

RINGKASAN

Dismenore adalah nyeri perut yang berasal dari kram rahim yang terjadi selama haid. Rasa nyeri timbul bersamaan dengan permulaan haid dan berlangsung beberapa jam hingga beberapa hari hingga mencapai puncak nyeri. Bentuk nyeri haid yang banyak dialami oleh remaja adalah kekakuan atau kejang dibagian bawah perut. Turunnya kadar hormon ovarium juga merangsang pembebasan suatu prostaglandin uterus yang menyebabkan vasokonstriksi pembuluh-pembuluh endometrium. Dalam TCM, nyeri haid dapat disebabkan Stagnasi *Qi* dan darah diakibatkan karena penyebab penyakit dalam (PPD) dan sering konsumsi minuman dingin sehingga menimbulkan stagnasi *Qi* dan darah dan pada akhirnya fungsi Hati sebagai pelancar terganggu yang mengakibatkan nyeri saat menstruasi. Metode yang digunakan dalam penanganan nyeri haid yaitu menguatkan Ginjal, menghilangkan gumpalan serta menenangkan pikiran. Sedangkan pengukuran skala nyeri haid menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS).

Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi terapi akupunktur dan herbal dalam penanganan *dismenore* atau nyeri haid. Studi kasus ini dilakukan menggunakan kombinasi akupunktur dan herbal selama 28 hari dan terapi tambahan selama 6 hari. Terapi akupunktur dilakukan sebanyak 12 kali atau 4 tahap dan terapi tambahan sebanyak 3 kali terapi dengan titik *Taichong* (LR3), *Sanyinjiao* (SP6) dan *Shuiquan* (KI5) selama 20 menit. Sedangkan terapi herbal menggunakan serbuk simplisia kunyit dan mint sebanyak 0,5 dan 1,5 gram untuk masing-masing bahan, diberikan dalam bentuk seduhan dengan 150 ml air, seduhan dikonsumsi 3 kali sehari (pagi, siang dan sore hari) sebelum waktu makan. Hasil yang diperoleh pada kasus nyeri haid dengan terapi akupunktur pada titik *Taichong* (LR3), *Sanyinjiao* (SP6), dan *Shuiquan* (KI5) yang dikombinasi dengan pemberian herbal kombinasi kunyit dan mint dapat membantu mengurangi intensitas derajat nyeri yang dialami pasien nyeri haid saat menstruasi dari skala 8 menjadi 2 dari skala 0-10, beserta gejala lain yang menyertai.

Kata kunci : nyeri haid, akupunktur, herbal, kunyit, mint