: Penelitian ini membahas tentang penggunaan herbal temperamen panas untuk dismenore primer. Obat herbal yang efektif dapat digunakan sebagai alternatif yang baik untuk mengobati wanita yang tidak merespon dengan baik terhadap terapi konvensional atau memiliki kontraindikasi untuk penggunaan obat tersebut.</p>
9.	<p>Comparison of the effects of Matricaria chamomila (<i>Chamomile</i>) extract and mefenamic acid on the intensity of premenstrual syndrome.</p> <p>(Sharifi et al., 2014)</p>	<p>The study aimed to compare the effects of Chamomile Extract and Mefenamic acid (MA) on the intensity of Premenstrual syndrome (PMS) symptoms. Method: This study was a clinical randomized double-blind trial, carried out with 90 students living in the dorms of Iran. The participants filled the daily forms about the intensity of PMS for two consecutive months. Once the definitive diagnosis of PMS was made, the participants were divided into two groups, each receiving either Chamomile capsule 100 mg or MA 250 mg three times a day. Result: Intensity reduction of emotional symptoms was significantly higher among Chamomile Extract-users (30.1 ± 26.6 and 33.4 ± 25.3 percent) than that among MA-users (11.6 ± 25.7 and 10.7 ± 26.8 percent) after two cycles intervention ($p < 0.001$). Intensity reduction of physical symptoms was not significantly different ($p > 0.05$) among groups. Conclusion: Consumption of Chamomile seems to be more effective than MA in relieving the intensity of PMS associated symptomatic psychological pains.</p> <p>Terjemahan:</p> <p>Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan efek Ekstrak Chamomile dan Asam Mefenamat (MA) terhadap intensitas gejala Premenstrual Syndrome (PMS). Metode: Penelitian ini merupakan uji klinis randomized double-blind trial, yang dilakukan pada 90 mahasiswa yang tinggal di asrama Iran. Para peserta mengisi formulir harian tentang intensitas PMS selama dua bulan berturut-turut. Setelah diagnosis pasti PMS dibuat, para peserta dibagi menjadi dua kelompok, masing-masing menerima kapsul Chamomile 100 mg atau</p>

		<p>MA 250 mg tiga kali sehari. Hasil: Pengurangan intensitas gejala emosional secara signifikan lebih tinggi di antara pengguna Ekstrak Chamomile ($30,1 \pm 26,6$ dan $33,4 \pm 25,3$ persen) dibandingkan pengguna MA ($11,6 \pm 25,7$ dan $10,7 \pm 26,8$ persen) setelah intervensi dua siklus ($p < 0,001$). Penurunan intensitas gejala fisik tidak berbeda nyata ($p > 0,05$) antar kelompok. Kesimpulan: Konsumsi Chamomile tampaknya lebih efektif daripada MA dalam mengurangi intensitas nyeri psikologis simptomatik terkait PMS</p>
10.	<p>Effect of medicinal herbs on primary dysmenorrhoea - A <i>Systematic Review</i>. (Mirabi et al., 2014)</p>	<p>Background: Conventional treatment for primary dysmenorrhoea has a failure rate of 20% to 25% and may be contraindicated or not tolerated by some women. The aim of this study: Herbal medicine may be a suitable alternative. To determine the efficacy and safety of Iranian herbal medicine for primary dysmenorrhea when compared with placebo, no treatment, and other treatment. Method: Electronic searches of the Cochrane Menstrual Disorders and Dysmenorrhoea Group Register of controlled trials, Scopus, Google Scholar, Medline, Pubmed were performed to identify relevant randomized controlled trials (RCTs). The study abstraction and quality assessment of all studies were undertaken following the detailed descriptions of these categories as described in the JADAD Criteria for Systematic Reviews of Interventions. Result: 25 RCTs involving a total of women were included in the review. The review found promising evidence in the form of RCTs for the use of herbal medicine in the treatment of primary dysmenorrhoea compared with pharmacological treatment. However, the results were limited by methodological flaws. Further rigorous no penetrating placebo-controlled RCTs are warranted. Conclusion: The review found promising evidence supporting the use of herbal medicine for primary dysmenorrhoea; however, results are limited by the poor methodological quality of the included trials.</p> <p>Terjemahan:</p> <p>Latar Belakang: Pengobatan konvensional untuk dismenorea primer memiliki tingkat kegagalan 20% sampai 25% dan mungkin dikontraindikasikan atau tidak ditoleransi oleh beberapa wanita. Tujuan dari penelitian ini: Obat herbal dapat menjadi alternatif yang cocok. Untuk mengetahui khasiat dan keamanan obat herbal Iran untuk dismenore primer bila dibandingkan dengan plasebo, tanpa pengobatan, dan pengobatan lainnya. Metode: Pencarian elektronik dari Cochrane Menstrual Disorders and Dysmenorrhoea Group Register dari uji coba terkontrol, Scopus, Google Scholar, Medline, Pubmed dilakukan untuk mengidentifikasi uji coba terkontrol acak yang relevan (RCT). Abstraksi studi dan penilaian kualitas dari semua studi dilakukan mengikuti deskripsi rinci dari kategori ini seperti yang dijelaskan dalam Kriteria JADAD untuk tinjauan sistematis intervensi. Hasil: 25 RCT yang melibatkan total perempuan dimasukkan dalam</p>

		<p>tinjauan. Kajian tersebut menemukan bukti yang menjanjikan dalam bentuk RCT untuk penggunaan obat herbal dalam pengobatan dismenorea primer dibandingkan dengan pengobatan farmakologis. Namun, hasilnya dibatasi oleh kelemahan metodologis. Lebih lanjut ketat tidak ada penetrasi RCT terkontrol plasebo yang dijamin.</p> <p>Kesimpulan: Kajian tersebut menemukan bukti yang menjanjikan yang mendukung penggunaan obat herbal untuk dismenorea primer; namun, hasil dibatasi oleh kualitas metodologis yang buruk dari uji coba yang disertakan.</p>
--	--	--