

**PERBANDINGAN PEMBERIAN AIR REBUSAN KUNYIT DENGAN AIR
REBUSAN JAHE UNTUK MEREDAKAN *DISMENOREA PRIMER* PADA
MAHASISWI KEPERAWATAN ANGKATAN 2018 & 2019 DI KAMPUS
UNITRI MALANG**

SKRIPSI



**SISKA TERIANA
NIM: 2017610135**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADEWI
MALANG
2022**

RINGKASAN

Dismenorea primer dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, sehingga perlu diberikan perlakuan non farmakologi untuk menghindari efek panjang dari terapi farmakologi. Sebagai contoh terapi non farmakologi yaitu konsumsi air rebusan kunyit dan jahe. Untuk mengetahui perbandingan pemberian air rebusan kunyit dengan rebusan jahe untuk meredakan *dismenorea* primer pada mahasiswi keperawatan angkatan 2018 dan 2019 di Kampus UNITRI Malang merupakan tujuan dalam penelitian. Desain penelitian menggunakan *quasi experimental with pretest-posttest control group design*. Populasi penelitian sebanyak 50 mahasiswi dan sampel penelitian sebanyak 37 responden dengan penentuan menggunakan *purposive sampling* yang dibagi dalam 2 kelompok yaitu sebanyak 19 orang diberikan perlakuan air rebusan kunyit dan 18 orang diberikan perlakuan air rebusan jahe. Instrumen menggunakan lembar observasi tingkat *dismenorea* (*Numerical Rating Scale*). Analisis data menggunakan uji *Independent T Test*. Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan air rebusan kunyit sebagian besar 14 (73,7%) responden mengalami *dismenorea* primer kategori nyeri berat dan sesudah diberikan air rebusan kunyit hampir separuh 8 (42,1%) responden mengalami *dismenorea* primer kategori tidak nyeri, sedangkan sebelum diberikan air rebusan jahe hampir separuh 16 (88,9%) responden mengalami *dismenorea* primer kategori nyeri berat dan sesudah diberikan air rebusan jahe sebagian besar 9 (50,0%) responden mengalami *dismenorea* primer kategori tidak nyeri. Hasil uji *Independent T Test* membuktikan ada perbedaan penurunan skala nyeri *dismenorea* primer sesudah pemberian air rebusan kunyit dan air rebusan jahe pada mahasiswi didapatkan *p-value* = (0,003). Peneliti selanjutnya perlu menambah durasi perlakuan pemberian minuman air rebusan kunyit dan jahe sampai nyeri haid tidak terasa, serta perlu mengetahui faktor penyebab *dismenorea* seperti stres dan aktivitas fisik.

Kata Kunci: Dismenorea, Jahe, Kunyit, Mahasiswi

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah masa perubahan dan peralihan antara masa kanak-kanak dan dewasa. Orang yang mengesyorkan bahwa anak-anak antara usia 12 dan 24 tahun adalah usia di mana mereka dianggap dewasa. Periode awal perkembangan seksual adalah ketika seorang wanita mengalami perubahan fisik, hormon, psikologis dan sosial. Kondisi ini biasanya terlihat pada remaja selama pubertas. Salah satu tanda pubertas pada wanita adalah permulaan menstruasi. Menurut Baziad (2003), setiap wanita memiliki pengalaman menstruasi yang berbeda, dan beberapa wanita memiliki pengalaman menstruasi tanpa keluhan, tetapi kebanyakan orang dengan keluhan menstruasi adalah Dysmenolera, dan sering terjadi Dysmenolera pada remaja biasanya awal Dysmenolera. Ketika dosmenorria primary muncul, itu dapat mengganggu kegiatan belajar dan kegiatan hari-hari (Paramita, 2010).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar sembilan puluh persen wanita mengalami dismenorrhea yang parah selama siklus menstruasi mereka. Menurut Silviani (2019), jumlah insiden dismenorrhea primer di Indonesia adalah sekitar 54.89%. Menurut Lindlere (2013) di East Java, ada 64 kasus Decay.25%, yang terdiri dari 54.89% dari deces awal dan 9% .36% dari kasus deces sekunder. Dari siswa/pelajar di provinsi Maran, 58 persen dan 20 persen berada di Dismenorrehea, masing-masing. Dismenorhea tidak dapat menghadiri atau menghadiri sekolah (Silvanus, 2017). prevalensi tertinggi nyeri menstruasi ditemukan pada siswa sekitar

34.2%, 36.6%, dan 29.2% dari rasa sakit yang parah, rasa sakit sederhana, dan rasa sakit ringan, masing-masing. (Kural M,et al, 2015).

Menstruasi adalah proses aliran darah alami yang terjadi pada setiap wanita sebagai tanda bahwa organ reproduksinya berfungsi sepenuhnya. Menstruasi terjadi ketika dinding uterus tebal karena kurangnya ovulasi. Selama proses pembersihan di dalam rahim, bahan kimia Prostaglandin keluar dan menyebabkan tindak balas peradangan. Hal ini dapat menyebabkan gangguan otot atau nyeri menstruasi. Ketika seorang wanita memiliki periode, dia mungkin mengalami rasa sakit karena aktivitas Prostaglandin. Ini karena selama menstruasi lapisan uterus digantikan dengan senyawa baru yang disebut Prostaglandin. Prostaglandin dapat menyebabkan otot-otot di leher untuk berkontraksi. Selama kontraksi air kencing, bekalan darah ke endometrium berkurang, yang mengarah ke *vasocontraction*.. Menurut Aulia (2009), Fragmensi otot tubuh tidak dapat dikesan, tetapi seringkali menyebabkan gangguan aliran darah ke dalam tubuh, menyebabkan rasa sakit. Dysmenorrhea adalah gangguan umum yang dialami oleh sebagian besar wanita selama menstruasi. Beberapa wanita mengalami rasa sakit sebelum atau selama periode mereka, yang dapat sangat parah. Gejala sakit yang biasanya dirasakan di perut bawah sebelum periode Anda mulai terjadi sekitar 2-3 hari sebelum periode Anda. Setiap orang memiliki reaksi yang berbeda terhadap rasa sakit, mulai dengan rasa sakit di punggung, bengkak, mual, muntah, dan cirit-birit. (Dawood, 2006).

Dysmenorrhea dapat diklasifikasikan berdasarkan penyebabnya. Dysmenorrhea utama disebabkan oleh masalah dasar, seperti infeksi. Dysmenorrhea sekunder disebabkan oleh kondisi lain, seperti stres atau perubahan hormon.

Dysmenorrhea primary adalah jenis sakit pinggang yang terjadi selama menstruasi, tetapi tidak disebabkan oleh masalah kesehatan lainnya. Dysmenorrhea sekunder sering disebabkan oleh gangguan dalam sistem reproduksi, seperti endometriosis, Myoma Uterine, Adenomiosis, Stenosis Serum, penyakit inflamasi pankreas, dan congestion pankreas. (Prawohardjo & Wiknjastro, 2010).

Dari berbagai jenis dysmenorrhea, dysmenorrhea primer dirawat dengan terapi non-farmakologis, sementara sakit menstruasi atau dysmenorrhea sekunder dapat dirawat dengan terapi farmakologis. Penggunaan obat analgesik untuk meringankan rasa sakit adalah melalui penggunaan metode administrasi tertentu. Terapi non-farmakologis seperti kompres air panas, istirahat, dan mengonsumsi minuman Herbal atau makanan ringan dapat membantu dalam meringankan rasa sakit. Obat herba dapat digunakan bersama dengan obat tradisional yang berasal dari bahan tumbuhan. Beberapa tanaman dikenal untuk mengurangi rasa sakit, seperti pohon manis, asam java, cranberries, jagung, dan getah. Salah satu cara yang paling umum untuk melegakan Dysmenorrhea dengan wortel dan jagung adalah untuk menggunakannya bersama. Kentang dan jagung sangat efektif dalam meringankan rasa sakit karena mereka memiliki efek yang sama seperti asam mefenamat dan ibuprofen. Kandungan dalam jahe seperti gingerol yang bersifat analgesik dan antiperetik dapat untuk mengurangi rasa nyeri. Sedangkan kandungan yang terdapat pada kunyit seperti *curcumin* dan minyak atsiri efeknya seperti obat analgesik yang dapat menurunkan nyeri (McPhee & Ganong, 2013).

Hasil penelitian dari Kristiani & Kusumawati (2016) mengatakan air jahe asam lebih efektif untuk menurunkan nyeri haid dibandingkan kunyit asam. Kurnia

(2018) juga mengatakan terdapat perbedaan antara penurunan intensitas nyeri Sebelum dan sesudah diberikan intervensi ekstrak jahe merah. Menurut hasil penelitian oleh Fidatul (2018) Ada perbedaan antara intensitas nyeri menstruasi sebelum dan setelah pengambilan minuman asam kurkumin pada putri remaja di MTS Nurul Hikmah Kota Surabaya pada tahun 2018. Ruri (2019) menemukan bahwa ada korelasi antara pemberian bahan-bahan Jahe merah kepada siswa kelas Viii di SMpn 1 Bengkulu tengah. Menurut Ria (2016), ada perbedaan dalam dampak donasi Yahah dan donasi asam jagung pada penurunan intensitas rasa sakit Dismenolia Abim hostel di tahun kecemasan putri remaja di kota Moyroto 2016.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Kampus Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang menunjukan mahasiswi banyak yang mengalami *dismenorea*. Hasil studi pendahuluan wawancara dengan memberikan kuesioner kepada mahasiswi yang mengalami menstruasi dari 10 mahasiswi 6 diantaranya mengatakan mengalami *dismenorea* ketika menstruasi dan tidak mengetahui bagaimana cara mengatasi nyeri dan juga tidak pernah tahu tentang rebusan air kunyit dan rebusan air jahe dapat meredakan nyeri haid sedangkan 4 mahasiswi lainnya mengatakan terpaksa meminum obat nyeri jika nyerinya tidak tertahan. *Dismenorea* yang dirasakan yaitu *dismenorea primer* karena nyeri yang dirasakan hanya saat hari pertama dan hari kedua selama menstruasi. Berdasarkan latar belakang tersebut, sehingga peneliti tertarik untuk melihat seberapa besar perbandingan pemberian air rebusan kunyit dengan air rebusan jahe untuk meredakan nyeri haid (*dismenorea primer*).

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada perbandingan pemberian air rebusan kunyit dengan air rebusan jahe untuk mengurangi nyeri haid (*dismenorea primer*) pada mahasiswi keperawatan angkatan 2018 dan 2019 di Kampus UNITRI Malang ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui perbandingan pemberian air rebusan kunyit dengan air rebusan jahe untuk mengurangi nyeri haid (*dismenorea primer*) pada mahasiswi keperawatan angkatan 2018 dan 2019 di Kampus UNITRI Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi skala nyeri sebelum dan sesudah di berikan air rebusan kunyit pada mahasiswi keaperawatan angkatan 2018 dan 2019 yang mengalami *dismenorea primer* di Kampus UNITRI Malang.
2. Mengidentifikasi skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan air rebusan jahe pada mahasiswi keperawatan angkatan 2018 dan 2019 yang mengalami *dismenorea primer* di Kampus UNITRI Malang.
3. Menganalisis perbandingan pemberian air rebusan kunyit dengan air rebusan jahe untuk mengurangi *dismenorea primer* keperawatan angkatan 2018 dan 2019 di Kampus UNITRI Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Responden

sebagai bahan pertimbangan dalam upaya mengatasi *dismenorea* secara non farmakologi.

1.4.2 Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai bahan acuan untuk terapi herbal air rebusan kunyit dengan air rebusan jahe untuk mengurangi nyeri haid (*dismenorea*).

1.4.3 Bagi Pendidikan Keperawatan

Menambah wawasan tentang terapi herbal air rebusan kunyit dengan air rebusan jahe untuk mengurangi nyeri haid (*dismenorea*).

1.4.4 Bagi Peneliti

memperluas wawasan pengetahuan teori dan praktek keperawatan, mengaplikasikan metode riset dan keperawatan maternitas yang diperoleh dibangku kuliah.

DAFTAR PUSTAKA

- A Potter, & Perry, A. G. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan. Konsep, Proses, Dan Praktik*, edisi 4, Volume.2. Jakarta: EG Afabeta
- Agoes, A. 2010. *Tanaman Obat Indonesia*. Jakarta: Salemba Medika Agromedia. Jakarta.
- Ahmad J. (2013). *Aneka Manfaat Ampuh Rimpang Jahe Untuk Pengobatan*.
- Almada A. 2000. Natural COX-2 Inhibitors The Future of Pain Relief. http://www.chiro.org/nutrition/FULL/Natural_COX-2_Inhibitors.shtml
- Anindita, A. Y. 2010. Pengaruh Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Kunyit Asam terhadap Keluhan Dysmenorrhea Primer pada Remaja Putri di Kotamadya Surakarta.
- Ansel, H. C., 2008, *Pengantar Bentuk Sediaan Farmasi, ed IV, Alih bahasa Ibrahim, F.* Jakarta : UI Press.
- Anurogo D. dan Wulandari A. 2011. *Cara Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta:CV. Andi.
- Asmadi (2008). *Konsep dasar keperawatan*. Jakarta: EGC
- Aulia. 2009. *Kupas Tuntas Menstruasi*. Yogyakarta: Milestone.
- Batubara. J.R.L. 2010. Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri Vol. 12 No. 1*.
- Baziad, A. 2003. *Endokrinologi ginekologi Edisi kedua*. Jakarta: Media Aesculapius Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Dawood, M. Y. (2006). *Primary Dysmenorrhea Advances in Pathogenesis and Management*. Clinical Expert Series Continuing, 108(2), 428–441. ISSN 0029-7844/06.dysmenorrhea. The journal of alternative and complementary medicine. extracts. Journal of Ethnopharmacology. 121: 433-43.
- Gant, Norman dan Cunningham, Gary. 2016. *Dasar-Dasar Ginekologi & Obsterti*. Jakarta: EGC.
- Guyton A.C. and Hall J.E. 2007. *Buku ajar fisiologi kedokteran* (Irawati, et.al., trans., L.Y. Rachman, et.al., eds.). 11th ed. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Harel Z. 2006. “Dysmenorrhea in adolescents and young adults: etiology and management”. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, vol 19, pp 363-371.

- Hartati, S.Y., Balittro. (2013). Khasiat Kunyit Sebagai Obat Tradisional dan Manfaat Lainnya. *Warta Penelitian dan Pengembangan Tanaman Industri. Jurnal Puslitbang Perkebunan.*
- Hatcher H., Planalp P., Cho J., Torti F.M. and Torti S.V. 2008. Curcumin: From ancient medicine to current clinical trials. *Cellular and Mollecular Life Sciences.* 65: 1631-52
- Hendrik, H. 2006. *Problema Haid (Tinjauan Syariat Islam dan Medis).* Solo: Tiga Serangkai.
- Hernani dan Winarti, C. 2013. *Kandungan Bahan Aktif Jahe dan Pemanfaatannya dalam Bidang Kesehatan.* Bogor : Balai Besar Penelitian Dan Pengembangan Pascapanen Pertanian.
- Hillard P.A.J. 2006. "Dysmenorrhea". *Pediatrics in Review*, vol 27, 64-71.
- Hoppe J. 2010. Curcuma: Turmeric. *Medical Herbalism.* 11 (4): 1, 3-5.
<http://permathic.blogspot.com/2012/05/kandungan-dan-manfaat-jahe->
http://www.chiro.org/nutrition/FULL/Natural_COX-2_Inhibitors.shtml.
- Isnaeni, D. N. (2010). Hubungan antara stres dengan pola menstruasi pada mahasiswa DIV kebidanan jalur reguler Universitas Sebelas Maret.Surakarta.
- Joedosepoetro M.S. and Sutoto. 2008. *Tumor jinak pada alat-alat genital.* Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Judha,M, dkk, 2012, *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan.*Nuha Medika, Jogjakarta.
- Junizar, S. Widya. (2001). *Pengobatan Dismenore Secara Akupuntur.* Jakarta: Ksmf Akupuntur Rumah Sakit Umum Pusat Nasional Dr. Cipto Mangun Kusumo. *Jurnal Puslitbang Perkebunan.* 19 : 5 - 9.
- Koswara, S. 2013. *Teknologi Pengolahan Umbi-Umbian.* Research and Community Service Institution. Bogor Agricultural University.
- Kural M.R., et al. (2015). Menstrual Characteristics and Prevalence of Dysmenorrhea in College Going Girls. *J Family Med Prim Care.* 4(3):426–431.
- Kusmiran, E. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita.* Jakarta:Salemba Medika; 2014.
- Lentera, T. 2002. *Khasiat dan Manfaat Jahe Merah Si Rimpang Ajaib.* Agromedia. Jakarta.

- Linton & Shaw. (2011). Impact of Psychological Factors in the Experience of Pain. Diakses dari: <http://ptjournal.apta.org/content/91/5/700.full>. Manfaat Lainnya. Warta Penelitian dan Pengembangan Tanaman Industri.
- Lukita-Atmadja W., Ito Y., Baker G.L., and McCuskey R.S. 2002. Effect of curcuminoids as anti-inflammatory agents on the hepatic microvascular response to endotoxin. SHOCK. 17 (5): 399–403.
- Manuaba, IAC., I Bagus, dan IB Gde. 2010. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB untuk Pendidikan Bidan*. Edisi kedua. Jakarta: EGC.
- Manuaba, I. B. 2013. *Penuntun Kepaniteraan Klinik Obstetri dan Ginekologi*. Jakarta, EGC.
- McPhee, Stephen dan Ganong, William. 2013. *Patofisiologi Penyakit Pengantar Menuju Kedokteran Klinis*. Jakarta : EGC.
- Mitayani. (2012). *Asuhan keperawatan maternitas*. Jakarta : Salemba Medika.
- Morgan, Geri dan Hamilton Carole. 2009. *Obstetri & Ginekologi*. Jakarta : EGC
- Nadliroh. 2013. Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Nyeri Haid (*Dismenorrhea*) pada Siswi Kelas VII DI smpn 1 Mojoanyar Kabupaten Mojokerto. Vol. 5 No. 1 Pebruari 2013 (Diakses pada tanggal 29 Oktober 2016)
- Ningsih, R. (2011). Efektifitas Paket Pereda Terhadap Intensitas Nyeri Pada Remaja Dengan Dismenore di SMAN Kecamatan Curup.
- Ozgoli, G., Goli, M. & Moattar, F. (2009). Comparison of effects of ginger, mefenamic acid, and ibuprofen on pain in women with primary dysminorrhea. The journal of alternative and complementary medicine. Vol 15, number 2, pp 129-132
- Paramita, D.P. 2010. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Disminorea dengan Perilaku Penanganan Disminorea Pada Siswi SMK YPKK I Sleman Yogyakarta*. Surakarta: Universitas Sebelah Maret. Website: <http://digilib.Unisem.ac.id>.
- Potter & Perry, (2006) *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Jakarta : EGC
- Potter and Perry. (2010). *Fundamentals of Nursing*. Buku 2. Edisi 7. Alih bahasa: Yasmin, dkk. Singapore: Elsevier pte ltd.
- Prabowo R.P. 2008. *Endometriosis, ilmu kandungan. 2nd ed*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Prasetyo, S. N. (2010). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta : Graha Ilmu.

- Prawirohardjo, S & Wiknjosastro, H. (2010). *Ilmu Kandungan*. Edisi 2. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Srwono Prawirohardjo.
- Proverawati, A., & Misaroh, S. *Menarche: Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika; 2009.
- Purwanto, Budhi. 2013. *Herbal dan Keperatan Komplementer (Teori, Praktik, Hukum dalam Asuhan Keperawatan)*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Robbins, Stephen P. & A. Judge, Timothy (2011). *Organizational behavior*. Fourteenth Edition. Pearson education. New Jersey 07458. 77-89*.
- Ruswana.2006. Ibu Hamil Resiko Tinggi. Tersedia dalam :http://medicastore.com/penyakit/569/Kehamilan_Resiko_Tinggi.html.
- Silviani, Y. E. 2019. *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Terhadap Dismenorea*. *Journal of Midwifery* 1 (1): 34.
- Simanjuntak, P. (2008). *Gangguan haid dan siklusnya*. Jakarta : Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Smith R.P. 2003. “Dysmenorrhea: etiology, diagnosis, and therapy”. <http://www.womenshealthapta.org/csm2003/4654.pdf>.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Afabeta.
- Suparyanto. 2013. *Dismenorea (Nyeri Haid)*. Jakarta, Rineka Cipta.
- WHO. 2019. *Dismenorea*. Swiss: World Health Organization.
- Wijaya, A. 2012. “Kandungan dan Manfaat Jahe”. <http://permathic.blogspot.com/2012/05/kandungan-dan-manfaat-jahe-bagi.html>,
- Wiknjosastro, H., Saifuddin, A. B., Rachimhadhi, T. 2014. *Ilmu Kebidanan*. Edisi IV. Cetakan ke-4. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.