



Efektifitas Pemberian Minuman Kunyit terhadap Penangan Dismenorea Sekunder pada Ibu-ibu di Desa Purbabaru Kabupaten Madina.

Yusridawati¹, Rizki Noviyanti²

^{1,2}STIKes RS Haji Medan, Jl. Rumah Sakit Haji Medan, Medan-Estate 20237
Email: yusridawati@gmail.com¹, kikiharahap91@gmail.com²

ABSTRAK

Menstruasi adalah tanda bahwa siklus masa subur telah dimulai. Menstruasi terjadi saat lapisan dalam dinding rahim luruh dan keluar dalam bentuk yang dikenal dengan istilah darah menstruasi. Angka kejadian dismenore di Indonesia pada tahun 2010 sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% Dismenorea primer dan 9,36% Dismenorea sekunder. Dari survey awal yang dilakukan Di Desa Purbabaru 2014, ibu ibu yang mengalami dismenore sekunder karena pemakaian alat kontrasepsi berkisar 15% dari 100 orang. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektifitas pemberian minuman kunyit terhadap penangan dismenorea sekunder pada Ibu-ibu di Desa Purbabaru Kabupaten Madina. Jenis desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *Quasi eksperimental*, dengan pendekatan *one group pretes-postest*. Populasi penelitian ini adalah Ibu-ibu di desa Purbabaru kabupaten Madina dengan jumlah 30 orang. teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Instrumen dalam penelitian ini adalah angket tertutup yaitu berupa lembar penilaian skala nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS) dan lembar petunjuk pembuatan minuman kunyit serta penggunaannya dan gelas untuk mengukur jumlah minuman kunyit yang akan diberikan kepada responden. Berdasarkan hasil uji t dependen menunjukkan signifikansi dengan nilai $p (0,000) < \alpha (0,05)$ dan terdapat perbedaan rata-rata skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian minuman kunyit 2,222. Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata intensitas nyeri dismenorea sebelum dan sesudah diberikan minuman kunyit.

Kata kunci : Dismenore, Sekunder, Minuman, Kunyit

ABSTRACT

*Menstruation is a sign that the fertile cycle has begun. Menstruation occurs when the inner lining of the uterine lining decays and comes out in a form known as menstruation. The incidence of dysmenorrhoea in Indonesia in 2010 was 64.25% consisting of 54.89% of primary dysmenorrhoea and 9.36% of secondary dysmenorrhoea. From the initial survey conducted in the 2014 Purbabaru Village, mothers who experienced secondary dysmenorrhoea due to the use of contraceptives ranged from 15% of 100 people. The purpose of this study was to determine the effectiveness of giving turmeric drinks to the handling of secondary dysmenorrhoea in mothers in Purbabaru Village, Madina Regency. The type of research design used in this study is *Quasi experimental*, with *one group pretest-posttest* approach. The population of this research is 30 mothers in Purbabaru village, Madina district. The sampling technique in this study is *purposive sampling*. The instrument in this study was a closed questionnaire in the form of a *Numeric Rating Scale* (NRS) pain scale assessment sheet and instructions for making turmeric drinks and their use and glasses to measure the amount of turmeric drinks to be given to respondents. Based on the results of the dependent t test showed significance with a p value $(0,000) < \alpha (0,05)$ and there was a difference in the average pain scale before and after giving turmeric drinks 2,222. This means that there is a significant difference between the average pain intensity before dysmenorrhoea and after being given turmeric drinks.*

Keywords: Dysmenorrhoea, Secondary, Beverage, Turmeric

1. Pendahuluan

Menstruasi adalah tanda bahwa siklus masa subur telah dimulai. Menstruasi terjadi saat lapisan dalam dinding rahim luruh dan keluar dalam bentuk yang dikenal dengan istilah darah menstruasi. Dalam keadaan normal, setiap bulan seorang wanita yang telah memasuki usia subur akan melepaskan satu sel telur (ovum). Ovum akan dihasilkan dan dilepaskan oleh induk telur (ovarium) (Proverawati, 2009: 62)

Dismenore terjadi karena peningkatan prostaglandin (PG) F₂-alfa yang merupakan suatu siklooksigenase (COX-2) yang mengakibatkan hipertonus dan vasokonstriksi pada miometrium sehingga terjadi iskemia dan nyeri haid. Selain itu juga terdapat PGE₂ alfa yang turut serta menyebabkan dismenore primer (Hillard, 2006). Secara alamiah penyebab nyeri menstruasi bermacam-macam, dari meningkatnya hormone prostaglandin sampai dengan perubahan hormonal ketika mulai menstruasi, dan bahkan kecemasan yang berlebihan

Bila dilihat dari faktor penyebabnya, nyeri menstruasi dapat dibagi menjadi dua kategori, yaitu nyeri menstruasi primer dan sekunder. Faktor penyebab nyeri menstruasi primer tidak diketahui dengan pasti. Tetapi, untuk nyeri menstruasi sekunder, hampir sebagian besar disebabkan oleh kelainan dalam organ panggul, seperti endometriosis, infeksi, kelainan rahim, sampai dengan penggunaan alat kontrasepsi dalam rahim.

Nyeri haid terjadi pada lebih dari setengah wanita usia reproduksi dengan prevalensi yang beragam. Menurut penelitian, frekuensi dismenore cukup tinggi hampir 90% wanita mengalami dismenore, 10–15% diantaranya mengalami dismenore berat yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun dan ini menurunkan kualitas hidupnya (Anna, 2009).

Di Amerika angka persentasenya sekitar 60 % dan di Swedia sekitar 72 %. Sementara di Indonesia angkanya diperkirakan 55% perempuan usia reproduktif yang menderita karena nyeri saat menstruasi. Angka kejadian dismenore di Indonesia pada tahun 2010 sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% Dismenorea primer dan 9,36% Dismenorea sekunder (Proverawati & Misaroh, 2009: 83). Dismenore dapat diatasi dengan obat herbal seperti kunyit (*curcuma domestica*).

Nyeri *dismenore* jika tidak segera diatasi akan mempengaruhi fungsi mental dan fisik individu sehingga mendesak untuk segera mengambil tindakan/terapi secara farmakologis atau non farmakologis. Terapi secara farmakologis salah satunya dengan pemberian obat-obat analgesik. Obat golongan NSAID (*Nonsteroidal Antiinflammatory Drugs*) dapat meredakan nyeri ini dengan cara memblokir *prostaglandin* yang menyebabkan nyeri. Pengobatan dengan menggunakan NSAID memiliki efek samping yang berbahaya terhadap sistem tubuh lainnya (nyeri lambung dan resiko kerusakan ginjal) (Wibowo, 2010).

Terapi non farmakologis antara lain pengaturan posisi, teknik relaksasi, manajemen sentuhan, manajemen lingkungan, distraksi, dukungan perilaku, imajinasi, kompres dan pemberian ramuan herbal. Terapi ramuan herbal dapat dilakukan dengan cara menggunakan obat tradisional yang berasal dari bahan-bahan tanaman. Beberapa bahan tanaman dipercaya dapat mengurangi rasa nyeri. Salah satu tanaman tersebut adalah kunyit, yang bagian rimpangnya berfungsi sebagai analgesik, antipiretik, dan anti inflamasi (Pramono, 2008).

Minuman kunyit adalah suatu minuman yang diolah dengan bahan utama kunyit. Secara alamiah memang kunyit dipercaya memiliki kandungan bahan aktif yang dapat berfungsi sebagai analgetika, antipiretika, dan antiinflamasi. Selain itu dijelaskan bahwa minuman kunyit sebagai pengurang rasa nyeri pada dismenore primer memiliki efek

samping minimal. Senyawa aktif atau bahan kimia yang terkandung dalam kunyit adalah kurkumin (Putri,2006). *Curcumine* akan bekerja dalam menghambat rekasi *cyclooxygenase* (COX-2) sehingga menghambat atau mengurangi terjadinya inflamasi sehingga akan mengurangi atau bahkan menghambat kontraksi uterus. Dan *curcumenol* sebagai analgetik akan menghambat pelepasan prostaglandin yang berlebihan melalui jaringan epitel uterus dan akan menghambat kontraksi uterus sehingga akan mengurangi terjadinya dismenore (Wieseretal., 2007).

Bagian kunyit yang sering dimanfaatkan adalah rimpangnya, untuk antikoagulan, antiedemik, menurunkan tekanan darah, obat malaria, obat cacing, obat salcit perut, memperbanyak ASI, stimulan, mengobati keseleo, memar dan rematik. Kurkuminoid pada kunyit berkhasiat sebagai antihepatotoksik, anthelmintik, antiedemik, analgesik.

Penelitian Marlina (2012) dengan judul “pengaruh minuman kunyit terhadap tingkat nyeri dismenore primer pada remaja putri di SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam”, didapatkan hasil sebelum diberikan minuman kunyit lebih dari separuh 17 orang siswi mengalami tingkat nyeri dismenore berat dan setelah diberikan minuman kunyit lebih dari separuh 17 orang (100 %) siswi mengalami tingkat nyeri dismenore sedang. Hal ini menunjukkan terdapat pengaruh minuman kunyit terhadap tingkat nyeri dismenore primer pada remaja putri di SMAN 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam. Dismenore juga dirasakan oleh ibu-ibu yang menggunakan alat kontrasepsi. Dari survey awal yang dilakukan Di Desa Purbabaru 2014, ibu-ibu yang mengalami dismenore sekunder karena pemakaian alat kontrasepsi berkisar 15% dari 100 orang.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk meneliti secara langsung tentang efektifitas pemberian minuman kunyit dapat mengurangi skala nyeri terhadap Ibu-ibu yang mengalami keluhan dismenore di Desa Purbabaru Kabupaten Madina.

2. Metode Penelitian

Jenis desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *Quasi eksperimental*, dengan pendekatan *one group pretes-postest* yaitu dengan menggunakan satu kelompok responden di mana kelompok tersebut diberikan perlakuan. Pengukuran dilakukan sebelum dan setelah perlakuan. Adanya perbedaan hasil pengukuran dianggap sebagai efek dari perlakuan (Saryono, 2011).

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Purbabaru Kabupaten Mandailing Natal. Karena, di desa purpabaru ini terdapat angka kejadian dismenore sekunder pada Ibu-ibu, sampel mencukupi, dan belum pernah diteliti sebelumnya.

Populasi adalah keseluruhan subjek peneliti yang akan diteliti, dapat berupa orang, benda, gejala, atau wilayah yang ingin diketahui oleh peneliti (Notoatmodjo.S, 2010: 75). Populasi penelitian ini adalah Ibu-ibu di desa Purbabaru kabupaten Madina dengan jumlah 20

Sampel penelitian adalah sebagian dari keseluruhan obyek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi. Dengan kata lain, sampel adalah elemen-elemen populasi yang dipilih berdasarkan kemampuan mewakilinya (Notoatmojo.S, 2010: 75) Sampel dalam penelitian ini adalah ibu-ibu yang mengalami nyeri dismenore yang disebabkan pemakaian alat kontrasepsi berjumlah 18 responden.

3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian dilakukan di Desa Purbabaru Kabupaten Mandailing Natal. Hasil penelitian mengenai efektifitas pemberian minuman kunyit terhadap penangan

dismenore sekunder pada Ibu ibu di Desa Purbabaru Kabupaten Madina yang dilakukan pada bulan Juni sampai Juli 2019 dengan metode observasi atau pengamatan normalitas data, efektifitas pemberian minuman dapat dilihat pada table 1 di bawah ini :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Demografi Ibu-ibu di Desa Purbabaru tahun 2019

No	Karakteristik	Frekuensi	Percentase
1	Usia		
	-20-30	1	5,56%
	-31-40	9	49,99%
	-41-50	8	44,45%
2	Pekerjaan		
	- PNS	0	0%
	- Pegawai swasta	1	5,56%
	- Wiraswasta	4	22,24%
	- Petani	6	33,35%
	-Ibu rumah tangga	7	38,90%

Berdasarkan table 1 di atas dapat diketahui bahwa responden dengan usia 20-30 adalah 1 orang, usia 31-40 berjumlah 9 orang, dan usia 41-50 tahun berjumlah 8 orang responden. Dengan usia minimum 24 tahun dan maximum 47 tahun, dan responden yang bekerja sebagai pegawai swasta berjumlah 1 orang, sebagai wiraswasta 4 orang, sebagai petani 6 orang, dan ibu rumah tangga berjumlah 7 orang responden.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Skala Nyeri sebelum dan sesudah pemberian minuman kunyit pada ibu-ibu di desa Purbabaru tahun 2019

	Skala Nyeri						Mean	Sd
	Ringan		Sedang		Berat			
	F	%	F	%	F	%		
Pre	0	0%	9	44,4%	9	50	5,88	1,231
Post	8	44,4%	10	55,6%	0	0%	3,66	1,180

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat dilihat pada pre test skala dismenore sedang berjumlah 9 orang (50%), dan berat berjumlah 9 orang (50%) dengan nilai rata-rata 5,88 dan standart deviasi 1,231. Sedangkan pada post test di dapatkan ringan berjumlah 8 orang (44,4%), sedang berjumlah 10 orang (55,6%), dengan nilai rata-rata 3,66 dan standart deviasinya 1,180.

Tabel 3. Efektifitas pemberian minuman kunyit terhadap dismenore pada ibu-ibu di Desa Purbabaru tahun 2019

	Mean	CI	t	P-value
Skala Nyeri Pre	2,222	2,00949-2,43496	22,039	0,000
Skala Nyeri Post				

Berdasarkan table 3 di atas hasil uji t berpasangan .diperoleh signifikancy 0,000 ($p < 0,05$), artinya terdapat perbedaan rata-rata skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian minuman kunyit. Nilai CI 95% adalah 2,00949 s/d 2,43496. skala nyeri sebelum

pemberian minuman kunyit berbeda dengan skala nyeri setelah pemberian minuman kunyit pada ibu-ibu, dengan perbedaan rata-rata sebesar 2,222, maka hasil bermakna, selisih skala nyeri sebelum diberikan minuman kunyit dengan skala nyeri setelah diberikan minuman kunyit adalah sebesar 2,00949 s/d 2,43496.

4. Kesimpulan

Hasil penelitian yang dilakukan di Desa Purbabaru Kabupaten Mandailing Natal tentang Efektifitas pemberian minuman kunyit terhadap dismenore sekunder pada ibu-ibu dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Pada pre test ibu-ibu yang mengalami nyeri ringan tidak ada, nyeri sedang berjumlah 9 orang, dan nyeri berat berjumlah 9 orang.
2. Pada post test ibu-ibu yang mengalami nyeri ringan berjumlah 8 orang, nyeri sedang berjumlah 10 orang, dan nyeri berat tidak ada.
3. Terdapat perbedaan rata-rata skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian minuman kunyit 2,222.
4. Berdasarkan hasil uji t dependen menunjukkan signifikansi dengan nilai $p (0,000) < \alpha (0,05)$. Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata intensitas nyeri dismenorea sebelum dan sesudah diberikan minuman kunyit.

5. Daftar Pustaka

- Anindita (2010), dengan judul efektifitas pemberian rebusan kunyit asam terhadap penurunan dismenore. Skripsi
- Arikunto S. 2014. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Atik (2011) tentang pengaruh kunyit asam terhadap penanganan nyeri haid pada siswi kelas XI SMA Negeri 1 Sugihwaras. Skripsi
- Marlina (2012) dengan judul “pengaruh minuman kunyit terhadap tingkat nyeri dismenore primer pada remaja putri di SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabu
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Kesehatan Masyarakat: Ilmu dan Seni*. Jakarta: Rineka Cipta
- Pramono, AGD., Sri Rejeki., Ulfa Nurulita. 2008. *Efektifitas Pemberian Minuman Kunyit Terhadap Penangan Dismenorea pada remaja*. Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan Stikes Telogorejo Semarang Vol 1 No 2, 1-12.
- Proverawati. 2014. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta : Mutiara Medika
- Sugiyono. 2010. *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Alfabeta : Bandung